

# Möhreneintopf oder Ernährungsmanagement

*Stimmt ja, meint Achim Trobisch, Hygiene und verantwortlicher Umgang mit Koch- und Ernährungsvorschriften sind wichtige Elemente im Zusammenleben einer Wohngruppe. Aber man sollte verantwortlich und kreativ damit umgehen!*

»Ernährungsmanagement, Flüssigkeits- und Essprotokolle führen, Zieltrinkmenge angeben, Biographiebezug herstellen, Ernährungsplan, Ablenkung vermeiden (keine Unterhaltung), pürierte Kost...« – Zugegeben, diese Wörter für Ernährung und Mahlzeit sind aus der Pflege entliehen, richten sich an pflegebedürftige Menschen. Überkommt Sie auch ein un gutes Gefühl, wenn Sie dabei ans Essen denken? Was verbinden Sie mit einer gemeinsamen Mahlzeit in Ihrem Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis?

## Miteinander kochen

Vielleicht den Gang auf den Wochenmarkt, um Nahrungsmittel nach Wunsch und momentanem Appetit zu wählen? Sich durch den Anblick der Waren vielleicht zu einem bestimmten Kochrezept animieren

zu lassen? Eines, das Ihnen besonders liegt oder welches Sie schon immer mal versuchen wollten?

Dann der Gang nach Hause, die kreative Zeit in der Küche beim Kochen. Kochen hat ja bekanntermaßen mit Kreativität und persönlicher Note zu tun. Besonders schön, wenn mehrere Menschen miteinander kochen, dabei erzählen, einander Tipps zur Zubereitung der Speisen geben, auch der Wein kann dabei sein. Tja, und dann trifft man sich bei Tisch, erfreut sich an den zubereiteten Speisen, isst, erzählt und lässt es sich dabei einfach gut gehen.

Oder, Sie beschließen, sich im Wald oder auf der Wiese Pilze, Kräuter, Beeren und dergleichen zu sammeln, diese zu Kochen, zu Bra-

ten oder einzulegen. Was macht Ihnen mehr Freude, das Sammeln oder das Zubereiten? Beides gleich schön? Schön für Sie!

Oder sind Sie gar jemand, der angeln geht? Der sich stundenlang an einen stillen See setzt und darauf wartet, dass sich die Angelschnur bewegt und man mit Spannung die Angel einholt? Was für ein Fisch hat wohl angebissen? Tja, und vielleicht eignet sich dieser Fisch sogar zum Braten! Dann kommt er mit nach Hause, wo er fachkundig zubereitet wird.

Vielleicht denken Sie, was erzählt er uns für Selbstverständlichkeiten. Alles sehr positiv und nett dargestellt, aber im Wesentlichen ist das in jedem Haushalt mehr oder weniger üblich, kommen die meisten von uns in diese Genüsse.

## Essen »pur«

Aber, gilt dies auch für die zu betreuenden Menschen, die in unseren Einrichtungen ihr Leben verbringen, die hier ihr zu Hause haben? Treffen für sie diese Selbstverständlichkeiten ebenso zu? Haben sie auch die Chance, die Nahrungs-



**Achim Trobisch,**  
**Martinshof**  
**Rothenburg,**  
**Diakoniewerk**



## Mein Lieblingsrezept

### Dänischer Käseauflauf

#### Zutaten:

4 Eier,  
1/2 l Milch  
1 TL Salz, 1 Prise Senfpulver  
8 Scheiben Kastenweißbrot  
225 g Danbo (mit Kümmel)  
1/4 l Bier (am besten dänisches Tuborg) 20 g Butter



Dr. Laurenz  
Aselmeier

#### Zubereitung:

Eigelb mit Milch schlagen, mit Salz und Senf würzen, Weißbrot in Würfel schneiden, 3/4 davon in die Eiermilch rühren und den in Würfel geschnittenen Käse dazugeben. Etwas ziehen lassen, bis sich das Weißbrot mit Eiermilch vollgesogen hat, dann das Bier dazu gießen. Eiweiß steif schlagen und unter die Käsemasse ziehen. Die Mischung in eine ofenfeste Form füllen, mit den restlichen Brotwürfeln bestreuen und mit Butterflöckchen besetzen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° backen. Der Auflauf ist fertig, wenn ein hineingestecktes Messer sich sauber herausziehen lässt (etwa nach 25 Minuten).

mittel »pur« zu erleben, sie dort zu ernten, wo sie wachsen, um sie dann zu verarbeiten und letztendlich gemeinsam zu genießen? Oder sitzen sie, bildlich gesprochen, passiv am Tisch, wartend auf den Teller, der gerade aus dem Thermophor gefüllt wurde? Ersticken aufsichtsrechtliche Regularien, hygienische Bestimmungen, gesundheitliche Vorsichtsmaßnahmen und persönliche Vorbehalte von Mitarbeitenden einen natürlichen Umgang mit Lebensmitteln? Ganz zu schweigen von dem bildenden Effekt, der durch diese Regularien verloren geht.

Kann die Organisation Heim in punkto Mahlzeiten überhaupt auf individuelle Gesichtspunkte wie Menge, Zeitpunkt, Gewürze, individuelle Vorlieben eingehen?

### Pilzvergiftung

In einer Wohngruppe für Menschen mit geistiger Behinderung verbietet die Heimärztin das Sammeln und Zubereiten von Pilzen unter Aufsicht eines fachkundigen Mitarbeiters. Grund: Die Gefahr einer Pilzvergiftung ist nicht auszuschließen.

### Erntedankfest

*Jabrelange Tradition: Bewohner einer Wohngruppe fahren mit Mitarbeitern nach dem Erntedankfest in eine Kirchengemeinde, um dort Erntegaben abzubolen und sie bernaach in der Wohngruppe gemeinsam zu verarbeiten. Mitarbeiter der Zentralküche einer anderen Einrichtung ziehen die Augenbrauen hoch: »Was da alles passieren kann! Sie wissen doch gar nicht, ob die Nahrungsmittel hygienisch unbedenklich sind!«*

### Fit mit Öl verwechseln

*Eine Mitarbeiterin des zuständigen Gesundheitsamtes montiert bei der Routineüberprüfung in einer Wohnküche (Wohnzimmer und Küche mit Kochtischen sind ein Raum), dass im unteren Küchenschrank Fit steht, im oberen Hängeteil die Gewürze, Öle, Essig und Zutaten für gemeinsam zu Kochendes. Die Bedenken: Wenn nun einer beim Kochen Fit mit Öl verwechselt?*

### Leckerer Aufbraten

*Die Reste des Mittagessens sind nach Meinung der Lebensmittelhygiene sofort zu entsorgen! Ein abendlich leckeres Aufbraten wie in jedem verantwortungsvollen Genießerhaushalt? Fehl-anzeige!*

Sicher sind dies Einzelbeispiele und nicht zu verallgemeinern. Das Denkmuster ist aber flächendeckend in der Behindertenhilfe anzutreffen. Warum erleben wir in unserem Betreuungsalltag oft den Trend zu ausgeprägtem Sicherheits- und Rückversicherungsdenken mit gleichzeitig abnehmender Gelassenheit und wenig Experimentierfreude?

### Recht und Routinen

Da ist der heimrechtliche Aspekt. Wir werden in einem komplexen Heimalltag rechtliche Regularien, in unserem Fall rund um das Essen, nicht ignorieren können. Aufsichts- und Sorgfaltspflicht, Hygieneverordnungen. Wir sind an sie gebunden – schon zum Schutz der körperlichen Unversehrtheit der zu betreuenden Menschen. Es gilt aber, die Angemessenheit von Regularien immer neu zu hinterfragen. Kontrollierende Mitarbeiter von Ämtern und Behörden haben bekanntermaßen einen Ermessensspielraum. Ihre individuelle Sicht kann nicht automatisch zum Maßstab erhoben werden.

Menschen mit Behinderung sind auf unsere Fürsprache angewiesen. Ihnen Lebensfreiräume zu schaffen oder zu erhalten, ist unsere Aufgabe! Ist es zu tolerieren, dass formale Auflagen letztendlich Lebensintensität minimieren kann? Immer nach dem Motto »Zwar gesund nach neusten ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten, pünktlich und mit optimaler Temperatur auf dem Tisch, aber ansonsten am Leben vorbei?«

Zum anderen gibt es die täglichen Routinen und die persönlichen Einstellungen eines Mitarbeitenden. Die sogenannten Routinen verleihen Sicherheit im Handeln und ermöglichen langfristiges Tätig sein. Aber, habe ich bei all den täglichen Anforderungen und immer wiederkehrenden Verrichtungen überhaupt noch den Blick frei für Dinge, die möglich sind und Farbe ins Leben der zu betreuenden Menschen bringen?

Sind meine persönlichen Prioritäten ausschlaggebend für mein Tun oder nehme ich die mir anvertrauten Menschen und deren Bedürfnisse in den Blick und zur Richtschnur meines Handelns?

### **Milchreis mit Bockwurst**

*Helena Burgmann<sup>1</sup> isst gern Milchreis mit Bockwurst. Wie reagieren Mitarbeitende? Das gibt es nicht, das schmeckt doch gar nicht! Oder wohlwollend?*

Wie würden Sie reagieren? Wähle ich den sicheren Weg? Einen, auf dem mir keiner einen Vorwurf machen, auf dem eigentlich nichts schief gehen kann? Der mir vertraut ist, auf dem ich nichts riskiere? Vielleicht sogar mit vorausseilendem Gehorsam, Anordnungen und ihren Ermessensspielraum gar nicht erst auslotend? Einen Weg, der dem Menschen mit Behinderung der mein Handeln benötigt, abwechslungsreiches, pulsierendes, farbiges Leben entzieht? Fähigkeiten können dabei auch nicht wirklich stabilisiert oder entwickelt werden.

Sie werden mir entgegenhalten, dass dies alles nicht so einfach ist und in der Praxis schon gar nicht, erst recht nicht bei den miserablen Betreuungsschlüsseln... Stimmt und stimmt auch nicht. Entscheidend ist doch, mit welcher Einstellung ich mich der Gestaltung des Lebens nähere. Überwiegen die Bedenken,

die Absicherung und Rück-Versicherung? Oder sehe ich Leben als eine einzigartige, zeitlich begrenzte Möglichkeit, mich zu erleben, mit all den damit verbundenen Risiken?

Es ist unsere Aufgabe, dem uns anvertrauten Menschen helfend die Möglichkeit zu geben sich zu entwickeln, sich selbst kennen zu lernen. Mit dieser Grundhaltung finde ich trotz aller Zwänge Möglichkeiten, den Betreuungsalltag mit Veränderung und Abwechslung zu gestalten.

Die zu betreuenden Menschen benötigen Sie! Die Inspiration des Mitarbeitenden, der den Menschen mit Behinderung kennt, ihm wohlgesonnen ist, ihm etwas zutraut, ihm auch mal ein berechenbares Risiko zumutet. Gelebtes Leben ist immer Risiko.

### **Möhreneintopf**

*In einer Wohngruppe für Menschen mit geistiger Behinderung und zusätzlichen starken Verhaltensauffälligkeiten wird Möhreeneintopf, geliefert wie jede Mittagsmahlzeit von einem Küchenbetrieb, rundweg abgelehnt. Und dies seit Jahren.*

*Einmal im Jahr fahren die Mitglieder dieser Gruppe in ein einsames Waldhaus, wo es weder Strom noch fließendes Wasser aus der Leitung gibt (was da schon alles passieren kann...). Abenteuer pur.*

*Das Mittagessen wird auf einem Dreibein am offenen Feuer zubereitet. Test der Mitarbeitenden: Möhrenputzen, Kartoffeln schälen, schneiden und Möhreeneintopf zubereiten. Und? Der Möhreeneintopf wurde anstandslos gegessen und soll auch allen gut geschmeckt haben.*

### **Frühstücksei**

*Eine komplexe Wohnrichtung für Menschen mit Behinderung wird aufgelöst, die dort lebenden Menschen ziehen in andere Wohnheime. Die Ankommen werden nach Ihren Wünschen befragt. Einer lautet: Am Sonntagfrüh das Frühstücksei nicht mehr blau-hartgekocht (salmonellenresistent), sondern weichgekocht. Seit fast einem Jahrzehnt gibt es nun am Sonntagfrüh weichgekochte Eier – bisher ohne Salmonelleninfektion.*

Essen Sie blau-hartgekochte Eier zum Sonntagfrühstück?

Versuchen Sie es, nehmen Sie die Menschen mit Behinderung mit in den Einkaufsmarkt, auf den Wochenmarkt, in den Wald zum Pilze suchen (vorausgesetzt Sie kennen sich mit Pilzen aus), auf die Wiese zum Kräuter sammeln. Vielleicht auch mal zum Angeln oder zum Schlachtfest, um mit Frischem an den Herd der Wohngruppe zurückzukehren. Auch ein herbstlicher Pflück-Streifzug hat schon allherhand Kuchen und Marmeladen ergeben.

Wohl dem, der das Leben in seinen Nuancen erleben kann, ehe er für seine Nahrungsaufnahme ein Ernährungsmanagement benötigt. ■



<sup>1</sup> Name geändert