

# ARTISET

Ausgabe 01/02 | 2024

Das Magazin der Dienstleister für  
Menschen mit Unterstützungsbedarf



Im Fokus

## Gesund und lustvoll essen

**CURAVIVA**

Dächer von sozialen Institutionen eignen sich sehr gut zur Solarstromproduktion

**INSOS**

Insos-Geschäftsführerin Rahel Stucker setzt auf den partnerschaftlichen Austausch

**YOUViTA**

Die Gesellschaft trägt Verantwortung für die psychische Gesundheit der Jungen

Bei uns finden  
Sie das passende  
Personal!

sozjobs.ch

Der Stellenmarkt für Sozial- und Gesundheitsberufe



Info-  
Anlass  
6. Juni

Die Weiche für die  
Zukunft schon gestellt?

Leiter/in in Facility Management  
und Maintenance (HFP)

Jetzt weiterbilden  
und weiterkommen!



strickhof

Info-  
Anlass  
19. März

Bereit für die Führung  
des Teams?

Bereichsleiter/in Hotellerie-  
Hauswirtschaft (BP)

Jetzt weiterbilden  
und Talent entdecken!



# Editorial

**«Die Mahlzeiten sowie die Art und Weise, wie sie gestaltet werden, sind ein wichtiges Instrument, um die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner zu fördern»**

Elisabeth Seifert, Chefredaktorin



## Liebe Leserin, lieber Leser

Essen spielt eine grosse Rolle in unserem Alltag, ist wichtig für unser physisches und psychisches Wohlbefinden. Ausgewogen zusammengestellte und sorgfältig zubereitete Mahlzeiten nähren uns und sind ganz besonders dann ein Genuss, wenn sie unseren Geschmack treffen und das Auge erfreuen. Nicht zu unterschätzen sind ein ansprechendes Ambiente sowie eine anregende Tischgesellschaft. Schon allein das Essen bietet schliesslich hinlänglich Gesprächsstoff, ist Teil unserer persönlichen und kulturellen Identität.

Allesamt Aspekte, die auch für die vielen Menschen von Bedeutung sind, die in Institutionen gepflegt, begleitet und betreut werden. Und gerade für sie, weil die Mahlzeiten etwas sind, das sie mit den Menschen, mit der Gesellschaft rund um sie herum verbindet und sie den regulären Alltag erleben lässt. Anders als die vielen Situationen und Aktivitäten, bei denen sie immer wieder damit konfrontiert sind, was sie alles nicht (mehr) können.

Damit aber werden die Mahlzeiten sowie die Art und Weise, wie sie gestaltet werden, zu einem wichtigen Instrument, um die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner zu fördern. Dies bedeutet, dass die Heimgastronomie, die Arbeit der Köchinnen und Köche, als integraler Bestandteil des Versorgungsauftrags einer Institution verstanden werden muss – ähnlich der Arbeit des Pflege- und Betreuungspersonals. Alle zusammen tragen sie die Verantwortung für das Wohlbefinden der Bewohnenden.

Dieses Verständnis innerhalb der Institutionen fördern will Christoph Roos, Bildungsbeauftragter Gastronomie bei Artiset Bildung. Aufseiten der Köchinnen und Köche hat dies zur Folge, dass sie sich nicht «nur» darauf beschränken dürfen, einfach gut zu kochen. In der Heimgastronomie

gehe es auch nicht um möglichst teure Produkte oder eine ausgeklügelte Speisekarte, sagt Roos im Interview auf Seite 10 – und hält fest: «Spitzengastronomie im Heim ist Ernährungswissen vor dem Hintergrund einer bewohnerzentrierten Haltung sowie ein interdisziplinäres Lösungsverständnis.» Was dies im Detail alles heisst und welche Wirkung sich damit erzielen lässt, lernen interessierte Köchinnen und Köche im Lehrgang «Koch/Köchin in sozialen Institutionen» von Artiset Bildung – der schweizweit einzigen Ausbildung in diesem Bereich. Einen Eindruck vermitteln Ihnen die Erfahrungsberichte von Köchinnen und Köchen, die in «ihren» Institutionen diese Haltung umgesetzt haben (Seiten 6, 14, 18, 22).

Neben unseren Fokus-Beiträgen empfehle ich Ihnen besonders das Gespräch mit Rahel Stuker, der neuen Geschäftsführerin des Branchenverbands Insos (Seite 36). Unter anderem hält sie fest, dass sie auf eine verbesserte Zusammenarbeit zwischen den Kantonen und den Kollektivmitgliedern hinwirken will. Aufschlussreich ist weiter die Diskussion von zwei Experten zur Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes, in dem sich beide für eine finanzierte Arbeitsassistentz starkmachen (Seite 42). ■

**Titelbild:** Im Begegnungszentrum St. Ulrich am Fuss des Napf geniesst Bewohner Peter Meier seine Mahlzeit mit pürrierter Kost. Kunstvoll produziert von Koch Iwan Kurmann. Foto: Marco Zanoni



Ich taste,  
also  
**schaue**  
ich.



**Schauen**, ohne die Bilder zu sehen: Unsere taktilen Bilderbücher erzählen sehbehinderten Kindern Geschichten. Helfen auch Sie, Bilderbücher für alle sichtbar zu machen!



SCHWEIZERISCHE  
BIBLIOTHEK FÜR  
BLINDE, SEH- UND  
LESEBEHINDERTE

SPENDEN  
MIT TWINT



SPENDENKONTO CH74 0900 0000 8000 1514 1

## Weiterbildung Der beste Weg in die Zukunft

In Zusammenarbeit  
mit INSOS

### Gesunde Ernährung im Betreuungsalltag lustvoll integriert

Der Spagat zwischen Betreuungs-  
auftrag und Selbstbestimmung

18. April 2024  
Zürich

Jetzt  
anmelden



**ARTISET  
Bildung**

**ARTISET Bildung**  
Weiterbildung

Abendweg 1, 6000 Luzern 6

T +41 41 419 01 72

wb@artisetbildung.ch

artisetbildung.ch/weiterbildung



STIFTUNG  
**DENK AN MICH**

# Kitzelsandferien habe ich so gern.

Dank Ihrer Spende erhalten Menschen mit  
Behinderungen einen chancengleichen  
Zugang zu Ferien und Freizeitaktivitäten.

**Jetzt spenden. [denkanmich.ch](https://denkanmich.ch)**

Jetzt spenden  
mit **TWINT!**



IBAN CH44 0077 0254 8509 0200 1

**SRF** Schweizer Radio  
und Fernsehen  
Die Solidaritätsstiftung  
des SRF



# Inhalt



## Im Fokus

- 06 Menschen mit Behinderung in die Essenszubereitung einbeziehen
- 10 Was Spitzengastronomie in sozialen Institutionen ausmacht
- 14 Wie pürierte Kost ein Genusslebnis wird
- 18 Flexible Verpflegungsleistungen sind ein Gebot der Stunde
- 22 Für Kinder kochen – eine Herausforderung
- 26 Junge Menschen auf dem Weg zu einem gesunden Essverhalten begleiten

## kurz & knapp

- 30 Die Welt im Heim – mit Virtual Reality

## Aktuell

- 32 Dächer von sozialen Institutionen eignen sich zur Solarstromproduktion
- 36 Insos-Geschäftsführerin Rahel Stuker setzt auf partnerschaftlichen Austausch
- 40 Herausfordernde Pflegesituationen meistern – eine Schulung hilft dabei
- 42 Inklusion erfordert die finanzierte Arbeitsassistenten – sagen zwei Experten
- 46 Die psychische Gesundheit von jungen Menschen stärken
- 48 Erfolgreiche Spendenkampagnen

## Politische Feder

- 50 Daniel Höchli, Geschäftsführer Artiset

**Impressum:** Redaktion: Elisabeth Seifert (esf), Chefredaktorin; Salomé Zimmermann (sz); Anne-Marie Nicole (amn); France Santi (fisa); Jenny Nerlich (jne) • Korrektorat: Beat Zaugg • Herausgeber: ARTISET • 3. Jahrgang • Adresse: ARTISET, Zieglerstrasse 53, 3007 Bern • Telefon: 031 385 33 33, E-Mail: info@artiset.ch, artiset.ch/Magazin • Geschäfts-/Stelleninserate: Zürichsee Werbe AG, Fachmedien, Tiefenastrasse 2, 8640 Rapperswil, Telefon: 044 928 56 53, E-Mail: markus.haas@fachmedien.ch • Vorstufe und Druck: AST&FISCHER AG, Seftigenstrasse 310, 3084 Wabern, Telefon: 0319631111 • Abonnemente: ARTISET, Telefon: 0313853333, E-Mail: info@artiset.ch • Jahresabonnement Fr. 125.– • Erscheinungsweise: 8 x deutsch (je 4600 Ex.), 4 x französisch (je 1400 Ex.) pro Jahr • WEMF/KS-Beglaubigung 2023 (nur deutsch): 3167 Ex. (davon verkauft 2951 Ex.) • ISSN: 2813-1355 • Nachdruck, auch auszugsweise, nur nach Absprache mit der Redaktion und mit vollständiger Quellenangabe.



DIE NATÜRLICHEN FARBEN  
ZERTIFIZIERT MIT  
CRADLE TO CRADLE





Motiviert bereitet das Küchenteam des Ekkharthofs für jeden Wochentag bis zu 350 Mittagessen zu. Jeder Teller ist sorgfältig angerichtet. Die Produkte stammen aus nachhaltigem Anbau, mehrheitlich vom Ekkharthof selbst. Fotos: Philipp Uricher

# Ganzheitliche und lebendige Gastronomie



In der sozialen Institution Ekkharthof im Thurgau werden Menschen mit und ohne Beeinträchtigungen in den Anbau, die Produktion und die Zubereitung gesunder Nahrungsmittel eingebunden. Dadurch sind sie sensibilisiert für die Thematik des gesunden Essens. Wie das alles funktioniert, das zeigt ein Augenschein vor Ort.

Von Salomé Zimmermann

Von Weinfeldern aus dauert es eine gute halbe Stunde im Bus, vorbei an Dörfern, Weilern, Bauernhöfen, Feldern und Obstplantagen, bis der Ekkharthof im thurgauischen Lengwil etwas oberhalb von Kreuzlingen mit Blick auf den Bodensee sichtbar wird – eine soziale Institution, in der über 200 Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung gefördert und begleitet werden. Schon von Weitem ist anhand der verschiedenen, farbigen Gebäude mit ihrer typischen Konstruktion der runden Ecken erkennbar, dass sich der Ekkharthof an der anthroposophischen Philosophie ausrichtet. Dies bedeutet eine ganzheitliche Sichtweise auf das Leben und die Menschen, die hier wohnen und wirken. Der vor über 50 Jahren gegründete Ekkharthof-Verein verfügt auch über Aussenstellen in der Region, eine heilpädagogische Schule, Integrationsbetriebe und Förderateliers sowie verschiedene Wohnmöglichkeiten für alle Altersklassen, von Kindern bis ins hohe Alter, von der einmal wöchentlich betreuten Wohngemeinschaft bis zu Wohngruppen mit 24-Stunden-Betreuung. «Der Ekkharthof ist in den letzten Jahren stetig gewachsen und verfügt mittlerweile über ein sehr breites Pflege-, Bildungs-, Therapie- und Freizeitangebot», sagt der Kommunikationsverantwortliche Manolo Schwarz.

### Lebensmittel für Eigengebrauch und Verkauf

Ein spezielles Augenmerk richtet der Ekkharthof auf eine gesunde, nachhaltige und gleichzeitig leckere Ernährung. Der engagierte Gastronomieleiter und Küchenchef Manuel Müller erzählt, dass am Ekkharthof viele der verwendeten Nahrungsmittel selber angebaut und hergestellt werden. Davon zeugen die Felder, die Gewächshäuser, die Gärten, die Ställe und die verschiedenen Werkstätten, die Mitarbeitende, Auszubildende und Menschen mit Beeinträchtigungen gemeinsam bewirtschaften. Vieles wird für den Eigengebrauch und den öffentlich zugänglichen Bioladen produziert. In der Gärtnerei werden zudem Heilkräuter angebaut, welche in einer Medizinalfirma zu Medikamenten und Tees weiterverarbeitet werden. Dreimal pro Jahr finden grosse Märkte mit Festcharakter statt, an denen die Produkte unter der Marke «Hand und Hof» verkauft werden und sehr beliebt sind bei der Bevölkerung im ganzen Kanton Thurgau und darüber hinaus.

Manuel Müller arbeitet seit 13 Jahren am Ekkharthof, entsprechend kennt er die Institution und ihre Menschen so gut wie seine Westentasche. Beim Rundgang über das Gelände wird er überall erkannt und freudig begrüsst. Alle sind per Du, das hängt laut Manuel Müller mit den flachen Hierarchien und dem familiären Charakter des Ekkharthofs zusammen, «wir sind hier fast ein eigenes kleines Dorf oder eine grosse Familie». →



Manuel Müller, Chef eines 20-köpfigen Küchenteams.

## Bioqualität im Laden und beim Essen

Gleich beim Eingang des rosafarbenen Hauptgebäudes befindet sich der hauseigene Bioladen. Er ist bestückt mit den Nahrungsmitteln und weiteren Produkten aus den verschiedenen Werkstätten und Kunstateliers, von Konfitüren, Pasten, Holzspielzeugen bis zu Kerzen, alles in hoher Qualität, ergänzt durch eingekaufte Waren. «Es handelt sich um ein Vollsortiment, damit die verschiedenen Wohngruppen das Frühstück und das Abendessen und viele Waren des alltäglichen Gebrauchs gemäss den individuellen Bedürfnissen selbständig vor Ort einkaufen können», erläutert Müller.

Die Hauptmahlzeit des Tages bildet das Mittagessen, das im grossen Speisesaal, der Cantina, gemäss dem Kantinen-Prinzip zwischen zwölf und halb zwei Uhr in den verschiedenen Gruppen gestaffelt eingenommen wird. Jeden Tag unter der Woche gibt es ein frisch zubereitetes Menü aus den fünf Komponenten Suppe, Salat, Gemüse, Hauptmenü und Dessert, das am Buffet je nach Hunger und Vorlieben zusammengestellt werden kann. Wasser und Tee auf den Tischen stehen zur Verfügung. Fürs Wochenende mit seinem reduzierten Betrieb kocht das Küchenteam das Essen jeweils vor.

«Wir ernähren uns hier am Ekkharthof hauptsächlich vegetarisch, im Verhältnis von 80 zu 20 Prozent, und das

bereits seit den Anfängen, nicht erst in der heutigen Zeit, wo das verbreiteter ist», sagt Müller. Das Fleisch, das an zwei Tagen pro Woche auf dem Menüplan steht, stammt ebenfalls vom Ekkharthof, etwa vom Braunvieh aus den Ställen. «Schweinefleisch verwenden wir nicht mehr, da nicht alle Bevölkerungsgruppen dieses Fleisch essen», so Müller.

## Nachhaltigkeit ist Programm

Unterhalb des Speisesaals befindet sich die grosszügige Küche mit mehreren Kühlräumen. In Letzteren werden unter anderem die Boxen mit den Portionen für die Wohngruppen aufbewahrt, die jeweils am Morgen geholt und gemäss aufgeklebter Anleitung zubereitet werden. Auch das vorgekochte Essen fürs Wochenende wird in den Kühlräumen kalt gestellt. Daneben gibt es Vorräte, etwa hausgemachte Salatsaucen. Derzeit sieht eine der Saucensorten rötlich aus, denn «momentan haben wir nur noch die roten Zwiebeln übrig», so Müller. Dies zeigt, wie sorgfältig gekocht wird, gemäss den Jahreszeiten und den vorhandenen Lebensmitteln, unter Verwertung möglichst aller Bestandteile und mit wenig Abfällen. In der Folge gibt es nie ganz genau das gleiche Essen, anders als etwa in Spitälern, wo ungefähr alle sechs Wochen die Menüs wiederholt werden. «Wir verwenden zudem robuste Mehrweggefässe», sagt Müller, «auch dies im Sinn der Nachhaltigkeit.»

## Grundprinzip Eigenverantwortung

In der Küche ist Manuel Müller zusammen mit seinem Stellvertreter Jurij Simnacher und mit dem insgesamt etwa 20-köpfigen Team, bestehend aus Köchen, Arbeitsagoginnen, Auszubildenden und Menschen mit Beeinträchtigungen, in seinem Element. Es wird ruhig und konzentriert gearbeitet, das Grundprinzip ist viel Eigenverantwortung gemäss den individuellen Möglichkeiten. «Wir von der Leitung stellen vor allem die Rahmenbedingungen sicher, damit alle möglichst selbstständig arbeiten können», sagt Müller.

Es ist ihm sehr wichtig, dass in der Küche alle mithelfen und mitbestimmen können. So wird etwa einmal wöchentlich gemeinsam das Mittagmenü für die verschiedenen Wochentage bestimmt und auf einer grossen Tafel notiert. «Anders als in herkömmlichen Küchen haben wir zudem keine fix zugeteilten Posten, sondern arbeiten in den fünf Gruppen Rüsten, Kalte Küche, Produktion, Diätküche und Hygiene und rotieren gemäss individuellen Wünschen und Möglichkeiten», ergänzt Jurij Simnacher. Der Gastronomieleiter und sein Stellvertreter betonen, wie praktisch es ist, dass sie viele Produkte für die Küche direkt in den rund 15 hauseigenen Werkstätten bestellen können, etwa die Milch und Joghurts aus der Molkerei oder frisches Brot aus der Bäckerei. Dazu braucht es einzig einen gewissen Vorlauf der Bestellungen, damit alles reibungslos funktioniert.

## Klare Strukturen und klare Kommunikation

Wer darf in der Küche mitarbeiten? «Da sind wir sehr offen, es gibt nur praktische Einschränkungen, beispielsweise ist

es nicht möglich, dass Personen im Rollstuhl in der Küche tätig sind», sagt Müller. Nach einer Probezeit wird gemeinsam entschieden, ob die Zusammenarbeit passt. Generell fällt auf, wie gut alles beschriftet und mit Piktogrammen versehen ist, damit auch diejenigen, die weniger gut lesen können, verstehen, worum es geht. Die Strukturen in der sauberen Küche sind sehr klar und übersichtlich, überall hängen To-do-Listen, alles hat seinen festen Platz, es wird klar, dass das System gut durchdacht ist. Das ist auch nötig, denn «am Ekkharthof wird mittlerweile pro Woche eine halbe Tonne Gemüse verarbeitet», erläutert Manuel Müller die Dimensionen. Für jeden Wochentag bereitet das motivierte Küchenteam zwischen 300 und 350 und für das Wochenende etwa 80 Mittagessen zu, alles zu fixen Arbeitszeiten unter der Woche. «Entscheidend ist bei diesen Mengen neben der guten Planung auch eine klare Kommunikation und Aufgabenverteilung, damit immer alle wissen, was wann zu tun ist», so Müller.

### Ständige Weiterentwicklung

Die Menschen mit Beeinträchtigungen werden am Ekkharthof sensibilisiert für das Thema gesunde Ernährung, indem sie in den verschiedenen Bereichen im Garten, in den Werkstätten, im Bioladen und in der Küche in die Herstellung gesunder Nahrungsmittel involviert sind. Wie wir alle haben sie aber manchmal Lust auf Junkfood – und das ist gemäss Müller ausserhalb des Geländes auch in Ordnung. Dies bedeutet, dass der Ekkharthof einen pragmatischen Mittelweg zwischen Ver- und Geboten und der Selbstbestimmung geht.

**«Wir von der Leitung stellen vor allem die Rahmenbedingungen sicher, damit alle möglichst selbstständig arbeiten können. In der Küche sollen alle mithelfen und mitbestimmen.»**

**Manuel Müller, Gastronomieleiter und Küchenchef**

Die Auseinandersetzung mit gesunder Ernährung bedeutet am Ekkharthof auch eine stete Weiterentwicklung und Anpassung an aktuelles Wissen. Dies geschieht durch regelmässige Schulungen und Weiterbildungen, nicht zuletzt durch externe Expertinnen und Experten. Eine besonders geschätzte Ansprechperson ist Christoph Roos, Bildungsbeauftragter Gastronomie/Selbst- und Sozialkompetenz von Artiset. Mit seiner Hilfe wird laut Manuel Müller derzeit weiter am Ernährungskonzept des Ekkharthofs gefeilt, zum Nutzen und zur Freude aller Menschen am Ekkharthof und der Bevölkerung im näheren und weiteren Umfeld. ■



Dreimal im Jahr werden die Ekkharthof-Produkte an Märkten mit Festcharakter verkauft.

# «Einen physischen und seelischen Mehrwert schaffen»

Die Heimgastronomie folgt einer anderen Logik als die klassische Gastronomie. Davon ist Christoph Roos überzeugt; er ist Bildungsbeauftragter Gastronomie von Artiset Bildung\*. Das Wirkungsfeld der Küchenverantwortlichen in einer Institution ist nicht nur die Küche, sondern geht weit darüber hinaus. Gefragt ist ein enger Austausch mit Bewohnenden und den verschiedenen Berufsgruppen.

Interview: Elisabeth Seifert

**Herr Roos, gutes, gesundes Essen ist für uns alle von grosser Bedeutung, auch für die Menschen in den vielen sozialen Institutionen im Land. Wie gut gelingt es den Institutionen, diesem Anspruch zu genügen?**

In der Heimgastronomie arbeiten viele, die zuvor in der klassischen Gastronomie tätig waren. Sie beherrschen in aller Regel ihr Handwerk. Sie verwenden gute Produkte, erstellen einen abwechslungsreichen Menüplan, kaufen regional ein. Um in der Heimgastronomie einen guten Job zu machen, genügt es aber nicht, «nur» gut kochen zu können.

**Wie meinen Sie das?**

Ein guter Koch oder eine gute Köchin in einem Pflegeheim oder einer sozialen Institution darf sich nicht nur über sein oder ihr fachliches Können in der

Küche definieren. Die Heimgastronomie fordert vielmehr die Person als Ganzes. Das ist vielen noch nicht so bewusst. Das Küchenpersonal darf sein Wirkungsfeld nicht nur auf die Küche beschränken, sondern muss die Küche auch verlassen. Ganz besonders die Küchenverantwortlichen sind gefordert, sich zum Beispiel mit Bewohnenden in der Cafeteria an einen Tisch zu setzen, um mit Ihnen über das Essen zu diskutieren, ihre Vorlieben kennenzulernen, ihre Essbiografien zu verstehen.

**Man darf also nicht davon ausgehen, dass man sowieso weiss, was die Bewohnerinnen und Bewohner gerne essen und was ihnen guttut?**

Qualität in der Heimgastronomie ist stark von einer bewohnerzentrierten Haltung der Küche abhängig. Die

Bedürfnisse der Bewohnenden von sozialen Institutionen sind nicht einfach identisch mit jenen der Gäste in der klassischen Gastronomie. Sie haben sehr spezifische und zum Teil auch sehr komplexe Bedürfnisse, die sich zudem auch immer wieder ändern. Jeder Tag bringt eine neue Situation, und die Küche sollte sich darauf einlassen. Dazu gehört etwa, sich immer wieder ein Bild davon zu machen, wie es den Bewohnenden auf den einzelnen Stationen geht.

**... das aber gelingt nur, wenn die Küchenverantwortlichen in einem engen Austausch mit den Stationen respektive den entsprechenden Mitarbeitenden stehen?**

Die Verantwortlichen in der Küche brauchen ein Gespür für lebendige Prozesse. Die Produktion innerhalb von sozialen Institutionen ist eingebettet

in verschiedene weitere Prozesse, die gerade in grossen Institutionen sehr umfangreich sein können. Hohe logistische Anforderungen stellt etwa das Schicken der Mahlzeiten auf die Stationen. Besonders anspruchsvoll wird es dadurch, dass sich die Situation auf den Stationen jeden Tag verändert, aufseiten der Bewohnenden und auch aufseiten der Mitarbeitenden. Nur aufgrund einer guten Kommunikation mit allen involvierten Berufsgruppen und einer angemessenen Infrastruktur gelingt es, die Mahlzeiten zum richtigen Zeitpunkt und in der richtigen Art und Weise auf die einzelnen Stationen zu schicken.

### **Was dieses Bewusstsein für lebendige Prozesse betrifft, da sehen Sie in den Institutionen noch Handlungsbedarf?**

Die Verantwortlichen müssen verstehen, dass die Verpflegungsqualität für die Bewohnenden über die reine Produktion hinaus von einer Reihe weiterer Faktoren abhängt, die die Küche berücksichtigen muss. Die Heranführung an ein systemisches Denken spielt deshalb im Lehrgang von Artiset Weiterbildung zum Koch oder zur Köchin in sozialen Institutionen eine wichtige Rolle. Es gilt sich bewusst zu machen, dass alles, was in der Küche geschieht, in einer Wechselwirkung mit etwas anderem steht. Wir müssen wegkommen von einem reinen Input-Output-Denken und offen sein für verschiedene Szenarien, die mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit eintreten werden.

### **Sie betonen die Notwendigkeit, in steter Kommunikation mit allen involvierten Berufsgruppen auf die täglich sich ändernden Bedürfnisse zu reagieren. Wo sehen Sie weitere wichtige Erfolgsfaktoren?**

Ganz zentral ist eine Angebotsplanung, die sich an den spezifischen Bedürfnissen der Bewohnenden orientiert. Zum einen ist hier die Versorgung mit den richtigen Nährstoffen zu erwähnen. Bei Menschen im Alter und ganz besonders bei Menschen mit komplexen

Beeinträchtigungen gibt es hier immer wieder andere Anforderungen. Zum anderen muss auch die Angebotsauswahl stimmen, hinzu kommen auf die Bedürfnisse ausgerichtete Essenszeiten und die Art und Weise, wie das Essen serviert wird. Um eine solche auf die individuellen Bedürfnisse ausgerichtete Angebotsplanung machen zu können, braucht es zudem eine professionalisierte und rationelle Produktion der Mahlzeiten. Die Technologie in diesem Bereich schreitet rasant voran.

### **All diese Anforderungen zu erfüllen, stelle ich mir sehr anspruchsvoll vor...**

Wenn man den Beruf als Koch oder Köchin einer sozialen Institution ernst nimmt, dann hat das viel mit Spitzengastronomie zu tun. Im Unterschied zur klassischen Gastronomie zeichnet sich die Spitzengastronomie in einer Institution aber nicht durch ein von Konkurrenz geprägtes Leistungsdenken und hierarchische Strukturen aus. Für die Spitzengastronomie im Heim braucht es vielmehr Herz, Kopf und Lebensfreude.

### **Spitzengastronomie in einer sozialen Institution: Können Sie das noch etwas konkretisieren?**

In der Heimgastronomie geht es nicht um exzentrische Konzepte, möglichst teure Produkte oder ausgeklügelte Sensorikerlebnisse. Spitzengastronomie im Heim ist Ernährungswissen vor dem Hintergrund einer bewohnerzentrierten Haltung sowie ein interdisziplinäres Lösungsverständnis. Der Kochberuf in einer sozialen Institution

## **«Spitzengastronomie im Heim ist Ernährungswissen vor dem Hintergrund einer bewohnerzentrierten Haltung sowie ein interdisziplinäres Lösungsverständnis.»**

Christoph Roos

fordert überdurchschnittlich viel Herzenskompetenzen. Damit die Qualität für die Bewohnenden stimmt, braucht es Tag für Tag ein Suchen und Finden, viel Austausch und Gespür. Good-Gastronomie-Practice in einer sozialen Institution setzt also ein hohes Mass an fachlichen und menschlichen Fähigkeiten voraus. Ein umfassenderes und sinnstiftenderes Entwicklungsfeld für Köchinnen und Köche gibt es nicht. →

### **LEHRGANG KOCH/KÖCHIN IN SOZIALEN INSTITUTIONEN**

Der Lehrgang von Artiset Bildung ist eine Fachvertiefung für Verpflegungsspezialisten aus sozialen Institutionen. Er sensibilisiert für ein differenziertes Verständnis der Bedürfnisse von Bewohnenden. Kenntnisse über deren Lebenssituationen sind von entscheidender Bedeutung, wenn es darum geht, mit Essen und Trinken einen Ausgleich zum oft beschwerlichen Alltag zu schaffen. Die Schwerpunkte des Branchenzertifikats Koch/Köchin in sozialen Institutionen erweitern das klassische Berufsbild. Vertieft werden Kompetenzen in Ernährungsfragen sowie Themen aus sozialer und kommunikativer Perspektive. Ferner spielen die ökonomischen Parameter im Rahmen der vernetzten Betriebsorganisation eine bedeutende Rolle. Der Lehrgang richtet sich an ausgebildete Köchinnen und Köche. Er dauert 21 Tage und wird wiederum vom August 2024 bis Juli 2025 durchgeführt.

Weitere Informationen zum Lehrgang von Artiset Bildung finden Sie hier:



**Eine so verstandene Küche trägt dann auch entsprechend viel zur Gesundheit und Wohlbefinden der Bewohnenden bei?**

Wenn Köchinnen und Köche ihre Arbeit richtigmachen, haben sie einen grossen Einfluss auf die Lebensqualität der Bewohnenden. Oder umgekehrt formuliert: Wenn ich das Essen so gestalten kann, dass es einen physischen und seelischen Mehrwert hat, dann habe ich das Kochen auf die Spitze getrieben. Und um das zu erreichen,

braucht es nicht einmal viel Geld. Gefragt sind, wie gesagt, eine gute Fachlichkeit und dann vor allem viel Offenheit, Flexibilität und Empathie.

**Wie beurteilen Sie die Ausbildung der Köchinnen und Köche, die in der Heimgastronomie arbeiten?**

Die Grundausbildung Koch/Köchin EFZ oder die Berufsprüfung zum Chefkoch fokussieren auf die klassischen Gastronomiebedürfnisse. Das Bewusstsein für die Anforderungen des

Kochberufs in sozialen Institutionen, so wie ich sie beschrieben habe, ist in den Berufsverbänden marginal vorhanden. Häufig ist dort fachliches Wettbewerbs- und Leistungsdenken in unterschiedlicher Intensität das Mass der Dinge. Dies ist auch der Grund, warum Fachkräfte das Branchenzertifikat Koch/Köchin in sozialen Institutionen von Artiset absolvieren. Diese Fachvertiefung macht die Berufsleute fit, damit sie ihre anspruchsvolle und vielschichtige Rolle aktiv gestalten können.



Christoph Roos, Bildungsbeauftragter Gastronomie von Artiset Bildung: «Um in der Heimgastronomie einen guten Job machen zu können, genügt es nicht, gut kochen zu können.» Foto: Privat

**Gibt es nicht auch unterschiedliche Anforderungen an die Küche, je nachdem, ob eine soziale Institution Menschen im Alter, Menschen mit Behinderung oder Kinder und Jugendliche begleitet?**

In den Pflegeheimen kann man als Koch oder Köchin direkter wirken, weil in der Regel alle Mahlzeiten aus der Küche heraus gesteuert werden. In Institutionen für Menschen mit Behinderung und auch für Kinder und Jugendliche produziert die Küche oft nur einen Teil der Verpflegung. Neben der Küche spielen bei der Zubereitung des Essens auch Betreuungspersonen der Pflege oder Sozialpädagogik auf den Wohngruppen eine zentrale Rolle.

**Und anders als im Pflegeheim essen die begleiteten Menschen oft auch nicht nur in der Institution?**

Sie verbringen den Tag oft in einer Tagesstruktur oder einer Schule. In der Institution gibt es dann nur das Frühstück, und am Abend kochen in den Wohngruppen die Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen oft selbst mit den Bewohnenden. Wenn es um die Qualität der Ernährung in Institutionen für Menschen mit Behinderung und für Kinder und Jugendliche geht, spielt deshalb ganz besonders das Empowerment des Umfelds, also die Befähigung der Betreuungs- und Fachpersonen, eine zentrale Rolle.

**Sind vor allem in den Pflegeheimküchen die absoluten Kochprofis gefordert, um auf die verschiedensten gesundheitlichen Probleme eine gute Antwort zu finden?**

Ein zielgruppengerechtes Ernährungswissen ist in Institutionen aller Unterstützungsbereiche von Bedeutung, ganz besonders in grossen Einrichtungen mit entsprechend vielen unterschiedlichen Bedürfnissen. Im Altersbereich ist die Situation dabei sogar noch recht übersichtlich: Hier muss die Küche die verschiedenen Konsistenzstufen bis hin zur pürierten Kost beherrschen und mit Diabetes, Mangelerkrankung, salzarmer Kost sowie

der Lactose- und Glutenunverträglichkeit umgehen können. In Institutionen für Menschen mit schweren mehrfachen Behinderungen muss die Küche auf zum Teil sehr spezifische und hochkomplexe Ernährungsbedürfnisse eingehen können.

**Sie haben betreffend Behinderten- sowie Kinder- und Jugendinstitutionen das Empowerment des Umfelds genannt. Was meinen Sie damit genau?**

Für die Betreuungspersonen in einer sozialen Institution ist das Thema Ernährung weniger zentral, ja manchmal auch mit Frust verbunden. Dies deshalb, weil sie zum einen darauf achten sollen, dass sich die Bewohnenden gesund ernähren, und zum anderen ihnen aber auch die Freiheit lassen wollen, selbst bestimmen zu können, was sie essen möchten. Als Sozialpädagoge oder Sozialpädagogin steht man da in einem Spannungsfeld. Hinzu kommt, dass sie selber vielleicht auch nicht gut kochen können, dabei aber immer wieder Kochaufgaben übernehmen müssen.

**Und diese Herausforderungen lassen sich mit der Befähigung des Umfelds lösen...**

Ja, und zwar geht es darum, sowohl die Fachpersonen also auch die Bewohnenden für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren. Dies gelingt, wenn Betreuungspersonen das Thema Essen und Ernährung in einem spielerischen und lustvollen Sinn in die Alltagsaktivitäten einbauen. Das können Blinddegustationen mit Früchten sein oder die gemeinsame Menüplanung, wo durchaus auch Junkfood-Tage Platz haben können. Ganz wichtig ist auch die Vorbildwirkung. Wer zur Pause ein Red Bull trinkt, kann den Klientinnen und Klienten nicht gleichzeitig Äpfel verteilen.

**Wo sehen Sie die besonderen Anforderungen an Institutionen im Kinder- und Jugendbereich?**

Bei Kindern haben wir unter anderem die Aufgabe, das Geschmacksempfinden

zu prägen. Essen soll eine Forschungsreise sein, beim Geschmack, bei der Konsistenz und beim Aussehen. Es geht darum, das Interesse über ein vielfältiges, ausgewogenes und dem jeweiligen Alter der Kinder entsprechendes Angebot zu wecken. Ganz wichtig: Die Menüs und Gerichte werden vorgegeben, was probiert wird, entscheiden die Kinder selbst. Sie sollen aber auch Chicken Nuggets und Pommes frites essen können. Ganz wichtig ist weiter die Gestaltung des Essens: Eine ruhige und achtsame Atmosphäre kann gerade bei Kindern und Jugendlichen viel zur Stabilisierung in schwierigen Lebenssituationen beitragen. Auch in diesem Kontext ist die Vorbildfunktion der Betreuungspersonen zentral, da Kinder viel über Nachahmung lernen.

**Wie ist es möglich in Zeiten des Fach- und Arbeitskräftemangels, der Pflegeheime und soziale Institutionen generell stark fordert, all den Ansprüchen gerecht zu werden?**

Für eine gute Verpflegung zu sorgen, das liegt letztlich in der Verantwortung der Institutionsleitung. Sie muss alle am Verpflegungsprozess Beteiligten an einen Tisch bringen, auch die Verantwortlichen in der Küche, und den Austausch unter all den verschiedenen Berufsgruppen fördern. Und zwar unabhängig von einer bestimmten Personalsituation. Nur wenn die Küche, die Pflege und auch die Hauswirtschaft eingebunden sind, lässt sich eine hohe Lebensqualität für die Bewohnerinnen und Bewohner erzielen. ■

\* Christoph Roos ist Bildungsbeauftragter Gastronomie/Selbst- und Sozialkompetenz bei Artiset Bildung.



**Die Mahlzeit  
schmeckt**

«Das Auge isst mit», heisst es so schön. Bei Menschen mit Schluckbeschwerden löst der Anblick von pürierter Kost aber häufig keine Freude aus. Im Begegnungszentrum St. Ulrich in Luthern BE hat man ein Projekt lanciert, um die pürierte Kost optisch aufzuwerten. Diese Innovation wirkt auf die Betroffenen appetitanregend und kommt auch bei der Belegschaft an.

Von Monika Bachmann

Luthern liegt am Fuss des Napfs. Umgeben von Wäldern und eingebettet in eine sanfte Hügellandschaft, scheinen sich Fuchs und Hase hier gute Nacht zu sagen. Die Gegend könnte idyllischer nicht sein. Ganz hinten im Tal führt eine Strasse ins Innermoos hinauf, einer sonnigen Anhöhe mit Blick auf den Hausberg. Dort befindet sich das Begegnungszentrum St. Ulrich. Nur die abgelegene Lage deutet heute noch darauf hin, dass an dieser Stelle im 19. Jahrhundert eine Armenanstalt mit Waisenhaus stand. Später diente das Gebäude als Bürgerheim, daraufhin als Altersheim. Seit 2009 wird es als Generationenhaus geführt – junge und alte Menschen teilen ihren Alltag. Sie werden betreut, gepflegt, beschäftigt oder arbeiten aktiv im Betrieb mit, zum Beispiel im Garten, in der Haus- und Landwirtschaft oder der Gastronomie.

### Die Dinge besser machen

Die Küche spielt im Begegnungszentrum eine wichtige Rolle. Die naturnahe Lage widerspiegelt sich auch im Verpflegungskonzept. Man setzt auf lokale und regionale Produkte, ein Teil davon stammt aus dem betriebseigenen Bauernhof, der Milch, Fleisch und Eier liefert. Auch ein Gewächshaus und ein Garten gehören zum Betrieb. Der Menüplan richtet sich nach den Bewohnerinnen und Bewohnern, die unterschiedliche Bedürfnisse haben – ein anspruchsvolles Unterfangen, wie Küchenchef Iwan Kurmann zu bedenken gibt: «Man muss sich selbst immer wieder hinterfragen und überlegen, ob es Dinge gibt, die man besser machen könnte.» Beim Thema pürierte Kost sah er Handlungsbedarf: «Püriertes Essen sieht optisch häufig nicht ansprechend aus, in der Küche wird die Zubereitung dieser Mahlzeiten vernachlässigt», so seine Erfahrung. Obwohl im Begegnungszentrum von den insgesamt

62 Bewohnerinnen und Bewohnern nur vier auf Püriertes angewiesen sind, war es dem Küchenchef ein Anliegen, ihre Mahlzeiten zu optimieren.

### Ein Rezeptbuch für pürierte Kost

So absolviert er 2023 die Artiset-Weiterbildung «Koch in sozialen Institutionen» und lanciert im Rahmen dieses Lehrgangs ein Projekt, das auf Menschen mit Schluckbeschwerden ausgerichtet ist. Das Ziel ist klar: Die pürierten Mahlzeiten sollen zukünftig an den allgemeinen Menüplan angeglichen und ansprechend angerichtet werden. Um dieses Vorhaben umzusetzen und in der Institution zu verankern, nimmt er auch die Belegschaft ins Visier: «Ein solches Projekt kann nur gelingen, wenn die Mitarbeitenden →

#### GENERATIONENHAUS

Wo heute das Begegnungszentrum St. Ulrich steht, befand sich ab 1863 eine Armenanstalt, ab 1962 ein Bürgerheim und ab 1991 ein Alters- und Pflegeheim. Seit 2009 nennt sich die Institution Generationenhaus. Sie bietet Wohn-, Beschäftigungs- und Arbeitsplätze für Alt und Jung. Es leben 62 Menschen im Alter zwischen 20 und 95 Jahren an diesem Ort, das Durchschnittsalter liegt bei 70 Jahren. Mit dieser Generationenvielfalt soll laut den Verantwortlichen das «Gefühl einer Grossfamilie» entstehen. Bei den Bewohnerinnen und Bewohnern handelt es sich einerseits um Menschen, die eine Praktische Ausbildung (PrA) Schweiz abgeschlossen haben und im Betrieb mitarbeiten, oder um Personen mit einer psychischen Erkrankung, andererseits um ältere Menschen, die auf Betreuung und Pflege angewiesen sind. Das Begegnungszentrum besteht aus einem Haupthaus mit 46 Plätzen für Einzelpersonen oder Paare sowie umliegenden Aussenstationen mit weiteren 16 Plätzen, die aus Studios bestehen oder als WG geführt werden. Trägerschaft ist die Gemeinde Luthern.

Auch pürierte Kost kann Freude machen: Küchenchef Iwan Kurmann und Bewohner Peter Meier. Fotos: Marco Zanoni

JORDANIEN: Die Physiotherapeutin Rula Marahfeh trainiert mit Ahmed Darwesch. Er wurde im Jemen bei einer Explosion verletzt.  
© Peter Bräunig



## SPENDEN SIE ZUVERSICHT IN BANGEN MOMENTEN

Mit Ihrer Spende rettet **ÄRZTE OHNE GRENZEN** Leben:  
Mit **50 Euro** ermöglichen Sie z. B. das sterile Material,  
um die Wunden von 15 Patient\*innen zu versorgen.

Private Spender\*innen ermöglichen unsere unabhängige Hilfe – jede Spende macht uns stark!



Spendenkonto:  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE72 3702 0500 0009 7097 00  
BIC: BFSWDE33XXX

[www.aerzte-ohne-grenzen.de/spenden](http://www.aerzte-ohne-grenzen.de/spenden)



**MEDECINS SANS FRONTIERES**  
**ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**

Träger des Friedensnobelpreises

sensibilisiert und geschult sind», so die Erkenntnis von Iwan Kurmann. Deshalb wird im Begegnungszentrum ein interdisziplinäres Projektteam eingesetzt, das der Idee zum Durchbruch verhilft.

Das Ergebnis lässt sich sehen: Wenn heute beispielsweise Pouletbrust, Pommes frites, Erbsli und Rüeblli zum Mittagessen serviert werden, sind die herkömmliche und die pürierte Variante optisch kaum voneinander zu unterscheiden. Alle Personen, also auch jene mit Schluckbeschwerden, essen das gleiche Menü. Um dies zu ermöglichen, hat Iwan Kurmann eine ganze Reihe von neuen, verbesserten Rezepturen für pürierte Kost entwickelt und in einem digitalen Ordner zusammengefasst, auf dessen Grundlage die Produktion nun leichterfällt. Die Investition hat sich gelohnt. Bei den Betroffenen kommt der schön angerichtete Teller gut an: «Wir stellen fest, dass Personen mit Schluckbeschwerden seither mehr essen», freut sich der Küchenchef.

### Gewinn ohne Mehraufwand

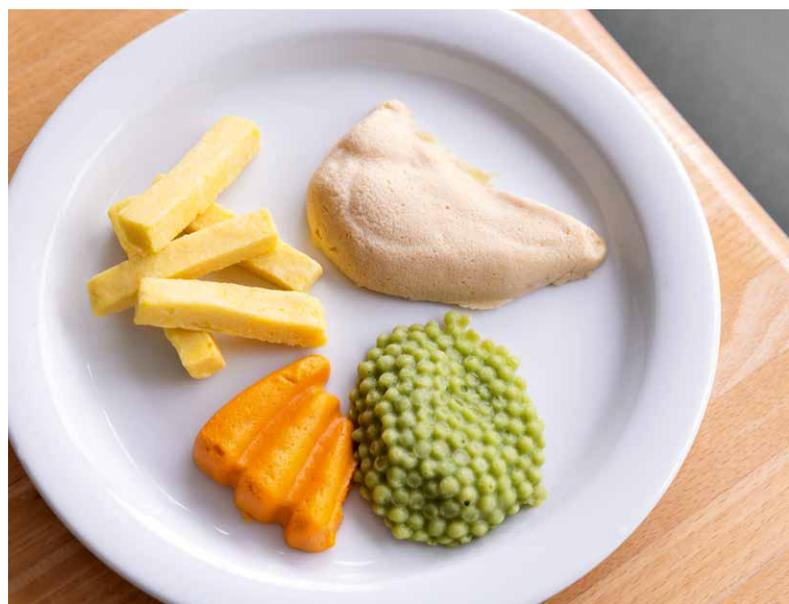
Die neue Praxis wird im Begegnungszentrum St. Urban seit Frühsommer 2023 angewandt. Der Mehraufwand hält sich in Grenzen, wie Iwan Kurmann ausführt: «Wir reservieren alle zwei Monate einen Arbeitstag für die Vorproduktion von pürierten Gerichten.» Das heisst: Lebensmittel kochen und pürieren, mit Verdickungsmitteln abbinden sowie mit Proteinen und Nährstoffen anreichern, in Formen abfüllen und einfrieren. Dank dieser Planung und den vorhandenen digitalen Rezepturen benötigt das Küchenteam keine zusätzlichen Ressourcen. Während der Projektphase hingegen war ein grosser Effort erforderlich: Die neuen Rezepturen mussten zuerst getestet werden, bevor sie auf den Menüplan kamen. «Wir haben im Haus einen Degustationsanlass durchgeführt, der auf breites Interesse gestossen ist», erzählt der Küchenchef. Alle geladenen Gäste seien gekommen, alle Abteilungen seien vertreten gewesen. «Die vielen positiven Feedbacks haben uns gezeigt, dass wir auf dem richtigen Weg sind», folgert er. In einem weiteren Schritt galt es, die Mitarbeitenden für das Thema Schluckbeschwerden zu sensibilisieren. Anstoss dazu gab eine interne, interdisziplinäre Schulung unter der Leitung einer externen Logopädin. Danach folgte ein Perspektivenwechsel: Mitarbeitende der Küche absolvierten während einer Mahlzeit einen Arbeitseinsatz bei der Pflege und beschäftigten sich mit den Themen Essen und Schluckbeschwerden.

### Mitgestalten und mitreden

Der Einbezug aller Beteiligten war dem Projektteam wichtig. Deshalb wurde nach der Einführung des neuen Konzeptes im Haus eine Umfrage lanciert, die zwei Wochen lang dauerte. Die Mitarbeitenden der Pflege und Betreuung leisteten dabei wertvolle Unterstützung. Sie holten die Meinungen der Bewohnerinnen und Bewohner ab und degustierten die Menüs auch selbst. Die ausgefüllten Fragebogen brachte man umgehend zurück in die Küche. «Somit sahen wir

**Alle Personen, also auch jene mit Schluckbeschwerden, essen das gleiche Menü. Um dies zu ermöglichen, hat Küchenchef Iwan Kurmann eine ganze Reihe von neuen, verbesserten Rezepturen für pürierte Kost entwickelt.**

zeitnah, ob die Gerichte gelungen oder Verbesserungen angezeigt waren», erklärt Iwan Kurmann. Die Umfrage ist längst abgeschlossen, doch Partizipation wird im Begegnungszentrum weiterhin grossgeschrieben. So gibt es beispielsweise eine Kochgruppe, die einmal im Monat mit Unterstützung des Aktivierungsteams ein Mittagessen zubereitet. Die Bewohnerinnen und Bewohner bringen ihre Wünsche ein und helfen beim Gestalten der Menüplanung. Eine wesentliche Neuerung gibt es seit 2024: Viermal im Jahr trifft man sich im Generationenhaus bei Kaffee und Kuchen zu einer Versammlung, um Anregungen und Feedbacks für die Küche entgegenzunehmen. Ein Trend zeichnet sich dabei ab: Die traditionelle Küche mit lokaler Verankerung ist im luzernischen Hinterland hoch im Kurs. Doch einige haben auch Lust auf Modernes und Exotisches. Tofu, Quinoa und Thai-Curry stehen jetzt auch auf dem Menüplan. ■



Pouletbrust, Rüeblli, Erbsli und Pommes frites: Die pürierte Variante unterscheidet sich kaum vom herkömmlichen Menü.

# «Wir sind für die Bewohnenden da, nicht für uns selbst»

Ein breiteres Zeitfenster für die Mahlzeiten am Mittag: Die Erfahrungen des Pflegeheims Rosenpark in Gersau SZ zeigen eindrücklich auf, wie sich damit die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner verbessern lässt. Die Flexibilisierung der Verpflegungsleistungen ist ein Gebot der Stunde. Ein Forschungsprojekt der ZHAW will die Institutionen in diesem Prozess unterstützen.

Von Elisabeth Seifert

Es war eine eigentlich recht unspektakuläre Änderung, die dann aber eine ganz neue, positive Dynamik ausgelöst hat: Vor rund einem Jahr ist im Alters- und Pflegeheim Rosenpark in Gersau SZ auf Initiative von Pascal Bühler, dem stellvertretenden Küchenchef, die Essenszeit am Mittag erweitert worden. Die rund 60 Bewohnerinnen und Bewohner können seither irgendwann zwischen 11 und 13.30 Uhr zu Mittag essen, egal ob in der Cafeteria oder auf der Demenzabteilung. Zuvor war dies nur von 11.30 bis 12.30 Uhr möglich. Die Zeiten für das Frühstück wurden im Gegenzug etwas reduziert, von 7.15 bis 9 Uhr (statt bis 9.30 Uhr).

Die Folgen dieser erhöhten Flexibilisierung sind erstaunlich: Nicht nur, dass die Bewohnerinnen und Bewohner die verlängerten Essenszeiten voll ausnützen und zum Beispiel erst nach einem ausgedehnten Spaziergang (oder

nach einem Skirennen) in der Cafeteria erscheinen – sie bleiben auch länger sitzen. «Früher war der Speisesaal um 12.30 Uhr leer», erinnert sich Pascal Bühler. «Jetzt bleiben die Leute da, jassen und reden miteinander, bis 13.45 oder 14 Uhr.» Einige bleiben sogar bis am Abend, während andere um 15 oder 16 Uhr wieder kommen, um einen Kaffee zu trinken oder die Zeitung zu lesen.

«Es lebt heute viel mehr», freut sich Initiant Bühler – und angesprochen auf die Gründe meint er: «Die Leute merken, dass wir auf ihre Wünsche eingegangen sind, dass sie willkommen sind und wir sie nicht so rasch wie möglich wieder loswerden wollen.» Immer wieder finden auch angeregte Diskussionen zwischen der Küche und den Bewohnerinnen statt, über das Essen und andere Themen. «Diese Gespräche müssen wir zwischendurch auch mal abklemmen, weil wir ja auch

noch arbeiten sollten», stellt Bühler lachend fest. Und: «Die Bewohnerinnen und Bewohner sind sehr dankbar für das, was wir für sie tun.»

## **Bessere Leistung bei gleichen Kosten**

In der Zwischenzeit ist die verstärkte Flexibilisierung auch beim Abendessen eingeführt worden, das neu von 17 bis 18.30 Uhr serviert wird (statt von 17.30 bis 18.00 Uhr). Angefangen hat alles damit, dass Pascal Bühler während des Lehrgangs Koch/Köchin in sozialen Institutionen von Artiset Bildung im Herbst 2022 einen Tag lang in der Pflege des «Rosenparks» mitgearbeitet hat, um die Gastronomieleistungen aus einer anderen Perspektive zu erleben. Mehrere Bewohnerinnen und Bewohner, die er zum Mittagessen begleitet hat, sagten ihm, dass sie eigentlich gar keinen Hunger hätten, weil sie gerade



Blick in den Speisesaal des «Rosenparks»: Um 11 Uhr kommen die ersten Bewohnerinnen und Bewohner zum Mittagessen. Die Mahlzeiten werden bis 13.30 Uhr serviert. Fotos: Rosenpark

**«Es lebt heute viel mehr. Die Leute merken, dass wir auf ihre Wünsche eingegangen sind, dass sie willkommen sind und wir sie nicht so rasch wie möglich wieder loswerden wollen.»**

**Pascal Bühler,  
stellvertretender Küchenchef**

erst gefrühstückt haben. In Rücksprache mit den Pflegenden stellte er fest, dass es täglich zu solchen Rückmeldungen kam. Bühler: «Die betroffenen Bewohnenden haben oft nur eine Suppe gegessen, was schnell eine Mangelernährung oder sogar eine Unterernährung zur Folge haben kann.»

Das Thema begann ihn immer mehr zu faszinieren, zumal er bereits an einem früheren Arbeitsort festgestellt hatte, dass flexiblere Essenszeiten und die damit verbundene Wahlfreiheit dazu beitragen können, dass gerade auch Menschen mit Demenz aktiver werden. Schnell war die Idee geboren, die Flexibilisierung von Verpflegungsleistungen zum Thema seiner Abschlussarbeit zu machen. Zunächst brauchte es allerdings noch etwas Überzeugungsarbeit, vor allem aufseiten der Heimleitung, die ihre Zustimmung unter anderem von einer Befragung der Mitarbeitenden abhängig machte. Bühler: «Bis auf wenige Ausnahmen haben sich alle rund 80 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter dafür ausgesprochen.» Mindestens so wichtig war für ihn eine Umfrage bei den

Bewohnenden. Gemeinsam mit dem Küchenchef nutzte er den regelmässig stattfindenden Bewohnenden-Höck, um deren Meinungen abzuholen und über das Vorhaben zu informieren. «Wir erlebten einen Gänsehautmoment», sagt Bühler und man spürt ihm noch heute an, wie sehr ihn dieses Erlebnis damals ergriffen hat. «Rund zwei Drittel aller Bewohnenden waren anwesend, was ich noch nie erlebt habe, und wir schauten in lauter glückliche Gesichter.»

Bühler stellte daraufhin eine Projektgruppe zusammen, mit den Leitenden sämtlicher Pflegeheimabteilungen. «Auf diese Weise erreichten wir, dass wir alle vom Gleichen reden und dass wir uns alle auf dem gleichen Weg befinden.» In den Diskussionen mit den am Projekt Beteiligten betonte er dabei immer wieder: «Wir sind für die Bewohnerinnen und Bewohner da, nicht für uns selbst.» Und dennoch: Die neue Organisation berücksichtigt auch die Bedürfnisse der Mitarbeitenden. Um die längeren Essenszeiten am Mittag und am Abend ohne zusätzliches Personal zu stemmen, hat die Projektgruppe unter der Leitung →

## Im Fokus

von Pascal Bühler für die Küchenmitarbeitenden die bei vielen unbeliebten Zimmerstunden respektive geteilten Dienste abgeschafft. In der Zwischenzeit haben auch alle anderen Abteilungen auf eine Arbeitsplanung ohne solche Dienste umgestellt.

### Offen sein für fortlaufende Anpassungen

Mit den flexibel gestalteten Essenszeiten war und ist es aber noch nicht getan. Bühler: «Wir kamen in der Projektgruppe zum Schluss, dass wir nichts in Stein meisseln dürfen und offen sein müssen für laufende Anpassungen.» Neben den erweiterten Verpflegungszeiten zu Mittag und am Abend hat Bühler den Suppen-Service neu organisiert. Statt mit einem Wagen durch den Speisesaal zu fahren

und dabei Lärm und Unruhe zu verursachen, gibt es Tellerservice. Seit Längerem bereits arbeitet die Küche mit neuen technologischen Möglichkeiten, um die Produkte so gesund und gleichzeitig so effizient wie möglich zuzubereiten, was eine breitere Auswahl an Gerichten ermöglichen soll. Gerade eben, per 1. Februar 2024, wird neben den gängigen Menüs ein veganes Gericht angeboten.

«Praktisch jeden Monat gibt es irgendetwas Neues», so Bühler. «Manchmal müssen wir uns selbst bremsen, um uns nicht zu überfordern.» Der «ganz grosse Schritt» werde ohnedies erst dann möglich, sobald der geplante Neubau realisiert sei. Die Planungen für den Bereich Gastronomie, den Pascal Bühler dann übernehmen wird, laufen aber bereits auf Hochtouren.

Neben einer Diät- und einer Produktionsküche wird es dort eine Frontküche geben, wo die Speisen erwärmt und angerichtet werden und die Bewohnenden in einen unkomplizierten Austausch mit der Küche treten können. Zudem werden die eher starren Menüs durch frei wählbare Module aus den drei Bereichen Kohlehydrat-Beilagen, Gemüse sowie Fisch-Fleisch-Vegi/Vegan ersetzt. «Die Bewohnenden sollen ihre Menüs gemäss ihren Vorlieben und Bedürfnissen selbst zusammenstellen können.»

### Individuellen Ansprüchen genügen

Die Notwendigkeit, sich mit flexiblen Verpflegungsleistungen immer besser an den Bedürfnissen der Bewohnerinnen und Bewohner zu orientieren, dürfte in Zukunft an Bedeutung gewinnen. Dies macht gerade auch die Forschungsarbeit einer Gruppe von Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler am Institut für Facility Management der ZHAW deutlich. «Die Seniorinnen und Senioren, die in den kommenden Jahren in die Pflegeheime eintreten werden, haben sehr individuelle Ansprüche», sagt Professor Thorsten Merkle, Leiter der Kompetenzgruppe Hospitality und Service Management am Institut. «Der Wunsch nach Selbstbestimmung zieht sich durch das ganze Leben der Babyboomer-Generation und hört auch nicht einfach auf, wenn sie im höheren Alter auf Pflege angewiesen sind.»

Mit Blick auf ein grösser angelegtes Forschungsprojekt hat Thorsten Merkle gemeinsam mit seinen Kolleginnen und Kollegen Experteninterviews sowie eine Umfrage bei Alters- und Pflegeheimen durchgeführt, um die sich verändernde Nachfrage von Bewohnenden in Erfahrung zu bringen sowie die Bedingungen, unter denen die Heime ihre Dienstleistungen erbringen. In erster Linie sind dies der Arbeitskräftemangel sowie beschränkte finanzielle Ressourcen, aber auch – gleichsam aufseiten der Chancen – die Möglichkeiten infolge der Digitalisierung.

Die aufgrund der Befragungen erstellte Vorstudie heisst denn auch

Anzeige



**Weiterbildung an der BFH**

CAS Gerontologie – Alter(n) mitgestalten | Start: Mai 2024

CAS Forensic Nursing in der Pflege | Start: November 2024

Fachkurs Ältere Menschen und Angehörige systemisch und ressourcenorientiert beraten | Start: April 2024

Fachkurs Führen und geführt werden – erlebt und gelebt  
Start: Oktober 2024

Kurs Projektcoaching und Prozessbegleitung | Start:  
September 2024

[bfh.ch/gesundheit/weiterbildung](https://bfh.ch/gesundheit/weiterbildung)  
► Gesundheit



«Erhöhung des Wohlergehens von Bewohnenden in Alters- und Pflegeheimen durch Flexibilisierung der Verpflegungsleistungen mithilfe von Technologie». Die Bewohnenden werden vermehrt selbst entscheiden wollen, wann und wo sie essen möchten, fasst Merkle zentrale Resultate der Befragung zusammen. Es brauche zudem eine breitere Menüauswahl respektive eine flexiblere Menügestaltung: «Die Seniorinnen und Senioren wollen zudem vermehrt auf Hintergrundinformationen zu den Nahrungsmitteln zugreifen können und ihre Vitalfunktionen managen.»

### Die neuen technologischen Möglichkeiten nutzen

Es lohne sich, solchen Bedürfnissen zu entsprechen, betont Merkle. «Ernährung trägt viel zu Gesundheit und Wohlbefinden bei», wie der Wissenschaftler gerade auch aus Projekten mit Spitälern weiss. Um den zunehmend vielfältiger werdenden Ansprüchen gerecht zu werden, bieten die neuen technologischen Möglichkeiten eine grosse Unterstützung, so Merkle – gerade

## «Wir wollen gemeinsam mit Pflegeheimen Lösungen entwickeln, welche die geforderte Flexibilität bieten.»

Thorsten Merkle, Professor am Institut für Facility Management der ZHAW

auch vor dem Hintergrund knapper finanzieller und personeller Ressourcen.

Um die Alters- und Pflegeheime in diesem Prozess zu unterstützen, wird die Forschungsgruppe an der ZHAW rund um Thorsten Merkle im Frühling ein entsprechendes Projekt beantragen. «Wir wollen gemeinsam mit Pflegeheimen Lösungen entwickeln, die die geforderte Flexibilität bieten.» Es gehe dabei wesentlich darum, verschieden geartete Bewohnerbedürfnisse und auch die unterschiedlichen Grössen und Strukturen der Institutionen zu

berücksichtigen. Thorsten Merkle: «Wir möchten spezifische Lösungen für verschiedene Typen von Heimen und Bewohnendengruppen erarbeiten.»

Bereits im Prozess der Antragsstellung wird das Projekt von einem Beirat begleitet, der sich aus Fachleuten aus allen Landesteilen zusammensetzt, unter anderem aus Heimen oder dem Seniorenrat. «Wir stellen ein sehr grosses Interesse fest», freut sich Merkle. Es hätten sich auch bereits Institutionen gemeldet, die sich am Projekt beteiligen möchten. ■



Das Pflegeheim Rosenpark in Gersau: Die Flexibilisierung der Dienstleistungen trägt viel zum Wohlbefinden bei.



Jsabelle Bader, stellvertretende Leiterin Verpflegung  
im «Landenhof»: «Es gilt nicht nur aufzustellen,  
was die Kinder und Jugendlichen am liebsten mögen,  
sondern auch, was gesund ist.» Fotos: Marco Zanoni

# Für Kinder kochen – das ist ein Kunststück

Am Landenhof Zentrum für Hören und Sehen in Unterentfelden AG hat das Küchenteam ein Ernährungskonzept ausgetüftelt, um den Kindern und Jugendlichen leckeres und zugleich gesundes Essen zu bieten. Für das gemeinsame Kochen mit den Kindern erhielt der Landenhof sogar eine Auszeichnung. Aktuell lernen alle Mitarbeitenden, wie sie auf die besonderen Bedürfnisse von Kindern mit Sehbeeinträchtigung eingehen können.

Von Claudia Weiss

Jsabelle Bader bleibt stehen: Auf einem Rolli in der Küche liegt ein Zettel. Er ist an die «Liebi Chuchi» adressiert, und sie liest ihn gespannt. «Ich han die Sandwich gestern Abig mega lecker gefunde», steht da in einer hübschen Mädchenschrift, verziert mit Sternen und einem Smiley. «Gerne noch mehr davon», heisst es dann: «Ich schätze allgemein sehr das Essen, das ihr für uns kocht.»

Solche Rückmeldungen freuen Jsabelle Bader, stellvertretende Leiterin Verpflegung des Landenhofs. Sie schmunzelt und sagt: «Offenbar machen wir unsere Arbeit gut.» Diese Wertschätzung ist nicht selbstverständlich, die Kundschaft im Zentrum für Hören und Sehen in Unterentfelden AG ist anspruchsvoll: Rund 100 Kinder und Jugendliche von Tagesschule und Wocheninternat «Hören» essen aktuell täglich am Landenhof. Und gleichzeitig rund 80 Erwachsene, teils Lehrpersonen oder Mitarbeitende, manchmal auch externe Dozentinnen und Dozenten oder Seminargäste. «Normalerweise kochen wir über 150 Mittagessen», erklärt Bader. Die grösste Herausforderung dabei: «Es gilt nicht nur aufzustellen, was die Kinder und Jugendlichen am liebsten mögen. Sondern auch, was gesund ist.»

## Ein Konzept für gesunde Ernährung

Was gesund ist, legte das Team bereits vor 20 Jahren in einem fein ausgearbeiteten Ernährungskonzept fest. Dieses wird

laufend weiterentwickelt: «Die am Landenhof für alle Kunden zubereiteten Mahlzeiten haben vor allem für die Kinder und Jugendlichen klaren Modellcharakter und entsprechen dem optimalen Tellermodell», heisst es dort. Primär gilt die Ernährungsscheibe der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE, alle zwei Jahre wird das Konzept durch den bereichsübergreifenden «Qualitätszirkel Ernährung» überprüft. Darin sind die wichtigsten Elemente rund um die Ernährung von Kindern und Jugendlichen einfach und alltagsnah dargestellt. Der Grundsatz lautet: «Gesunde Ernährung für Kinder und Jugendliche liefert alle wichtigen Nährstoffe, welche für das geistige sowie körperliche Wachstum notwendig sind.»

Für die Kinder und Jugendlichen am Landenhof bedeutet das, sie sollen «Wasser trinken, Gemüse und Früchte essen, regelmässig essen, abwechslungsreich essen, mit allen Sinnen geniessen und in Bewegung bleiben». Und für das Küchenteam heisst das, zwar «Bedarf und Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zu berücksichtigen», aber auch «auf Qualität und Quantität zu achten». Frittiertes beispielsweise gibt es maximal alle drei Wochen, ansonsten ist das Küchenteam gefordert, gesündere Varianten verlockend zuzubereiten. «Ganz klar ist», sagt Jsabelle Bader, «dass die Speisen frisch zubereitet werden. Wir kochen abwechslungsreich, ausgewogen, gesund, saisongerecht und nach Möglichkeit mit Produkten von regionalen Produzenten.» →

## Im Fokus

Allerdings finden Kinder und Gemüse oft nicht so einfach zusammen. Das wissen alle, die schon einmal für Kinder gekocht haben. Wie Jsabelle Bader Wünsche und Ideale zusammenbringt? Sie lacht. Einiges wisse man einfach, wenn man vorwiegend für Kinder koche. «Alles andere lernt man sehr schnell aus der täglichen Erfahrung.» Konkret heisst das: Keine mit Gemüse vermischten Beilagen, sonst beginnen viele gar nicht erst mit Essen. Auch vermeidet Jsabelle Bader, Erbsen in einem Menu unterzumischen: «Einige Kinder würden bis 15 Uhr dasitzen und jedes einzelne Erbsli sorgfältig herausuchen.» Darum liegen Erbsen immer schön separat neben den anderen Speisen. «Und wichtig ist auch: Keine Gurken im Sandwich! Sonst liegen sie erfahrungsgemäss am Nachmittag im ganzen Wald.» Auch Pünktchen von Muskatnuss beispielsweise oder Petersilien-Kartoffeln gingen für viele gar nicht. «Wir bieten eine klare, ehrliche Küche ohne Traritrara», fasst Jsabelle Bader zusammen. Dafür sei auch ab und zu eine Tafel Schokolade vorgesehen. «Das ist kein Problem, wenn sich die Kinder und

**«Das Prinzip der Landenhof-Küche lautet: Wir versuchen, gesundes Essen für die Kinder so schmackhaft wie möglich zu machen, zwingen aber niemanden.»**

**Jsabelle Bader, stellvertretende Leiterin Verpflegung**

Jugendlichen sonst so ausgewogen ernähren», sagt sie. Mittlerweile sei es für viele so selbstverständlich, Wasser zu trinken, dass sogar schon Süssgetränke abgelaufen seien, erzählt sie fröhlich. Auch Ketchup sei schon über das Datum hinaus liegengelassen. Das Prinzip der Landenhof-Küche: «Wir versuchen, Sachen schmackhaft zu machen, zwingen aber niemanden.» Für die Erziehung seien nicht sie von der Küche verantwortlich, sondern die Eltern. Oder bei den Wohngruppen, sowohl im Tageshort als auch im Wocheninternat, die Sozialpädagoginnen und -pädagogen.

Diese ihrerseits schätzen die enge Zusammenarbeit mit der Küche enorm: «Wenn ich einen Wunsch habe, kann ich diesen einfach per Intranet oder Zettel einreichen oder sogar kurzfristig per Telefon in der Küche etwas nachbestellen», sagt Sozialpädagogin Sandra Hoher, Leiterin der Wohngruppe Herkules. «Ich habe das noch nirgendwo anders so unkompliziert erlebt.» Um 11.45 Uhr holen alle Wohngruppen ihren Rolli mit den Essensboxen in der Küche ab und verteilen sich in den verschiedenen Zimmern gruppenweise um die Tische. So sitzen sie einander gegenüber und können von den Lippen absehen. Auch auf den Wohngruppen gilt: Will ein Kind etwas partout nicht essen, wird es ermuntert, es doch einmal zu probieren, aber zu nichts gezwungen. «Ich kenne Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störung, die jeden Tag nur Teigwaren pur essen wollen», erklärt Jsabelle Bader. «Und das darf hier sein.»

### **Pädagogisches Kochen mit Kindern**

Zum Ernährungskonzept gehören aber auch schön gedeckte Tische, gemeinsames Anfangen und Beenden der Mahlzeit, Tischmanieren und Gespräche untereinander am Esstisch. Ausserdem sollen die Schülerinnen und Schüler lernen, für ihre Ernährung Verantwortung zu übernehmen. Als noch mehr Kinder und Jugendliche im Internat wohnten, bot Jsabelle Bader deshalb am Mittwoch jeweils ein «Kochen mit Kindern» an. Dabei

Anzeige



## Wir sind für Sie da

Eine gut geplante und sorgfältig umgesetzte Spendenkampagne kann finanzielle Mittel für Ihr dringend notwendiges Bauprojekt generieren.

Gemeinsam mit Ihnen eruiieren wir, ob Ihre Institution die Vorbedingungen für eine erfolgreiche Spendenkampagne mitbringt. Gerne unterstützen wir Sie mit unserem Knowhow aus 32 durchgeführten Kampagnen und 182 Mio. gesammelten Spendenfranken bei der gesamten Planung und Umsetzung.

Mario Tonet

Mario Tonet  
tonet-fundraising.ch

U. Eichenberger

Ursula Eichenberger  
gutes-tun.jetzt

**«Wenn ich einen Wunsch habe, kann ich diesen einfach per Intranet oder Zettel einreichen oder sogar kurzfristig per Telefon in der Küche etwas nachbestellen. Ich habe das noch nirgendwo anders so unkompliziert erlebt.»**

Sandra Hoher, Sozialpädagogin



Kräftige Farben und gut erkennbare Kontraste – auch auf dem Teller: Das ist ganz besonders für Kinder mit einer Sehbeeinträchtigung von Bedeutung.

sollten die bis zu acht Kinder lernen, woher das Essen überhaupt kommt und wie eine Mahlzeit entsteht. So rüsteten, schnitzelten und kochten sie gemeinsam leckere Gerichte aus aller Welt. «Manchmal machte ich Themenachmittage, einen griechischen, einen italienischen, jeweils altersmässig abgestimmt und manchmal mit Rezepten, die die Kinder selber mitbrachten.» Unterstützt wurde Jsabelle Bader jeweils von einer Sozialpädagogin. Und sie machte es gerne: «Ich versuchte Kindern, die schnödeten, es gebe immer nur Kartoffeln, zu zeigen, was sich damit alles Schmackhaftes und Gesundes herstellen lässt.» Genau das ist laut Ernährungskonzept das Ziel: «Das gemeinsame Kochen soll neue Sinneserlebnisse vermitteln.»

Und die Kinder, ausgestattet mit Kochmütze und Schürze, fanden diese Nachmittage jeweils ebenso toll wie Jsabelle Bader. Nach vollbrachter Arbeit hätten sie alle gemeinsam in der Cafeteria gegessen. «Und natürlich schmeckte das Selbstgekochte allen viel besser!» Für dieses Projekt unter dem Motto «Gemeinsam Kochen, Essen und Geniessen» erhielt der Landenhof vor einigen Jahren eine Auszeichnung von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung und der Berner Fachhochschule. Aber diese Nachmittage, bedauert Bader, liessen sich heute nicht mehr so einfach durchführen, seit mehr Kinder und Jugendliche nur noch tagüber am Landenhof essen: Inzwischen sind nur noch zwei Internatsgruppen geblieben.

### **Neu auch Kinder mit Sehbehinderung**

Ab Sommer 2024 besuchen dafür neu auch Kinder und Jugendliche mit Sehbeeinträchtigung den Landenhof. Die Mitarbeitenden, inklusive Küchenteam, lernen deshalb in

den nächsten Monaten, wie sie sich auf die besonderen Bedürfnisse der neuen Schülerinnen und Schüler vorbereiten können. «Für die Küche heisst das zum einen, dass sie auf den Tellern mit kräftigen Farben und gut erkennbaren Kontrasten arbeiten», erklärt Petra Persello, Leiterin Visio-pädagogischer Dienst. «Blumenkohl, Kartoffeln und Poulet sind dann zumindest optisch nicht so angesagt.» Den Kindern helfe es auch, die Teller immer in derselben Anordnung anzurichten und die Wege durch die Wohngruppenküche freizuhalten. Oder wenn der Menüplan sehr einfach und ohne Bilder gestaltet ist.

Das sind zusätzliche Anforderungen für das Küchenteam. Die Liste an der Wand, die dem Küchenteam die vielen verschiedenen Bedürfnisse auf einen Blick präsentiert, ist schon jetzt ausgeklügelt. Jsabelle Bader zeigt auf die Plakate und erklärt: «Hier sehen wir: Wer hat ein Wunschmenü eingegeben? Welche Wohngruppe ist auf Schulreise, Schlittelausflug oder Exkursion und braucht Lunchpakete?» Für diese Gruppen packt das Küchenteam sorgfältig Lunchboxen ab – «ganz normale» Boxen, aber auch vegane, laktosefreie, glutenfreie, solche ohne Butter oder ohne Schweinefleisch. Auf Zwiebeln verzichtet das Team ohnehin. Manchmal huschen Kinder und Jugendliche in die Küche und geben Zettel mit Sonderwünschen ab. Und die Küche macht sie meistens möglich.

Für das Küchenteam sei das zwar eine Herausforderung, sagt Jsabelle Bader, aber sehr befriedigend: «So kommen wir direkt in Kontakt mit den Kindern und Jugendlichen – und diese wiederum sehen, wie viel Arbeit hinter den vielen Mahlzeiten steht.» Im Idealfall finden die Jugendlichen dann die Speisen so lecker, dass sie in kleinen Briefen an die Küche schreiben: «Bitte mehr davon!» ■

**Die Ängste  
und Sorgen  
hinter den  
Essstörungen  
erkennen**

Essstörungen haben vielschichtige Ursachen, die das Ergebnis einer Wechselwirkung von psychologischen, sozialen und biologischen Einflüssen sind. Ingrid Hürlimann\*, eine spezialisierte Ernährungsberaterin, erläutert in ihrem Text, welche Unterstützung notwendig ist, um junge Menschen auf ihrem Weg zu einem gesunden Essverhalten zu begleiten. Dabei betont sie, dass die Gesellschaft als Ganzes eine Verantwortung trägt.

**E**ssstörungen sind ernsthafte psychische Krankheiten, die erhebliche Auswirkungen auf die körperliche und emotionale Gesundheit haben. Eine Magersucht (Anorexia nervosa), Ess-Brechsucht (Bulimia nervosa) oder Essattacken mit Kontrollverlust (Binge Eating) können sich generell in jedem Lebensalter manifestieren. Häufig treten sie jedoch erstmals in der Adoleszenz auf, also in der Phase zwischen Kindheit und Erwachsenenalter. In dieser Lebensphase, die von der Suche nach Identität und der Entwicklung von Autonomie geprägt ist, spielt sowohl die körperliche als auch die psychosoziale Entwicklung eine entscheidende Rolle. Dieser Lebensabschnitt zeichnet sich durch eine erhöhte Verletzbarkeit und Unsicherheit aus, was einen bedeutsamen Faktor darstellt, der das vermehrte Auftreten von Essstörungen in diesem Alter erklären kann.

### **Familiäre Essverhaltensmuster**

Es gibt jedoch viele Faktoren, die zu einer Essstörung führen. Auf der persönlichen Ebene spielen etwa ein niedriges Selbstwertgefühl, Perfektionismus und die Nutzung von Essgewohnheiten als Bewältigungsmechanismus für emotionale Belastungen eine entscheidende Rolle. Hinzu kommen genetische und hormonelle Einflüsse. In meiner beruflichen Praxis beobachte ich auch wiederholt, dass familiäre Essverhaltensmuster einen erheblichen Einfluss auf die Entstehung von Essstörungen haben können. Zusätzlich tragen gesellschaftliche Faktoren, wie unrealistische Schönheitsideale und der Druck zur Selbstoptimierung, massgeblich dazu bei. Heutzutage wird dies durch den Konsum der verschiedenen Social-Media-Kanäle verstärkt, welche besonders von Jugendlichen intensiv genutzt werden.

Um die Komplexität von Essstörungen zu veranschaulichen, gebe ich einen Einblick in die Geschichte von Lea (Name geändert): Die Gymnasiastin kam gemeinsam mit ihrer Mutter zu einem ersten Beratungstermin. Die einst sportliche und fröhliche junge Frau hatte im Verlauf eines halben Jahres einen massiven Wandel durchlebt. Ihr Essverhalten änderte sich drastisch, sie zog sich zurück, wurde depressiver und reagierte zuhause oft dünnhäutig. Nachdem eine Magersucht diagnostiziert wurde, begann sie eine psychotherapeutische Behandlung, und zudem wurde die Einbeziehung einer spezialisierten Ernährungsberaterin empfohlen.

### **Ambivalente Haltung**

Wie bei vielen Jugendlichen zeigte sich auch bei Lea im Verlauf des ersten Gesprächs eine ambivalente Haltung. Zum einen brachte sie sehr klar zum Ausdruck, dass ihr Essverhalten auch für sie zu einem Problem geworden ist. Sie nannte etwa den Mangel an Energie, soziale Isolation von Freunden und Schlafprobleme. Zum anderen aber zeigte sie auch eine erhebliche Angst davor, gezwungen zu werden, zuzunehmen, und äusserte das Gefühl, dass ihr Bauch und ihre Beine nach wie vor zu dick seien.

Um junge Menschen für weitere Beratungsgespräche zu öffnen, ist es wichtig, ihre Perspektive zu verstehen und eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen. Gleichzeitig gilt es, auch den Familien, die oft über einen längeren Zeitraum hinweg belastet sind, Unterstützung anzubieten. Um Emotionen und Gedanken greifbar zu machen, haben sich gemäss meiner Erfahrung Veranschaulichungen sehr bewährt. Lea konnte sich besonders mit dem folgenden →

Bild gut identifizieren: So wie wir in der Lage sind, den Atem anzuhalten und ein paar Meter unter Wasser zu tauchen, die einen mehr und die anderen weniger, können wir auch den Hunger ignorieren, die einen für eine kürzere, die anderen für eine längere Zeit. Magersüchtige sind in der Lage, immer tiefer zu tauchen. Am Anfang werden sie oft bewundert, erhalten Komplimente und Anerkennung, bis plötzlich den Umstehenden klar wird, dass sich diese in gefährlichen Tiefen befinden. Doch die Magersüchtigen lockt weiter die Tiefe. Den Drang zu atmen erfolgreich zu überwinden, kann Glücksgefühle auslösen und das Gefühl von Kontrolle und Sicherheit vermitteln. Doch es kommt der Moment, in dem auch ihnen klar wird, dass es gefährlich wird, und sie wieder auftauchen sollten. Hier kommt die Ambivalenz ins Spiel: «Ich weiss, es ist gefährlich, aber was wäre, wenn ich noch weiter hinunterginge?»

Viele Betroffene tragen zudem metaphorisch eine Tauchbrille. Sie schafft eine Art Tunnelblick, der ihre Perspektive verändert und sie dazu bringt, sich intensiv auf vermeintliche Defizite und Unzulänglichkeiten zu konzentrieren.

In meinen Beratungsgesprächen teile ich diese Metapher regelmässig mit meinen Klientinnen. Oft können sie mir präzise zeigen, wo sie sich in diesem Bild befinden: ob sie noch im Abtauchen sind, sich im Umkehrpunkt befinden oder bereits im Aufstieg sind.

### Einen anstrengenden Weg auf sich nehmen

Die Metapher ermöglicht es mir, meine Rolle als Beraterin aufzuzeigen, ich bin die Begleiterin beim Auftauchen. Dieser Prozess ist schwierig, da das Auftauchen allein noch nichts an den bestehenden Wetterbedingungen ändert, den eigentlichen Gründen, warum die Magersucht eine so vertraute Begleiterin geworden ist. Gleichzeitig wird die Bedeutung des Atmens deutlich, um den Stürmen und Unwettern über der Wasseroberfläche standhalten zu können und wieder die schönen Momente des Lebens geniessen zu können. Die zentrale Frage, die sich aus dieser Metapher ergibt, lautet: «Warum sollte ich überhaupt auftauchen? Was motiviert mich dazu, diesen anstrengenden Weg auf mich zu nehmen?»

Leas Motivation, aufzutauchen, ist, wieder Kraft und Energie zu haben, um nach dem Gymnasium zu studieren, auf Reisen zu gehen und später eine Familie zu gründen. Ihre grösste Angst ist, nicht zu genügen, nicht wahrgenommen zu werden und nicht liebenswert zu sein. Ihr Bedürfnis nach Anerkennung, Wertschätzung und Liebe ist absolut verständlich, jedoch ist es wichtig, dass sie erkennt, dass eine Magersucht dafür nicht die Lösung ist.

### Regeln und Verbote

Um so tief abzutauchen, folgen Magersüchtige inneren Regeln. Lea erlaubte sich, nur Gemüse, Salat und einige Obstsorten zu essen. Joghurt und Quark etwa lösten bereits ein schlechtes Gewissen aus. Brot, Teigwaren, Zucker, Fettiges und vieles mehr standen auf der Verbotsliste. Ausserdem hatte sie viele Verhaltensregeln, wie nicht vor 12 Uhr zu essen. Brach sie eine dieser Regeln, stürzte sie in ein tiefes Loch und kompensierte es mit noch strengem Nahrungsentzug oder Sportübungen in ihrem Zimmer.

Leas Regelwerk ähnelt den Erfahrungen, die ich mit vielen Klientinnen mache. Gesunde Nahrungsmittel werden mit einer gesunden Ernährung verwechselt, während Zucker, Fett und Kohlenhydrate zu Bösewichten erklärt werden. Wichtig ist es, solche Ängste ernst zu nehmen, aber gleichzeitig dabei zu helfen, schrittweise von der rigiden Ernährung zu einer flexiblen, bedarfsdeckenden Ernährung zu gelangen.

Da Lea verlernt hat, «intuitiv zu atmen», haben wir vereinbart, dass sie über eine gewisse Zeit hinweg nicht mehr selbst ihre Mahlzeiten auswählt und portioniert, sondern dass ihre Eltern diese Aufgabe übernehmen. Es liegt aber in ihrer Freiheit zu entscheiden, ob und wie viel sie isst. In ihrem Essverhalten soll sie sich dabei von ihren Zielen leiten lassen und nicht von ihrem inneren Zwiespalt. Auf diese Weise überlegt sie nicht mehr, was und wann sie essen soll, sondern wozu. Sie kann wieder lernen, was normale

Anzeige

AKTIVIERUNG



;medi

**HÖHERE FACHSCHULE  
FÜR AKTIVIERUNG AM PULS DER PRAXIS**

**HF Diplom** 3-jährige Vollzeitausbildung  
Dipl. Aktivierungsfachfrau HF  
Dipl. Aktivierungsfachmann HF  
> Mehr zum Aufnahmeverfahren unter [medi.ch](https://www.medi.ch)



---

**Weiterbildungsangebote**  
für Aktivierungsfachpersonen HF  
(Ermässigung für SVAT-Mitglieder)



**Zertifikat FAB**  
Fachperson in aktivierender Betreuung  
Fachverantwortliche/r in Alltagsgestaltung und Aktivierung  
> Mehr zu den Weiterbildungsangeboten unter [medi.ch](https://www.medi.ch)

medi | Zentrum für medizinische Bildung | Aktivierung HF  
Max-Daetwyler-Platz 2 | 3014 Bern | Tel. 031 537 31 10 | [at@medi.ch](mailto:at@medi.ch)



**«Gesellschaftliche Faktoren wie unrealistische Schönheitsideale und der Druck zur Selbstoptimierung tragen massgeblich zu Essstörungen bei. Durch die Social-Media-Kanäle wird dies heute zusätzlich verstärkt.»**

Ingrid Hürlimann

Portionen sind und wie ein gesunder Essrhythmus aussieht. Ein weiterer positiver Aspekt ist, dass der Familientisch entlastet wird. Die Eltern stellen das Essen zur Verfügung, jedoch wird am Tisch nicht mehr darüber gesprochen und diskutiert. Alle Gefühle und Fragen, die bei Lea aufkommen, sollen ausserhalb des Familientischs oder in der Therapie besprochen werden.

### **Interdisziplinäre Zusammenarbeit**

Aus einer Essstörung zu kommen, ist für die Betroffenen und die Angehörigen ein langer, anstrengender Prozess. Ein entscheidender Faktor auf dem Weg der Genesung von Essstörungen ist das Vorhandensein eines starken Unterstützungsnetzwerks. Sowohl die Unterstützung durch die Familie, Lehrer und Freunde wie auch fachliche Unterstützung durch Mediziner, Psycho- und Ernährungstherapeuten spielen eine zentrale Rolle.

Bei Jugendlichen zeigt sich, dass der familienbasierte Therapieansatz besonders erfolgsversprechend ist. Dieser Ansatz integriert die Familien aktiv in den Therapieprozess. Die Eltern werden befähigt, ihr Kind aktiv zu unterstützen, ein gesundes Normalgewicht zu erreichen, dieses zu halten und langfristig gesunde Essgewohnheiten zu fördern. Die Betreuung der Jugendlichen erfordert ein einfühlsames und individualisiertes Vorgehen. Jeder Fall ist einzigartig, und die Herausforderung besteht darin, gemeinsam mit den Betroffenen und ihren Familien Lösungswege zu entwickeln. Es ist entscheidend, nicht nur die physische, sondern auch die psychische Gesundheit zu stärken und die Ursachen der Essstörung aufzuarbeiten.

Lea hat ein intensives Jahr hinter sich. Sie hat Fortschritte gemacht, aber auch Rückschläge erlebt. Trotzdem hat sie es geschafft, das kritische Untergewicht zu überwinden. Ängste

bezüglich ihres Körpers sind nach wie vor präsent und können in bestimmten Situationen aufflackern. Das Essen in unvertrauter Gesellschaft fällt ihr nach wie vor schwer, und Bemerkungen zu ihrem Äusseren oder ihrem Essverhalten sind für sie nur schwer zu ertragen. Ihre Fröhlichkeit und Offenheit hat sie jedoch grösstenteils zurückerobert, und sie sieht wieder eine positivere Zukunft vor sich.

### **Gesellschaftliche Verantwortung**

Essstörungen sind ernsthafte Erkrankungen, die erhebliches Leid wie auch Kosten verursachen. Daher ist die Prävention von entscheidender Bedeutung. Besonders möchte ich auf die gesellschaftliche Verantwortung hinweisen. Jeder Einzelne kann durch bewusstes Handeln und eine positive Vorbildfunktion dazu beitragen, kollektive Veränderungen herbeizuführen. Mit den folgenden Fragen möchte ich Sie einladen, sich selber zu reflektieren: «Wie sieht mein persönliches Essverhalten aus? Ist es ausgewogen und genussvoll, oder halte ich mich an starre Regeln? Strebe ich nach einem gesunden oder nach einem perfekten Körper? Welche Bedeutung gebe ich meinem Äusseren, bin ich mich ständig am Optimieren? Wie beeinflusst mein Verhalten möglicherweise mein Umfeld, insbesondere junge Menschen, in Bezug auf ihre Einstellungen zu Ernährung, Schönheitsidealen und persönlicher Optimierung?» ■

\* Ingrid Hürlimann ist Inhaberin der ernährungspsychologischen Praxis «unbeschwert» in Thun. Ein Schwerpunkt ihrer Tätigkeit liegt in der Begleitung von Jugendlichen und Erwachsenen, die unter Essstörungen leiden.

# kurz & knapp

Man soll die Arbeitsbedingungen so verbessern, damit nicht noch mehr Pflegende den Beruf verlassen. **Gesundheitskosten:** Der Spitalverband H+ will im Streit um Laborpreise vor Gericht ziehen. Streitpunkt ist die vom Bundesrat angeordnete Senkung der Tarife für Laboranalysen. **Kinder und Jugendliche I:** Fachleute warnen davor, dass besonders bei jungen Menschen schlechte Nachrichten rund um die Uhr Ängste verstärken können. **Kinder und Jugendliche II:** Immer mehr Jugendliche erhalten eine Anzeige wegen verbotener Pornografie. 2012 waren es noch 80 Jugendliche, 2022 mehr als 1000. **Alter:** Das Spital Bülach ZH will mit einem Projekt den Hausarztberuf attraktiver machen und schickt Assistenzärzte ins Pflegeheim, um Sprechstunden für Bewohnende anzubieten.

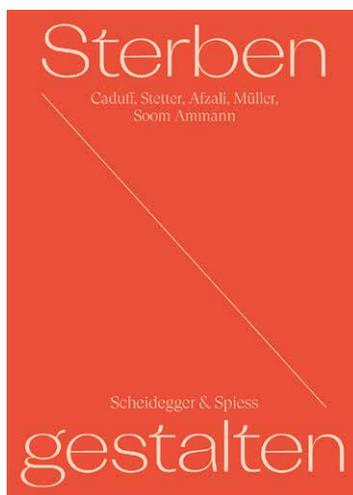
**Pflege:** Linke Politikerinnen kritisieren das Kantonsspital Baselland, das philippinische Pflegefachkräfte im Rahmen eines Austauschprogramms beschäftigen will.

## Anpassungen gefordert

Das seit 2020 auf den Zürcher Tramlinien verkehrende Flexity-Tram sei für Rollstuhlfahrer mit Nachteilen behaftet, monieren städtische Politikerinnen und Politiker. Manche Rollstuhlgänger bekunden nämlich Mühe beim Ein- und Ausstieg, weil der Abstand des Trittbretts zur Haltekante je nach Tram und Haltestelle zu hoch ist. Erstmals hat sich Anfang Jahr der Hersteller der Flexity-Trams (Alstom, früher: Bombardier) zur Kritik geäußert und das Tram verteidigt. Man habe auf die Bedürfnisse von mobilitätseingeschränkten Personen Rücksicht genommen, das Tram habe extra breite Einstiegtüren oder grosszügige Rollstuhlbereiche. Trotzdem sei man offen für Anpassungen. Man könnte zum Beispiel die Trittbretter abschrägen, sodass sie wie eine Rampe auf die Haltekante ausfahren. Wie realistisch solche Anpassungsideen seien, ist aber offen. Die Flexity-Trams sollen in der Stadt Zürich mindestens 40 Jahre im Einsatz stehen.

## Dem Tod einen Raum geben

Wie kann man das Sterben gestalten? Zwar haben die Menschen seit Tausenden von Jahren soziale Praktiken, Regeln und Rituale geschaffen. Aber deren kulturellen und historischen Prägungen haben sich immer wieder verändert. Heute nimmt in unserer Gesellschaft die Palliative Care einen zentralen Platz in der Gestaltung des Sterbens ein. Die gestiegene Lebenserwartung und die Fortschritte der Medizin machen es möglich, das Sterben zu planen und zu gestalten. Doch wie geht dieses planbare Sterben: Wer gestaltet was, wie, für wen und aus welcher Position und Motivation heraus? Im neuem Buch «Sterben gestalten» kommen Expertinnen und Experten aus Pflegewissenschaft, Religionssoziologie, Kulturwissenschaft und Design zu Wort. Die Aufsätze vermitteln wertvolles Wissen für alle Menschen, die sich privat, politisch oder beruflich mit dem Sterben und dem Tod in der Palliative Care oder auch in der Freitodbegleitung beschäftigen.



Corina Caduff, Bitten Stetter, Minou Afzali, Francis Müller, Eva Soom Ammann (Hrsg.), «Sterben gestalten», Verlag Scheidegger & Spiess, 212 Seiten, 39 Fr. (erscheint im März)

## Suchthilfe: Mehr Zusammenarbeit

In der Suchthilfe gibt es in der Schweiz grosse Unterschiede zwischen den Kantonen. Eine Studie der Hochschule Luzern (HSLU) im Auftrag der Konferenz der kantonalen Beauftragten für Suchtfragen (KKBS) kommt zum Schluss, dass grundsätzlich ein professionelles System der Suchthilfe besteht, dass aber die kantonalen und regionalen Unterschiede beträchtlich sind. Das sei nicht per se schlecht: «Sie erlauben, die Angebote den lokalen Gegebenheiten besser anzupassen und die Ressourcen effizient einzusetzen.» Dies setze aber voraus, dass die Zusammenarbeit zwischen Leistungsanbietern und Kantonen systematisch evaluiert und die Planung der Angebote aktualisiert werde. Angesichts verschiedener hoch spezialisierter Angebote empfiehlt die Studie eine Verstärkung der Zusammenarbeit der Kantone in Versorgungsregionen.



Suchthilfe: Es bestehen grosse kantonale und regionale Unterschiede.



Virtual-Reality-Brille: Reisen in die Aussenwelt.

## Virtuelle Ausflüge

Das Pflegezentrum Reusspark in Niederwil AG setzt Virtual-Reality-Brillen ein, um den Bewohnenden Reisen in die Aussenwelt zu ermöglichen. Mit den Brillen können Menschen, die sich nicht mehr so gut bewegen können, direkt an Orte geführt werden, die sie vielleicht aus der Vergangenheit kennen – oder auf diesem Weg einmal kennenlernen wollen. «Die VR-Brille hat sich als wertvolles Werkzeug erwiesen, um die Welt zu unseren Bewohnerinnen und Bewohnern zu bringen», sagt Priska Scimonetti, Leiterin Pflege und Betreuung. «Es zeigt sich, dass die Brille Gespräche fördert und biografische Erinnerungen weckt.» Im Zeitalter der Digitalisierung arbeite der Reusspark daran, Technologie und Tradition harmonisch zu vereinen, um eine Atmosphäre des Wohlbefindens zu schaffen. Ein gleiches Projekt verfolgt im Aargau übrigens auch das Gesundheitszentrum Fricktal in Laufenburg.

## Hilfe für Kinder

Kinder, deren Eltern streiten und gewalttätig aufeinander losgehen, sollen in der Schweiz bessere und unkompliziertere Hilfe bekommen. Dafür sollen namentlich bei Scheidungen und Trennungen involvierte Berufsgruppen wie Anwälte, Richterinnen und Behördenvertreter besser geschult werden. Das empfiehlt eine neue Studie. Denn noch oft werde das gemeinsame Sorgerecht ausgesprochen, auch wenn es gewaltsame Auseinandersetzungen zwischen den Eltern gebe. Es gehe auch darum, die Zusammenarbeit zwischen den involvierten Stellen zu verbessern, empfiehlt die Studie. Es gebe in der Schweiz zwar bereits Hilfsangebote. Doch diese seien von Kanton zu Kanton verschieden. In unserem Land erleben gut 27 000 Kinder gewalttätige Auseinandersetzungen zwischen den Eltern. Das erschüttere das Vertrauen der Kinder in die Eltern. Gleichzeitig erhöhe diese Erfahrung das Risiko, dass die Kinder später auch gewalttätig oder zu Opfern von Gewalt werden.



Die gesamte Dachfläche des Pflegeheims Stiftung Kastanienpark in Oberdiessbach BE ist mit Solarpanels bedeckt – fast 2200 Quadratmeter. Die erwartete Jahresproduktion liegt bei rund 393 000 Kilowattstunden. Foto: Solarify

# Stromproduktion und Stromverbrauch im Einklang



Mit dem Solarprojekt auf dem Pflegeheim Stiftung Kastanienpark in Oberdiessbach hat die Firma Solarify im vergangenen Herbst ihr bisher grösstes Alters- und Pflegezentrum ans Netz gebracht. Ein lokal grosser Stromverbraucher deckt nun die Hälfte seines Energiebedarfs selbst und speist Überschüsse ins Netz ein. Die Erfolgsgeschichte aus verschiedenen Perspektiven.

Von Daniela Deck

Seit dem letzten Herbst deckt das Pflegeheim Stiftung Kastanienpark die Hälfte seines Energieaufwands mit Solarstrom vom eigenen Dach. Und dies, ohne dass die Trägerschaft die Investition finanzieren musste. Die Stiftung musste nicht einmal Zeit, Ressourcen oder Geld aufwenden, um das Projekt vorzubereiten und durchzuführen. Das nötige Kapital im Umfang von rund 800 000 Franken kam über eine Bürgerfinanzierung in wenigen Wochen zusammen. Möglich macht das die Zusammenarbeit mit der Firma Solarify.

Es ist selten, dass es bei einem Projekt ausschliesslich Gewinner gibt. Bei der Photovoltaikanlage auf dem Kastanienpark ist das der Fall: Das Pflegeheim erhält Strom aus sauberer und nachhaltiger Quelle, die Energie wird zur selben Zeit erzeugt und verbraucht, sodass auf eine Speicheroption verzichtet werden kann, und die Finanzierung ist zugleich breit abgestützt und regional verankert. Dass viel Solarstrom vor Ort verbraucht wird, hilft, das Stromnetz im Sommerhalbjahr über Mittag von Solarstromspitzen zu verschonen, die zunehmend die Infrastruktur belasten dürften.

Es begann mit dem Einsatz der Firma Solarify zur Energiegewinnung und dem Bemühen, möglichst da Strom zu produzieren, wo er auch in grossem Stil verbraucht wird. Nur wenn beides parallel verläuft, entfaltet Solarstrom sein volles Potenzial. Dazu braucht es nicht nur grosse Dächer, sondern auch einen hohen Eigenverbrauch tagsüber. Alters- und Pflegeheime erfüllen beide Kriterien.

### Dachflächen: Nicht nur auf der Südseite

Besser als beim Kastanienpark mit seinen 93 Betten der oberen Pflegestufen könnten die beiden Bedingungen nicht erfüllt sein. Während vielerorts nur die Südseite des Dachs mit Solarpanels gedeckt wird, ist es beim Kastanienpark die gesamte Dachfläche, fast 2200 Quadratmeter. Die erwartete Jahresproduktion liegt bei rund 393 000 Kilowattstunden. Das entspricht dem Energiebedarf von knapp 90 Haushaltungen. Damit gehört der Kastanienpark zu den grössten Projekten, die Solarify bisher realisiert hat.

Dazu sagt Ursina Dorer, Marketingverantwortliche bei der Firma Solarify: «Mit der Nutzung aller Dachflächen erreichen wir eine optimale Verteilung der Produktion über den Tag. Damit passen die Produktions- und Verbrauchskurven besser überein, als wenn wir nur die Südflächen solarifiziert hätten.»

Die Beziehung begann mit einem Solarify-Webinar vor zwei Jahren, an dem Marcel Lüthi, Direktor des Kastanienparks, teilnahm. Die Partnerschaft zwischen Artiset und →

«Die Technologie hat sich in den letzten Jahren stark entwickelt. Die Solarpanels wurden nicht nur leistungsfähiger, sondern auch sauberer. Inzwischen kommen sie zum Beispiel ohne den Einsatz seltener Erden aus.»

Ursina Dorer,  
Marketingverantwortliche Solarify

Solarify weckte sein Interesse. «Mir war klar, dass sich unser Dach geradezu anbietet für eine Photovoltaiklösung», sagt er. Das Gebäude ist erst 2013 totalsaniert worden, das Dach folglich in einem guten Zustand. Allerdings: Nicht zuletzt, weil die Stiftung damals Kredite zu Hochzinskonditionen aufnehmen musste, fehlte der Spielraum für eine Eigenfinanzierung.

Der Stiftungsrat holte drei Offerten ein. Das umfassende Paket der Firma Solarify machte klar das Rennen – das Heim vermietet der Firma das Dach für 35 Jahre und muss sich weder um die Projektierung mit der Standortgemeinde noch um die Finanzierung kümmern. «Danach ist es dann sehr schnell gegangen», blickt Lüthi zurück. «Nach dem ersten Kontakt verging nur etwas mehr als ein Jahr bis zur Stromproduktion.»

Der Verkauf der knapp 1200 Solarpanels fand vor allem in der näheren Umgebung Anklang. «Ich habe selbst ein Panel gekauft, um die Entwicklung und Leistung der Panels in den nächsten Jahren mitverfolgen zu können. Mir ist wichtig, dass die Region unser Solarprojekt mitträgt», sagt Lüthi weiter. Somit gehört er zu den Investoren, die am Ertrag aus der Stromproduktion beteiligt sind und von der Firma Solarify alle drei Monate ihren Ertragsanteil ausbezahlt erhalten.

Anzeige

# Wenn nicht wir, wer dann?

Für die Menschen und ihre Rechte.  
Werde aktiv auf [amnesty.ch](https://www.amnesty.ch)

**AMNESTY**  
INTERNATIONAL



## GRÖSSTE SOLARANLAGE IN DER GEMEINDE OBERDIESSBACH

Auf die Bitte nach einer Einschätzung des Solarprojekts durch die Standortgemeinde schreibt Oliver Zbinden, Gemeindeglied und Projektbegleiter der Einwohnergemeinde: «In Oberdiessbach hat die Stiftung Kastanienpark mit der Crowdfinanzierung für die PV-Anlage alles richtiggemacht. Für die Gemeinde ist es beeindruckend, wie hoch das Interesse aus der ganzen Schweiz an den Solarpanels war und wie rasch diese verkauft worden sind.» Aktuell sei der Kastanienpark die grösste Solaranlage der Gemeinde. Zum Gelingen hat auch Oberdiessbach beigetragen. So schreibt Zbinden weiter: Die Gemeinde habe die lokale Energiewende «mit einem zügigen Bau- und Bewilligungsverfahren unterstützt. Dadurch konnte das Projekt von der Idee bis zur Inbetriebnahme in kurzer Zeit umgesetzt werden.» Als Eigentümerin des Stromverteilnetzes zahle die Gemeinde jährlich 20 Rappen pro Kilowattstunde für die Einspeisung des überschüssigen Stroms. Die Politik zahle sich gemäss dem Gemeindeglied aus: «Waren 2020 total 62 Anlagen mit einer installierten Leistung von 1160 kWp (Kilowatt-Peak: Höchstleistung) in Betrieb, sind 2023 bereits 104 Anlagen mit 2770 kWp installiert.»

## Sorgfältige Vollkostenrechnung

Solarify-Projektleiterin Ursina Dorer lobt die Zusammenarbeit mit dem Pflegeheim Kastanienpark: «Die Gespräche sind konstruktiv und zielgerichtet verlaufen.» Zum Projekt erklärt sie: «Unser Ziel ist es, optisch ansprechende Lösungen zu finden, die zum jeweiligen Dach und zum Standort passen», sagt sie.

Dank der grossen Dachfläche konnte Solarify die Module für je knapp 700 Franken verkaufen. Ihr Preis variiert je nach Projekt zwischen rund 700 und 1000 Franken und umfasst sämtliche Planungs-, Installations- und Materialkosten. Die wiederkehrenden Kosten für Unterhalt und Versicherung der Anlage und allfällige Reparaturarbeiten werden direkt von den Erträgen aus der Stromproduktion gedeckt. Die restlichen Erträge fliessen anteilmässig an die Panelbesitzerinnen und -besitzer zurück, die so eine kleine Rendite auf ihre Investition erzielen. Auch der Kastanienpark wird als Entschädigung für die Vermietung des Daches am Ertrag beteiligt.

## Unwissenheit und Überforderung

Nicht immer verlaufen Projekte derart reibungslos wie beim Kastanienpark. Besonders bei kleineren Gemeinden seien rund um die Bewilligung Unsicherheit und teilweise auch Überforderung spürbar, sagt Dorer und plaudert aus dem Nähkästchen: «Eine Gemeinde wollte uns doch tatsächlich

**Solarstrom soll möglichst da produziert werden, wo er auch im grossen Stil verbraucht wird. Dazu braucht es nicht nur grosse Dächer, sondern auch einen hohen Energieverbrauch tagsüber. Alters- und Pflegeheime erfüllen beide Kriterien.**

mit Scheinwerfer und Spiegel aufs Dach schicken, um mögliche Blendeffekte zu simulieren.» Dabei gibt es andere Methoden zur Berechnung von Blendwirkung, die im Gegensatz dazu eine wissenschaftliche Grundlage haben. Zudem sind inzwischen satinierte Solarpanels auf dem Markt, die Blendeffekte reduzieren.

In solchen Fällen hilft es, den Dachverband Swissolar zu Rate zu ziehen. Unterstützung erhalten die Gemeinden auch durch die Kantone, die zunehmend Leitfäden für Bewilligungsverfahren erlassen. Nach der Erfahrung von Solarify nimmt die Routine der Gemeinden mit Solarprojekten zu, sodass derart exotische Forderungen hoffentlich bald der Vergangenheit angehören. Signalwirkung entfalten zudem Gerichtsurteile zu Solarprojekten auf denkmalgeschützten Gebäuden und in Ortsbildschutzzonen.

## Produktion der Solarpanels im Fokus

Die Produktion von Solarpanels ist energieintensiv und findet hauptsächlich in China statt. Folglich beinhalten die Panels eine nicht zu unterschätzende graue Energie, die heute aber innert spätestens zwei Jahren zurückgezahlt ist, dies bei einer Lebensdauer der Panels von bis zu 50 Jahren. Damit die gesamte Produktionskette der Panels möglichst nachhaltig und sauber bleibt, setzt Solarify auf die Zusammenarbeit mit der Firma Megasol. «Dabei», erklärt Dorer, «handelt es sich um eine Schweizer Firma, die in China eigene Produktionsstätten betreibt und auf hohe Umwelt- und Sozialstandards setzt.»

Für die Zukunft der Solarenergie ist Ursina Dorer zuversichtlich. «Die Technologie hat sich in den letzten Jahren stark entwickelt. Die Solarpanels wurden nicht nur leistungsfähiger, sondern auch sauberer. Inzwischen kommen sie zum Beispiel ohne den Einsatz seltener Erden aus.» ■

Infos zur Partnerschaft von Artisat und Solarify finden Sie hier:



# «Begegnung ist der erste Schritt zur Partizipation»

Eine offene, partnerschaftliche Haltung gegenüber Menschen mit Unterstützungsbedarf, Mitarbeitenden, Institutionen und Behörden: Das ist eine Grundmaxime von Rahel Stuker, der neuen Geschäftsführerin von Insos\*. Vor diesem Hintergrund erläutert sie erste Schwerpunkte ihrer Arbeit, die geprägt ist von der Umsetzung der UN-BRK.

Interview: Elisabeth Seifert

## **Frau Stuker, wie haben Sie Ihre ersten Monate als Geschäftsführerin des Branchenverbands Insos erlebt?**

Ein Highlight für mich ist, dass ich auf der Insos-Geschäftsstelle mit vielen interessanten, engagierten und kompetente Kolleginnen und Kollegen zusammenarbeiten kann. Ich komme aus einer Institution, wo an der Geschäftsstelle nur wenige Mitarbeitende arbeiten, die meisten sind «draussen» in der Begleitung und Betreuung von Menschen mit Behinderung tätig. Der Austausch hier gefällt mir sehr gut, es kommen auch verschiedene Perspektiven, Fachbereiche und Disziplinen zusammen. Inspirierend finde ich auch, dass Menschen aus der Romandie und dem Tessin hier arbeiten.

## **Als Insos-Geschäftsführerin stehen Sie zudem in Kontakt mit all den vielen Dienstleistern für Menschen mit Behinderung. Konnten Sie schon erste Erfahrungen machen?**

Wir arbeiten auf der Geschäftsstelle immer auch mit den Mitgliedern des Branchenrats und der Branchenkonferenz zusammen, also mit Vertretenen von Institutionen. Dazu natürlich auch mit den Geschäftsstellen der kantonalen Kollektivmitglieder von Insos. Mit dem neuen Jahr habe ich mir jetzt zudem vorgenommen, jede Woche zumindest eine Institution zu besuchen. Es ist mir wichtig, dass ich die Bedürfnisse der Institutionen vor Ort wahrnehmen kann und auch die Vielfalt ihrer Angebote kennenlernen.

Zudem bin ich gespannt auf die Mitgliederversammlungen der Kollektivmitglieder, die im Frühjahr stattfinden. Ich freue mich auf die Begegnungen mit Menschen ausserhalb der Geschäftsstelle.

## **Sie betonen den Austausch und die Begegnungen: Weshalb ist das für Sie so wichtig?**

Dies entspricht einer Haltung, die ich als Person meinem Gegenüber habe. Als Leitungsperson habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Betriebskultur mit einer offenen Haltung sehr positiv geprägt wird. Offenheit heisst für mich, dass ich weiss, dass ich selbst nicht perfekt bin und in der Begegnung mit anderen lernen kann. Diese Haltung war und

ist für mich auch in der Begleitung von Menschen mit Behinderung von zentraler Bedeutung.

### **Weshalb betonen Sie die offene Haltung gegenüber begleiteten Menschen?**

Im Umgang mit dem «Anderen» oder dem «Fremden» erleben wir immer wieder Ängste und Verunsicherung. Das habe ich bei meinen früheren beruflichen Stationen, dem Schweizerischen Roten Kreuz und der igs, der Interessengemeinschaft für Sozialpsychiatrie in Bern, immer wieder erlebt. Der Umgang mit Migrantinnen und Migranten oder mit Menschen mit psychischen oder auch kognitiven Beeinträchtigungen ist für die Gesellschaft oft eine Herausforderung. Die Forschung hat gezeigt, dass das «Andere» nicht jenen besonders Angst macht, die in einem direkten Kontakt mit diesen «anderen» Menschen stehen, sondern vielmehr jenen, die das nicht tun. Es geht also darum, Begegnungen zu schaffen.

### **Mit der Schaffung von Begegnung gelingt es, Verunsicherung abzubauen?**

Im Rückblick auf meine bisherige Tätigkeit kann ich sagen, dass Begegnung der Schlüssel ist, um Partizipation und Inklusion zu ermöglichen. Die Begegnungen müssen von einer offenen Haltung geprägt sein. Das heisst dann auch, dass wir als Fachpersonen die begleiteten Menschen nicht in Kästchen einteilen und meinen zu wissen, was sie benötigen. Vielmehr gehen wir offen auf sie zu und erfragen ihre Anliegen. Indem sie ihre Anliegen vorbringen und wir zuhören, ermöglichen wir Selbstbestimmung und Teilhabe, was ganz den Postulaten der UN-BRK entspricht. Solche Begegnungen auf Augenhöhe führen auch immer wieder zu Aha-Erlebnissen, Überraschungen, die mich persönlich weiterbringen.

### **Können Sie aus Ihrer bisherigen Tätigkeit entsprechende Projekte benennen?**

Konkret erwähnen möchte ich das Projekt Radio Locomotivo, wo Menschen

mit und ohne psychische Beeinträchtigung gemeinsam Radio machen. Die Begegnungen zwischen den Radiomacherinnen und Radiomachern sind sehr inspirierend. Und jene, die zuhören, merken gar nicht, ob es sich bei den Moderierenden um Menschen mit oder ohne Beeinträchtigung handelt. Eine integrative Wirkung hat auch, dass die igs einige ihrer Klientinnen und Klienten in Genossenschaftswohnungen begleitet. Sie werden damit Teil des Mikrokosmos Genossenschaft und sind weniger «ausgeschlossen». Auf diese Weise entsteht Austausch, wobei es darum geht, das Gegenüber als gleichwertig wahrzunehmen.

### **Wie werden die Postulate der UN-BRK die Welt der Institutionen verändern und damit auch die Arbeit des Branchenverbands Insos?**

Die UN-BRK und ihre beiden grossen Maximen Selbstbestimmung und Teilhabe beziehen sich auf Menschen mit Behinderung. Wir möchten die Institutionen dabei unterstützen, den begleiteten Menschen zu mehr Teilhabe und Selbstbestimmung zu verhelfen. Das ist aber eine Herausforderung, weil die Institutionen in einen Konflikt geraten können. Es wird zwar immer stationäre Leistungserbringer brauchen, aber wohl weniger als heute.

Dafür wird es mehr Dienstleistungen geben, die die Menschen in ihrer eigenen Wohnumgebung beanspruchen können. Die Diversifizierung der Angebote wird zunehmen. Die Aufgabe von Insos ist es, diese Entwicklung zu unterstützen. Wir dürfen nicht einfach am Althergebrachten festhalten.

### **Von Kanton zu Kanton wird jetzt die Subjektfinanzierung eingeführt, die diese Entwicklung fördert. Welche Rückmeldungen haben Sie vonseiten der Institutionen?**

Die grossen Kantone Bern und Zürich haben per 1. Januar 2024 die Subjektfinanzierung eingeführt. Es besteht

**«Offenheit heisst für mich, dass ich weiss, dass ich nicht perfekt bin und in der Begegnung mit anderen lernen kann. Diese Haltung ist für mich auch in der Begleitung von Menschen mit Behinderung von zentraler Bedeutung.»**

Rahel Stuker

also noch wenig Erfahrung, wie sich die Subjektfinanzierung in der Praxis auswirkt. Aufgrund der langen Vorbereitungszeit in Bern können die Institutionen die Folgen für sich vielleicht etwas besser einschätzen als in Zürich. Hinzu kommt, dass die Kantone die Subjektfinanzierung unterschiedlich umsetzen. Generell stelle ich fest, dass die Umsetzung der Subjektfinanzierung für die Institutionen planerisch eine grosse Herausforderung bedeutet. Es lässt sich im Moment nur schwer abschätzen, welche Leistungen von den Menschen mit Behinderung tatsächlich auch nachgefragt werden. →



Rahel Stuker in ihrem Büro: «Wir müssen diverser werden, offen gegenüber der Veränderung des Angebots.» Foto: esf

### **Wie begegnen Sie dieser Herausforderung für die Institutionen?**

Ganz generell sind unsere Wirtschafts- und Arbeitswelt geprägt von fortlaufenden Veränderungen, die von allen eine hohe Anpassungsleistung erfordern. Aufgrund des Paradigmenwechsels, unterstützt durch die UN-BRK, trifft dies ganz besonders auf die Sozialbranche zu. Wir müssen diverser werden, offen für Veränderungen unserer Angebote. Zum einen können Institutionen eine breitere und auch durchlässige Angebotspalette entwickeln. Eine weitere Möglichkeit sind Kooperationen mit anderen Dienstleistern. Gefragt ist aber auch die Offenheit dafür, dass es ein bestimmtes Angebot künftig vielleicht nicht mehr braucht.

### **Wie beurteilen Sie die Zusammenarbeit der Kantone mit den Institutionen, gerade auch vor dem Hintergrund ihrer langjährigen Tätigkeit als Leiterin einer sozialen Institution?**

Kantone und Institutionen müssen sich als Partner verstehen, die gemeinsam den gesellschaftlichen Versorgungsauftrag umsetzen. Das funktioniert nicht in allen Kantonen gleich gut. Ich möchte darauf hinwirken, dass ganz besonders die Zusammenarbeit zwischen unseren Kollektivmitgliedern und den kantonalen Behörden verbessert wird. Besonders wichtig scheint mir, dass Bund und Kantone bei den Vorgaben zur Qualitätssicherung wieder zu einem vernünftigen Mass zurückfinden. Die Regulatorien haben in den letzten Jahren immer stärker zugenommen. Die Administration wird damit laufend grösser und es bleibt immer weniger Zeit für die eigentlichen Aufgaben, die Begleitung und Betreuung. Diesen Themenbereich möchte ich aktiv angehen.

### **Wo sehen Sie neben der Eindämmung der Regulierung weitere wichtige Aufgaben in der Zusammenarbeit mit den Kantonen?**

Bei der Umsetzung der Pflegeinitiative, die in erster Linie die Pflegeeinrichtungen betrifft, dürfen die sozialen

Bedeutung: Insos muss gerade auch für sie gute Dienstleistungen erbringen.

### **Worin bestehen aus Ihrer Sicht die wichtigsten Leistungen von Insos?**

Die Tagungen, die Insos durchführt, tragen viel zum gegenseitigen Lernen und zur Vernetzung innerhalb der Branche bei. Und dann sind natürlich die Wissensaufbereitung und die politische Interessensvertretung von zentraler Bedeutung.

### **Als Insos-Geschäftsführerin sind Sie Mitglied der Artiset-Geschäftsleitung: Wo sehen Sie die Chancen der Zusammenarbeit mit den Verbänden Curaviva und Youvita?**

Die Überschneidung zwischen dem Gesundheits- und Sozialbereich wird schweizweit immer grösser. Schon allein deshalb, weil Menschen mit Behinderung älter werden und damit auf Pflege angewiesen sind. Und umgekehrt Menschen mit dem Älterwerden zunehmend Beeinträchtigungen erwerben. Zudem gibt es zahlreiche weitere Themen, etwa den Fachkräftemangel, die alle drei Branchenverbände gemeinsam betreffen. Die Idee von Artiset erachte ich deshalb als genial. Künftig muss es darum gehen, unsere Synergien noch besser zu nützen. Inspirierend ist für mich, dass sich unter dem Dach von Artiset alle darum bemühen, dass die Dienstleistungen für Menschen mit Unterstützungsbedarf immer besser werden. ■

\* Rahel Stuker, Jg. 1970, ist seit 1. Oktober 2023 Geschäftsführerin von Insos und Mitglied der Artiset-Geschäftsleitung. Sie hat Ethnologie, Soziologie und Religionswissenschaften studiert und mit dem Lizentiat abgeschlossen. Sie war über zehn Jahren beim Schweizerischen Roten Kreuz in verschiedenen Funktionen tätig. Von 2012 bis 2023 arbeitete sie dann bei der Interessengemeinschaft Sozialpsychiatrie Bern (igs Bern), ab 2014 als Institutionsleiterin. Rahel Stuker hat zwei erwachsene Kinder und wohnt mit ihrem Partner in Bern.

## **«Besonders wichtig scheint mir, dass Bund und Kantone bei den Vorgaben zur Qualitätssicherung wieder zu einem vernünftigen Mass zurückfinden.»**

Rahel Stuker

Institutionen nicht vergessen gehen. Zum Beispiel, wenn es um bessere Arbeitsbedingungen geht. Auch die sozialen Institutionen sind vermehrt vom Fachkräftemangel betroffen. Wir müssen hier auch überkantonale und nationale Zusammenarbeiten. Dazu gehört auch die Entwicklung neuer beruflicher Profile, um die Fachpersonen möglichst gut einsetzen zu können.

### **Anfang Dezember hat der Bundesrat die Vernehmlassung zur Teilrevision zum Behindertengleichstellungsgesetzes lanciert: Wird damit die Integration von Menschen mit Behinderung gerade auch ins Erwerbsleben vorangetrieben?**

Wir sind aufgrund der Ankündigungen letzten März von konkreten Massnahmen zur Förderung der Arbeitsintegration ausgegangen. Der Fokus liegt nun stark auf der Schaffung von angemessenen Vorkehrungen gegen die Diskriminierung, die aber keine unzumutbare Belastung für Arbeitgeber darstellen dürfen. Dieser neue Rechtsbegriff ist noch etwas unbestimmt, dessen Bedeutung und Tragweite ist wohl erst noch zu ermitteln. Dass aber dadurch grundsätzlich die Diskriminierung von Menschen mit Behinderung verhindert werden soll, ist an sich zu begrüssen. Wir werden im Rahmen der Vernehmlassung unsere Überlegungen einbringen.

### **Wie beurteilen Sie die Bereitschaft der Arbeitgebenden, Menschen mit Behinderung eine Chance im allgemeinen Arbeitsmarkt zu geben?**

Wir freuen uns besonders darüber, dass gerade auch schweizweit tätige Konzerne wie die Post vermehrt Anstrengungen unternehmen. Seit einiger Zeit ermöglicht die Post Menschen mit Beeinträchtigung, am allgemeinen Arbeitsmarkt teilzuhaben. Dieses Engagement kostet zwar etwas, fördert aber den Teamspirit, wie die Mitarbeitenden selbst sagen. Das beeindruckt mich. Gemeinsam mit Partnerorganisationen aus der Wirtschaft möchten wir weitere Good-Practice-Modelle entwickeln.

### **Haben Sie sich als Leiterin der igs von Insos gut vertreten gefühlt? Oder anders gefragt: Wo sehen Sie Verbesserungsmöglichkeiten?**

Die igs ist eine eher kleine Institution, und da war es für mich sehr hilfreich, dass Insos wertvolle Grundlagenarbeit in verschiedenen Bereichen leistet. Ein wichtiges Anliegen ist es mir nun, die Sichtbarkeit all dieser Dienstleistungen zu erhöhen, womit auch die Vorteile einer Mitgliedschaft noch deutlicher werden. Für die Institutionen haben unsere Kollektivmitglieder, also die Kantonalverbände, eine wichtige

# Praktische Hilfe in herausfordernden Pfleagesituationen

Starke geistige Beeinträchtigungen bei Menschen mit einer Demenz oder schwersten Behinderungen gehen oft mit Verhaltensauffälligkeiten einher. Der Umgang damit ist für die Pflegenden, ganz besonders für die weniger gut ausgebildeten Mitarbeitenden, alles andere als einfach. Eine speziell konzipierte Schulung will sie dabei unterstützen.

Von Ansgar Schürenberg\*

Bewohnende mit einer Demenz oder anderen geistigen Beeinträchtigungen fühlen sich besonders innerhalb von Basispflegesituationen durch die Pflegenden, Betreuenden oder durch Mitbewohnende und Besucher überfordert und gestresst. Sie reagieren dann aus ihrer Not heraus mit herausforderndem Verhalten. Die Bezeichnung «herausfordernd» ist jedoch zweideutig, weil solches Verhalten einerseits als Provokation und andererseits als Ansporn empfunden werden kann. In der Pflegewissenschaft spricht man daher zunehmend von BPSD, eine Abkürzung für «behaviorale (das Verhalten betreffende) und psychologische Symptome einer Demenz».

Der Buchstabe D kann ausserdem auch für kognitive «Dekompensation» stehen. Somit ist das spezielle, aggressive bis regressive Verhalten ein normales Symptom einer Demenz oder einer kognitiven Dekompensation – genauso wie Schnupfen ein mögliches Symptom einer Grippe ist. Durch solche Umbenennungen wird der Umgang mit dem Verhalten respektive der Person jedoch nicht gleich einfacher. Es kann aber helfen, die Person in ihrer Not zu verstehen. Und genau darauf zielt eine Schulung der Fachgruppe Pflegeexperten Nord-West-Schweiz ab. Die Bewohnenden müssen in erster Linie Wertschätzung spüren. Und dies gelingt, indem ihnen die Pflegenden beispielsweise bei der Körperpflege in erster Linie das Gefühl vermitteln, «gehört,

verstanden und angenommen» (Geva) zu werden. «Geva» lautet denn auch der Name des Schulungsprojekts der Fachgruppe Pflegeexperten Nord-West-Schweiz.

## Entwicklung von Schulungsinstrumenten

Die Erarbeitung der «Geva-Verstehenshypothese» wurde von der Akademie-Praxis-Partnerschaft (APP) begleitet und gefördert. Die APP repräsentiert eine Partnerschaft zwischen dem Institut für Pflegewissenschaft der Universität Basel sowie den Curaviva-Verbänden Basel-Stadt und Basel Land. Die im Projekt entstandene Toolbox wurde zusammen mit der entsprechenden Schulung in einem Pilotprojekt mit sieben Pflegeteams in sechs Alters- und Pflegeheimen getestet und weiterentwickelt. Die Toolbox umfasst Werkzeuge wie eine Abklärungshilfe, um die Auslöser für das Verhalten einzugrenzen und zum Beispiel bei Schmerzen Sofortmassnahmen vorzuschlagen und einzuleiten. Der Beobachtungs- und Reflexionsbogen hilft, spezielle Situationen wie die Körperpflege als Interaktion zu sehen und zu analysieren. Hierbei unterstützt dann der Bogen «BPSD-provozierende Stressfaktoren», indem damit den Äusserungen und Verhaltensweisen Basalbedürfnisse zugeordnet werden können.

Die Teilnehmenden der Pilotschulung lernten den Gebrauch der Tools. Mit Hilfe der gewonnenen Erkenntnisse

können die Teams dann mithilfe eines Fokusgesprächs die mutmasslichen Basalbedürfnisse der Bewohnenden erkennen. Solche Bedürfnisse und triggernde Situationen wurden für die Toolbox in zehn Gruppen zusammengefasst und mit den zehn zentralen Lebensthemen der basalen Stimulation betitelt. Zentrale Lebensthemen entstehen aus den Erfahrungen, Prägungen und Werten, die ein Mensch mit der Zeit sammelt und die ihn ausmachen. Beim Fokusgespräch wird mit Hilfe der zentralen Lebensthemen der Rahmen für die individuelle Pflegeplanung der Bewohnenden erstellt. Wenn nun beispielsweise bei einer Bewohnerin das zentrale Lebensthema «Sicherheit erleben und Vertrauen aufbauen» heisst, dann sollen sämtliche Pflege- und Betreuungsmassnahmen unter diesem Motto stehen. Es wird individuell auf die Person hin geplant und festgelegt, wie die Beziehung zum Beispiel während der morgendlichen Körperpflege von allen im Team gestaltet werden soll.

### **Pflegebeziehung gestalten**

Durch die Tools wird deutlich und auch entsprechend festgehalten, wodurch die betreffende Bewohnerin während der Pflege stark verunsichert wird. Dies können nicht nachvollziehbare Abläufe, nicht vertraute Gegenstände, Personen oder deren Verhaltensweisen und Äusserungen sein. Ausserdem verstehen die Teammitglieder, wie sie ganz spezifisch Vertrauen aufbauen und Sicherheit vermitteln können. Oder durch welche Ansprache und Vorgehensweisen sich die Bewohnerin sicher und orientiert fühlt. Die Arbeit mit der Toolbox ermöglicht die personenzentrierte Pflege respektive wodurch und wann die Person mit einer Demenz sich mit ihrem Basalbedürfnis und in ihrer Not deutlich gehört, verstanden und angenommen fühlt.

Es ist, wie sich auch im Geva-Projekt gezeigt hat, gar nicht so bedeutend, was die Pflegenden genau tun. Viel wichtiger ist es, wie sie die Beziehung dabei gestalten. Wenn die Pflegenden die Bewohnerin wirklich kennen, dann verstehen sie, was diese «notgedrungen» zum Ausdruck

**Bei den meisten Betroffenen konnten die Neuroleptika dauerhaft stark reduziert oder abgesetzt werden. Und die Pflege wurde hochwertiger und befriedigender für die Pflegenden.**

bringen müssen. Aufgrund der verstehenden Haltung fühlen sich die Pflegenden von Bewohnenden, die ein herausforderndes Verhalten zeigen, nicht mehr provoziert und angegriffen.

Das Verhalten der betreffenden Bewohnenden kann dann als ein verzweifelter Hilferuf verstanden werden. Die Pflegenden müssen nicht mehr mit den Betroffenen kämpfen, sondern können helfen. Sie vermitteln der Person mit starken kognitiven Einschränkungen deutlich spürbar Wertschätzung. Diese Art Wertschätzung ist essenziell für Menschen mit starken kognitiven Beeinträchtigungen. Andernfalls fühlen sie sich persönlich verletzt und angegriffen. Häufig geschieht dies innerhalb von Basispflegesituationen. Basispflegesituationen sind alle Pflegemassnahmen im Bett, im Bad und auf dem Weg dazwischen. Ausserdem gehört die Unterstützung beim Essen und Trinken dazu. Die Art und Weise der Beziehungsgestaltung und Wertschätzung innerhalb dieser Pflegesituationen bildet die Basis für das Selbstbewusstsein respektive das Selbstverständnis als Person der Menschen, die auf Pflege angewiesen sind.

Im Rahmen der Geva-Schulungen wurde gerade auch den Pflegeassistentinnen Sinn und Zweck der Arbeit mit den verschiedenen Instrumenten deutlich. Die Auswertungen des Projektes ergaben, dass jeweils das gesamte Team profitiert hat. Die Bewohnenden, die vorher als aggressiv eingestuft und mit Neuroleptika versorgt worden waren, erschienen den Pflegenden innerhalb der gleichen Pflegemassnahmen anschliessend als «ausgewechselt» und als «anderer Mensch».

Bei den meisten Betroffenen konnten die Neuroleptika dauerhaft stark reduziert oder abgesetzt werden. Und ganz wichtig in Zeiten des Personal mangels: Die Pflege wurde nicht aufwendiger, dafür aber hochwertiger und befriedigender für die Pflegenden. ■

#### **INHOUSE-SCHULUNGEN**

Die vierteilige Schulung dauert jeweils zwei Stunden und wird ab Sommer 2024 als Inhouse-Schulung von Curaviva BL/BS angeboten. Ausserdem werden in Basel-Stadt oder Basel-Land Fachverantwortliche für die Verstehenshypothese Geva (=gehört, verstanden und angenommen) in einer zweitägigen Schulung ausgebildet. Diese können anschliessend die entsprechenden Fokusgespräche in ihren Einrichtungen leiten und selber Inhouse-Schulungen durchführen.

Kontakt: Niklas Hug (Curaviva Basel Stadt)  
N.Hug@adullam.ch

\* Ansgar Schürenberg ist Pflegeexperte mit Masterabschluss. Er arbeitet am Demenzkompetenz-Zentrum Passwang in Breitenbach SO.

# Arbeitsassistenten ermöglicht Inklusion in den allgemeinen Arbeitsmarkt

Den Entwurf zur Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes (BehiG) stufen Herbert Bichsel von Sensability und Urs Germann vom Eidgenössischen Büro für Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB) als ersten Schritt ein. Zur Inklusion brauche es jedoch vor allem vorbildliche Arbeitgebende und die finanzierte Arbeitsassistenten, um Menschen mit Behinderungen eine vollwertige Tätigkeit im allgemeinen Arbeitsmarkt zu ermöglichen.

Von Christian Bernhart

**D**ie Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes (BehiG) – sie befindet sich zurzeit in Vernehmlassung – sorgt unter den Betroffenen für heisse Diskussionen. Die Revision schlägt Änderungen in folgenden Bereichen vor: Bund und Kantone müssen Menschen mit Behinderungen bei Massnahmen einbeziehen, die sie vorsehen, um Benachteiligungen auszu-schliessen oder zu verringern. Bei Dienstleistungen und in der Arbeit dürfen Menschen mit Behinderungen nicht diskriminiert werden. Arbeitgebende müssen dazu angemessene Vorkehrungen treffen. Gegen Diskriminierung können die betroffenen Personen gerichtlich vorgehen. Bei diesen Verfahren kommt eine Beweiserleichterung zur Anwendung und sie sind unentgeltlich. Zudem sieht die Revision vor, die Gebärdensprache in den drei Landessprachen anzuerkennen und zu fördern.

Zur Diskussion über die Teilrevision im Bereich der Arbeit hat das Magazin Artiset seitens der Betroffenen Herbert Bichsel eingeladen, Co-Präsident von Sensability, und seitens der Bundesbehörde Urs Germann, Mitarbeiter des Eidgenössischen Büros für Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB). Sensability setzt sich zum Ziel, Menschen ohne Behinderungen zu sensibilisieren und aufzuklären, wie sie Menschen mit Behinderungen den gleichberechtigten Zugang ohne Hindernisse ermöglichen können. Bichsel ist seit dem 26. Altersjahr wegen Multiple Sklerose auf den Rollstuhl angewiesen und hat nach seiner Erkrankung auf dem zweiten Bildungsweg ein Philosophiestudium abgeschlossen. Der Historiker Urs Germann ist seit 2020 EBGB-Mitarbeiter im Departement des Innern für das Schwerpunktprogramm Arbeit und die Anerkennung und Förderung der Gebärdensprache. Germann ist seit Geburt hörbehindert

und verständigt sich über ein Cochlea-Implantat.

Bichsel wie Germann sind sich darüber einig, dass die vorgeschlagenen Änderungen in der Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes allein nicht ausreichen. Es brauche dazu ein geändertes Bewusstsein und neue Instrumente. Wie im November 2023 an der nationalen Fachtagung «Der inklusive Betrieb» vom Branchenverband Insos breit vorgestellt wurde, sind aufklärende Massnahmen wichtig, um Arbeitgebende zu sensibilisieren, um Hürden für Menschen mit Behinderungen abzubauen und sie in ihren Betrieben einzustellen. Für Bichsel ist klar, dass Institutionen und Betriebe im ergänzenden Arbeitsmarkt, eine wichtige Aufgabe bei der Inklusion von Menschen mit Behinderungen in den allgemeinen Arbeitsmarkt haben.

### **Herr Bichsel, finden Sie in der vorgeschlagenen Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes Aussagen zur Arbeitswelt, die Sie gut und wichtig finden?**

**Herbert Bichsel:** Lasse ich mich von der UN-Behindertenrechtskonvention (UN-BRK) leiten, die vorgibt, wie Menschen mit Behinderungen in die Gesellschaft einzubeziehen sind, dann ist die Arbeit zwar ein zentraler, aber nur ein Teil davon. Die Teilrevision gibt dazu einen kleinen Schritt vor, sie ist letztlich aber völlig ungenügend.

### **Können Sie sich hinter die Verpflichtung stellen, dass Bund und Kantone Menschen mit Behinderungen einbeziehen müssen, wenn es gilt, entsprechende Massnahmen einzuleiten?**

**Bichsel:** Das ist sicher richtig, denn der Einbezug ist eigentlich das Herzstück der UN-BRK. Nur stellt sich die Frage, wie dies geschieht. Für den Entwurf der Teilrevision ist es gerade nicht geschehen. Menschen mit Behinderungen wurden dazu nicht eingeladen. Der Sinn der UN-BRK wurde also nicht verstanden, nämlich dass ein Gewinn entsteht, wenn Menschen mit Behinderungen einbezogen werden.

**Urs Germann:** Diesen Vorwurf müssen wir zur Kenntnis nehmen. Immerhin wird der Einbezug von Menschen mit Behinderungen nun klar im Gesetz verankert. Das Behindertengleichstellungsgesetz ist ein klassisches Antidiskriminierungsgesetz. Es verbietet Diskriminierungen und sieht auch positive Massnahmen vor, um Barrieren abzubauen. Die vorgeschlagene Teilrevision ist ein weiterer Schritt auf diesem Weg.

### **Gesetz und Revision stellen Leitplanken auf. Sind konkrete Massnahmen in den vom Bundesrat lancierten Schwerpunktprogramme «Arbeit» des EBGB zu finden?**

**Germann:** Das Schwerpunktprogramm Arbeit sieht hierzu drei Stossrichtungen vor. Erstens sollen private →

#### **ARBEITGEBERVERBAND: ASSISTENZMODELL STÖSST AUF OFFENE OHREN**

Der Vorschlag einer Arbeitsassistentz zur Inklusion von Menschen mit Behinderungen stösst beim Arbeitgeberverband auf Gehör. Barbara Zimmermann, Leiterin Sozialpolitik und Sozialversicherungen, meint dazu: «Ein Assistenzmodell auch auf den Arbeitsmarkt anzuwenden, tönt interessant.» Jedoch müssten die Eckwerte des Modells mit allen Beteiligten besprochen und geprüft werden. Aus Sicht des Arbeitgeberverbandes wäre die Arbeitsassistentz über die IV-Leistungen zu finanzieren. Zum Entwurf der Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes will sich der Arbeitgeberverband zurzeit nicht äussern, da die Vernehmlassung bei seinen Mitgliedern noch nicht abgeschlossen ist.

Arbeitgebende für die Vorteile eines inklusiven Arbeitsumfeldes sensibilisiert und über vorhandene Instrumente informiert werden. Zweitens sollen auch öffentliche Arbeitgebende – Bund, Kantone, Gemeinden und staatsnahe Betriebe – Anregungen und Hilfestellungen für ein inklusives Arbeitsumfeld erhalten. Drittens sollen Bestrebungen gefördert werden, Übergänge vom ergänzenden in den allgemeinen Arbeitsmarkt zu erleichtern.

**In Praxisseminaren klärt Sensability Arbeitgebende auf, wie betriebliche Hürden abzubauen sind, damit Menschen mit Behinderungen im allgemeinen Arbeitsmarkt besser Fuss fassen können. Gab es schon Erfolge?**

**Bichsel:** Ein staatsnaher Betrieb klärt nun ab, ob seine Arbeitsplätze behindertengerecht zugänglich sind. Bauliche, technische und organisatorische Anpassung sind gefragt. So sind die meisten Vorrichtungen für den Zutritt zu hoch angebracht, um sie im Rollstuhl mit dem Batch zu erreichen. Es sind auch neue Arbeitsmodelle gefragt. Wenn ich die Spitex und ein Behinderten-Taxi benötige, ist ein Arbeitsbeginn vor 9.30 Uhr nicht möglich, weil die Spitex erst um 7 Uhr früh vorbeikommt. Hingegen ist Arbeiten bis 18 Uhr möglich, weil die Spitex auch Abendbesuche durchführt.

**Germann:** Der Inclusion-Check der Universität St. Gallen, den das EBGB mitunterstützt hat, zeigt auf relativ einfache Art auf, wie gross der Anteil von Menschen mit Behinderungen in der Belegschaft ist, wie gut diese inkludiert sind und wo sie Exklusion erfahren. Dies erlaubt es, gezielt Massnahmen für ein inklusiveres Arbeitsumfeld umzusetzen. Der Inclusion Check wurde auch an der Insos-Fachtagung vom 21. November vorgestellt.

**Braucht es nicht griffigere Massnahmen für mehr inklusive Arbeitsplätze im freien Markt, trotz guten Beispielen und trotz der Revision des Behindertengleichstellungsgesetzes?**

**Bichsel:** Der Ausschuss der UN-BRK, der die Schweiz im April 2022 gerügt hat, schlägt einen nationalen Aktionsplan vor, der auf Bundes- und Kantonebene die Kompetenz einräumt, Menschen mit Behinderungen den Übergang vom ergänzenden in den allgemeinen Arbeitsmarkt zu ermöglichen, sei dies im privaten oder im öffentlichen Sektor.

**Germann:** In den EBGB-Schwerpunktprogrammen werden dazu verschiedene

Massnahmen definiert und umgesetzt, aber einen eigentlichen Aktionsplan, wie ihn Herbert Bichsel fordert, gibt es derzeit tatsächlich nicht.

**Wie könnte ein solcher Aktionsplan aussehen?**

**Germann:** Die Diskussion über Quoten, wie sie in Deutschland und in England bestehen, hat es auch in der Schweiz gegeben. Dies ist letztlich eine politische Frage.



**«Die Arbeitsassistenz ist sicher ein interessantes Instrument, mit dem man weitere Erfahrungen sammeln muss. Das EBGB kann innovative Projekte mit Finanzhilfen unterstützen.»**

**Urs Germann, Mitarbeiter des Eidgenössischen Büros für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen**



«Mit einer Arbeitsassistenz können deutlich mehr Menschen mit Behinderungen Arbeitsleistungen erbringen, die vergleichbar sind mit jenen von Menschen ohne Behinderungen.»

Herbert Bichsel,  
Co-Präsident von Sensability

Sie diskutieren auf Einladung des Magazins Artiset über die Teilrevision des Behindertengleichstellungsgesetzes: Urs Germann vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (links) und Herbert Bichsel, Co-Präsident von Sensability. Foto: chr

**Bichsel:** Aber sie haben in der Schweiz kaum eine Chance. Die Arbeitsassistenz finde ich hingegen eine sehr gute Idee. In Deutschland eingeführt, ist sie in der Schweiz noch unbekannt. Mit einer Arbeitsassistenz könnten deutlich mehr Menschen mit Behinderungen Arbeitsleistungen erbringen, die vergleichbar sind mit jenen von Menschen ohne Behinderungen. Habe ich beispielsweise Einschränkungen in der Feinmotorik, so bin ich mit der Hilfe eines Arbeitsassistenten 100 Prozent arbeitsfähig.

#### Wie wäre die Arbeitsassistenz zu finanzieren?

**Bichsel:** Ein solches Model muss noch entwickelt werden. Diese Initiative könnte der Bund in einem Aktionsplan fördern, indem er Geld für ein Pilotprojekt zur Verfügung stellt.

**Germann:** Da bin ich einverstanden; die Arbeitsassistenz ist sicher ein

interessantes Instrument, mit dem man weitere Erfahrungen sammeln muss. Das EBGB kann innovative Projekte mit Finanzhilfen unterstützen. Aufgrund der Ergebnisse können dann zum Beispiel Empfehlungen für eine allgemeine Umsetzung formuliert werden. Bereits heute gibt es den Assistenzbeitrag der Invalidenversicherung (IV). Hier gibt es möglicherweise Ansatzpunkte für Weiterentwicklungen.

**Bichsel:** Bund und Kantone stehen da in der Verantwortung und müssten beispielhaft vorgehen und Menschen mit Behinderungen in der Verwaltung anstellen.

#### Letztlich müssten aber die Unternehmen dieses Modell annehmen können.

**Bichsel:** Die Finanzierung kann nicht zu 100 Prozent von den Arbeitgebern erbracht werden. Man könnte

beispielsweise so vorgehen: Das Geld der IV-Rente erhält der Arbeitgebende und garantiert zusammen mit der Entschädigung für die Arbeitsleistung ein Einkommen, das vergleichbar ist mit jenem eines Menschen ohne Behinderung.

**Germann:** Die Frage der Finanzierung und auch die Lohnfrage sind komplex, da es hier auch um das Zusammenspiel von Sozialversicherungen und der kantonalen Behindertenhilfe geht. Es braucht vorerst einmal mehr Durchlässigkeit zwischen dem geschützten und dem allgemeinen Arbeitsplatz. Die vorhandenen Mittel fließen heute noch zu einseitig in den geschützten Bereich. Auch deshalb gilt es neue Arbeitsmodelle zu entwickeln. ■

# Die Gesundheit der Kinder und Jugendlichen im Blick

Weltweit gesehen, rangiert das Schweizer Gesundheitssystem auf einem Spitzenplatz, und dennoch fehlen manchmal Therapieplätze oder es gibt zu wenig Personal. Dies zeigt sich akzentuiert im Bereich Kinder- und Jugendgesundheit. Die Zeichen deuten zudem darauf hin, dass sich die Lage noch zuspitzt. Wie gelingt es Gesundheitsfachpersonen und Betroffenen angesichts dieser Ausgangslage, den Mut nicht zu verlieren? Eine Spurensuche.

Von Nicole Fivaz\*

Den meisten Jugendlichen in der Schweiz geht es gut. Dennoch, zwei 2023 publizierte Studien lassen aufhorchen und zeigen das, was in der Praxis schon seit einiger Zeit spürbar ist. Die Gesundheitsbefragung 2022 zeigt eine Zunahme der psychischen Belastung bei den 15- bis 24-Jährigen und hier insbesondere bei den jungen Frauen. Ein ähnliches Bild zeichnet die nationale Studie Health Behaviour in School-aged-Children von 2022 bei den 11- bis 15-Jährigen: Die

Gesundheit und das Wohlbefinden der Mädchen und Buben haben sich verschlechtert – dies bereits vor der Pandemie. Besonders betroffen sind wiederum die Mädchen, gemäss den Zahlen diejenigen im Alter von 13 bis 15 Jahren. Beide Studien bestätigen bisherige Erkenntnisse, wonach es mehr Anstrengungen braucht, um betroffene Jugendliche zu unterstützen. Gleichzeitig gilt es, der Prävention im Bereich der psychischen Gesundheit ein höheres Gewicht beizumessen.

## **Wir alle können etwas tun, um die Situation zu verbessern**

«Wir durchleben gerade eine instabile Zeit, die uns Erwachsene unruhig macht und in der die Meinungen auch mal stark auseinandergehen. Gerade Kinder reagieren auf Erschütterungen aus dem Umfeld und sind nicht selten Symptomträger gestresster Eltern. Wenn wir also als Erwachsene für unsere Aufgaben Verantwortung übernehmen, eine Vorbildfunktion wahrnehmen und auf unsere Gesundheit und unsere seelische Balance achten, tun wir gleichzeitig etwas Gutes für unsere Kinder», erklärt Professor Alain di Gallo, Chefarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel. Dazu gehören auch Wissen in erster Hilfe, um in Notfallsituation körperlicher oder psychischer Natur richtig zu handeln, sowie kleine Zeichen und Gesten gegenüber denjenigen Menschen, denen es gerade nicht so gut geht, wie dies diverse Organisationen am Tag der Kranken tun.

### **TAG DER KRANKEN VOM 3. MÄRZ: ZUVERSICHT STÄRKEN**

Der «Tag der Kranken» ist ein gemeinnütziger Verein, der 1939 gegründet wurde. Die 39 Mitglieder des Vereins sind sowohl Patientenorganisationen als auch Gesundheitsligen, Fachverbände wie Artisnet, die Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren (GDK) und andere im Gesundheitswesen tätige Vereinigungen und Verbände. Der «Tag der Kranken» sensibilisiert die Bevölkerung einmal pro Jahr zu einem besonderen Thema aus dem Bereich Gesundheit und Krankheit. Er will dazu beitragen, Beziehungen zwischen Kranken und Gesunden zu fördern, Verständnis für die Bedürfnisse der Kranken zu schaffen und an die Pflichten der Gesunden gegenüber kranken Menschen zu erinnern. Zudem setzt er sich für die Anerkennung der Tätigkeiten all jener ein, die sich beruflich und privat für Patientinnen und Patienten sowie für Kranke engagieren. Das Motto am 3. März 2024 lautet «Zuversicht stärken». Interessierte finden das dazugehörige Dokument mit den Hintergrundinformationen, woraus in diesem Artikel zitiert wurde, auf der Website des Vereins tagderkranken.ch.

## **Die Gesundheitskompetenz stärken**

Die im Vorfeld zum Tag der Kranken am 3. März 2024 zum Motto «Zuversicht stärken» getätigten Recherchen bei

Gesundheitsfachpersonen und Betroffenen ergaben, dass viele Menschen und ihre Angehörigen unsicher sind, ob und wann sie zur Ärztin oder zum Arzt gehen oder sich psychologische Unterstützung holen sollen. Tendenziell wird heute eher zu früh ein ärztlicher Dienst aufgesucht. Um hier wieder eine bessere Balance zu finden, den Menschen Sicherheit zu geben und das Gesundheitswesen zu entlasten, wäre es hilfreich, die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung gezielt zu stärken, zum Beispiel in der Schule, während der Mütter- und Väterberatung, aber auch im Rahmen des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. «Beispiele und Ansätze hierfür sind vorhanden, es fehlt jedoch eine gezielte, flächendeckende Umsetzung und Institutionalisierung», fasst Alain di Gallo die Situation zusammen.

Er berichtet vom Projekt «Irre normal», in dessen Rahmen ein Dreier-Team – bestehend aus einer betroffenen Person (Peer), einer Mitarbeitenden vom Schulpsychologischen Dienst und jemandem von der Kinder- und Jugendpsychiatrie – Sekundarschülerinnen und -schüler aufklärt und Fragen beantwortet zum Thema psychische Gesundheit. Die Pädagogin und Expertin aus Erfahrung Patrizia Gisler erklärt, dass ihr genau das sehr geholfen hätte in ihrer Jugend. Sie macht sich dafür stark, dass bereits in der Unter- und Mittelstufe mit Kindern über Emotionen und den gesunden Umgang damit gesprochen wird. Dies würde Kindern helfen, Gefühle einzuordnen und zu erkennen, wie sie sich Hilfe holen können, zum Beispiel bei einer Heilpädagogin oder später bei einer Freundin.

### **Bildungsmassnahmen zeigen Wirkung**

Auch im Bereich körperliche Gesundheit liesse sich noch einiges tun. Christine Fischer, die als Oberärztin auf dem Notfall des GZO Wetzikon arbeitet, erklärt es so: «Wir merken immer wieder, dass kranke und gesunde Menschen bei Gesundheitsfragen verunsichert sind und dann beispielsweise mit Bagatellfällen in den Notfall kommen, Fieber nicht einordnen können oder Angst

haben, Schmerzmittel einzunehmen.» Mit geeigneten Bildungsmassnahmen liesse sich die Situation entschärfen, ist sie überzeugt und nennt das Beispiel der Schulzahnpflegeinstruktorinnen und -instruktoren, das belege, wie wirksam solche Massnahmen seien, denn heute sei die Zahl der Kinder mit schlechten Zähnen auf einem tiefen Niveau. Dazu komme, dass viele Zugezogene ein anderes Gesundheitswesen kennen würden.

### **«Wenn wir selbst auf unsere Gesundheit und unsere seelische Balance achten, tun wir etwas Gutes für unsere Kinder.»**

**Alain di Gallo, Chefarzt der psychiatrischen Klinik für Kinder und Jugendliche in Basel**

Es gehe darum, zu vermitteln, dass es in der Schweiz verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten gebe bei leichten Fällen und beispielsweise die Apothekerinnen und Apotheker oder die Drogistinnen und Drogisten sehr gut ausgebildet und die Telefonberatungen auf einem guten Niveau seien.

### **Ein Knackpunkt sind die sozialen Medien**

«Psychische Belastungen äussern sich unterschiedlich bei Mädchen und Jungen», erklärt Alain di Gallo. Mädchen seien präsenter in den sozialen Medien, hätten häufiger nach innen gerichtete Probleme, könnten aber besser über ihre Gefühle sprechen. Die Knaben wiederum würden eher gamen, auffällig werden in ihrem Verhalten und seien

psychiatrisch weniger präsent. Sowohl bei den sozialen Medien als auch beim Gamen spiele das Handy eine wichtige Rolle, das generell immer mehr zum «outgesourcten Hirn» werde, sprich, man habe das Gefühl, man wisse etwas, aber wenn das Gerät weg sei, merke man, dass das Wissen gar nicht vorhanden sei. Zudem sei immer stärker zu beobachten, dass Jugendliche, aber auch die Erwachsenen ohne Berieselung nicht mehr zur Ruhe kommen würden. Alain di Gallo plädiert deshalb stark für Zeiten ohne Medien – nicht nur für die Kinder. Allerdings sei es wichtig, für diese Zeit dann auch etwas anzubieten, wie beispielsweise Sport oder einen gemeinsamen Spielabend.

### **Das, was gut läuft, nicht aus den Augen verlieren**

Vor lauter Negativbotschaften übersieht man häufig das Naheliegende, nämlich dass vieles gut läuft. So haben 80 Prozent der jungen Menschen normale Probleme, meistern ihre Herausforderungen und Krisen, gehen ihren Weg und benötigen keine spezielle Hilfe. Und Alain di Gallo ergänzt: «Trotz sehr knapper Ressourcen ist es uns gelungen, die Notfall- und Krisensituationen in den meisten Fällen rechtzeitig zu behandeln, auch wenn der Aufwand dahinter riesig war.» Patrizia Gisler erklärt, es gehe immer auch darum, die kleinen Fortschritte zu sehen. Für Alain Di Gallo ist es ganz einfach: «Zuversicht ist unsere Haltung, sonst können wir nicht mehr arbeiten.» Allerdings müsse sich auch etwas bewegen im System, damit nicht immer wieder alle am Anschlag seien. Patrizia Gisler ihrerseits findet es wichtig, sich zu engagieren, damit die Gesellschaft und andere Betroffene mit psychischen Erkrankungen besser umgehen können: «Meine Öffentlichkeitsarbeit mit Zeta-Movement in Form von Interviews, Podcasts und Zeitungsartikeln finden Menschen in der gleichen Situation stark, weil dies dem Stigma und den Tabus entgegenwirkt.» ■

\* Nicole Fivaz ist Leiterin Geschäftsstelle Tag der Kranken

# Spendenkampagnen sinnvoll angehen

Regelmässige Marktstudien zeigen in der Schweiz ein jährliches Spendenvolumen von 2,2 Milliarden Franken. Weit oben in der Gunst der Spenderinnen und Spender stehen Themen rund um Kinder, ältere Personen und Menschen mit Beeinträchtigungen. Was macht eine erfolgreiche Spendenkampagne aus? Zwei Fundraising-Profis geben Tipps aus ihrer langjährigen Arbeit und listen die wichtigsten Erkenntnisse und Erfolgsfaktoren auf.

Von Mario Tonet und Ursula Eichenberger\*

Um Geld für soziale und sozialmedizinische Institutionen zu generieren, braucht es in erster Linie ein zukunftsweisendes und gesellschaftlich relevantes Projekt. Ebenso entscheidend ist jedoch eine gute Vorbereitung im organisatorischen und finanziellen Bereich. Nicht zuletzt geht es darum, kreative Kontaktarbeit zu leisten. Um eine erfolgreiche Kampagne zu lancieren, kann es sinnvoll sein, sich mit folgenden Fragen zu beschäftigen:



## Für wen eignet sich eine Kampagne?

Für alle, die ein zukunftsweisendes und gesellschaftlich relevantes Projekt umsetzen wollen und glaubhaft darlegen können, dass sie dazu dringend auf Spenden angewiesen sind.



## Welche Vorbedingungen muss man erfüllen?

Eine Spendenkampagne dauert in der Regel drei Jahre – unabhängig davon, ob das Spendenziel bei 3 oder bei 50 Millionen liegt. Innerhalb von drei Jahren muss eine Kampagne abgeschlossen sein – das ist zentral, um Kräfte und Mittel zu bündeln. Eine Projektumsetzung darf erst konkret starten, wenn zwei Drittel der anvisierten Spendensumme erreicht sind. Oft starten Institutionen zu spät mit den Vorbereitungsarbeiten einer Spendenkampagne oder fokussieren auf zu kleine Spenden (etwa durch Briefkasteneinwurf oder Directmailings).



## Welche Organisation macht Sinn?

Die Zeit der Kampagne ist für alle Beteiligten eine Ausnahme-situation: Die Geschäftsleitung muss in Spitzenzeiten bis zu 30 Prozent ihrer Arbeitszeit für das Fundraising und Besuche vor Ort, für Sitzungen mit dem gebildeten Patronatskomitee oder der zugezogenen externen Beratung einsetzen; Letztere sorgt für einen sorgfältigen Aufbau der Kampagne und berät und begleitet die Institutionen Schritt für Schritt bis zum Ziel – dies in enger Zusammenarbeit mit der internen Projektleitung, die zu 80 Prozent nur für die Kampagne arbeitet. Dabei bietet sich an, auf interne Mitarbeitende zu setzen, die den Betrieb gut kennen und die seitens externer Beratung intensiv in das Thema eingearbeitet und während der Kampagne in täglichem Austausch begleitet werden. Wichtig ist, dass diese Personen gerne in Kontakt mit Menschen sind und die administrativen Fäden der Kampagne zusammenzuhalten wissen.



## Mit welchen Kosten ist zu rechnen?

Die Kosten einer Spendenkampagne liegen bei rund 10 bis maximal 15 Prozent. Directmailings beispielsweise führen meist zu deutlich höheren Kosten. Relativ tiefe Kosten können nur erreicht werden, wenn grosse Spenden generiert werden. Die Institutionen müssen die Vorbereitungskosten (Konzept, Infomaterial, Mitarbeitende) vorfinanzieren können. Grosse Spenden brauchen bis zu 12 Monate Zeit, bevor sie gesprochen werden.



## Was macht eine Kampagne erfolgreich?

Es geht darum, nicht zu betteln, sondern Menschen dazu einzuladen, sich für eine sinnstiftende Sache einzusetzen und sie sowohl auf intellektueller Ebene anzusprechen wie auch ihre Herzen zu öffnen. Menschen haben das tiefe Grundbedürfnis, die Welt ein bisschen besser zu machen. Sie wollen nicht einfach Geld spenden, sie wollen Teil von etwas Sinnstiftendem werden. Kreative Kontaktarbeit ist deswegen zentral. Sie führt oft zu intensiven Beziehungen, die lange über die eigentliche Kampagnenarbeit hinaus bestehen bleiben.



## Welches sind die wichtigsten Erfolgsfaktoren?

Ein hochwertiges Patronatskomitee mit einer überzeugenden Person an der Spitze ist entscheidend. Das Patronat sollte aus Menschen zusammengesetzt sein, die vom Vorhaben so überzeugt sind, dass sie ihre Beziehungsnetze öffnen und persönlich auf vermögende Menschen zugehen. Wichtig ist auch das sogenannte Top-down-Vorgehen: Damit eine Kampagne in Millionenhöhe erfolgreich ist, muss man sich unbedingt auf Grossspenden fokussieren – gerade zu Beginn. Die erste Spende sollte mindestens 10 Prozent des anvisierten Spendenziels ausmachen.



## Reicht es, die 300 Reichsten anzusprechen?

Diese Menschen werden pro Woche bis zu zehn Mal um eine Spende gebeten. In den meisten Fällen landen diese Anfragen direkt im Altpapier. Jeder möchte eine Million Franken etwa von Hansjörg Wyss. Menschen wie er haben aber mehrere Firewalls um sich herum, nur ganz wenige Menschen haben einen direkten Zugang und können etwas auslösen. Zudem sind es oft nicht nur die ganz Reichen, die grosse Spenden machen. Es gibt unserer Erfahrung nach Personen, die hohe Beträge spenden, obwohl niemand weiss, dass viel Geld vorhanden ist.



## Wie wichtig sind die Mitarbeitenden?

Sie sind ein entscheidender Erfolgsfaktor. Als oberstes Ziel gilt, potenzielle Spenderinnen und Spender in die Institution einzuladen und ihnen das Vorhaben vor Ort zu zeigen. Das erlaubt direkten Kontakt zwischen den Beteiligten und die Stimmung der Institution wird spürbar. Manchmal haben auch Angehörige und Bekannte von Mitarbeitenden der Institution Beziehungen zu vermögenden Menschen. Ein Beispiel aus unserer Arbeit: In einer Institution hat der Götti des Hausabwarts die erste Spende von 200 000 Franken geleistet.



## Worin liegt die Rolle der externen Beratung?

Es gibt keine Garantie, doch mit einer Person, die das nötige Know-how mitbringt, steigt die Wahrscheinlichkeit eines Erfolgs. Zudem hat es sich bei der Gewinnung hochwertiger Persönlichkeiten für das Patronatspräsidium (etwa National-, Stände-, Regierungsrätinnen und -räte oder CEOs grosser Firmen) bewährt, wenn man aufzeigen kann, dass die Institution durch die externe Beratung über Wissen und Erfahrung verfügt und professionell aufgestellt ist. Je hochwertiger das Präsidium, desto weniger Zeit hat die Persönlichkeit. Daher muss im Hintergrund alles gut vorbereitet werden. Zudem möchte niemand seinen Namen einbringen für eine Sache, die vielleicht nicht funktioniert. Da beruhigt es, gemeinsam an einem Tisch zu sitzen und Einblick in vergangene erfolgreiche Kampagnen zu erhalten. ■

\* Mario Tonet ist Inhaber der Beratungsfirma Tonet Fundraising und arbeitet seit langem mit Ursula Eichenberger von Gutes Tun Jetzt zusammen.

Icons: Dreamstale

Anzeige

# Gut beraten im Alter

**PRO**  
**SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

Ihre Spende hilft. Vielen Dank.

Spendenkonto IBAN CH86 8080 8005 7958 7261 9



lu.prosenectute.ch



# EFAS – ein Meilenstein in der Gesundheitspolitik



Daniel Höchli, Geschäftsführer von Artiset. Foto: esf

«Die Pflege wird durch EFAS aufgewertet und als unerlässlicher Bestandteil des Gesundheitswesens anerkannt.»

In einem Punkt sind sich alle einig: EFAS, die einheitliche Finanzierung von ambulanten und stationären Leistungen, wird spürbare Konsequenzen für das Gesundheitswesen haben. Nach 14 Jahren hartem Ringen und ausgeklügeltem Austarieren stimmte das Parlament mit einer satten Mehrheit der Gesundheitsreform zu. Selbstverständlich mussten alle Parteien Federn lassen und ihre Maximalvorstellungen zu Gunsten eines für alle Seiten tragbaren Kompromisses überdenken. Der scheint für den Start der Gesundheitsreform zweifellos gelungen, mit der Möglichkeit, nachzubessern, wo und wenn nötig. Mit EFAS werden in Zukunft alle Leistungen in Akutmedizin und Pflege über die Krankenversicherer abgewickelt. Die Finanzierung erfolgt einheitlich und nicht länger über verschiedene Quellen, die massive Fehlanreize zur Folge hatten. Wird bei EFAS an der Stellschraube zur Finanzierung gedreht, sind neu alle Kostenträger direkt involviert. Mit dem zeitversetzten Einbezug der Pflege setzt EFAS ein unmissverständliches Zeichen, dass sich das Gesundheitswesen in Richtung einer integrierten Gesundheitsversorgung entwickeln soll. Die Pflege wird durch EFAS aufgewertet und als unerlässlicher Bestandteil des Gesundheitswesens anerkannt. Das finanzielle Sondersetting für die Pflege, bei dem die beteiligten Parteien stets darauf bedacht waren, ihre Kostenanteile im Vergleich mit den anderen Finanzierern zu optimieren, gehört der Vergangenheit an.

Für die Umsetzung von EFAS müssen alle Akteure im Gesundheitswesen ihre Hausaufgaben erledigen, so auch die Pflege, ob ambulant oder stationär erbracht. Für die Langzeitpflege gilt es, eine Tarifstrukturorganisation aufzubauen, die basierend auf Kostentransparenz und einheitlicher Datengrundlage die Tarife für Pflegeleistungen festlegt. Das gibt zu tun, und für gute Lösungen werden wir die Branche einbeziehen. Lieber heute als morgen würden wir starten.

Vorläufig gilt es allerdings abzuwarten. Das Referendum wurde ergriffen. Der Entscheid zur Umsetzung der Gesundheitsreform dürfte an der Urne fallen. Wie jede Reform führt EFAS zu Unsicherheiten und Ängsten. Diese sind den eklatanten Mängeln der gegenwärtigen Finanzierung der Pflege und den einleuchtenden Vorteilen von EFAS gegenüberzustellen. ■



krebsliga

# Hautkrebs ist es egal, wer du bist. Schütz dich.

In der Schweiz erkranken jährlich 2800 Menschen an schwarzem Hautkrebs. Denk daran: Schatten, Kleider und Sonnencreme senken dein Risiko.

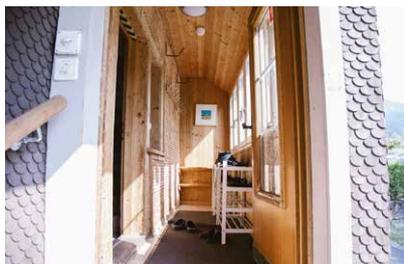


Mehr auf [krebsliga.ch/sonnenschutz](https://www.krebsliga.ch/sonnenschutz)





Arbeiten. Wohnen. Ausbilden.



Arbeiten, wohnen und ausbilden im Menzihuus in einer wunderschönen Umgebung ermöglichen eine neue Lebensqualität für Menschen in schwierigen Lebenssituationen.

Die sozialtherapeutischen Angebote des Menzihuus stehen Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung offen.

Ein vielfältiges Angebot in naturnaher Umgebung - auch dank der Zusammenarbeit mit dem angrenzenden Seminarhotel Lihn.

[www.menzihuus.ch](http://www.menzihuus.ch)

Menzihuus, Panoramastrasse 27, CH-8757 Filzbach GL (Glarus Nord)

055 614 64 14  
[info@menzihuus.ch](mailto:info@menzihuus.ch)

Ein Betrieb der GsdW  
[www.gsdw.ch](http://www.gsdw.ch)

**GsdW** Genossenschaft sozial-diakonischer Werke

**RedLine**®  
Software

[redline-software.ch](http://redline-software.ch)

RedLine Software GmbH · 9000 St. Gallen  
+41 71 220 35 41 · [info@redline-software.ch](mailto:info@redline-software.ch)

**Ein Buch über Selbstbestimmung und Autonomie.  
Ein Buch von Menschen mit Behinderung, von Teilhabe und Respekt.**

Das Schiff mit den blauen Segeln ist eine Metapher, ein Märchen für Engagement und Empowerment von MitarbeiterInnen in der Begleitung und Menschen mit Behinderung, welche ihren Weg der Autonomie gehen. Sie stellen sich der Frage, was wirklich zählt und was noch wichtiger ist, nämlich das, was erzählt werden sollte!

Eine Geschichte vom Kaiser, vom Piraten PZP und von der Prinzessin Li Si, welche Geschichten sammelt.

**Bestellbar im L>Shop:** [shop@lukashaus.ch](mailto:shop@lukashaus.ch)  
Preis: 24 CHF

*Ein Märchen-Zyklus von Hubert Hürlimann, Geschäftsleiter Lukashaus Stiftung, mit Beiträgen von MitarbeiterInnen und Menschen mit Behinderung.*



**L shop**

**lukashaus ▶**