

# Was mögen eigentlich die Bewohner?

Reicht ein tägliches Verpflegungsgeld von 4,50 Euro für den Bewohner aus, um ihn individuell und ausgewogen ernähren zu können? Und was gehört zu einem bewohnerorientierten Verpflegungskonzept dazu? Ernährungsberater und Smoothfood-Experte Herbert Thill weiß Antwort.

Interview: Ina Füllkrug

**Aus der DGE-Studie geht hervor, dass die Einrichtungen in der Regel etwa 4,50 Euro Verpflegungsgeld pro Tag für die Bewohner zur Verfügung haben. Reicht der Betrag für ein ausgewogenes Ernährungskonzept?**

**Herbert Thill:** Die 4,50 Euro würden knapp ausreichen, wenn wir sie denn alle bekommen würden. Ganz entscheidend ist dabei, dass die Menschen, die dieses Essen produzieren, auch Ahnung davon haben, wie man gesundes Essen herstellt. Welche Zutaten benötige ich, die hochwertig sind?

Die DGE fordert ja die fünf Portionen Obst und Gemüse am Tag – können wir die bieten, über die ganze Mahlzeitenstruktur? Die Frage ist, wie der Speisenplan aufgebaut ist. Ist er ausgewogen zusammengestellt oder sehr fleischlastig? Verzichten wir oft auf Zwischenmahlzeiten, die vielleicht gesunde Komponenten mit rüber bringen könnten oder stellen wir da wieder nur einen Joghurt hin oder oder oder.... Es gibt so viele Kleinigkeiten, auf die wir achten müssen, wenn es denn um ausgewogene Ernährung geht.

**Wieviel Verpflegungsgeld sollten die Heime Ihrer Meinung mindestens nach zur Verfügung haben?**

**Thill:** Naja, 4,50 Euro sind schon hart an der Grenze, wir wünschen uns die fünf Euro. Aber es gibt genügend Häuser in Deutschland, die nicht mal die 4,50 Euro haben. Da reden wir von 3,40 bis 3,90 Euro, und da muss ich nicht lange nachdenken, da weiß ich, dass ich auf ganz viel verzichten muss, was der Körperbau eigentlich an Sondernahrung bräuchte.



einbringen, dass es auf alle Fälle einen gewissen Betrag gibt, sagen wir mal die fünf Euro, der ausschließlich für Mate-

## Es gibt genügend Heime in Deutschland, die nicht mal über 4,50 Euro Verpflegungsgeld verfügen

**Was könnten Einrichtungen tun, um auf fünf Euro zu kommen?**

**Thill:** Es gibt einen Betrag für Pflegeaufwand und es gibt einen Betrag für Unterkunft und Verpflegung. Aus meiner Sicht bedeutet das, in bzw. vor den Pflegegesprächen darüber nachzudenken, den Betrag für Unterkunft und Verpflegung hochzusetzen. Man könnte vielleicht sogar auch eine Klausel mit

rialkosten in der Verpflegung zur Verfügung gestellt werden und nicht anderweitig hinterher vielleicht irgendwelche Kosten in der Pflege subventionieren muss. Das passiert uns ja auch sehr oft: Da wird dann um zehn oder 20 Cent gezeigelt, die man irgendwo noch einsparen kann, damit ich das Geld dann evtl. für Duschgel, Zahnpasta oder Waschlappen ausgeben kann.






**Lösungen für mehr Effizienz in Pflegeeinrichtungen und Hausnotruf-Diensten**

SWING-Ambulant
SWING-Stationär
SWING-Hausnotruf
www.swing.info



„Zu einem ausgewogenen Konzept gehört auch, sich zu überlegen, was man gemeinsam mit den Bewohnern machen kann, wenn es um das Zubereiten der Speisen geht“, betont Herbert Thill, hier bei einer Live-Kochshow auf der Leitmesse ALTENPFLEGE.

Foto: Rico Thumser

### Wie sollte ausgewogene Ernährung in der Altenhilfe aussehen? Welche Angebote und Konzepte verbinden Sie damit?

**Thill:** Das Angebot fängt ja beim Frühstück an. Schon hier sollten wir überlegen, wie gesund die einzelnen Komponenten sind – aber auch: Welches Personal haben wir zur Verfügung, was können sie daraus machen? Eventuell müssen wir Teilkomponenten dazu kaufen, weil wir einen schlechten Personalschlüssel haben. Wenn wir Teilkomponenten dazu kaufen, dann reden wir natürlich nicht mehr über die fünf Euro, dann spar ich ja Personalkosten, weil dann gewisse Dinge schon fertig sind, die ich nicht mehr kochen muss.

Aber ansonsten müsste auch das Personal weitergebildet werden, sie sollten wissen, wie gesund etwas hergestellt werden muss und natürlich, wie sie das herstellen können. Darüber hinaus sind Rezepturen das A und O... Wichtig ist einfach, zu verstehen, was Vollwertigkeit, was Ausgewogenes denn eigentlich heißt. Außerdem: Alte Menschen essen nicht immer die komplette Mahlzeit, die wir Ihnen hinstellen. Sie essen Teilkomponenten, das suchen sie sich natürlich auch oft süße Komponenten aus. Darum sollten wir in der Lage sein, die sü-

ßen Komponenten auch so gehaltvoll zuzubereiten, dass genügend Mineralstoffe, Vitamine und andere Dinge mit rüberkommen.

### Was muss eine Einrichtung Ihrer Meinung nach leisten, die sich bewohnerorientierte Verpflegung auf die Fahnen geschrieben hat?

**Thill:** Sie braucht Fachkräfte. Zumindest muss sie ihr Personal auch weiterbilden. Sie braucht ein Konzept und sie braucht Rezepte, um dann aus diesen Rezepten einen ausgewogenen Speiseplan zu machen.

### Welche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen sind in der Institution erforderlich, um eine bewohnerorientierte Mahlzeitenversorgung zu ermöglichen?

**Thill:** Das ist das Zusammenspiel zwischen Küche, Hauswirtschaft und Pflege. Der Verteiler muss der Küche auf alle Fälle die Information geben, auf was der Bewohner anspricht. Wie können wir ihn am besten erreichen, mit welcher Art von Nahrung? Mag er eher herzhaft, mag er süß – ist er vielleicht sogar an der Mahlzeitengestaltung dran beteiligt, um dadurch auch mehr Appetit zu bekommen. Auch das gehört zu einem ausge-

## ZUR PERSON

Herbert Thill ist Mitbegründer von smoothfood und Experte für Seniorengastronomie.

Herbert Thills Berufsweg markiert eine Vielzahl gastronomischer Stationen, die ihn saisonweise nach Davos und Vulpera in der Schweiz, später auf die Kanarischen Inseln und nach London führten. Ende der 90er Jahre wandte sich der gelernte Koch und Küchenmeister der speziellen Heim- und Klinikküche in Deutschland zu.

Er kochte im Staatlichen Badehotel Bad Wildungen und übernahm später die Küchenleitung im Alten Wohn- und Pflegeheim Christkönig. Seit 1998 bildet sich der Smoothfoodexperte in Seminaren zur Seniorengastronomie konsequent weiter und schliesst mit der Ausbildung zum Heimkoch ab. Heute ist Herbert Thill in der Erwachsenenbildung tätig und als Referent für neue Kostformen und Heimkochausbildung sehr gefragt.

wogenen Konzept dazu, dass man sich überlegt, was können wir noch gemeinsam mit den Bewohnern machen, wenn es um das Zubereiten der Speisen geht.

Ich glaube, das sind alles viele kleine Bausteine, die letztendlich dazu beitragen. Wenn ich als Bewohner ein gewisses Wohlfühlgefühl habe, bin ich auch eher dazu bereit, mich ausgewogen zu ernähren und bin vielleicht nicht so appetitlos, lustlos und deprimiert.

**Kann bewohnerorientierte Verpflegung im Alltag auch an ihre Grenzen stoßen? Welche könnten das sein und wie kann es gelingen, diese im Sinne der Lebensqualität der Bewohner möglichst auszuweiten?**

**Thill:** An die Grenzen stößt es eigentlich täglich, wenn es um die Medikation geht. Weil die Medikamente oft zur falschen Zeit und in viel zu großer Menge vor den Mahlzeiten verabreicht werden. Also sollte man auch da mal drüber nachdenken, wenn es um eine ablehnende Haltung dem Essen gegenüber geht,

**Voraussetzungen für bewohnerorientierte Ernährung sind Fachkräfte, ein ausgewogenes Konzept und die entsprechenden Rezepte**

ob wir zur falschen Zeit das falsche gemacht haben. Vielleicht auch die falsche Zwischenmahlzeit gegeben haben. Wir sagen ja auch immer, die Zwischenmahlzeit zwischen Frühstück und Mittagessen sollte kein Milchprodukt sein, weil es eine langanhaltende Sättigung hat. All das sind ja Dinge, die dafür sorgen, dass der alte Mensch zu der Zeit, wenn wir mit dem Mittagessen kommen, gar keinen Appetit mehr hat und sagt: Nehmen Sie das Essen wieder mit, ich habe keinen Hunger. Denn wegschmeißen wollen sie das Essen ja auch nicht. Und wenn die Kaffeezeit kommt, da haben sie dann wieder Hunger, weil eine gewisse Zeit vergangen ist.

**Sie sind ja in vielen Einrichtungen unterwegs und beraten dort in punkto Ernährung. Wie ist Ihre Einschätzung:**

**Ist die am Bewohnerwunsch orientierte Speiserversorgung in den meisten Einrichtungen tatsächlich gelebte Realität?**

**Thill:** Nein, eher nicht. Meist gibt es einen Speiseplan, von dem behauptet wird, dass er gemeinsam mit den Bewohnern gemacht wird... Komischerweise wird er aber oft nur mit dem Heimbeirat bestimmt und der Küchenchef legt seine Wünsche vor, die er da gerne kochen würde. Zudem stehen auf vielen Speiseplänen Produkte drauf, die gar nicht seniorenbezogen sind. Die Senioren sind ja gar nicht anspruchsvoll. Wenn man ihnen einen vernünftigen Salat mit einer Vorspeise bietet, beispielsweise eine schöne Suppe, die gut schmeckt, aber auch gehaltvoll ist – von den Nährwerten her – und dann noch Kartoffelpuffer mit Apfelmus, dann habe ich damit manchmal mehr erreicht als wenn ich Currygeschnitzelttes serviere, nur weil das vielleicht jetzt gerade mal Trend ist.

Ein ganz wichtiger und entscheidender Faktor ist, darauf zu achten, was Seniorenernährung eigentlich ist und was die Bewohner eigentlich wollen. Nach meiner Erfahrung mögen sie einfache Gerichte – aber die müssen auch wohlschmeckend und gut sein. Und dann sollte der Koch so fair sein und schauen, wie er diese Gerichte nährwertreich zubereitet.

**Wie können Einrichtungen die Verpflegung in ihrem Haus insgesamt verbessern?**

**Thill:** Mein Tipp: Setzen Sie sich mit dem Bewohner – Ihrem Gast – intensiver auseinander. Tun Sie nicht alles für ihn, sondern tun Sie es mit ihm gemeinsam!

**MEHR ZUM THEMA**

**Info:** [www.smoothfood.de](http://www.smoothfood.de)

**Web TV:** Herbert Thill im Video auf [www.altenheim.net/WebTV](http://www.altenheim.net/WebTV)

**Tipp:** Erleben Sie den Smoothfood-Experten auf der Altenpflege vom 25. bis 27. April 2017 in Nürnberg.

**CHECKLISTE**

**Sieben Schritte zu einer bewohnerorientierten Verpflegung:**

1. Berücksichtigen Sie die Wünsche und Bedürfnisse der Heimbewohner.
2. Wenden Sie sich hin zu einem positiven Menschenbild: Was kann der Bewohner? Das sollten Sie fordern und fördern.
3. Sie sollten überprüfen, was Sie für oder mit dem Heimbewohner tun und was er noch alleine macht: Wo kann er bei der alltäglichen Arbeit helfen?
4. Arbeiten Sie integrativ mit allen Abteilungen zusammen und stimmen Sie sich über den ganzen Tag so ab, dass Sie flexible Essenzeiten einbauen können. Bestenfalls können Sie die Präsenz von Küche, Hauswirtschaft, Betreuung, Pflege und auch Ehrenamt über einen ganzen Tag besser ausnutzen und planen (z. B. Wohnbereichsplan aus allen Abteilungen zusammenstellen).
5. Gestalten Sie Ihren Speiseplan nährwertreich, ohne dabei auf die Wünsche der Bewohner zu verzichten: Das fängt schon beim Frühstück an.
6. Nehmen Sie sich ein Beispiel am Zitat von George Bernard Shaw: „Der einzige Mensch, der sich vernünftig benimmt, ist mein Schneider. Er nimmt jedesmal neu Maß, wenn er mich trifft, während alle anderen immer die alten Maßstäbe anlegen in der Meinung, sie passten auch heute noch.“
7. Bedenken Sie, dass wir nicht nur für das verantwortlich sind, was wir tun, sondern auch für das, was wir nicht tun. Konkret: Arbeiten Sie tiefgründig, um frühzeitig mögliche Defizite zu erkennen und ihnen zu begegnen.