

ERNÄHRUNG IN DER PFLEGE: PROJEKT BIETET WICHTIGE IMPULSE FÜR DIE PRAXIS

17. Dezember 2024 Erstellt von Anja Schindhelm, Projektleitung Ernährung in der Pflege



Nach fast drei Jahren Laufzeit lässt sich ein positives Resümee zum Projekt „Ernährung in der Pflege“ ziehen. In den beteiligten Pflegeeinrichtungen konnten über das Verpflegungsmanagement wichtige Schritte hin zu einer ausgewogenen und gesunden Ernährung gegangen werden. Die Ergebnisse sind richtungsweisend und bieten wichtige Impulse für stationäre Pflegeeinrichtungen.

Im Mittelpunkt des Projektes standen die verbesserte Kommunikation zwischen den an der Ernährung beteiligten Professionen sowie die Optimierung der Speisepläne, um die Verpflegungsqualität im Sinne der Bewohner*innen zu steigern. Mit Unterstützung der Projektkoordinatorinnen analysierten die Einrichtungen deren Verpflegungsbedarfe und stießen Veränderungen an. Mit praxisnahen Ansätzen konnten nachhaltige Verbesserungen erzielt werden – zur Zufriedenheit aller Beteiligten.

Kommunikation als Schlüssel zum Erfolg

Die Ernährung in Pflegeeinrichtungen ist weit mehr als die bloße Bereitstellung von Mahlzeiten. Verschiedene Berufsgruppen müssen eng zusammenarbeiten, um den individuellen Bedürfnissen der Bewohner*innen gerecht zu werden. Im Rahmen des Projekts wurden verschiedene Best Practices mit Blick auf das Ernährungsmanagement entwickelt. Eine multidisziplinäre Arbeitsgruppe bestehend aus Mitarbeitenden der Bereiche Heimleitung - Küche - Hauswirtschaft - Pflege - Betreuung war für die Umsetzung in den Einrichtungen besonders zielführend. Hier brachten alle Beteiligten ihren Blick auf das Ernährungsmanagement ein. So wurden Kommunikationsbrüche identifiziert und gemeinsame Maßnahmen abgeleitet.

Ein konkreter Ansatz war unter anderem, verbindliche Absprachen zu treffen und diese per Unterschrift zu bestätigen. Dies gelingt beispielsweise durch Übergabebücher oder Teamberatungen. Halten sich nicht alle an den Prozess, kann es zur Fehlernährung kommen, die die Gesundheit der Bewohner*innen beeinträchtigt. Um dies zu vermeiden, müssen die Mitarbeitenden adäquat eingewiesen werden, bei jedem Schichtbeginn das Übergabebuch zu lesen und mit ihrer Unterschrift abzuzeichnen. Ein kleiner Schritt mit enormer Wirkung.

Mit kleinen Schritten zur gesunden Ernährung

Das Projekt legte Wert darauf, Veränderungen in kleinen Schritten umzusetzen, damit sich alle Beteiligten an die neuen Prozesse gewöhnen. So erfolgte zum Beispiel die Optimierung der Speisepläne nicht durch die vollständige Abkehr von der bisherigen Praxis. Beliebte, aber wenig gesundheitsförderliche Gerichte wurden nicht abgeschafft, sondern weiterentwickelt. Beispielhaft sei der Eintopf mit Fleischbrühe und Fleischeinlage benannt, der künftig als Gemüse Eintopf angeboten wird. Die teilnehmenden Einrichtungen verbesserten ihre Speisepläne durch viele kleine Komponenten. Dies spiegelte sich unter anderem im erhöhten Einsatz von Vollkornprodukten wie Vollkornnudeln und Vollkornbrot als auch in der Reduktion der Fleischmenge auf maximal drei Portionen pro Woche wider.

Grundlegend dafür ist die regelmäßige Überprüfung der Speisepläne. Unterstützen kann hierbei der DGE-Onlinecheck. Dieser wurde von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entwickelt und hilft, sicherzustellen, dass Speisepläne den aktuellen ernährungswissenschaftlichen Standards entsprechen. Dabei sollten Aspekte wie die Aufnahme von vegetarischen Menülinien oder diätetische Anpassungen im Fokus stehen, um den unterschiedlichen Bedürfnissen der Bewohner*innen gerecht zu werden. Solche Tools können ebenfalls helfen, die Effizienz in der Planung und Organisation zu steigern.

Bewohner*innen und Teams fühlen sich zunehmend wohler

Die positiven Effekte der schrittweisen Einführung neuer Maßnahmen wies auch die extern durchgeführte Projektevaluation nach. Zufriedenheit und Wohlbefinden der Bewohner*innen stiegen. Sie empfanden die Qualität ihrer Ernährung vor Ort als zunehmend vergleichbar mit der von zu Hause gekannten. Die Mitarbeiter*innen indes berichteten über eine spürbar verbesserte Zusammenarbeit zwischen den Teams.

Das Projekt zeigt, wie sich sowohl Bewohner*innen also auch die Teams durch eine gezielte Bedarfsanalyse sowie die Optimierung der Kommunikationsstrukturen wohler fühlen. Den teilnehmenden Einrichtungen wurde deutlich, dass sie sich in einem Prozess befinden und Begonnenes nun zu implementieren und kontinuierlich weiterzuentwickeln ist.

Vorläufiger Abschlussbericht bietet Tipps für die Praxis

Andere Pflegeeinrichtungen sind eingeladen, die Projektergebnisse zu nutzen und eigene Schritte in Richtung einer verbesserten Verpflegungskultur zu gehen. Anregungen und gute Beispiele des Gelingens lesen Interessierte im [vorläufigen Abschlussbericht \(PDF\)](#).

Nachhaltigkeit und Verstetigung in 2025

Um das Projekt nachhaltig zu etablieren, werden im Jahr 2025 innerhalb der bereits bewilligten Fördermittel kostenfreie Inhouse-Schulungen für vollstationäre Pflegeeinrichtungen in Sachsen angeboten. Hierbei besteht die Möglichkeit erste Schritte im Ernährungsmanagement zu gehen als auch vertiefende Seminare für den eigenen Weg zu nutzen.

Als Themenauswahl für die Schulungen mit Hr. Sascha Kühnau (Oecotrophologe) bieten wir Ihnen am [02.04.2025](#) oder [19.05.2025](#) oder [08.09.2025](#) an:

Motivation zum Essen durch basale Stimulation

oder

Das Auge isst mit! - Schmackhafte Essenszubereitung und geschmackvolles Anrichten des Essens (unter anderem auch für Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden)

oder

Schnittstellenmanagement für Fortgeschrittene

Das Thema **Erste Schritte! - Übergreifendes Handeln im Ernährungsmanagement** bietet Anja Schindhelm (UGB-Gesundheitstrainerin Ernährung, Projektleitung Ernährung in stationären Pflegeeinrichtungen) an. Die Schulungen sind an folgenden Terminen möglich: [10.04.2025](#); [06.05.2025](#); [04.06.2025](#); [20.08.2025](#)

Sie haben Interesse? Melden Sie sich beim Team Weiterbildung:

Tel.: 0351 - 828 71 431

E-Mail: [weiterbildung\(at\)parisax.de](mailto:weiterbildung(at)parisax.de)

Das [Projekt „Ernährung in stationären Pflegeeinrichtungen“](#) wurde bisher in den Pflegeeinrichtungen Seniorenheim Am Schwarzhof Kitzscher (ASB), Altenpflegeheim St. Maria am Rosenthal in Delitzsch (Caritas), Altenpflegeheim Stadtmitte Plauen (Volkssolidarität), Altenpflegeheim Sonnenhof Belgern-Schildau (Volkssolidarität) und Seniorenheim Jochhöh Pesterwitz (Soziale Dienste Pesterwitz Pflege GmbH) durchgeführt. Es wird durch den [Verband der Ersatzkassen e. V. \(vdek\)](#) im Namen und Auftrag der Ersatzkassen gefördert und läuft noch bis Dezember 2025. Die [parikom gGmbH](#) übernimmt als Projektträgerin die inhaltliche und organisatorische Umsetzung.

