

Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 73 (2002)
Heft: 2

Rubrik: Bouquet garni : Diplomierung Heimkoch / Heimköchin

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 29.03.2025

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

Besprechung der Diplomarbeiten

ABSCHLUSS DES AUSBILDUNGSLEHRGANGES ZUM DIPL. HEIMKOCH 2001

Von Simone Gruber

Am 6. November fand die Attestübergabe zum dipl. Heimkoch zur dipl. Heimköchin statt. Viele Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen haben eine interessante Projektarbeit zur dipl. Heimköchin geschrieben. Die Arbeiten beruhen auf Projekten, die im eigenen Heimbetrieb umgesetzt und beschrieben wurden. Einige davon lohnen sich zum näher Hinschauen und Nachahmen.

Heimkoch: Soziales und fachliches Können gefragt

Das soziale Engagement des Heimkoches wird oft unterschätzt. Der Koch muss mit den Heimbewohnern Kontakt pflegen, sonst kommt schnell Kritik auf. Das soziale Engagement ist auch der Hauptunterschied beispielsweise zur Spitalverpflegung. Im Spital verbleibt der Patient meist nur ein paar Tage, im Heim eine lange Zeit. Hier will und soll sich der Bewohner zu Hause fühlen. Dieser Integration der Küche mit Pflegedienst und Bewohner soll die Weiterbildung zum Heimkoch auch Rechnung tragen. Neben den normalen Küchenfächern, auf die Heimküche abgestimmt, werden auch Themen wie Menschenbild im Altersheim, Lebensqualität der Heimbewohner, Gerontologie, Esskultur usw. behandelt.

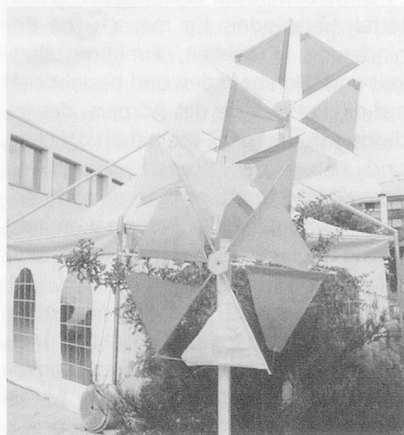
Einen wichtigen – und nicht zu unterschätzenden – Anteil an der Weiterbildung bildet die Projektarbeit. Der durchschnittliche Aufwand pro Kursteilnehmer für diese Arbeit beträgt etwa 80 Stunden, die vorwiegend neben dem Job geleistet werden. Die Themen der Projektarbeit beziehen sich immer auf den Heimalltag und werden zugleich als Projekt im Heim selbst durchgeführt. In der Projektarbeit werden der Ablauf, das Gelingen, die Reaktion des Projekts beschrieben sowie Checklisten, Fragebögen usw. beigelegt.

Einige Beispiele:

Einkaufen und Kochen mit den Bewohnern

Die Wahl des Projektes war frei. Die Themen fielen demnach auch sehr unterschiedlich aus. Die meisten Projekte wurden jedoch gemeinsam mit den

Heimbewohnern durchgeführt. Yvonne Keller lud zum Beispiel eine Gruppe Bewohnerinnen zum gemeinsamen Einkauf ein. Jede Bewohnerin durfte in der Metzgerei selbst aussuchen, was sie nachher zum Essen gekocht haben möchte. Was im ersten Moment für die Bewohnerinnen überraschend kam, wurde dann ungläubig zur Kenntnis genommen. Viele der Bewohnerinnen waren schon seit Jahren nicht mehr in einer Metzgerei gewesen und erschrecken über die hohen Preise. Nach dem Einkauf ging es dann zurück ins Heim und dann wurde gekocht und gerüstet, wie man es sich von früher gewohnt war und wie es das Herz wünschte. Ein solcher Einkaufs- und Kochabend wurde über sieben Wochen mit jeweils einer anderen Gruppe Bewohnerinnen und Bewohner durchgeführt.



Das Menübilderbuch

Ein ganz anderes Anliegen beschäftigte Ulrich Eichenberger. Er arbeitet in einem Wohnheim für mehrfach behinderte Menschen. Für ihn lag im Zentrum der Bemühungen, dass die Bewohnerinnen und Bewohner soweit möglich alle aus den Menüvorschlägen selbst bestimmen



«Das Menübilderbuch» von Ulrich Eichenberger, Wohnheim Oberentfelden.

können, was sie essen. Nicht alle der Behinderten können jedoch die Menüpläne lesen und nicht alle können sprechen. In diesen Fällen wählt jeweils die Betreuerin aus. Durch diese Situation ist ein ehrgeiziges Projekt entstanden: das Menübilderbuch. Mit grossem Einsatz wurden eine Digitalkamera (gesponsert) und Tips vom Fachmann beschafft. Im Keller des Heims wurde ein improvisiertes Fotostudio eingerichtet. So entstanden die ersten Fotos, die mit viel Arbeit im Computer bearbeitet wurden. Mittlerweile hat Ulrich Eichenberger sein Handwerk verfeinert und sich enorme Computerkenntnisse angeeignet und das Menübilderbuch hat sich im Heimalltag etabliert. Es ist eigentlich gar nicht mehr wegzudenken. Das Archiv an fotografierten Menüs steigt stetig an.

Fingerfood

Mit diesem Thema haben sich zwei Kursteilnehmer unterschiedlich beschäftigt. Philipp Strobl hat eine Spezialwoche mit



Indische Fingerfood-Woche in der Bergschule Avrona von Philipp Strobl.



indischem Fingerfood in seinem Heim durchgeführt. Dabei hat ein echter indischer Koch die Kinder und Jugendlichen der Bergschule in die Geheimnisse der Gewürze, Speisen und Zubereitung eingeführt. Gleichzeitig hat auch die Lehrerschaft Themen zu Indien in den Unterricht eingefügt.

Bruno Unternährer hat dieses Thema in Bezug auf Pflegeheime in der täglichen Menüplanung und Zubereitung bearbeitet. Dabei hat er unterschiedliche Zubereitungsarten mit verschiedenen Lebensmitteln ausprobiert. Entstanden ist ein Leitfaden über Beschaffung, Zubereitung, Schneidtechnik der verschiedenen Speisen, so dass sie von Hand gegessen werden können.

Distanz zwischen Küche und Bewohner überwinden

Aus der Befragung bei den Besprechungen der Projektarbeit ging eines klar hervor: Vor der Projektarbeit lag zwi-

«Alles, was auf der Zunge vergeht» – ein Kochbuch für die kaufreundliche Küche

Von Simone Gruber für Sie gelesen

Mit Genuss essen heisst, sich in guter Gesellschaft einem Gericht zuwenden zu können, das einem das Wasser im Munde zusammenlaufen lässt. Es gibt jedoch viele Menschen, die infolge Unfall, Krankheit oder Alter unter Kauproblemen leiden. Langfristig ist die tägliche Einnahme von pürierter Nahrung kaum appetitanregend. Deshalb ist eine schmackhaft und schön präsentierte Speise ein wesentlicher Beitrag zur Verbesserung der Essens- und somit auch der Lebensqualität.

Die Ernährungswissenschaftlerin Elisabeth Schulze Entrup hat deshalb gemeinsam mit der Klinik für Zahnärztliche Prothetik der Universität Bern ein wissenschaftlich fundiertes Kochbuch zusammengestellt. Appetitanregende Rezepte, unter besonderer Berücksichtigung von Kauproblemen, bringen Abwechslung in den Speiseplan und ebenfalls die notwendigen Vitamine und Kalorien. Neben sachlichen Erklärungen zu Fragen der leicht verträglichen Ernährung bietet dieses Kochbuch auch Hinweise zu Einkauf, Aufbewahrung, Zubereitung und Haltbarkeit der Lebensmittel. Zeichnungen veranschaulichen diese praktischen Tips und Empfehlungen.

Für kurze Zeit mag eine Zufuhr flüssiger Nahrung zu ertragen sein. Langfristig ist aber auch eine pürierte Nahrung nicht appetitanregend. Augen, Mund und Nase sind bei der Nahrungsaufnahme beteiligt. Eine gesunde und abwechslungsreiche Ernährung wird um so schwieriger, je älter man wird und je mehr der Gesundheitszustand nachlässt. Gerade im höheren Alter treten häufiger Situationen auf, die das eigene Wohlbefinden beeinträchtigen und sich über den Appetit auf die Ernährung auswirken.

«Alles, was auf der Zunge vergeht» ist ein Buch mit Rezepten mit bewusst einfacher und nicht aufwändiger Zubereitung. Als Kochbuch der besonderen Art richtet es sich an alle Menschen, denen die Einnahme konventionell zubereiteter Speisen Schwierigkeiten bereitet. Darüber hinaus werden aber auch Personen angesprochen, die beruflich oder privat mit der Ernährung dieser Zielgruppe zu tun haben. Nicht zuletzt lassen auch Menschen mit gesunden Zähnen diese Speisen mit Genuss auf der Zunge zergehen.

«Alles, was auf der Zunge zergeht» – Ein Kochbuch für die kaufreundliche Küche. Von Elisabeth Schulze Entrup. Herausgegeben von der Klinik für Zahnärztliche Prothetik der Universität Bern. Benteli Verlag Bern.

Ein «Müsterli»:

Lammhackfleisch auf Ratatouille

Lammfleisch ist eigentlich eher faserig und kann Kauprobleme bereiten. Am kaufreundlichsten ist das Lammhackfleisch.

Zutaten:	200 g	Lammhackfleisch
	2 EL	Rahmquark
		Zwiebel
		Salz, Pfeffer
	1 Prise	Zimt
	1	Ei
	2 EL	Olivenöl
		frisches Ratatouille

So wirds gemacht:

Zwiebeln fein würfeln und in heissem Öl anbraten. Das Hackfleisch mit den Zwiebelwürfeln, den Gewürzen, dem Ei und dem Quark verkneten. Aus der Masse sehr kleine Bällchen formen, diese leicht flach drücken und in heissem Öl rundum gut anbraten. Das Ratatouille erwärmen und die Fleischbällchen auf das Gemüse setzen und noch einige Minuten weiter garen.

Dazu passen: Kleine Pellkartoffeln, in Öl und Rosmarin gebraten, oder einfach entrindetes Weissbrot.

Folgenden Personen wurde das Attest zum dipl. Heimkoch, zur dipl. Heimköchin überreicht:

- Christiandl, Robert; Wohnheim Rothenbrunnen. Thema: Wunschabend mit Aktivitäten
- Dahinden Hans-Jörg; AP Luegenacher, Rothrist. Thema: Essen von Anno Dazumal
- Eichenberger, Ulrich; Stiftung für Behinderte, Oberentfelden. Thema: Das Menübilderbuch
- Feubli, Simon; Urner Altersheim, Flüelen. Thema: Menüplanung mit den Heimbewohnern
- Friedli, Hanspeter; AP Pfauen, Zurzach. Thema: Wochenhits halten Schweizer Rezepte zur Auswahl
- Keller, Yvonne; Altersheim am Kirchhofplatz, Schaffhausen. Thema: Einkaufen und Kochen mit Bewohnern
- Knöpfli, Martin; Altersheim Bannau, Weinfelden. Thema: Frühstücksbuffet mit erweiterten Essenszeiten
- Lehmann, Lukas; AP Ergolz, Ormalingen. Thema: PR für die Küche
- Lorenz, Ralf; AP Marienhaus, Basel. Thema: Schaukochen vor den Heimbewohnern
- Lottenbach, Dominique; AP Amriswil, Thema: Frühstücksbuffet
- Perini, Livio; Sonderschulheim Chur. Thema: Einfach – Gesund Essen
- Strobl, Philipp; Bergschule Avrona, Tarasp. Thema: Fingerfood
- Unternährer, Bruno; AP Hächweid, Ebikon. Thema: Fingerfood

Wir gratulieren ganz herzlich Heimverband Schweiz

schen der Küche und den Bewohnern eine unsichtbare Grenze, die durch das Projekt massgeblich durchbrochen werden konnte. Die Küche ist plötzlich keine Sperrzone mehr. Die Heimköche kennen die Bewohner nun zum Teil beim Namen, haben einen gewissen Einblick in die Wünsche und Probleme der Bewohner erhalten.

Zwar wurden die Bewohner zum Teil mit der plötzlichen Mitbestimmung überfordert, ja sogar erschreckt, und die erste Euphorie, mit der Projektidee die Menschen zu bewegen, wurde enttäuscht. Tendenziell ist die Meinung der ausgewiesenen Heimköche aber die, dass es eben weitere Projekte und jahrelanges Miteinander braucht, um

eine Vertrauensbasis zu schaffen und damit die Bewohner auch zur Mitbestimmung zu motivieren. Einige der Projekte werden demnach auch in Zukunft weiter laufen. Neue Ideen werden ausgearbeitet und vielleicht auch eingeführt. Durch die Projektarbeit ist bei einigen der Stein ins Rollen gebracht worden. ■

Die Heimküche der Zukunft mit

therma*line*

Juno*line*

Wie kann eine Heimküche optimiert werden?

Welche Anforderungen werden an eine Heimküche gestellt?

Wie setzt man die modernen Garmethoden in der Heimküche ein?

Wie sehen die Zukunft der Heimküche und die zukünftigen Kochtechniken aus?

Dies alles und viel mehr erfahren Sie an unseren Heimseminaren. Der fachtechnische Teil wird Ihnen von Herrn Markus Biedermann, einem Spezialisten und Unternehmensberater für Heimküchen vermittelt, die praxisnahe Anwendung lernen Sie unter Anleitung von unseren Köchen.

Zögern Sie nicht, melden Sie sich an.
Kurskosten Fr. 200.– pro Person



Kursdaten 2002

13. März

20. Juni

17. September

jeweils von 8.30 bis ca. 16.00 Uhr

Name _____

Vorname _____

Betrieb _____

Gerätetyp _____

Bitte senden an: Electrolux Professional AG, Frau Elfi Schnell, Bleichemattstrasse 31, 5001 Aarau
Telefon 062 837 62 22, Telefax 062 837 62 22, E-Mail: elfriede.schnell@electrolux.ch