

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 85 (2007)  
**Heft:** 12

**Artikel:** "Alte Menschen haben es mir besonders angetan"  
**Autor:** Vollenwyder, Usch / Kaufmann, Jeannette  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-726189>

#### **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:** 13.01.2026

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

# «Alte Menschen haben es mir besonders angetan»

*Nicht alle Kundinnen und Kunden des Mahlzeitendiensts kommen jeweils mit den Menüplänen zurecht. Dann hilft Jeannette Kaufmann. Die Ambassadorin beim Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Zürich erzählt Zeitlupe-Redaktorin Usch Vollenwyder von ihrer Aufgabe.*

**B**is vor einem Jahr war ich noch als Verträgeerin beim Mahlzeitendienst von Pro Senectute unterwegs. Zusammen mit dem Chauffeur machte ich am Montag, Mittwoch und Freitag die immer gleiche Tour vom Letzigraben bis Albisrieden, verteilte im Schnitt siebzig Mahlzeiten und lernte in diesen vier Jahren unsere rund hundert Kundinnen und Kunden gut kennen. Der Chauffeur und ich ergänzten uns bestens: Während er das Essen für die nächsten Bezüger parat machte oder es zu den vorgesehenen Milchkästen brachte, konnte ich bei einer Kundin verweilen, die Hilfe brauchte.

Aus finanziellen Gründen wird heute nur noch eine Person auf die Tour geschickt. Ich hätte sie übernehmen können – aber ich fahre so ungern Auto! Es wäre eine Katastrophe geworden! Allein unterwegs hat man natürlich weniger Zeit, sich zu den Leuten hinzusetzen und ihnen wenn nötig beim Ausfüllen des nächsten Menüplans zu helfen. Diese Aufgabe hat die Leiterin des Mahlzeitendiensts nun mir übertragen: Ich bin als Ambassadorin, als Botschafterin von Pro Senectute, unterwegs. Ich besuche die alten Menschen, die meine Hilfe brauchen, organisiere für sie den Mahlzeitendienst, fülle mit ihnen Menüpläne aus und stehe wenn nötig in Kontakt mit der Spitex.

Früher gab es keine Menüpläne. Heute können unsere Kundinnen und Kunden wählen zwischen Vollkost und leichtem Menü, zwischen Wochenangebot, dem Diabetiker- oder dem vegetarischen Menü, mit oder ohne Suppe oder Saft. Beliebt sind Ghackets und Hörnli, Spaghetti bolognese, Kartoffelstock mit Brätchügeli oder Riz Casimir. Wir achten darauf, dass es unter den Angeboten immer auch alte, traditionelle Gerichte hat, weil

diese von der älteren Generation besonders geschätzt werden.

Es ist den Kundinnen und Kunden überlassen, ob sie täglich oder nur für bestimmte Tage eine Mahlzeit bestellen wollen. Die Auswahl müssen sie aber jeweils für die ganze Woche treffen. Dafür beanspruchen in der Stadt Zürich etwa

## «Die meisten warten auf meinen Besuch und freuen sich darauf.»

fünfzig ältere Männer und Frauen meine Hilfe. Rund die Hälfte von ihnen will mit Menüplänen gar nichts zu tun haben. Für sie fülle ich einfach die Pläne aus. Hin und wieder telefonierte ich mit ihnen und frage, ob alles in Ordnung sei. Mit anderen bespreche ich den ganzen Menüplan am Telefon. Rund zwanzig Kundinnen und Kunden besuche ich regelmässig einmal pro Woche. Die meisten warten auf meinen Besuch und freuen sich darauf.

Ich kann mir die Arbeit selber ein teilen. Dabei bin ich eine Perfektionistin.

Mit dem Büro des Mahlzeitendiensts von Pro Senectute Zürich bin ich in regelmässigem Kontakt, jeweils am Freitag hole ich mir dort die neuen Menüpläne. Über die Woche verteilt gehe ich damit zu meinen Kundinnen und Kunden. Ich bin ausschliesslich mit Tram und Bus unterwegs. Den Stadtplan brauche ich nur, wenn ich Neukunden besuche. Auf sie werde ich von Pro Senectute, dem Chauffeur, von Angehörigen oder von der Spitex aufmerksam gemacht.

Besonders wichtig ist mir der Kontakt mit den Spitex-Mitarbeitenden. Sie sind häufig diejenigen, die den Mahlzeitendienst für ihre Kundschaft organisieren. Nur wenn sie von unseren Produkten überzeugt sind, empfehlen sie uns auch weiter. Die Konkurrenz ist gross! Deshalb besuche ich die Spitex-Zentren und stelle unseren Mahlzeitendienst vor. Wir offerieren auch ein Probeessen. Bei der älteren Bevölkerung sind die Vorbehalte gegen in Plastikbeuteln verpackte Esswaren oft recht gross. Doch darin sind sie lange haltbar und können in wenigen Minuten im Wasserbad, in der Pfanne oder im Mikrowellengerät aufgewärmt werden.

## WEITERE INFORMATIONEN

Der Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Zürich liefert mehrmals pro Woche die gewünschten Menüs direkt nach Hause. Adresse: Pro Senectute Kanton Zürich, Mahlzeitendienst, Seefeldstrasse 94a, Postfach 1035, 8034 Zürich, Telefon 058 451 50 03, Fax 058 451 50 80, Mail [mahlzeitendienst@zh.pro-senectute.ch](mailto:mahlzeitendienst@zh.pro-senectute.ch), Internet [www.zh.pro-senectute.ch](http://www.zh.pro-senectute.ch)

Die Mahlzeiten werden vom Unternehmen Menu and More AG (früher Stadtküche) zubereitet, das neben Schulen und Horten weitere Pro-Senectute-Stellen oder Spitex-Organisationen beliefert. Adresse: Menu and More AG, Sihlquai 340, 8005 Zürich, Telefon 044 273 91 00, Fax 044 271 74 60, Mail [info@menuandmore.ch](mailto:info@menuandmore.ch), Internet [www.menuandmore.ch](http://www.menuandmore.ch)

Die meisten Pro-Senectute-Stellen bieten einen Mahlzeitendienst an. Die Adresse Ihrer Beratungsstelle finden Sie vorne im Heft.



BILDER: RENATE WERNLI

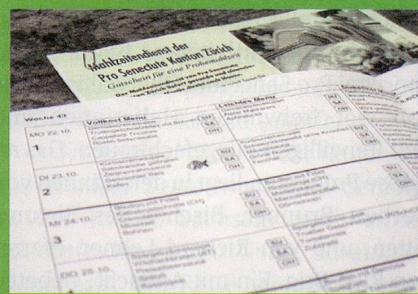
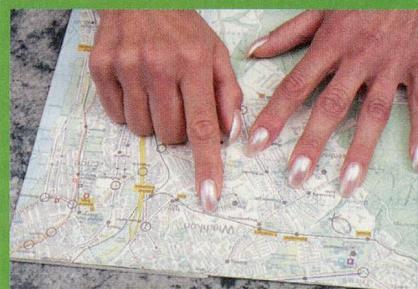
Am einfachsten ist das Aufwärmen im Mikrowellenherd. Doch einen solchen haben nicht alle älteren Leute. In Zusammenarbeit mit der Grossküche, die uns die Mahlzeiten liefert, möchten wir unseren Kundinnen und Kunden ein einfache zu bedienendes, kostengünstiges Mikrowellengerät anbieten, das der Chauffeur auch installieren und erklären würde. Wir machten dazu eine Umfrage. Etwa achtzig Kundinnen und Kunden zeigten sich interessiert. Wir werden das Projekt weiterverfolgen.

Eigentlich lernte ich den Beruf der Papeterieverkäuferin. Ich hatte schon immer gern mit anderen Menschen zu tun, arbeitete auch eine Zeit lang mit behinderten Kindern und in einem Altersheim. Alte Menschen haben es mir besonders angetan: Sie haben es ja nicht einfach. Viele müssen mit Schmerzen und Einschränkungen leben und machen immer noch das Beste daraus. Wenn ich ihnen mit einer Kleinigkeit wie einem kurzen Besuch oder ein paar freundlichen Wor-

ten helfen kann, macht mich das glücklich. Ich helfe gern. Kürzlich sagte mir eine alte Frau: «So schön, dass Sie kommen, jetzt ist mein Tag wieder gerettet.»

Ich habe grosse Mühe, mich abzutrennen und loszulassen. Mit dem Tod habe ich mich überhaupt nicht ausgesöhnt. Auch wenn sehr alte Menschen sterben, ist das für mich immer ein grosser Schmerz. Als meine erste Kundin starb, konnte ich meine Tour kaum zu Ende bringen. Der Chauffeur drängte mich, ich hätte noch eine Aufgabe, andere würden auf mich warten... Ich kann einfach nicht verstehen, wie ein Mensch noch sprechen, lachen, atmen kann – und plötzlich soll alles zu Ende sein?

Meine alten Leute sagen mir oft: «Geniessen Sie es, so lange Sie können!» Und das mache ich. Ich empfinde es als Geschenk, am Morgen gesund aufzustehen, hinauszugehen, an der frischen Luft zu sein, meinen Aufgaben nachzukommen und den Tag zusammen mit meinem Lebenspartner ausklingen zu lassen. ■



**Der schnellste Weg zum guten Essen:**  
Jeannette Kaufmann hilft den älteren Menschen, die vom Mahlzeitendienst von Pro Senectute beliefert werden, bei der Menüwahl. Den Stadtplan braucht sie nur bei neuer Kundschaft.