

# Der Freiamter

FREITAG, 24.02.2023 | NR. 15, 160. JAHRGANG

AMTLICHES PUBLIKATIONSORGAN DER GEMEINDE MURI

AZ 5610 WOHLLEN (AG) 1 POST CH AG | FR. 2.50

FREIÄMTER REGIONALZEITUNG

## MURI

Pater Georg Aboud, der viele Jahre in Syrien wirkte, besucht am 3. März die katholische Kirche St. Goar in Muri. **Seite 5**

## OBERFREIAMT

Die Sanierungs- und Erweiterungsarbeiten in der Badi Dietwil laufen plangemäss. Eröffnet werden soll im Mai. **Seite 11**



## OBERFREIAMT

«D Beueler Häxe» feiern ihren 20. Geburtstag. Als Geschenk gab es vom Gemeinderat 1000 Franken. **Seite 13**

## SPORT

Die Murianer Handballer treffen in der Abstiegsrunde der 1. Liga auswärts auf Tabellenführer Wacker Thun II. **Seite 24**



Die erste «Fourchette verte» im Kanton wurde überreicht: Beatrice Meier (Projektkoordinatorin), Markus Weishaupt (Leiter Hotellerie Spital Muri), Heinz Widmer (Leiter VAAS) und Severin Eggenschwiler (Programmlleiter Kanton Aargau, von links).

Bild: Celeste Blanc

## KOMMENTAR



Celeste Blanc,  
Redaktorin.

## Vorbildlich

Es ist allgemein bekannt, dass die Ernährung wichtig für die Gesundheit ist. Vor allem im Alter ist eine ausgewogene Ernährung wesentlich für die Vitalität: Obwohl der Energiebedarf sinkt, bleibt der Bedarf an Mineralstoffen und Vitaminen gleich. Ein Umstand, der oftmals in Vergessenheit gerät. Somit tragen die Mahlzeitendienste für Seniorinnen und Senioren eine wesentliche Verantwortung für die Gesundheit ihrer Klientel.

Dass sich der Mahlzeitenlieferdienst der Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren der Region Wohlen mit dem Spital Muri diesbezüglich als erster Pilotbetrieb einer kantonalen Qualitätskontrolle unterzogen hat, ist löblich. Deshalb, weil eine solche Auszeichnung nicht nur die bestehende Qualität bezeugt, sondern auch die Ansprüche an die eigene Arbeit noch höher schraubt. Damit geht nämlich die Erwartung einher, die gestellten Anforderungen des Labels «Fourchette verte» und die hochwertige Qualität auch künftig zu erfüllen. Als erster Betrieb im Freiamt und im Kanton Aargau überhaupt schreitet man damit als vorbildliches Beispiel voran.

## Nur das Beste auf dem Teller

Die Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren und das Spital Muri erhalten Qualitätslabel

Als ersten Betrieben im Kanton wurde der Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren der Region Wohlen und dem Spital Muri die «Fourchette verte» übergeben.

Celeste Blanc

Seit letztem Jahr unterstützt der Kanton Aargau mit dem Projekt «Fourchette verte senior@home» die Gesundheitsförderung im Alter. Mit

Blick auf die Ernährung lancierte er damit einhergehend das Gütesiegel «Fourchette verte», das künftig Verpflegungsbetriebe für hohe Qualitätsstandards auszeichnet. Erfüllen die Bewerber die vom Kanton auferlegten Anforderungen an ein ausgewogenes Mahlzeitenangebot, wird ihnen das Qualitätslabel für ein Jahr ausgestellt.

Als erste Betriebe im Kanton überhaupte erhielten nun der Mahlzeitendienst des VAAS der Region

Wohlen sowie die Spitalküche in Muri, welche die Mahlzeiten zubereitet, das Zertifikat. Beatrice Meier, Projektkoordinatorin von «Fourchette verte Aargau» und Ernährungsberaterin, betonte bei der Zertifikatsübergabe insbesondere die gute Zusammenarbeit. «Einerseits überzeugt die breite Auswahl an qualitativ hochwertigen Menüs, die wöchentlich mit viel Mühe und Liebe zubereitet werden, andererseits beeindruckt der Effort des Lieferdienstes, der die Mahl-

zeiten täglich heiss und genussfähig serviert.» 365 Tage im Jahr werden Seniorinnen und Senioren in der Region mit diesem Angebot substanziell unterstützt.

Für Heinz Widmer, Leiter der VAAS, und Markus Weishaupt, Leiter Hotellerie Spital Muri, ist die Auszeichnung eine grosse Ehre: «Es ist eine Würdigung an die Arbeit aller Mitarbeitenden und Freiwilligen.»

Bericht Seite 7

# Qualität mit jeder Gabel

Die «Fourchette verte» geht an den Mahlzeitenlieferdienst VAAS Region Wohlen und das Spital Muri

Als Pilotbetrieb hat der Mahlzeitenlieferdienst der Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren (VAAS) das vom Kanton neu verliehene Qualitätssiegel «Fourchette verte» erhalten. Ausgezeichnet für seine Arbeit wurde auch das Spital Muri.

Celeste Blanc

Heutzutage ist es für viele ein grosser Wunsch, im Alter möglichst lang selbstbestimmt im eigenen Zuhause zu leben. Dank zahlreichen Angeboten von Vereinen und privaten Organisationen ist das problemlos möglich. So auch im Freiamt, wo unter anderem die Vereinigung Aktiver Aargauer Senioren (VAAS) der Region Wohlen einen Mahlzeitenlieferdienst betreibt. Frisch und saisonal zubereitet werden die Mahlzeiten dabei vom Spital Muri.

Diese Kooperation der beiden Betriebe funktioniert so gut, dass auch die Qualität stimmt. Geprüft wurde diese von Beatrice Meier, Projektkoordinatorin und Ernährungsberaterin, im Auftrag des Kantons. Das Resultat: Die hohen Anforderungen werden mehr als erfüllt. Deshalb wurden der VAAS der Region Wohlen und dem Spital Muri das Qualitätssiegel «Fourchette verte» ausgestellt. Bereits seit 2012 übergibt der Kanton solche Qualitätssiegel an Verpflegungsbetriebe für Kinder wie beispielsweise Kitas. Neu wird seit diesem Jahr die grüne Gabel auch für Verpflegungsbetriebe für Senioren ausgestellt.

## Nachfrage stark gestiegen

Seit längerem unterstützt und fördert der Kanton Aargau die Gesundheit der Bevölkerung unter dem Motto «gesund und zwäg im Aargau». 2022 wurden zusätzliche Programme mit Schwerpunkt der Gesundheitsförderung im Alter lanciert. Unter diesem Aspekt prüft der Kanton auch Mahlzeitenangebote, denn: Unter- und Mangelernährung, auch Malnutrition genannt, zählen im Alter zu den häufigsten Gesundheitsproblemen. «Die Bedürfnisse des Körpers hinsichtlich der Ernährung ändern sich in den unterschiedlichen Lebensphasen», erklärt Meier. So sei es für ältere Menschen wichtig, ausgewogene Mahlzeiten unter anderem mit genügend Vitaminen, Mineralien und Eiweissen zu sich zu nehmen, gleichzeitig die Cholesterin- und Kohlenhydratezufuhr gemässigt zu halten.



«Es ist eine Wertschätzung an die Arbeit.» Markus Weishaupt (Leiter Hotellerie Spital Muri, links) und Heinz Widmer (Leiter VAAS) bekommen von Projektkoordinatorin Beatrice Meier das Zertifikat überreicht. Bild: Celeste Blanc

«Die Mangelernährung hat dabei nicht nur physische, sondern auch psychische Auswirkungen», weiss die diplomierte Ernährungsberaterin.

Zu einer Mangelernährung kommt es aus verschiedenen Gründen: Entweder sind sich die Betroffenen der Wichtigkeit einer ausgewogenen Er-

## «Mangelernährung hat körperliche Auswirkungen»

Beatrice Meier, Projektkoordinatorin

nährung nicht bewusst, können sie nicht mehr selber zubereiten oder gehen auch nicht auswärts essen.

Genau hier setzen die Mahlzeitendienste an, so auch derjenige der VAAS der Region Wohlen. 365 Tage wird den Seniorinnen und Senioren frisch zubereitetes Essen von insgesamt neun Freiwilligen nach Hause geliefert. Dass ein Bedürfnis da ist, zeigen auch die Zahlen: Waren es bei der Gründung vor drei Jahren noch

50 Essen im Monat, werden heute monatlich um die 1115 Mahlzeiten verteilt.

## Jährliche Rezertifizierung

Seit gut zweieinhalb Jahren arbeitet die VAAS mit der Hotellerie des Spitals Muri zusammen. Ausgewogen, frisch und saisonal zu kochen gehört hier zum Tagesgeschäft. Wobei es schon einen wesentlichen Unterschied gibt, wie Leiter Markus Weishaupt erzählt: «Für den regulären Spitalbetrieb steht vor allem der Genuss im Vordergrund. Das Essen soll den Patientinnen und Patienten ein bisschen Freude geben, zumal viele nicht freiwillig hier sind. Beim Mahlzeitendienst hingegen steht die ausgewogene Langzeiternährung im Fokus.»

Auf den Mahlzeitenlieferdienst der VAAS ist Beatrice Meier per Zufall gestossen. Noch grösser sei die Freude über ein altbekanntes Gesicht gewesen: «Markus Weishaupt und ich

kennen uns schon über 30 Jahre und hatten auch schon beruflich miteinander zu tun», erzählt sie. Die Anfrage für die Partizipation als Pilotbetrieb war deshalb angezeigt.

Abgesehen von einzelnen Anpassungen überzeugte die Zusammenarbeit zwischen der VAAS und dem Freiamt Spital von Beginn an. Feierlich wurde deshalb Markus Weishaupt als Leiter der Hotellerie Spital Muri sowie Heinz Widmer, Leiter der VAAS, das Zertifikat samt grüner Gabel übergeben. Fortan darf der Mahlzeitendienst seine Menüs mit dem Gütesiegel «Fourchette verte» kennzeichnen. Danach erfolgen jährlich Kontrollen für die Rezertifizierung.

## Zusammenarbeit funktioniert

Freudig haben Markus Weishaupt und Heinz Widmer die Zertifikate samt grüner Gabel übernommen. «Es ist eine grosse Ehre», erklärt Weishaupt. Die viele und überlegte Arbeit vom ganzen Küchenteam werde durch dieses Qualitätssiegel gewür-

## Gesünder essen

1993 wurde das Qualitätslabel «Fourchette verte» vom Genfer Sozial- und Gesundheitsdepartement für dessen Verpflegungsbetriebe ins Leben gerufen. 1999 gründete sich daraus der Verein «Fourchette verte Schweiz», dem heute alle Westschweizer Kantone, das Tessin sowie mehrere Deutschschweizer Kantone angehören. 2011 lancierte das Departement Gesundheit und Soziales das Projekt das Projekt im Kanton Aargau mit Schwerpunkt auf der Ernährung von Kindern. Hauptsächlich ausgezeichnet wurden damit Verpflegungsbetriebe wie Kitas. Seit 2016 leitet die Landwirtschaftlichen Zentrum Liebegg die Qualitätskontrolle. Mit der Kategorie «Fourchette verte senior@home» werden seit 2022 die Produzenten für Mahlzeiten für zu Hause lebende Personen über 65 Jahren kontrolliert.

Die Kriterien müssen mit dem angebotenen Menü zum Standardpreis erfüllt werden. Diese sehen unter anderem vor, zwei bis dreimal die Woche Fleisch sowie vegetarische Alternativen zu servieren, verschiedene Protein- oder Vitaminquellen im Menü zu verarbeiten und auf eine vielseitige Zusammenstellung zu achten. --cbl

## «Es ist eine grosse Ehre für das ganze Team»

Heinz Widmer und Markus Weishaupt

mus im Menüplan zu integrieren. «Es ist ein Lernprozess, aber in unserer Küche gelingt das gut. Die «Fourchette verte» zu tragen, erfüllt mich mit Stolz.»

Auch Heinz Widmer ist bei der offiziellen Zertifikatsübergabe gerührt. «Ich habe den Mahlzeitendienst in der Region nicht erfunden. Doch ich hatte hohe Ansprüche und wollte die Idee realisieren», erzählt er in seiner Dankesrede. Nicht immer sei die Zusammenarbeit einfach mit ihm. «Deshalb ein grosser Dank an die Spitalküche in Muri, dass diese stets so gut und unkompliziert funktioniert.»