

2023 – Essen verbindet uns

En Guete miteinander

Essen bietet die Möglichkeit, miteinander und zugewandt Zeit zu verbringen und zu einer Gemeinschaft zusammenzuwachsen. So umfasst Esskultur das gesamte Umfeld und ist auch ein wichtiger Teil unserer Identität und Prägung. Was ist uns wichtig im Umgang mit Essgewohnheiten, Speisen, Tischmanieren, Regeln und Ritualen? Im Mittelpunkt des Geschehens stehen unsere Wohngruppen und Pflegefamilien sowie Bob, Letty, Pietra und Johannes.

Eine offene und helle Küche mit einem grossen Tisch in der Mitte ist das Herzstück jeder Wohngruppe von Compass Hubelmatt. Die jungen Menschen essen hier ihre Mahlzeiten, wie in der Pflegefamilie, zusammen mit ihren Bezugspersonen. Das Küchenteam ist für das Mittagessen und teilweise für das Abendessen für alle Wohngruppen und der Mitarbeitenden vor Ort zuständig. Manchmal besuchen Eltern ihre Kinder auf der Gruppe, kochen für alle und verwöhnen die jungen Menschen mit ihren Spezialitäten. Die Wochenenden und Ferien verbringen die Kinder und Jugendlichen bei ihren Familienangehörigen oder in der Pflegefamilie.

«Die Struktur auf der Wohngruppe und in der Pflegefamilie lässt sich nur schwer miteinander vergleichen»

Die 13-jährige Letty kennt beide Seiten und meint zum Unterschied: «Auf der Wohngruppe ist das Essen manchmal etwas experimentell, aber so lernt man auch Neues kennen. Einmal pro Woche planen wir selber zu kochen. In der Pflegefamilie passiert alles natürlicherweise mit- und nebeneinander. Wir gehen gemeinsam einkaufen und beim Kochen kann ich mithelfen, zum Beispiel die Schnitzel panieren oder den Salat rüsten.» Das Essen in der Pflegefamilie findet Letty unglaublich fein und wenn sie etwas nicht so gerne mag, sagt die Jugendliche, lässt es sich trotzdem so zubereiten, dass es für sie stimmt.

«Für einige Kinder und Jugendliche sind klare Regeln im Umgang mit dem Essen eine neue Erfahrung»

Pietra ist es gewohnt, viele Kinder am Tisch zu haben. Neben den Pflegekindern wohnen noch zwei von fünf eigenen Kindern zu Hause. «Die Tischkulturen, die wir von früher kennen, sind bei uns allgemein sehr wichtig», sagt sie. «Wir beginnen erst mit dem Essen, wenn alle am Tisch sind und warten, bis alle fertig gegessen haben. Danach helfen wir einander, das Geschirr wegzuräumen.» Auch auf der Wohngruppe ist der achtsame Umgang miteinander

und mit den Speisen wichtig. Bob ist 10 Jahre alt und sagt kritisch: «Wenn ich etwas nicht essen möchte, muss ich es trotzdem probieren!»

«Manchmal ist es eine Herausforderung, dass viele unterschiedliche junge Menschen ihre Esskultur in die Wohngruppe bringen»

Vor allem das Angebot, welches ausserhalb verfügbar ist, kann zu Konflikten am Esstisch führen. Johannes ist Leiter einer Wohngruppe und sagt: «Es gibt Kinder und Jugendliche, die das Essen auf der Wohngruppe ablehnen, weil sie eine andere Ernährung gewohnt sind. Später, wenn der Hunger kommt, holen sie sich Fast Food.» Hier muss ein Weg gefunden werden, damit die Teilhabe an der gemeinsamen Mahlzeit weiterhin stattfindet, meint der Sozialpädagoge. Im Alltag der jungen Menschen fehlt es oft an Zeitressourcen neben Schule, Training und Hobbies, um sich mit ausgewogenem Essen auseinanderzusetzen. «Doch wenn wir selber kochen», meint Johannes, «wird in die Kochtöpfe geschaut und schon ist man im Gespräch.»

«Das grosse Thema bei uns ist zum Beispiel die Polenta, aber am Schluss lieben sie alle!»

Bob liebt Spaghetti, Frühlingsrollen und Pommes und ist stolz, dass er schon für die ganze Wohngruppe Hot Dogs mit Ketchup und Mayo zubereitet hat. Die Pflegemutter Pietra kann auf Befindlichkeiten bei Speisen gut reagieren und legt Wert auf eine kindgerechte Ernährung. «Wieso sollte ich etwas kochen, bei dem ich weiss, dass es für Kinder schwierig ist.» Manchmal braucht es nur die richtige Zubereitung und die grobkörnige Polenta mit Milch und Käse wird mit Genuss verzehrt.

«Essen verbindet uns und schenkt auch gemeinsame Erinnerungen, die man nicht so schnell vergisst»

Letty erinnert sich an die friedliche Stimmung bei einem Essen und dass sich alle miteinander unterhalten haben. «Es sind die besonderen Momente», meint auch Johannes, «wenn man zwei Stunden länger am Tisch sitzen bleibt und von einem Thema zum anderen gelangt.» Für Bob war sein 10. Geburtstag ein tolles Erlebnis. «Ich durfte drei Freunde zur Feier einladen und konnte mit ihnen am kleinen Tisch im oberen Stock der Wohngruppe essen.» Und Pietra geniesst es, wenn alle am Esstisch sitzen und sich über Gott und die Welt unterhalten. «Es ist die wichtigste Zeit am Tag und gehört für mich zum Leben.»

Geschichten rund um das Essen

► Seite 2 & 3

Rückblick und Ausblick: Essen soll Spass machen und schmecken & Dank

► Seite 4



Die Jahresrechnung 2023 kann auf unserer Website heruntergeladen oder bei uns bestellt werden.

compass-hubelmatt.ch/jahresrechnung

Geschichten rund um das Essen

Sieben Kinder und Jugendliche aus den Wohngruppen und den Pflegefamilien von Compass Hubelmatt teilen ihre kulinarischen Erlebnisse. Doch das ist erst der Anfang – wir glauben, es gibt noch viele weitere Geschichten zu entdecken!

Wie wäre Ihre
Geschichte?

«Mein Geburtstagsessen fand ich toll. Chicken Nuggets mit Pommes!»

Mädchen, 10-jährig

«An meiner Schule roch es gestern wunderbar nach Pizza. Mein Kollege und ich stellten uns die Frage, ob es wohl Pizza gibt am Mittagstisch??? Aber es war dann schnell klar, dass die Pizza eigentlich Wienerli im Teig ist! Ich esse ja nicht am Mittagstisch der Schule, sondern zu Hause – und was sehe ich da :-)) bei uns stand eine Pizza auf dem Tisch ... eine Pizza mit Pilzli, Schinken, Speck ...»

Jugendlicher, 13-jährig

«Wenn mir in meinem Lieblingsrestaurant das thailändische Gericht serviert wird und ich mein Lieblingsessen genieße, fühle ich mich entspannt und geborgen. Die Atmosphäre ist einladend.»

Junge Erwachsene, 17-jährig



«Mein absoluter Wunsch-Zmorgen sieht so aus: Zu trinken gibt es Schoggimilch und ein Orangen-Kiwi-Smoothie. Einen Tee vielleicht auch. Zum Essen gibt es ein hart gekochtes Ei, eine Mini-Banane, Brot mit Ovo Crunchy Cream und eine Schüssel Tresor von Kellogg. Käse und Fleisch habe ich manchmal auch gern. Was aber gar nicht gehen würde, sind Pilze zum Zmorgen. Wäh!»

Mädchen, 10-jährig

«Ich lauschte gespannt meiner Schwester, als diese aufgeregt eine Geschichte erzählte. Gleichzeitig biss ich mit offenem Mund in eine Cherrytomate – der Tomatensaft spritzte samt Kernen über den Tisch auf das T-Shirt unseres Schulkollegen, der bei uns zu Besuch war – es wurde ganz still am Tisch. Er schaute erst auf sein Shirt, dann zu mir und wieder auf sein Shirt, hilflos hob er die Hände und sagte: Ja, voll! Ich realisierte die Situation und brach in Gelächter aus. Aber er blieb still. Ich stand auf, ging zu ihm, umarmte ihn und sagte: Weisch, das chame wäsche, isch doch luschtig.»

Jugendliche 13-jährig

«Ich gehe jede Woche ins Turnen und meistens gibt es wenn ich nach Hause komme mein Lieblingsessen – Omeletten oder Milchreis – darauf freue ich mich <amigs> riesig!»

Junge, 12-jährig

«Als ich das erste Mal Warak Enab gegessen habe, war das in einem libanesischen Restaurant. Danach wurde Warak Enab mein Lieblingsessen. Dazu finde ich Ayran als Getränk am besten. Aber die Warak Enab von meiner Mutter sind die Besten.»

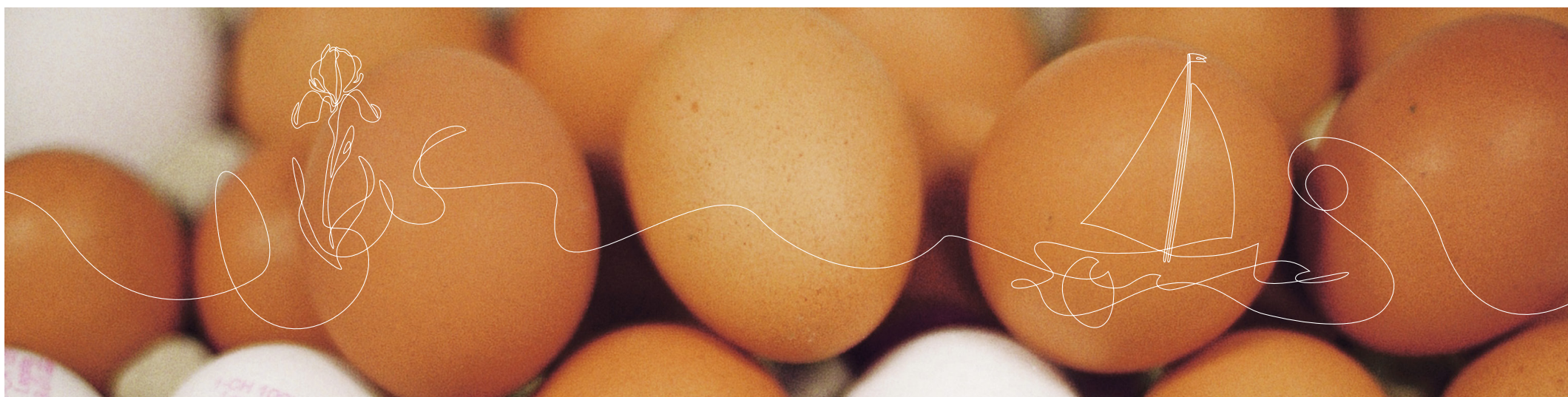
Mädchen, 12-jährig

Welches Rezept kochst du besonders gerne?

Auch unsere Mitarbeitenden haben über ihre Lieblingsrezepte nachgedacht. So entstand eine Sammlung von persönlichen Rezepten. Es finden sich Erinnerungsrezepte, Wohlfühlrezepte, Einfach-mal-so-Rezepte oder ganz einfach Weil-es-lecker-ist-Rezepte – eine Vielfalt, welche wunderbar zu uns Menschen passt.

Viel Freude beim Nachkochen!
Hier gehts zur Sammlung:





Essen soll Spass machen und schmecken

Was einfach klingt, setzt eine kompetente Planung, Fachwissen und Umsicht voraus. Die Struktur der Wohngruppen von Compass Hubelmatt ist vergleichbar mit einem Internatsbetrieb. Doris Sigrist, Leiterin Hauswirtschaft, und Yvonne Theiler, Küchenchefin, sind während der Woche für eine ausgewogene Ernährung von Kindern, Jugendlichen und Mitarbeitenden zuständig. Gesundes und feines Essen ist selbstverständlich auch bei den Pflegefamilien an den Wochenenden, in den Ferien und jeden Tag bei den Dauerplatzierungen ein wichtiges Thema.

Seit 25 Jahren ist Yvonne für das leibliche Wohl von Compass Hubelmatt verantwortlich. Was hat sich in dieser Zeit verändert?

Yvonne: In der Küche haben wir heute einen programmierbaren Steamer. Dadurch können nun auch andere vom Team das Mittagessen für 40 Personen zubereiten. Die vegetarischen Menüs haben sich im Vergleich zu früher vervierfacht und in den letzten 10 Jahren gab es eine Zunahme von Lebensmittelintoleranzen. Auch ein breites Fast Food Angebot gab es vor 25 Jahren noch nicht.

In der Leistungsvereinbarung mit dem Kanton Luzern steht, dass die körperlichen Grundbedürfnisse auch im Hinblick auf gesunde Ernährung gewährleistet werden müssen. Welche Voraussetzungen benötigt es dafür?

Doris: Es braucht eine gute Organisation und eine gute Planung, dies vereinfacht das Kochen. Die Menüplanung, der Einkauf, das Kochen in der modern ausgestatteten Küche setzen wir gemäss Quantenliste zur Vermeidung von Food-waste um. Der Combisteamer ermöglicht uns schonende Garmethoden und berücksichtigt auch die Hygieneanforderungen der Lebensmittelgesetzgebung.

Auf den Wohngruppen essen die Sozialpädagog*innen mit den Kindern und Jugendlichen gemeinsam. Welche Anforderungen werden an die Mitarbeitenden gestellt?

Doris: Am besten ist es, wenn Erwachsene Vorbilder sind und zeigen, wie sie selbst Unbekann-

Menü 2023
• 7'220 Mittags-Menü
• 1'500 Desserts
(1x wöchentlich)

tem gegenüber neugierig und offen sind. So können Kinder und Jugendliche die Vielfalt des Essens kennen- und auch schätzen lernen. Der Austausch über das Essen in den Wohngruppen ist für die Entwicklung einer gemeinsamen Haltung der Essenskultur elementar.

Yvonne: Es ist für die Mitarbeitenden der Sozialpädagogik sicher ab und zu herausfordernd diese Vorbildfunktion zu übernehmen und die jungen Menschen zu motivieren. Zentral ist sicher auch, dass das Essen für unsere Kinder und Jugendlichen zeitweise ein zweitrangiges Thema ist und auch sein soll. Ob in solchen Momenten von der «grünen Edame» probiert wird steht dann nicht im Vordergrund.

Heute gibt es viele Formen, was und wie gegessen werden will oder soll. Welche Alternativen werden angeboten?

Yvonne: Unsere Menüplanung ist sehr vielseitig, abwechslungsreich und ausgewogen. Beim Verzicht auf Schweinefleisch aus kulturellen oder religiösen Gründen bieten wir Alternativen aus Truten-, Poulet- oder Kalbfleisch an. Bei Lebensmittelunverträglichkeiten wie Gluten- oder Laktoseintoleranz verwenden wir Ersatzprodukte und vegetarische Varianten sind immer möglich.

Bei Flammkuchen mit Speckwürfeli sieht die Planung dann für insgesamt 37 Personen so aus:

- **28 Personen** mit Speck (Schweinefleisch)
- **4 Personen** mit Trutenfleisch (Verzicht auf Schweinefleisch aus religiösen Gründen)
- **1 Person** ohne Sauerrahm (Eiweissunverträglichkeit)
- **3 Personen** mit Gemüse statt Speck (vegetarisch)
- **1 Person** glutenfreier Teig (Glutenunverträglichkeit)

Jetzt mit Twint für Compass Hubelmatt spenden!



Stiftung Kinderheim Hubelmatt
Compass Hubelmatt
«Freizeit- und Solidaritätsfonds»
PostFinance
PC: 60-281531-9
IBAN: CH84 0900 0000 6028 1531 9

Herzlichen Dank!

Dank

Im vergangenen Jahr haben uns die alltäglichen Herausforderungen auf Trab gehalten. So galt es unter anderem, einige Stellen auf den Wohngruppen neu zu besetzen, welche aufgrund erfreulicher Ereignisse wie der Geburt von Kindern frei wurden. Trotz des oft erwähnten Fachpersonalmangels konnten wir die Stellen mit gut ausgebildeten Fachleuten besetzen.

Die Diskussion über die Namen der Wohngruppen war schon seit einiger Zeit im Gange. Besonders mit dem Übergang von Kinderheim zu Compass Hubelmatt war es an der Zeit, das Thema anzugehen. Unter der Projektleitung von Julia van der Laan und der Unterstützung von Andrea Helfenstein von ah Kommunikation wurden in einem partizipativen Prozess verschiedene Gespräche mit Kindern, Jugendlichen und Mitarbeitenden geführt. Das Auswahlverfahren führte dazu, dass das Thema Sternbilder favorisiert wurde. Nun zieren die Sternbilder die Eingangstüren der Wohngruppen Aquila, Auriga, Vela und Lyra. Ein herzliches Dankeschön an alle Beteiligten für diesen gelungenen Prozess!

Mit dem Compass Hubelmatt Fäscht im September 2023 konnte der letzte verschobene Jubiläumsanlass aus dem Jahr 2020 durchgeführt werden. Ein farbiges, lebendiges, zauberhaftes und von Musik geprägtes Fest, an dem Jung und Alt auf ihre Kosten kamen und einen vergnügten Tag bei feinem Essen verbringen konnten. Ein grosser Dank geht an das OK, welches mit grossem Engagement wiederum dafür gesorgt hat, dass alle Gäste einen schönen Tag verbringen durften. Danken möchte ich auch allen Mitarbeitenden, die bei den Vorbereitungen und am Tag selber tatkräftig mitgeholfen haben.

Dies ist der letzte Jahresbericht, der in meiner Verantwortung steht. Ich werde per 31. August 2024 in den Status der Pensionierung weiterziehen. Mein Nachfolger Dimitri Flury wird ab dem 1. September 2024 die Geschäftsleitung übernehmen.

Mir bleibt, Ihnen allen für Ihre Verbundenheit und Unterstützung von Compass Hubelmatt herzlich zu danken und mich damit zu verabschieden.
Andreas Grütter, Geschäftsleiter



Selbstgemachtes 2023

- 45 kg Konfitüre
- 60 kg geröstete Nüsse als Snack
- 10-15 Sorten Weihnachtsguetzli

Frischwaren 2023

- 2'500 kg Früchte & Gemüse
- 2'400 Joghurt
- 1'150 l Milch

Welches Essen macht nun besonders Spass und schmeckt?

Yvonne: Die Kinder und Jugendlichen dürfen ihr Geburtstagsmenü plus Dessert wählen. Die Schwarzwäldertorte war früher der Renner und ist inzwischen von den Orreoguetzli als Torte oder Cupcakes abgelöst worden. Viele lieben natürlich die typischen Fast Food Menüs und bei Gerichten rund um Teigwaren können wir nichts falsch machen.

Wir suchen Pflegefamilien – wir suchen Menschen

Familien, Paare, Einzelpersonen mit oder auch ohne eigene Kinder und in unterschiedlichen Lebensformen lernen wir gerne kennen.

Maya Würsch, Leiterin Fachstelle
Pflegeplatzierungen, gibt Ihnen gerne
Auskunft: 041 317 30 47 oder
maya.wuersch@compass-hubelmatt.ch



Wir bieten Orientierung für junge Menschen, ihre Eltern und ihr Bezugsumfeld in schwierigen Lebenssituationen. Der Wertekompass leitet uns in unserer täglichen Arbeit nach innen und aussen. Er symbolisiert unsere Werthaltungen, die unserem Handeln zugrunde liegen. Und er zeigt die vier Richtungen auf, in denen wir Kinder und Jugendliche begleiten: beim Landen, Wohnen, Wachsen und Weiterziehen.

Compass Hubelmatt
Raum für Kinder + Jugendliche

Moosmattstrasse 53, 6005 Luzern
T 041 317 30 40, info@compass-hubelmatt.ch
www.compass-hubelmatt.ch

Impressum

Auflage 3200 Exemplare **Herausgeber** Compass Hubelmatt, compass-hubelmatt.ch **Design** Minz, Agentur für visuelle Kommunikation, minz.ch **Fotografien** Compass Hubelmatt
Texte Eva Schätti, evaschaetti.ch **Druck** Brunner Medien AG, bag.ch **Papier** Refutura blauer Engel, 100% Recycling
Copyright Compass Hubelmatt, Mai 2024.