

Projektdokumentation



KOCHEN

Lars Gächter | Wyland-Tagesbetreuung | 17.06.2019

Inhaltsverzeichnis

Ausgangssituation.....	2
Ziele	2
Planung des Vorgehens	3
Beschreibung Durchführung.....	4
Auswertung.....	6

Ausgangssituation

Für diese Projektarbeit haben wir etwas gesucht, das in meinen Lehrplan hineinpasst. Als Fachmann-Betreuung in unserer Institution der Wyland-Tagesbetreuung gehört es dazu, dass für unsere Tagesgäste selbst gekocht wird. Da ich noch nie selbst ein komplettes Mittagmenü für unsere Gäste zubereitet hatte, schien dies eine gute Gelegenheit, es gleich in einer Projektdokumentation festzuhalten. Es bietet sich auch gut an, unsere Gäste darin miteinzubinden, mit vielen kleinen Aufgaben bei der Zubereitung, die individuell auf die zu betreuenden Personen angepasst werden können. Darum schien es für mich ein gutes Projekt und ich freute mich darauf, mit unseren Tagesgästen zu kochen.

Ziele

Das Ziel für unsere Tagesgäste war die Teilnahme bei der Zubereitung des Gerichtes. Jeder Gast sollte einen Teil dazu beitragen können, auch wenn diese Person in einer körperlichen oder geistigen Funktion eingeschränkt ist. Unter anderem war eine Frau involviert, die wegen eines Hirnschlages jetzt halbseitig gelähmt ist. Eine weitere Person die eine fortgeschrittene demenzielle Entwicklung aufweist und jemand mit einer beginnenden bis mittelschweren Demenz. Eine Frau hat Depressionen und macht von sich selbst aus ohne Motivation nicht mehr viel. Mit diesen vier Frauen sollte ich nun zusammen ein Mittagmenü erstellen und zubereiten, das am Ende genießbar ist und alle satt macht.

Auch gehört es zu den Zielen, dass es unseren Tagesgästen Freude bereitet. Mit einer Gruppenaktivität aus dem Alltag, indem alle mithelfen können. Es sollte ein gutes harmonisches Miteinander entstehen können.

Das Thema „Kochen“ sollte auch für unsere Tagesgäste wieder etwas helfen für das alleine Wohnen zu Hause. Da einige unserer Tagesgäste selbständig wohnen, könnte es ihnen wieder zeigen, wie viel Spaß es macht, zu kochen und dass es ganz einfach sein kann. Es ist auch wichtig für die Gesundheit, sich gut zu ernähren. Für viele Alleinstehende ist es ein Risiko, dass sie eine schlechte Ernährung haben, weil sie nicht mehr für sich alleine kochen mögen.

Das letzte Ziel war, das Essen pünktlich um 12 Uhr auf den Tisch zu bringen, was eine gute und genaue Zeitplanung voraussetzt.

Planung des Vorgehens

Als erster Schritt habe ich mithilfe Personen aus unseren Tagesgästen ausgesucht, welche sinnvoll eingesetzt werden und auch etwas von dem Projekt profitieren können. Eine Gruppe aus vier Frauen hat sich daraus ergeben und sie wurden um die Teilnahme angefragt. Zusammen mit den Tagesgästen habe ich ein Menü erstellt, das wir an einem Vormittag alles zubereiten können. Eine Woche vor dem Kochen haben wir uns zusammengesetzt und Kochbücher angeschaut, um uns für ein Menü inspirieren zu lassen.

Nach einiger Zeit haben wir einstimmig entschieden, dass wir in der darauffolgenden Woche als Hauptspeise Rahmschnitzel mit Nudeln machen wollen. Dies schienen alle gern zu haben und wir trauten uns diese Aufgabe zu. Wir haben uns entschieden, Karotten und Kohlraben dazu zu machen, denn das Gemüse rüsten funktioniert immer gut mit unseren Tagesgästen. Ein Salat mit Peperoni durfte bei unserem Mittagsmenü auch nicht fehlen. Für den Dessert habe ich unsere Tagesgäste zu einem Schokoladenmuss motiviert. Viele von ihnen haben noch nie ein Schokoladenmuss selbst gemacht, darum sah ich es als gute Chance, ihnen etwas Neues zu zeigen.

Auch für das Einkaufen musste Zeit eingeplant werden, so dass die notwendigen Zutaten noch eingekauft werden konnten. Davor habe ich mir schon Gedanken dazu gemacht, welcher Tagesgast am besten welche Teile der Zubereitung übernehmen könnte und wo ich ihnen behilflich sein muss.



Durchführung

Schokoladenmuss: Zu aller erst als Start haben wir zusammen für den Dessert ein Schokoladenmuss zubereitet, weil das genügend Zeit braucht, um abzukühlen. Um unsere Tagesgäste vor Flecken zu schützen habe ich ihnen allen eine Schürze verteilt. Für die Person mit Halbseitenlähmung habe ich einen Stuhl in die Küche gestellt, damit sie sich zwischendurch hinsetzen konnte. Ich bat alle Beteiligten, sich ihre Hände zu waschen bevor wir starteten. Ich stellte schon im Vorhinein alle Zutaten und die notwendige Anzahl von Schüsseln bereit. Die Aufgaben wurden auf die Gäste aufgeteilt. Einer körperlich eher schwachen Frau gab ich eine leichte Aufgabe. Sie musste zuerst nur die dunklen Schokoladentafeln in kleine Stücke brechen. Ich bereitete das kochende Wasser in einem Kochtopf vor und sie konnte dann die Schokolade darüber schmelzen. Danach konnte sie die Schokolade schön glattrühren. Sie brauchte nur ein paar Anweisungen und konnte dann gut selbstständig ihre Arbeit machen. Eine Frau, die körperlich noch sehr gut und sicher war, konnte selbstständig das Eigelb vom Eiweiss trennen und gab dann Zucker zum Eigelb hinzu. Zum Eiweiss musste sie Salz dazugeben, was alles ohne Probleme ging. Sie wirkte auch sehr erfahren und ich liess ihr deshalb auch Autonomie und die Wahl, eigene Entscheidungen zu treffen. Die Person mit Halbseitenlähmung konnte gut mit ihrer rechten funktionsfähigen Hand den Handmixer bedienen. Da sie aber die Schüssel nicht gut festhalten konnte, stellte ich für sie die Schüsseln in den Schüttstein und legte noch eine Gummimatte darunter, sodass die Schüssel einen festen Stand bekommt. So konnte sie ihre Arbeit gut machen und verrührte das Eigelb mit dem Zucker und machte Eischnee mit dem Eiweiss und Salz. Wenn sie gerade nichts zu tun hatte, setzte sie sich auf den Stuhl, der für sie bereitstand. Wegen ihrer Beeinträchtigung mochte sie nicht so lange stehen und war froh, wenn sie immer eine Sitzgelegenheit in der Nähe hatte. Als alle Teilschritte gemacht waren, musste nur noch jemand aus der Gruppe alles sorgfältig unter die Masse ziehen. Daran beteiligten sich alle und jeder konnte es mal versuchen. Das Schokoladenmuss war dann so gut wie fertig. Es musste nur noch abgefüllt und kaltgestellt werden. Von den Tagesgästen kam dann noch eine spontane Idee, dass wir auf den Boden der Dessert-Gläser noch Meringue hineintun könnten, was dann auch so angenommen und umgesetzt wurde. Ich übernahm selbst das Abfüllen in die kleinen Gläschen, denn niemand traute es sich sonst zu, es ohne Flecken zu machen. Die Gäste konnten nun die Gläser auf einem Tablett in den Kühlschrank stellen und diese blieben dort bis zum Mittagessen.

Einkaufen: Für das Hauptgericht mussten wir noch Einkaufen gehen. Ein Tagesgast sollte dazu mitkommen, damit wir es in der richtigen Zeit schafften. Es kam eine Frau mit, die körperlich noch gut zu Gange und mir so eine grosse Hilfe war. Sie kannte sich gut aus im Laden und zeigte mir wo die gesuchten Produkte zu finden waren. Wir fuhren mit dem Auto und nahmen zwei Taschen mit. Beim Einkaufen hatten wir eine Liste, die ich schon vorbereitet hatte und gingen der Liste nach durch die Gänge des Ladens. Ich las vor was wir brauchten und zusammen entschieden wir was in unseren Einkaufswagen kommt. Sie wirkte leicht gestresst, aber ich konnte gut auf sie einreden und sie etwas beruhigen. Wir kamen gut nach Plan voran und fanden alles schnell. An der Kasse half mir unser Tagesgast die Einkäufe einzupacken und ich trug dann die

Taschen zum Auto. Wir fuhren zusammen wieder in die Wyland-Tagesbetreuung und gingen dann gleich weiter zum Kochen mit den anderen Gästen.

Hauptgericht: Als Beilage zum Hauptgericht gab es Karotten und Kohlrabi. Dafür musste das Gemüse gerüstet werden. Alle Tagesgäste, die beim Gericht mithalfen, setzten sich an den von mir vorbereiteten Tisch mit Schneidunterlagen und Rüstmessern. Die Person mit Halbseitenlähmung hat immer ihr eigenes Rüstmaterial dabei, mit einer speziell für sie angepassten Unterlage die rutschfest ist und mit festgeschraubten Schäler, den sie so mit nur einer Hand bedienen kann. Die anderen brauchten jeweils nur Anweisungen wie es zugeschnitten sein sollte. Das war der erste Teil der Zubereitung des Hauptgerichts.

Für die Zubereitung des Rahmschnittzels und Nudeln half mir nur noch ein Tagesgast. Es war die Frau, die nur durch ihre Depressionen leicht eingeschränkt ist und nur etwas Motivation brauchte zum weiter mitmachen. Alle anderen waren nach dem Rüsten zu müde, um noch weiter helfen zu wollen und sie setzten sich zur Ruhe in das Wohnzimmer. So ging es nur noch mit mir und einem Tagesgast weiter. Ich hielt mich in vielen Sachen draus, bereitete lediglich die Zutaten vor und gab ihr Anweisungen. Durch ihre langjährigen Erfahrungen im Kochen gab sie mir immer Verbesserungsvorschläge und was sie anders machen würde. Ich wollte sie nicht von ihren Gewohnheiten abhalten und so gestalteten wir die eine oder andere Sache der Zubereitung um. Zusammen hatten wir zwei das ganz gut im Griff, nur die Zeit wurde langsam knapp. Es gab eine kurze hektische Phase und der zu betreuende Tagesgast wurde unruhig. Ich sprach sanft auf sie ein und musste sie etwas beruhigen. Zu ihr sagte ich auch, dass es auch etwas später zubereitet sein darf und alle Verständnis aufweisen werden. Es funktionierte, sie zu beruhigen und ich verständigte alle anderen Anwesenden der Wyland-Tagesbetreuung, dass es eine kleine Verspätung mit dem Mittagessen geben werde.

Weil wir knapp in der Zeit waren, half mir eine Mitarbeiterin, für uns den Salat zu rüsten. Sie nahm uns somit eine Arbeit ab und wir konnten ein bisschen Zeit wieder gut machen.

Schlussendlich bat ich alle mit einer kurzen Verspätung an den Tisch für das Mittagessen. Alle Tagesgäste, darunter auch die Mithelfenden, sassen am Tisch. Ich schöpfte in der Küche das Essen auf die Teller und servierte. Alle freuten sich schon auf das Menue und waren gespannt, ob es schmecken würde, was sie gekocht hatten.

Das Essen war lecker und alle konnten sich satt essen, wir hatten genügend gekocht.

Auswertung

Es war das zweite Projekt, das ich durchführen durfte und funktionierte diesmal auch schon besser. Das Kochen war ein gut gewähltes Thema, das perfekt zu den ausgewählten Tagesgästen passte. Die Planung verlief schnell und problemlos, denn wir fanden innert Kürze ein geeignetes Rezept dafür. Bei der Durchführung waren keine grössere Probleme aufgetreten, jeder Gast konnte seinen Teil zum Projekt beitragen. Nur den zeitlichen Faktor habe ich etwas unterschätzt und der Einkauf dauerte zu lange, was alles in Verzögerung brachte.

Für unsere Tagesgäste war es ein gutes Projekt und schien jedem Spass gemacht zu haben. Jeder leistete sein Bestes und untereinander wurde viel geholfen. Mit den fachlichen Überlegungen und der präzisen Vorbereitung waren die kleineren bis grösseren Einschränkungen der Tagesgäste kein Hindernis mehr. Zum Schluss schmeckte es auch allen, wir sahen zufriedene Gesichter. Wir waren froh für eine gelungene Arbeit und konnten stolz darauf sein.

