

## **Kochkurs Prader-Willi-Syndrom**

Oktober 2016

### **Kochen für Menschen ohne Sättigungsgefühl**

*Das Prader-Willi-Syndrom (PWS) ist eine Erkrankung, die es den Betroffenen fast unmöglich macht, ihr Essverhalten und somit ihr Gewicht zu kontrollieren. In der Stiftung Rehazentrum Thüringer Wald haben Ernährungsexperten von Dorfner Catering einen Kochkurs organisiert, bei dem die zuständigen Betreuer selbst ausprobieren konnten, wie man möglichst kalorienarme Mahlzeiten zubereitet, die auch in größeren Mengen nicht zu einer Gewichtszunahme führen.*

Schleusingen – Die Stiftung Rehabilitationszentrum Thüringer Wald bietet viele verschiedene Angebote für Menschen mit Beeinträchtigungen. Unter anderem leben dort in kleinen Wohngemeinschaften insgesamt 17 Menschen mit Prader-Willi-Syndrom, die 24 Stunden am Tag betreut werden. Besonders wenn es ums Essen geht, sind die Betreuerinnen und Betreuer gefordert. Aufgrund einer Störung im Zwischenhirn, hervorgerufen durch einen Gendefekt, empfinden Menschen mit PWS kein Sättigungsgefühl und können ihr Essverhalten kaum aus eigener Kraft kontrollieren. Der unstillbare Appetit führt zwangsläufig zu einer übermäßigen Nahrungsaufnahme und somit zu starkem Übergewicht.

Wie kann also eine adäquate Verpflegung aussehen? Darum ging es beim Kochkurs, den Sandra Eckert, leitende Diätassistentin von Dorfner Catering, für die Betreuer des Wohnheims ins Leben gerufen hat: „Es kommt darauf an, möglichst kalorienreduzierte Gerichte zuzubereiten, von denen die Bewohner auch mal gerne mehr essen können.“ So hat sie zusammen mit Oliver Möller (Betriebsküchenleiter Dorfner Catering in der Stiftung Rehazentrum) und Michael Barth (Ausbilder Bereich Köche) einige Varianten gegenübergestellt: fettarme Bratensoße vs. fettreiche, Kartoffelsalat mit Mayonnaise vs. Kartoffelsalat mit Essig und Öl, Nudeln vs. Kartoffeln und vieles mehr. Zum Beispiel muss in eine Cremesuppe nicht zwangsläufig Sahne: „Ich hätte nicht gedacht, dass man bei einer Tomatensuppe auch mit Milch einen so guten Geschmack hinbekommt“, so Betreuerin Katja Stefan.

Die Betreuer sind rund um die Uhr für die Bewohner da, kaufen mit ihnen ein und essen gemeinsam mit ihnen. Dabei müssen sie nicht nur die Kalorien im Auge behalten, sondern auch ihren eigenen Teller – es kann durchaus vorkommen, dass der ein oder andere Bissen plötzlich „verschwindet“. Auch dass die Süßigkeiten weggesperrt und rationiert werden, zeigt wie schwer es für die Bewohner ist, ihren Hunger ununterbrochen zu kontrollieren. Umso wichtiger ist es, dass die Gerichte zwar wenig Kalorien, aber viel Geschmack haben. Deswegen setzt Sandra Eckert auf den Einsatz von reichlich Gemüse, Kräutern und Gewürzen. Nach der Zubereitung der Fettreich-fettarm-Varianten stand die Verkostung und Bewertung an: Was hat besonders geschmeckt? Wie kann man es am besten in den Alltag integrieren? Die Rezepte haben alle Teilnehmer gerne mitgenommen und freuen sich schon auf die Fortsetzung des Kochkurses im nächsten Jahr.



Die leitende Diätassistentin von Dorfner Catering, Sandra Eckert (Mitte), Betriebsküchenleiter Oliver Möller (3.v.r.) und Ausbilder Michael Barth (ganz l.) stellen im Kochkurs für die Verpflegung von Menschen mit Prader-Willi-Syndrom fettarme und fettreiche Gerichte gegenüber. Eine kalorienarme und dennoch schmackhafte Ernährung ist wichtig, damit die Betroffenen ihr Gewicht halten können.



Was ist drin? Die Betreuer Anja Höfling, Manuela Quendt, Katja Bohlig und Andy Adam (v.l.) studieren die Nährwertangaben der Produkte und kochen die kalorienarmen Rezepte nach.



Gegenübergestellt: Fettreiche Gerichte mit der fettarmen Alternative.

Fotos: Dorfner Catering



### **Kurzprofil Dorfner Gruppe**

Die Dorfner Gruppe zählt mit einem Gesamtumsatz von 232 Millionen Euro im Jahr 2015 zu den führenden Gebäudedienstleistern in Deutschland. Das Nürnberger Traditionsunternehmen beschäftigt mehr als 10.000 Mitarbeiter in Krankenhäusern, Kliniken, Senioren- und Pflegeheimen sowie Verwaltungen und Unternehmen. Das Leistungsspektrum umfasst die drei Geschäftsfelder **Gebäudereinigung** mit den Spezialgebieten Reinraumreinigung und Zentrale Sterilgutversorgung, **Catering** für die Segmente Kliniken, Seniorenheime und Betriebsrestaurants sowie **Gebäudemanagement**, zu dem Wirtschafts-, Wartungs- und Instandhaltungs- sowie Sicherheitsdienste zählen. Das Leitmotiv „Dorfner Gruppe – Qualität für Mensch und Gebäude“ steht für eine konsequente Qualitätsorientierung, die durch zahlreiche unabhängige Zertifikate dokumentiert wird.

### **Weitere Informationen:**

Dorfner menü Catering-Service +  
Organisations GmbH & Co. KG  
Meike Dunkel  
Willstätterstraße 73  
D-90449 Nürnberg  
Telefon +49(0)911-6802-250  
Telefax +49(0)911-6802-255  
E-Mail [mdunkel@dorfner-gruppe.de](mailto:mdunkel@dorfner-gruppe.de)

### **Medienservice:**

KONTEXT public relations GmbH  
Ina Niederlich  
Melli-Beese-Straße 19  
D-90768 Fürth  
Telefon +49(0)911-97478-0  
Telefax +49(0)911-97478-10  
E-Mail: [info@kontext.com](mailto:info@kontext.com)