



GENUSS

– mit allen Sinnen, für alle Sinne

Das Wort «geniessen» wird häufig in Zusammenhang mit Essen verwendet und das zu Recht, wie die Michel Gruppe in Meiringen und am Hasliberg beweist.

In der Praxis von Dr. Claus Aichmüller geht es aber ums Geniessen im weiteren Sinne inklusive Behandlung von Nebenwirkungen wie Sucht und Abhängigkeit.

von Patrick Schmed

MICHEL GRUPPE «Es kommt darauf an, ob man das Glas als halb voll oder halb leer betrachtet», interpretiert Jon Florinett das Wort Genuss aus eigener Erfahrung. Um geniessen zu können, müsse man die positiven Seiten des Lebens wahrnehmen und zulassen, findet der Leiter Gastronomie der Michel Gruppe. Wenn der Herbstnebel die Konturen der Bäume und Gebäude verschwimmen lässt, dann könne dies durchaus etwas Mystisches haben, findet er. Wer sich auf Neues einlassen könne, habe bessere

Voraussetzungen zum Geniessen – selbst wenn das Neue ein herausforderndes Grossprojekt wie der Neubau des Wirtschaftsgebäudes der Privatklinik Meiringen ist. Hier finden aktuell die Abschlussarbeiten statt, und schon bald wird es für die internen Gäste und die Mitarbeitenden der Klinik eröffnet. Beim Blick durch die grossen Glasfenster wird aber schon vor der Fertigstellung klar, dass diese Räumlichkeiten zum Geniessen einladen.

Wie im Wohnzimmer
«Wir haben uns vorgestellt, dass die Gäste sich hier wie im Wohn-

zimmer fühlen sollen», erklärt Jon Florinett die Hintergründe. Gemütliche Ecken laden nicht nur zum Essen, sondern auch zum Verweilen, Lesen, Kaffee trinken und später wieder für Begegnungen ein. Möbel, Gemälde, Farben und Beleuchtung vermitteln eine Atmosphäre des Wohlfühlens, und auf dem Marktplatz können sich die Gäste nach Lust und Laune verpflegen. «Wir bieten jeden Tag drei Komponenten aus Eiweiss, Stärke und Gemüse mit je drei Varianten an», führt Jon Florinett aus. Jede Person kann sich das individuell passende Menu aus diesen neun

Komponenten zusammenstellen, für die geschützten Stationen gibt es diese in drei fixen Kombinationen. Rund 250 Personen wird das Team von Jon Florinett in Meiringen verpflegen, dazu kommen die Aussenstationen und ein erster externer Grosskunde. Damit dies gelingt, hat der Gastroprofi die Prozesse und Abläufe optimiert, und die Speisen werden vorgekocht. «Cook & Chill» nennt sich die Methode, die den Genuss auch bei grossen Mengen optimiert. Dazu gehört auch die Präsentation und vor allem die wichtigste Zutat überhaupt – die Herzlichkeit des Personals.

Mit Herzlichkeit

«Herzlichkeit kann aus einer einfachen Holzhütte ein Spitzenrestaurant machen», hat Jon Florinett bereits erfahren. Deshalb legt er besonderen Wert auf die Menschen, die mit ihrer Art den Unterschied zwischen dem halb vollen und dem halb leeren Glas machen. CEO Andreas Michel ist überzeugt, dass damit auch der Heilungsprozess unterstützt wird, und lobt beim Augenschein auf der Baustelle die Arbeit der Projektmitarbeitenden. Sie zeigt sich in zahllosen Details wie beispielsweise die Kochtöpfe zur Präsentation der Gerichte und Saucen. «Einiges hätte ich mir gemäss den Plänen etwas anders vorgestellt, aber der Gesamteindruck überzeugt und bietet gerade in der Corona-Zeit die Möglichkeit, die Abstände und Sicherheitsstandards gut einzuhalten», findet er.

Mit Farbe

Details zu pflegen und die Gerichte perfekt zu präsentieren, hat sich auch Bruno Ott, der Küchenchef der Rehaklinik Hasliberg, auf den Kochhut geschrieben. «Wenn das Essen Freude macht, ist dies ein Teil der Rehabilitation», ist er überzeugt und legt vor allem Wert auf die Farbkombination auf dem Teller. Die Garnitur ist für den Gourmet-Gastronomen nicht nur Beilage, sondern der entscheidende Farbtupfer, von dem die Gäste auch später noch reden. Tatsächlich genießt die Küche der Rehaklinik Hasliberg einen sehr guten Ruf, und mancher externe Gast bedauert, dass die «Haslibergstube» wegen der besonderen Lage geschlossen ist. Die Sicherheitsmassnahmen machen die Arbeit für das Küchenteam nämlich noch herausfordernder. «Die Küche wird schon bald renoviert, da sie nicht den modernen Anforderungen entspricht», erklärt Bruno Ott. Auch wenn neu ein Teil der Speisen von der zentralen Küche via «Cook & Chill» geliefert werden wird, gibt es für das Team viel

zu tun. Denn am Hasliberg haben zahlreiche Patientinnen und Patienten besondere Anforderungen in Form von Diäten.

Mit messerscharfer Planung

Hystaminfrei, ohne Gluten und frei von Laktose – diese und weitere Wünsche erfüllen Bruno Ott und sein 13-köpfiges Team jeden Tag und in wechselnden Kombinationen. «Wir sind ein eingespieltes Team», verrät der Chefkoch, der hier seit rund 15 Jahren das Sagen hat. Davor leitete er verschiedene Küchen und später Gastrobetriebe, die für ihren Gourmetgenuss bekannt waren. «Das Entscheidende ist die Planung sowie das sogenannte Mise en Place», betont Bruno Ott. Gut geplant ist die Arbeit immer ein Genuss für ihn, auch wenn man in einer Grossküche immer etwas Druck hat. «Ein bisschen Druck kann sich durchaus gut auf das Produkt auswirken», ist der Chefkoch überzeugt. «Er schärft die Sinne.» Als Ausgleich kocht der Genusmensch auch gerne zu Hause, hört Musik oder spaziert durch die herbstlich bunten Wälder.

Genuss statt Sucht

Auch wenn das Wort «geniessen» häufig mit Gaumenfreuden gleichgesetzt wird, hat es sehr viele Bedeutungen, darunter auch negative. «Wann der Genuss ins



Negative kippt, ist von Mensch zu Mensch verschieden», sagt der Leiter der Spezialstation für Abhängigkeitserkrankungen, Dr. med. Claus Aichmüller. «Grundsätzlich passiert dies in dem Moment, wo eine Person sich damit selbst oder ihrem Umfeld Schaden zufügt», sagt er aus professioneller Sicht. Bei stoffgebundenen Genüssen wie beispielsweise Alkohol und Drogen sei dies meist leichter erkennbar, bei den nicht stoffgebundenen Abhängigkeiten, den sogenannten Verhaltenssuchten, aber eine grössere Herausforderung. Wann ist die Arbeit, Sport oder Sex schädlich? Diesen Fragen geht der Facharzt in seiner Praxis nach und erarbeitet mit den Klienten Wege aus der Abhängigkeit. Und dies selbst dann, wenn die Expertenmeinungen über diese Themen auseinander driften.

Hirnsache

«In der ICD, der internationalen Liste der Krankheiten, sind bisher nur die Spiel- und Internetsucht als stoffunabhängige Abhängigkeiten anerkannt», streicht Claus Aichmüller heraus. Mit seiner Arbeit will der Leitende Arzt dazu beitragen, die Liste – aber auch die Behandlungsmethoden für diese Verhaltenssuchte – zu erweitern. «Wir wissen, dass der Ursprung der Abhängigkeiten im mesolimbischen Hirnbereich liegt», erklärt Claus

Aichmüller. «Diese Hirnregion motiviert dazu, Genussvolles zu tun, und registriert entsprechendes Verhalten als Form von Belohnung.» Wenn Menschen allzu abhängig von dieser Belohnung werden, kann der Drang danach krankhaft werden. Und dann wird aus Genuss Konsum und aus Konsum Sucht. Mit diesem Wissen ausgestattet, gelingt es dem Team der Privatklinik Meiringen, den «Nebenwirkungen» des Genusses auf die Spur zu kommen, sie abzdämpfen und in vielen Fällen ganz aufzulösen.

Genuss trainieren

Auch Menschen, deren Genussfähigkeit abhandengekommen ist, lassen sich von Claus Aichmüller und seinem Team behandeln. «Genuss kann man tatsächlich trainieren», sagt der leitende Arzt. Im Hier und Jetzt bewusst wahrzunehmen schärft die Sinne und das nicht nur beim Genuss von liebevoll zubereiteten Gerichten. Claus Aichmüllers Spezialgebiet ist die Sexualmedizin, bei der es meist um die Ansprache aller fünf Sinne geht – inklusive Tastsinn und Geschmack. In diesem Zusammenhang ist der Begriff der Achtsamkeit zu erwähnen, der immer grössere Bedeutung in der Verhaltenstherapie erhält. «Achtsamkeit und Entschleunigung tragen fast überall dazu bei, dass man etwas besser geniessen kann», macht der Therapeut bewusst und fügt an, dass dies nicht nur beim Essen einen Unterschied mache. Auch Sex, Einkaufen oder Reisen «schmecken» einfach besser, wenn sie nicht in der «Fast Food»-Variante serviert werden.

Nr. 180566, online seit: 25. November – 07.00 Uhr

Michel Gruppe

Michel Gruppe
Willigen
3860 Meiringen
Telefon 033 972 82 00
info@michel-gruppe.ch
www.michel-gruppe.ch



1 Schon bald dürfen Andreas Michel (links) und Jon Florinett das neue Wirtschaftsgebäude eröffnen, das ein Ambiente des Geniessens ausstrahlt.

2 Dr. med. Claus Aichmüller macht bewusst, dass auch zu viel Sport zu Abhängigkeit führen kann.

3 Chefkoch Bruno Ott legt in der Rehaklinik Hasliberg besonderen Wert auf die Präsentation, diese beginnt schon auf der Speisekarte. Fotos: Patrick Schmed