

# AUTONOM ZUM «KÖNIGSMENÜ»

Stiftung Wagerenhof erhält den Award von «meingleichgewicht»

**Am Valentinstag 2020 hat der Wagerenhof den Award des Vereins «meingleichgewicht» erhalten. Die Jury ehrte damit die Ustermer Institution für Menschen mit Beeinträchtigung für den «Ernährungsordner» und das «Königsmenü» im Rahmen des Projekts «Niederschwelliges Bildungsangebot und Teilhabe bei der Ernährung».**

Der Verein «meingleichgewicht» unterstützt und fördert seit 2011 gesundheitsfördernde Projekte von Institutionen und Organisationen für Menschen mit

Am Anfang dieses Projekts stand der Wunsch nach mehr Mitsprache bei der Menüwahl. Bewohnerinnen und Bewohner der Stiftung Wagerenhof richteten das Anliegen der so genannten Teilhabe-Runde an die Geschäftsleitung. Es fand Gehör: Ein visualisierter Menüplan sollte es fortan ermöglichen, sich aktiv über die geplanten Menüs zu informieren. Der Menüplan mit Bildern und Piktogrammen ist im Intranet und auf dem interaktiven Finger-TV abrufbar, das im Foyer allen Interessierten zugänglich ist und rege genutzt wird.

Um noch einen Schritt weiter zu gehen, wurde das Projekt «Niederschwelliges Bildungsangebot und Teilhabe bei der Ernährung» lanciert. Das Ziel war, dass alle Bewohner/-innen so möglichst autonom Entscheidungen zur eigenen Ernährung treffen können. Und damit können sie auch den Menüplan aktiv mitgestalten. Geleitet wird das Projekt von der angehenden Sozialpädagogin Jasmin Solombrino, welche dieses im Rahmen ihres Studiums an der Hochschule Luzern umsetzt.

## «Der Ernährungsordner fördert auch das Selbstwertgefühl unserer Bewohnerinnen und Bewohner.»

und ohne Beeinträchtigung. Nun verlieh er der Stiftung Wagerenhof den ersten Preis für dessen Ernährungsprojekt mit einem «Ernährungsordner» und einem «Königsmenü».



Die Neuerungen «Ernährungsbuch» und «Königsmenü» finden im Wagerenhof grossen Anklang.

## Grosse Beliebtheit

Beide Instrumente, die man zu diesem Zweck schuf, der Ernährungsordner und das Königsmenü, erfreuen sich grosser Beliebtheit. Dabei beantwortet der Ordner Fragen wie «Was ist eine gesunde Zwischenmahlzeit?», «Wie viel kann ich essen, ohne zuzunehmen?» oder «Was sind Proteine?». Der Ordner, der auf allen 32 Wohngruppen aufliegt, enthält zudem einfache Rezepte zum Selbstständig-Kochen. Projektleiterin Solombrino: «Der Ernährungsordner fördert auch das Selbstwertgefühl unserer Bewohnerinnen und Bewohner, weil er ihnen Selbstkontrolle in Bezug auf Bedürfnisbefriedigung ermöglicht.»

Das Königsmenü wird anhand einer Wunschtafel ermittelt, die immer am ersten Montag des Monats für alle gut sichtbar in der Cafeteria aufgestellt wird. Mit Bildkarten können die Bewohner/-innen ihr Wunschmenü auswählen. Setzt es die Küche auf den Speiseplan, wird es mit einem Krönchen gekennzeichnet – dann hat sich ihr Wunsch erfüllt. Das Küchenteam will möglichst viele Menüwünsche in seine Planung einfließen lassen, natürlich unter Berücksichtigung einer ausgewogenen Ernährung. Das Sortiment der Bildkarten wurde zusammen mit der Teilhabe-Runde entwickelt, die auch bei anderen Arbeitsschritten konsultiert und beteiligt wurde.

## Insgesamt 22 eingereicht Projekte

Beim Verein «meingleichgewicht» waren im Rahmen des Awards 2019 insgesamt 22 Projekte eingereicht worden, ihr Spektrum erstreckte sich von kulturellen Veranstaltungen über Sport bis hin zu verschiedenen Inklusionsangeboten. An der Awardverleihung am 14. Februar wurden neun Projekte mit Preisgeldern von total 25 000 Franken ausgezeichnet. Dabei wurde der Stiftung Wagerenhof der erste Preis in Höhe von CHF 10 000 verliehen.

Neben dem Hauptpreis vergab der Verein «meingleichgewicht» zusätzlich an



Die Stiftung Wagerenhof darf auf den Hauptpreis von «meingleichgewicht» stolz sein.

weitere Institutionen noch vier Anerkennungspreise für diverse Projekte im Wert von je CHF 3000. Darüber hinaus wurden drei innovative Projekte mit Förderpreisen im Wert von je 1000 Franken bedacht.

Für das laufende Jahr können beim Verein «meingleichgewicht» bereits neue Projekte deponiert werden, um sich für den Award 2020 zu bewerben. Die Eingaben können über die Website [www.meingleichgewicht.ch](http://www.meingleichgewicht.ch) erfolgen. Es gilt die Einschränkung, dass bis zum 30. November 2020 die Projekte lanciert sein und erste Ergebnisse vorliegen sollten.

Infos zur Stiftung Wagerenhof:  
[www.wagerenhof.ch](http://www.wagerenhof.ch)

*Veronika Sutter*

Eine Preisverleihung ist doch immer etwas Schönes.

