

**Zeitschrift:** Curaviva : Fachzeitschrift  
**Herausgeber:** Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz  
**Band:** 84 (2013)  
**Heft:** 1: Die Seele im Alter : Umgang mit Verlust und Trauer

**Artikel:** Domicil-Ernährungsstudie wirft grundsätzlich Fragen auf : Erdbeeren im Sommer und Sauerkraut im Winter fördern das Heimatgefühl  
**Autor:** Vonlanthen, Daniel / Krause, Corinna  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-804251>

### **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:** 15.03.2025

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

## Domicil-Ernährungsstudie wirft grundsätzliche Fragen auf

# Erdbeeren im Sommer und Sauerkraut im Winter fördern das Heimatgefühl

Ernährungswissenschaftlerin Corinna Krause über Qualitätsstandards in der Gemeinschaftsgastronomie, Mitwirkung rund um den Suppentopf und das abnehmende Geschmacks- und Durstempfinden im Alter.

Interview: Daniel Vonlanthen

**An die Gemeinschaftsgastronomie werden hohe Anforderungen gestellt; schon die gesetzlichen Auflagen sind sehr streng. Zudem muss sie viele Bedürfnisse erfüllen. Jetzt gibt auch noch die Ernährungswissenschaft Standards vor – droht da nicht Überforderung?**

**Corinna Krause:** Nein. Die Schweizer Qualitätsstandards für eine gesundheitsfördernde Gemeinschaftsgastronomie wurden in enger Zusammenarbeit mit Vertretern aus der Praxis erarbeitet. Sie greifen dementsprechend aktuelle Probleme aus dem Alltag auf und berücksichtigen natürlich auch die gesetzlichen Auflagen. Sie weisen den Weg zu einer ausgewogenen und qualitativ hochstehenden Verpflegung, wie es das Nationale Programm für Ernährung und Bewegung anstrebt. Mit Hilfe von Checklisten zur Organisation und Verpflegung können die Verantwortlichen selber einschätzen, welche Kriterien bereits erfüllt sind und bei welchen noch Optimierungsbedarf besteht.

**Stossen diese Standards in der Praxis auf Anklang?**

Eine repräsentative telefonische Umfrage in der Branche hat gezeigt, dass die Lancierung von Qualitätsstandards grundsätzlich begrüsst wird. Die Schweizer Qualitätsstandards sind aber noch nicht flächendeckend bekannt. Betriebe und Heime

fragen immer häufiger danach und fordern Unterstützung bei der Umsetzung. Die Standards und Checklisten sind auf unserer projektspezifischen Website frei zugänglich. Über unsere Online-Befragungen erhalten wir Einblick in die laufenden Aktivitäten in der Branche.

**Konkret zur Verpflegungsstudie bei Domicil Bern: Die Standards sind bereits grösstenteils umgesetzt. Bei den Domicil-Hausgemeinschaften gibt es Handlungsbedarf. Lässt sich die individuell organisierte Heimküche denn standardisieren?**

Die Qualitätsstandards lassen sich auf alle Bereiche und Betriebsformen der Gemeinschaftsgastronomie anwenden, so auch für Wohngemeinschaften. Dabei gilt es immer, die betriebspezifischen Rahmenbedingungen zu berücksichtigen. Den allgemeingültigen Standard gibt es nicht. Dank Optimierung bestimmter Prozesse kann eine hohe Qualität der Verpflegung erreicht werden. Im Domicil Schwabgut erfolgt beispielsweise bereits seit Längerem die Menüplanung durch eine professionelle Hauswirtschafterin, was die Pflegenden entlastet.

**«Kleine Tischgemeinschaften erinnern an die frühere Zeit zuhause.»**

**Kann die Gemeinschaftsgastronomie auf individuelle Bedürfnisse eingehen, oder orientiert sie sich am Mehrheitsgeschmack?**

Bei den Qualitätsstandards stehen die Anforderungen und Erwartungen der Verpflegungsteilnehmenden im Zentrum. Deshalb empfehlen wir die Gründung eines Ernährungsbeirats, der individuelle Bedürfnisse erkennt, sammelt

und vorbringt. Im Domicil Baumgarten gibt es diesen Beirat beispielsweise in Form eines Gastrosophenclubs. Bewohnerinnen und Bewohner können ihre Wünsche und Anregungen dort einbringen. Eine offene Feedback-Kultur ermöglicht es jeder Betriebsleitung, auf individuelle Wünsche einzugehen. Im Bereich Care stehen Pflegende im täglichen Kontakt mit den Be-



wohnenden und können ebenfalls Rückmeldungen an die Küche geben. Zudem sollten bei einem Neueintritt Angehörige beziehungsweise die Betroffenen selber nach ihren individuellen Bedürfnissen befragt werden. Einige Domicil-Betriebe erstellen Ernährungsbiografien ihrer Bewohnerinnen und Bewohner. Darin haben Wünsche und Vorlieben Platz.

**Gemäss Ihren Empfehlungen sollte der Dialog unter allen Beteiligten institutionalisiert werden. Ist die Mitwirkung rund um den Suppentopf praxistauglich?**

Ja, auch wenn dies im ersten Moment umständlich klingen mag. Ein Prinzip der Gesundheitsförderung ist die Mitwirkung. Betroffene sollten zu Beteiligten werden. Es lohnt sich, Informationsabläufe genau anzuschauen. Häufig hapert der Austausch an Schnittstellen. Sind die Kommunikationswege klar definiert, können die Belange der Mitarbeitenden und Bewohnerinnen und Bewohner zu deren Zufriedenheit aufgenommen und berücksichtigt werden.

**Im Alter verändern sich die Geschmacksorgane des Menschen. Was unterscheidet ein altersgerechtes Ernährungsangebot von der Durchschnittsernährung – welche Punkte sind speziell zu beachten?**

Im Alter kommt es zu ernährungsphysiologischen Veränderungen: Der Energiebedarf sinkt, der Bedarf an Mineralstoffen und Vitaminen bleibt jedoch gleich. Deshalb muss die Ernährung im Verhältnis zur abnehmenden Energiemenge vollwertiger sein. Zum Beispiel sollte wegen des Muskel- und Knochenabbaus, der mit dem Alter einhergeht, auf eine ausreichende Zufuhr von Eiweiss, Calcium und Vitamin D geachtet werden. Zudem nehmen das Geschmacks- und Durstempfinden ab. Auch das Hungergefühl ist bei älteren Menschen weniger ausgeprägt als bei jungen. So ist es sinnvoll, wenn Altersheime zwischendurch kleine Mahlzeiten anbieten. Auch Gewürze und Kräuter können das Geschmacksempfinden stimulieren.

**Köchinnen und Köche tragen demnach eine grosse Verantwortung für die Gesundheit der Heimbewohnenden.**

Ich bin überzeugt, dass sie sich dieser Verantwortung gegenüber der Zielgruppe bewusst sind. Aber wie gesagt: Auch die persönliche Geschichte des einzelnen Menschen, also die Ernährungsbiografie, ist ein entscheidender Gesundheitsfaktor.

**Werden Betagte künftig mit Functional Food der Nahrungsmittelindustrie versorgt?**

Das ist nicht zu erwarten. Neben der Ausgewogenheit und Gesundheit beim Essen und Trinken sind Genuss und das Gemeinschaftsgefühl wichtige Aspekte der Lebensqualität. Essen als Erlebnis. Heute ist in der Gemeinschaftsgastronomie ein deutlicher Trend Richtung Saisonalität und Regionalität zu beobachten. Aus ökonomischer und ökologischer Sicht ein durchaus sinnvoller Ansatz. Die Verwendung heimischer und saisonaler Produkte – Erdbeeren im Sommer und Sauerkraut im Winter – fördert das Heimatgefühl, ein wichtiger Punkt gerade bei Menschen mit einer Demenzerkrankung.

**Gesundheit, Nachhaltigkeit, Sensorik, Dialog, Wirtschaftlichkeit und Spardruck – wie ist das alles unter einen Hut zu bringen?**

Dazu braucht es die umfassende Betrachtung des gesamten Einkaufs- und Herstellungsprozesses. Wenn ein Betrieb gewisse Nahrungsmittel saisonal im nahen Umkreis beschaffen kann, fährt er möglicherweise günstiger, als wenn er beim Grossisten einkaufen würde. Auch können sich Betriebe für Beschaffung und Produktion zusammenschliessen.

**Tischkultur statt Zwangsverpflegung: Wie kann Gemeinschaftsgastronomie als sinnliches Erlebnis gefördert werden?**

Das Ambiente hat einen hohen Stellenwert. Kleine Tischgemeinschaften erinnern an die frühere Zeit zuhause, ebenso Wunschmenüs zu Geburtstagen und Feiertagen. Betagte wissen auch die freundliche Bedienung und festliche Tischdekorationen zu schätzen.

**Wie steht es um das Glas Wein als Muntermacher?**

Gegen massvollen Genuss, das heisst zum Beispiel ein Glas Wein pro Tag, ist nichts einzuwenden. Grundsätzlich sollte dies aber individuell für jede Bewohnerin und jeden Bewohner betrachtet werden. Sobald sie Medikamente einnehmen, sollte der Alkoholkonsum mit dem Arzt abgesprochen werden.

«Das Hungergefühl ist bei älteren Menschen weniger ausgeprägt als bei jungen.»

**In der Schweiz kommen immer mehr Menschen aus anderen Kulturkreisen ins Alter. Und die Vorgaben der Wissenschaft stimmen wohl nicht immer mit den Ansprüchen des Zielpublikums überein. Sollen und können Betagte ihre Essgewohnheiten umstellen?**

Eingespielte Ernährungsvorlieben sollen so weit wie möglich berücksichtigt werden. Für alle Rezepte gibt es Variationsmöglichkeiten. Die grosse Herausforderung für die Küche besteht darin, die Menüs so zu gestalten und die Komponenten so zu wählen, dass alle mit dem Angebot zufrieden sind. Klar gelingt das nicht immer zu hundert Prozent. Aber mit zwei Menüs täglich und einem Rhythmus, der sich nicht wöchentlich wiederholt, sind Vielfalt und Abwechslung gewährleistet und viele unterschiedliche Bedürfnisse abgedeckt. ●



**Zur Person:** Corinna Krause ist diplomierte Ökotrophologin Msc. oec. troph. (Ernährungswissenschaftlerin). Sie studierte an der Christian Albrechts Universität zu Kiel, Deutschland. Seit September 2011 ist sie wissenschaftliche

Mitarbeiterin an der Berner Fachhochschule, Fachbereich Gesundheit, Abteilung Ernährung und Diätetik.