

**Zeitschrift:** Zenit  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Luzern  
**Band:** - (2013)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Gesundes Essen und mehr Lebensqualität  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-820839>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 01.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Gesundes Essen und m



Die 55-jährige Susanne Kesselring ist seit 21 Jahren für den Mahlzeitendienst unterwegs. Sie teilt sich die Arbeit mit ihrem Schwager, seitdem die jüngere der beiden Töchter den Kindergarten besuchte. «Das wochenweise Jobsharing hat sich bestens eingependelt», freut sie sich und schätzt die damit verbundene Entschädigung als Feriengeld.

Seit Jahren fährt sie dieselbe Tour in Luzern und teilweise in Kriens. Die Suche nach einem freien Parkplatz in der Nähe der Kundschaft ist nicht einfach. Manchmal parkiert sie auf einem Behindertenparkplatz. Obwohl ein Schild an ihrem Auto auf den Zweck der Fahrten hinweist und das Auto meist sehr kurz abgestellt ist, kassierte sie auch schon eine Busse an unberechtigter Stelle. Die Polizei kannte auch angesichts ihrer Erklärung keine Gnade.

An diesem Vormittag legt Susanne Kesselring viele Mahlzeiten in den Milchkasten. Als Zeichen für die erfolgte Lieferung läutet sie bei den Empfängerinnen und Empfängern zweimal und erklärt: «Manche ältere Menschen schlafen aus und wollen auch sonst nicht gestört werden.» Wegen der Hygienevorschriften müssen die Kunden ihren Wunsch im Voraus schriftlich bestätigen und im Sommer eine Kühltasche bereitstellen.

Eindrücklich sind die unterschiedlichen Wohnsituationen. Einige ältere Häuser haben keinen Lift. Bei einer

Seniorin öffnet Susanne Kesselring die Haus- und Wohnungstüre mit dem gut versteckten Schlüssel. Wenn sich die Milchkästen bei älteren Wohnblocks hinter der verschlossenen Haustüre befinden, öffnet sie diese mit dem notierten Code oder «Pöstlertrick», der hier nicht verraten werden soll.

## Wichtige Kontaktperson

In einem der neuen Hochhäuser auf der Allmend reagiert die Kundin nicht aufs Läuten. Auf dem Natel meldet sich nur die Combox. Mit der Briefträgerin gelangt Susanne Kesselring ins Haus und bemerkt dort den vollen Briefkasten. Sie macht sofort eine Meldung an Pro Senectute, die sich um die Situation kümmert.

Das Beispiel zeigt die Bedeutung des Mahlzeitendienstes auf, sind doch die Verträge bei alleinstehenden Menschen oft die einzige Kontaktperson.

Die Begegnung bei der Abgabe der Mahlzeiten ist oft sehr kurz. Einige Kunden signalisieren die Distanz mit der nur einen spaltbreit geöffneten Türe. Andere wünschten sich wohl Zeit für ein Gespräch. «Ich muss dann aber erklären, dass dies nicht möglich ist. Die letzte Mahlzeit muss nämlich um halb 12 Uhr abgeliefert sein», erklärt Susanne Kesselring. Eine Ausnahme macht sie, wenn sie spürt, dass es einem Kunden oder einer Kundin zum Beispiel nach einem Todesfall schlecht geht. Sie liebt ihre Arbeit im Dienste der betagten Menschen, bei denen sie immer willkommen ist.

## Der Mahlzeitendienst von P

Die Mahlzeiten werden in der Eichhofküche gekocht, in Schalen sauber verpackt und schockartig gekühlt. Die Kundinnen und Kunden müssen sie in der eigenen oder der zur Verfügung gestellten Mikrowelle nur noch wärmen. Auf dem Menüplan für sieben Wochen stehen vier unterschiedliche Menüs zur Verfügung: Tagesmenü, Mediterran (Schonkost) mit oder ohne Dessert, Fleischlos, Gemüseteller. Als Geschenk erhalten alle am Freitag ein Dessert.

# ehr Lebensqualität

36 Fahrkilometer, 6600 Schritte, 724 Tritte und viele Begegnungen. So fasst **Bruno Wey, 64**, seine Tour zusammen. Seit fünf Jahren liefert er dreimal wöchentlich die bestellten Mahlzeiten bei 30 bis 40 Kunden in Reussbühl-Littau ab. Manchmal parkt er direkt vor dem Haus. In einem Quartier mit vielen Hochhäusern packt er die Schalen in einen Einkaufskorb und geht zu Fuss von Haus zu Haus.

Bei den grossen Wohnblöcken klingelt er beim betreffenden Namensschild. Meistens erwarten ihn die Kunden unter der geöffneten Wohnungstüre. Die Übergabe erfolgt speditiv: ein herzliches Grüßen, ein dankbarer Händedruck zum Abschied.

Freundlich und geduldig geht Bruno Wey auch auf Anliegen ein. Für eine Frau bestellt er zwei Mahlzeiten ab, weil sie ihren Mann im Spital besuchen möchte. Zwei Minuten später bekommt er ein dickes Lob zuhanden der Küche. Bruno Wey ist froh um jede Rückmeldung und bittet, allfällige Reklamationen sofort mitzuteilen.

## Grosse Unterstützung dank kleinen Hilfeleistungen

Er kennt seine Kundschaft und verbindet die Abgabe gerne mit kleinen Liebesdiensten. Den einen bringt er die Zeitung ins Haus, andern trägt er den Kehrichtsack hinaus. Mehreren Kunden füllt er die Bestellungen für sieben Wochen anhand des Menüplans selber aus. Er weiss, wer was gerne hat oder nicht und wählt die Menüs



Fotos: Peter Lauth

dementsprechend. Er begegnet den unterschiedlichsten Menschen in verschiedensten Lebenssituationen. Wenn er eine massive Verschlechterung des Gesundheitszustandes eines Kunden feststellt, weist er auf Möglichkeiten der Unterstützung hin oder spricht mit der Spitexmitarbeiterin. Es kommt auch vor, dass Menschen aufgrund ihrer Krankheit behaupten, dass sie keine Mahlzeiten bestellt haben. Für Bruno Wey ist es wichtig, in solchen Situationen Ruhe, Geduld und Klarheit zu bewahren und sich angesichts trauriger Schicksale abzugrenzen.

Obwohl Bruno Wey zielstrebig und zügig unterwegs ist, wirkt er nicht gestresst. Er ist überzeugt von der wichtigen Bedeutung dieser Dienstleistung von Pro Senectute: «Viele betagte Menschen können dank dieser Unterstützung und der Spitex länger in den eigenen vier Wänden wohnen. Das bedeutet für sie mehr Lebensqualität. Zudem können sie viel Geld sparen.»

Der langjährige Verkaufsleiter wollte nach seiner Frühpensionierung mit 57 Jahren noch etwas machen und meint lachend: «Zum einen ging es mir darum, eine Tagesstruktur zu haben. Zum anderen habe ich bisher gut gelebt und möchte jetzt der Gesellschaft etwas zurückgeben, andern etwas zuliebe tun – und mache dabei erst noch etwas für die eigene Fitness.»

## Pro Senectute Luzern

Die Fahrerinnen und Fahrer des Mahlzeitendienstes bringen den Kunden dreimal wöchentlich die bestellten Mahlzeiten für jeweils zwei Tage. Diese werden gegen 8 Uhr in die mit Kühl-elementen ausgestatteten Boxen ins Auto geladen. Die Route wird so gewählt, damit möglichst wenige Kilometer gefahren und kurze Wege zu Fuss zurückgelegt werden müssen. Die Kurzporträts der zwei Mahlzeitendienstfahrer geben Einblick in die wichtige Dienstleistung von Pro Senectute Kanton Luzern.