



Ein Merkblatt für Bewohner von Altenheimen

German | Deutsch

Genussvolles Essen in der Altenpflege

Dieses Merkblatt zeigt auf, was Sie und Ihr Pflegeteam tun können, um Ihnen das Essen schmackhaft zu machen.



Das Esserlebnis umfasst die angebotenen Speisen und Getränke, den Service und die Atmosphäre. Ein gutes Esserlebnis verbessert Ihr Wohlbefinden und erhöht Ihre Lebensqualität.

Warum das wichtig ist

Untersuchungen zeigen, dass ein gutes Esserlebnis den Genuss von Speisen und Getränken erhöht. Eine gute Ernährung trägt dazu bei, dass Sie gut genährt und gesund bleiben. Es kann die Wahrscheinlichkeit von Gewichtsverlust, Unterernährung, Gebrechlichkeit, Stürzen und schlechter Gesundheit verringern.

Wie wird es gemacht?

Ihr Essenserlebnis sollte angenehm und respektvoll sein und Ihren Vorlieben entsprechen, unabhängig davon, wo, wann, was und wie Sie essen und mit wem Sie zu Abend essen.

Zu Ihrem Verpflegungs- und Betreuungsteam gehören Mitarbeiter des Verpflegungsdienstes, Pflegepersonal sowie Köche und Köchinnen, die in der Zubereitung von Speisen für ältere Menschen geschult sein sollten. Sie sollten mit Ihnen als Team zusammenarbeiten.



Ein angenehmes Essenserlebnis sollte die Qualitätsstandards für die Altenpflege erfüllen



Norm 1: Würde und Wahlfreiheit der Verbraucher

"Ich werde mit Würde und Respekt behandelt und kann meine Identität bewahren. Ich kann fundierte Entscheidungen über meine Pflege und Dienstleistungen treffen und das Leben leben, das ich möchte."



Norm 2: Fortlaufende Bewertung und Planung mit den Verbrauchern

"Ich bin ein Partner bei der kontinuierlichen Bewertung und Planung, die mir hilft, die Pflege und die Dienstleistungen zu erhalten, die ich für meine Gesundheit und mein Wohlbefinden benötige."



Norm 4: Dienstleistungen und Unterstützung für das tägliche Leben

"Ich erhalte die Dienstleistungen und Unterstützung für das tägliche Leben, die für meine Gesundheit und mein Wohlbefinden wichtig sind und die es mir ermöglichen, die Dinge zu tun, die ich tun möchte."

Ihr Pfltegeteam sollte diese Faktoren bei der Planung Ihres Essens berücksichtigen:

✓ **Ihre Vorlieben und Abneigungen kennen**
Ihr Pfltegeteam sollte wissen, wo und wann Sie gerne essen, mit wem Sie gerne essen, was und wie viel Sie essen und trinken und wie Sie Ihre Mahlzeiten präsentiert haben möchten.

✓ **Rücksprache mit Ihnen halten, da sich Ihre Vorlieben und Abneigungen ändern können**

Sie können Ihre Meinung über Ihre Vorlieben und Abneigungen jederzeit ändern, z. B. möchten Sie an einem Tag in Ihrem Zimmer essen und an einem anderen mit anderen im Speisesaal zusammenkommen.

✓ **Essensangebote, die Ihren Vorlieben und Abneigungen entsprechen**

Dazu können verlängerte Essenszeiten gehören, so dass Sie essen können, wann es Ihnen passt; Mahlzeiten in Buffetform; Selbstbedienung; und die Bestellung von einer Speisekarte, so dass Sie Ihr Essen und Ihre Getränke selbst auswählen können.





✓ **Zugang zu Zwischenmahlzeiten zu jeder Tageszeit**

Dies gibt Ihnen die Möglichkeit zu wählen wann Sie essen.

✓ **Engagement bei Mahlzeiten**

Das Personal sollte Ihnen zur Seite stehen und Ihnen bei den Mahlzeiten helfen, wenn Sie es brauchen oder darum bitten, und sich mit Ihnen unterhalten, wenn es die Zeit erlaubt.

✓ **Respekt für Ihre Würde**

Ihre Würde sollte immer geachtet werden, unabhängig davon, wie, wo und was Sie essen.

✓ **Respekt für Ihre kulturellen, religiösen und diätetischen Gebote**

Dazu gehören kulturell angemessene Lebensmittel und Bestecke wie Stäbchen, Löffel, Gabeln und Schüsseln zum Händewaschen sowie Zeit für kulturelle Gebete oder Traditionen während der Mahlzeit. Ihre Vorlieben sind wichtig und sollten nicht außer Acht gelassen werden.

✓ **Bereitstellung von Mahlzeiten und Snacks, die ansprechend aussehen, riechen und schmecken und in angemessener Temperatur und Beschaffenheit serviert werden**

Dies gilt unabhängig davon, wann oder wo Sie essen und wie weit Sie von der Küche entfernt sind.





Sie sollten sich wohl dabei fühlen, wenn Sie Ihre Vorlieben, Abneigungen und Wünsche mit Ihrem Pflorgeteam besprechen, einschließlich:

✓ **Wenn Sie Mahlzeiten mit Ihrer Familie teilen wollen**

Sie können um einen ruhigen Platz bitten, um mit Ihrer Familie und Ihren Freunden zu essen, außerhalb des Speisesaals. Wenn Ihre Angehörigen nicht in der Nähe wohnen, können Sie das Pflegepersonal bitten, während der Mahlzeiten eine Videokonferenz mit ihnen zu organisieren.

✓ **Bitten Sie um ein Treffen mit den Köchen, um ihnen mitzuteilen, was Sie vom Essen halten, und um Vorschläge für Rezepte, Mahlzeiten und Snacks zu machen**

Wenn es die Zeit erlaubt, können die Köche und das Pflegepersonal auch gemeinsam mit Ihnen eine Mahlzeit einnehmen.

✓ **Vorschläge zu Ihrem Essenserlebnis machen**

Dies kann Ihre Meinung zum Menü oder zur Gestaltung des Speisesaals und der Tische einschließen.

✓ **Sie sollten sich darauf verlassen können, dass Sie dem Personal oder dem Pflegedienst eine Rückmeldung über Ihre Mahlzeiten und Essenserfahrungen geben können und dass diese Rückmeldung respektiert und begrüßt wird.**

Sie sollten in der Lage sein, Feedback zu geben ohne als lästig empfunden zu werden oder negative Konsequenzen zu erfahren.



Einige Mitarbeiter kennen Ihre Bedürfnisse, Vorlieben und Abneigungen vielleicht nicht.

Teilen Sie ihnen Ihre Essensvorlieben und -bedürfnisse mit, z. B. was und wie viel Sie gerne essen, wie oft Sie essen möchten und welche

Merkblatt über die Auswahl von Speisen und Getränken www.agedcarequality.gov.au/resources/food-and-dining-preferences-fact-sheet.





Was Sie tun können, wenn Sie sich Sorgen um Ihr Essenserlebnis machen

1. Sprechen Sie mit Ihrem Pflegedienstleister.
2. Bitten Sie Ihren Pflegedienstleiter, einen Diätassistenten, Sprachpathologen oder Ergotherapeuten zu kontaktieren, um einen Beratungstermin zu vereinbaren.
 - Diätassistenten können Ihre Ernährungsbedürfnisse und Ihren Speiseplan prüfen und Ihnen die besten Mahlzeiten und Esserlebnisse empfehlen.
 - Sprachpathologen können Ihren Schluckvorgang überprüfen und Ihnen Strategien für ein sicheres Essen/Trinken empfehlen.
 - Beschäftigungstherapeuten beraten über jegliche Hilfe, die Sie benötigen, um selbstständig essen und trinken zu können, z. B. angepasstes Besteck, Geschirr, Stühle und Tische.
3. Rufen Sie die Support Line des Older Person's Advocacy Network (OPAN) an:
1800 700 600
8.00 - 20.00 Uhr montags bis freitags
10.00 - 16.00 Uhr samstags

OPAN unterstützt ältere Menschen und ihre Vertreter bei Fragen im Zusammenhang mit den vom Commonwealth finanzierten Altenpflegeleistungen.
4. Rufen Sie die Kommission für Qualität und Sicherheit in der Altenpflege unter der Nummer **1800 951 822** (kostenlos) an, wenn Sie eine Rückmeldung zu einem Altenpflegedienst geben oder eine Beschwerde einreichen möchten.

Mehr Informationen

Weitere Merkblätter sind erhältlich www.agedcarequality.gov.au/consumers/food-dining-and-nutrition:

Essen

- Ihr Plakat zum Essenserlebnis (Your dining experience poster)
- Merkblatt "Ihre Wahl ist wichtig (Your choices matter fact sheet)

Wahlfreiheit

- Entscheidungsfreiheit beim Essen und Trinken in der stationären Altenpflege (Making choices about your food, drink and dining experience in aged care fact sheet)
- Poster "Ihre Wahl beim Essen und Trinken in der Altenpflege (Food and drink in your aged care home – your right to choose and take risks poster)
- Poster zu Wahlmöglichkeiten und Risiken (Your right to make choices about food, drink and your dining experience in residential aged care poster)

Charta der Rechte in der Altenpflege
(Charter of Aged Care Rights)

www.agedcarequality.gov.au/consumers/consumer-rights

Qualitätsstandards für die Altenpflege
(Aged Care Quality Standards)

www.agedcarequality.gov.au/providers/standards



Telefon

1800 951 822



Web

agedcarequality.gov.au



Postadresse

Aged Care Quality and Safety Commission
GPO Box 9819, Ihre Hauptstadt