



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



INTERKULTURELLE PFLEGE UND BETREUUNG IM SOZIAL- UND GESUNDHEITSWESEN (I-CARE)

MODUL 3: ESSEN, TRINKEN, FASTEN & FEIERN

www.i-care-project.net



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Projektinformation

Projekttitle:	Interkulturelle Pflege und Betreuung im Sozial- und Gesundheitswesen (I-CARE)
Projektnummer:	2019-1-UK01-KA202-061433
Leitaktion:	Zusammenarbeit für Innovation und Austausch bewährter Verfahren
Autorinnenteam:	KMOP & die Berater
Datum der Erstellung:	Juni 2021



This work is licensed under the Creative Commons
Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 License
© 2021 by I-CARE Consortium

Die Unterstützung der Europäischen Kommission für die Erstellung dieser Veröffentlichung stellt keine Billigung des Inhalts dar, der ausschließlich die Ansichten der Autorinnen wiedergibt, und die Kommission kann nicht für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen verantwortlich gemacht werden.



Inhalt

Einleitung.....	1
Ernährungsregeln und die Bedeutung des Fastens in den Weltreligionen	3
Feste in verschiedenen Kulturen und Religionen.....	11



LEGENDE ZU DEN VERWENDETEN SYMBOLEN

	ÜBUNG
	INPUT TRAINER*IN
	ANMERKUNGEN FÜR DEN/DIE TRAINER*IN
	AKTIONSPLAN
	ZUSAMMENFASSUNG



Einleitung

Dieses Modul behandelt den Umgang mit Essen, Trinken, Fasten und Feierlichkeiten in verschiedenen Kulturen.

Ziele und Inhalte des Moduls

Das Ziel dieses Moduls ist es, die grundlegenden Informationen zu Ernährungsgewohnheiten in verschiedenen Religionen und Kulturen zu erläutern, das Verständnis verschiedener Traditionen und Bräuche zu erweitern und deutlich zu machen, warum diese in einer kultursensiblen Pflege und Betreuung wichtig sind. Hierbei wird auch verdeutlicht, dass der Fokus in der Pflege und Betreuung immer auf den Bedürfnissen des Individuums liegt – egal welchen kulturellen oder religiösen Hintergrund die zu betreuende Person hat.

Lernziele

Nach der Arbeit an diesem Modul werden die Lernenden:

- ◆ grundlegende Informationen zu Ernährungsgewohnheiten in verschiedenen Religionen und Kulturen kennen.
- ◆ den Zusammenhang zwischen verschiedenen Traditionen und Religionen kennen.
- ◆ ein besseres Verständnis zu verschiedenen Traditionen haben und wissen, warum diese für Ihre Patient*innen/Klient*innen wichtig sind.
- ◆ die Bedeutung eines personenzentrierten Ansatzes erklären können und wissen, dass es in der Pflege/Betreuung immer darauf ankommt, die Bedürfnisse des Individuums zu berücksichtigen – egal welchen kulturellen oder religiösen Hintergrund dieses hat.
- ◆ Wege erkennen, wie sie Ihre Patient*innen/Klient*innen bei der Ausübung ihrer religiösen bzw. kulturellen Traditionen oder Rituale unterstützen können.

Entwickeltes Verständnis, Fähigkeiten und Kompetenzen:

- ◆ Interkulturelles Bewusstsein und interkulturelle Fertigkeiten: Bewusstsein für religiöse bzw. kulturelle Traditionen und Verständnis für deren Bedeutung für Patient*innen/Klient*innen.
- ◆ Kenntnisse darüber, wie man Patient*innen/Klient*innen bei der Einhaltung ihrer Traditionen praktisch unterstützen kann.
- ◆ Soziale Kompetenzen: Kommunikationsfähigkeit; wissen, wie und wann man welche Fragen stellt, um eine respektvolle und kultursensible Pflege zu gewährleisten.
- ◆ Persönliche Fertigkeiten: Einfühlungsvermögen zeigen



Angewandte Trainingsmethode

Dieses Modul ist als E-Learning verfügbar und kann als Präsenzveranstaltung, mit einer Gruppe über eine virtuelle Plattform oder als Blended Learning durchgeführt werden. Es umfasst:

- ◆ Hintergrundinformationen zum Thema des Moduls.
- ◆ Übungen und Aktivitäten, die sowohl als E-Learning oder im Rahmen eines Präsenz- oder virtuellen Kurses durchgeführt werden können.
- ◆ Aufgaben zur Selbstreflexion und Überprüfung des Verständnisses.

Dauer: 2 Stunden

Weiterführende Literatur

In der **I-CARE-Toolbox** und in der **I-CARE-App** finden Sie außerdem eine Reihe von unterstützenden Materialien für weitere Informationen.



Ernährungsregeln und die Bedeutung des Fastens in den Weltreligionen



Input des/der Trainer*in

Einleitung

„Wenn es um einen Krankenhaus- oder Kuraufenthalt geht – oder auch wenn es darum geht, ob man in ein Altersheim umziehen möchte – gibt es viele Fragen zum Thema Essen, die Muslime beschäftigen.

Ich kenne zum Beispiel Leute, die ganze Koffer mit Lebensmitteln oder Kühltaschen mitnehmen [wenn sie ins Krankenhaus oder in eine Kurklinik gehen müssen], weil sie Angst haben, dass sie das Essen dort nicht essen können oder wollen. Aber das betrifft nicht nur Muslime... es betrifft auch Menschen jüdischer Herkunft. Es gibt viele Parallelen zwischen der koscheren und der halal-Lebensmittelzubereitung. Die bekannteste ist die Regel zum Schweinefleisch. Aber es gibt auch zahlreiche religiöse Untergruppen – und sie alle haben ihre eigenen Regeln für den Umgang damit.

Für konservative, streng gläubige Muslime ist es schwieriger, denn es gibt auch Regeln für die Zubereitung von Speisen. Töpfe, Besteck, Gläser dürfen nicht mit verbotenen Lebensmitteln in Berührung gekommen sein. Vor etwa 20 Jahren habe ich ein Iftar-Essen für 300 Frauen in einem Gemeindezentrum organisiert. Das Essen wurde von einem türkischen Restaurant geliefert. Die Gläser hatten wir uns von dem benachbarten chinesischen Restaurant geliehen. Nun, das war ein Problem! Die Frauen wollten nicht aus diesen Gläsern trinken! Es könnte sein, dass darin einmal Wein serviert worden war. Also bin ich zum Supermarkt gelaufen und habe Plastikbecher besorgt. Auch ich [Anm.: selbst Muslima] war darauf nicht vorbereitet.

.... Bei einem Krankenhausaufenthalt selber gibt es für muslimische Patient*innen wenig Wahlmöglichkeiten was das Essen betrifft. Das führt dazu, dass sich viele das Essen von Verwandten mitbringen lassen. Ich weiß nicht, ob das Krankenhauspersonal darüber immer sehr erfreut ist. Oder manchmal stört es vielleicht auch die anderen Patient*innen im Zimmer – wegen des Geruchs... Ich habe das Gefühl, da könnte in Krankenhäusern noch mehr getan werden, um sich auf solche Personengruppen, die halal oder koscher essen, einzurichten...“

Auszug aus Interview mit einer Sozialarbeiterin, Wien, Österreich



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 3, 4, 5, 6)

Beginnen Sie dieses Modul, indem Sie den obigen Text vorlesen um die Lernenden zum Nachdenken über die unterschiedlichen Ernährungsbedürfnisse in verschiedenen Religionen anzuregen und darüber, wie dies die Gesundheitsversorgung beeinflussen kann. Fragen Sie die Lernenden, ob sie entweder persönlich oder mit ihren Patient*innen/Klient*innen etwas Ähnliches erlebt haben.

Betonen Sie, dass das Wissen über Traditionen und religiöse Rituale **nicht wie ein Rezept** verwendet werden kann, da es auch zwischen Menschen derselben Religion große Unterschiede gibt. Nicht jede/r Muslim/a hält sich an die strengen Richtlinien. Aber ein Grundwissen über die unterschiedlichen Regeln in den verschiedenen Religionen kann helfen, ein größeres Verständnis für die Bedürfnisse der Patient*innen zu entwickeln.

Beginnen Sie eine Diskussion, indem Sie den Lernenden die folgenden Fragen stellen (Übung). Nach dieser Diskussion fahren Sie mit der Präsentation über Ernährung in Verbindung mit Religion fort.



Übung – Denken Sie über diese Fragen nach: (Folie 6)

- ◆ Wie können wir bestimmte Ernährungsbedürfnisse in der Pflegesituation berücksichtigen?
- ◆ Wie können wir in Situationen reagieren, in denen diese Gewohnheiten oder Regeln aufgrund medizinischer Indikationen und aus Behandlungsgründen nicht eingehalten werden können?
- ◆ Wie sollten wir handeln?
- ◆ Wie sollen wir es dem/r Patient*in erklären?
- ◆ Wie erklären wir es der Familie um sie mit ins Boot zu holen?



Input Trainer*in (Folien 7, 8, 9, 10, 11, 12)

In jeder Religion gibt es Regeln für die Ernährung. Sie gelten für das tägliche Leben, für Festtage und Fastenzeiten und in einigen Religionen auch für die Zubereitung von Speisen. Manche Regeln dienen dem Respekt vor den Tieren. Andere dienen dazu, eines Ereignisses oder einer Person zu gedenken, die Gesundheit zu fördern, zum Nachdenken anzuregen oder die Selbstbeherrschung zu schulen. Einige Religionen haben ihre eigenen Worte für erlaubte Lebensmittel und andere Dinge. Muslime essen zum Beispiel halal und Menschen jüdischen Glaubens koscher.

Für gläubige Muslime sind einige Lebensmittel verboten. Dazu gehören zum Beispiel Schweinefleisch und Fleisch (einschließlich Rindfleisch) von toten Tieren, die nicht auf natürliche Weise gestorben sind oder auf eine bestimmte Weise geschlachtet wurden. Dabei muss die Kehle durchgeschnitten werden. Wenn die Tiere auf diese Weise geschlachtet werden, wird es "**halal = erlaubt**" genannt. Zu den Verboten gehören auch das Blut und die tierischen Produkte von Schweinen, wie Schmalz, Fett oder Gelatine. Diese findet sich oft in Lebensmitteln wie Wurst, Kartoffelchips, einigen Käsesorten und in einigen Süßigkeiten. Auch Alkohol ist verboten. Um eine Ernährung zu gewährleisten, die den islamischen Speisevorschriften entspricht, sollten mögliche tierische Zusatzstoffe in den Speiseplänen aufgeführt werden.

Menschen jüdischen Glaubens dürfen bestimmte Lebensmittel nicht essen und andere nicht miteinander kombinieren. Dies gilt insbesondere für Fleisch und Milch und alles, was daraus hergestellt wird. Andere Lebensmittel sind zu bestimmten Zeiten verboten. Auch die Art der Zubereitung ist wichtig. Viele Lebensmittel und Menüs müssen auf besondere Weise hergestellt, verarbeitet und zubereitet werden. Es gibt auch Regeln für die Lagerung von Vorräten und für die Handhabung von Speisen. **Koscher - was ist rein und geeignet?** Koschere Mahlzeiten sind alle vegetarischen Gerichte. Sie können mit Milch, Sahne, Käse oder anderen Milchprodukten zubereitet werden. Es gibt zwei wichtige Grundregeln: *1. Fleisch, Wurst und andere tierische Bestandteile müssen von „erlaubten“ Tieren stammen. 2. Milchprodukte und Fleisch werden getrennt.*

Für viele Hindus ist das Essen auch ein wichtiger Teil ihres religiösen Lebens. Je nach Konfession und Lebensphase gelten bestimmte Regeln für das Essen: Rindfleisch ist für Hindus tabu, denn Kühe sind im Hinduismus heilige Tiere. Viele Hindus sind Vegetarier*innen und essen daher keine Speisen, die Fleisch oder andere Zutaten von Tieren enthalten, denn Hindus glauben an die ewige Wiedergeburt. Diesem Glauben zufolge kann die Seele eines Menschen auch in einem Tier wiedergeboren werden. Deshalb wollen viele Hindus kein Tier töten. Hindus waschen sich vor jeder Mahlzeit die Hände, denn Essen ist ein religiöser Akt und dazu gehört immer auch Sauberkeit. Es geht auch um praktische Hygiene, denn viele Hindus essen ohne Besteck, mit der rechten Hand.

Buddhist*innen haben keine einheitlichen Regeln darüber, welche Lebensmittel sie essen sollten und welche nicht. Ihr Hauptanliegen ist es keine Nahrung zu verschwenden. Deshalb sollten sie nur essen, wenn sie hungrig sind und nur so viel, dass sie satt werden. Außerdem ist es verboten, Lebensmittel, die noch genießbar sind, einfach wegzwerfen oder verkommen zu lassen. Ein Gebot des Buddhismus verbietet es, Tieren Leiden zuzufügen. Dazu gehört, dass



kein Tier geschlachtet wird, nur um es zu essen. Daher ernähren sich viele Buddhist*innen streng vegetarisch. Andere verzichten jedoch nicht völlig auf Fleisch. Was sonst noch auf den Tisch kommt, hängt vor allem von der jeweiligen Religionsgemeinschaft und der lokalen Herkunft eines/r Buddhisten/in ab.

Menschen christlichen Glaubens dürfen essen, was sie wollen. Sie sollen aber auch mit der von Gott geschaffenen Natur sorgsam umgehen. Ob sie also Fleisch oder Eier von Tieren aus Massentierhaltung essen wollen, müssen sie individuell mit ihrem Gewissen vereinbaren. Ansonsten gibt es im täglichen Leben keine Lebensmittelvorschriften.



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 13)

Stellen Sie die Tabelle auf Folie 13 vor, teilen Sie die Gruppe in Paare ein und bitten Sie sie zu entscheiden, welcher Begriff sich auf welche Ernährungseinschränkung bezieht. Es gibt noch weitere Begriffe, die im Input zu den verschiedenen Religionen nicht erwähnt werden. Bitten Sie die Gruppe diese zu erraten, wenn sie sie nicht kennt und nehmen Sie dann die Antworten der Paare entgegen und diskutieren Sie diese.



Übung– Was passt zusammen? (Folie 13)

Nennen Sie einige Begriffe, die Ernährungsgewohnheiten beschreiben - wie "halal", "koscher", "vegan" usw. und lassen Sie die Lernenden die richtige Definition finden.

(Auf unserer I-CARE Lernapp ist dies als „Drag&Drop“-Übung umgesetzt und die Lernenden können die passenden Begriffe durch verschieben zuordnen.)

Diese Übung dient dazu, verschiedene Konzepte der Ernährung zu verstehen, unabhängig davon, ob sie mit einer Religion verbunden sind.



Was heißt Fleisch ist erlaubt, wenn das Tier möglichst artgerecht gelebt hat und durch Kehlschnitt geschlachtet wurde?	halal
Die Bezeichnung für das jüdische Speisegesetz lautet....	Kaschrut
Fleisch und andere tierische Bestandteile müssen von "erlaubten" Tieren stammen. Milchprodukte und Fleisch sind getrennt.	koscher
Neben der rein pflanzlichen Ernährung sind auch Eier und Milch erlaubt.	Ovo-lakto vegetarisch
Alle tierischen Produkte werden bei dieser Ernährung vermieden.	vegan
Milchprodukte/Produkte mit Laktose dürfen nicht verzehrt werden.	Laktose Unverträglichkeit
Fruchtsäfte und Trockenfrüchte sollten auf Dauer vermieden werden. Gleiches gilt für alles, was mit Fruktose oder Sorbit gesüßt ist.	Fruktose Unverträglichkeit
Alkohol und Schweinefleisch sind für Muslime....	Haram



Option 2: Bereiten Sie Kärtchen mit den Begriffen vor:

- halal
- kaschrut
- koscher
- ovo-lakto vegetarisch
- vegan
- Laktose Unverträglichkeit
- Fruktose Unverträglichkeit
- haram

Bitten Sie die Lernenden diese Begriffe zu erklären.

Eine Abwandlung davon kann in Form eines "Tabu"-Quiz durchgeführt werden, was bedeutet, dass die Lernenden der Gruppe einen Begriff erklären müssen, dabei aber bestimmte Schlüsselwörter nicht verwenden dürfen (=sind tabu), um ihn zu erklären. Diese Schlüsselwörter müssten von Ihnen im Voraus aufgelistet werden.

z.B. Begriff **halal**, Schlüsselwörter, die in der Erklärung nicht erwähnt werden dürfen (Tabu-Wörter): Metzger, Blut, Schweinefleisch, Schnitt



Input Trainer*in (Folien 15, 16, 17)

Die Bedeutung des Fastens. Die Praxis des spirituellen Fastens fördert Konzentration und Bewusstsein. Spirituelles Fasten zielt darauf ab, dass sich die Menschen weniger egozentrisch fühlen. Es ist ein Weg, sich von den Beschränkungen dessen zu befreien, was jemand will oder glaubt zu brauchen. Dies ist die Definition von Fasten im spirituellen Sinne. Fasten wird in verschiedenen Religionen auf unterschiedliche Weise und zu verschiedenen Gelegenheiten praktiziert. In Verbindung mit medizinischen Problemen kann religiöses Fasten negative Auswirkungen auf den Allgemeinzustand der Patient*innen haben. Daher ist es wichtig, dass das medizinische und pflegerische Personal über die möglichen Risiken des Fastens informiert ist. In den meisten Religionen hat die Gesundheit Vorrang vor dem Fastengebot.



Fasten in den verschiedenen Religionen

Islam: Ramadan ist der Fastenmonat der Muslime. 30 Tage lang dürfen sie zwischen Sonnenaufgang und Sonnenuntergang nicht essen, trinken oder rauchen. Auch Geschlechtsverkehr ist verboten. Das abendliche Fastenbrechen findet in der Gemeinschaft statt - der Ramadan hat also einen starken familien- und gemeinschaftsbildenden Charakter. Ausgenommen von dieser Pflicht sind: Alte, Kranke, Schwache, Reisende, Schwangere, Wöchnerinnen und menstruierende Frauen.

Judentum: Im Judentum gibt es verschiedene Fastenzeiten. Niemand darf länger als 25 Stunden am Stück völlig auf Essen und Trinken verzichten, denn die Gesundheit geht vor. **Jom Kippur** ist der große Tag der Buße und des Fastens im Judentum. An diesem Tag darf man nicht essen, trinken oder rauchen. Man wäscht sich nicht, ist sexuell enthaltsam und geht nicht zur Arbeit.

Orthodoxe Kirche: In der orthodoxen Kirche gibt es vier mehrwöchige Fastenzeiten im Kirchenjahr: sieben Wochen in der Passionszeit, das Apostelfasten eine Woche nach Pfingsten, das Koimesisfasten im August und das Adventfasten von Mitte November bis zum 24. Dezember. Darüber hinaus wird an jedem Mittwoch und Freitag gefastet. Fleisch, Eier und Milchprodukte sind an allen Fastentagen verboten, ebenso wie Fisch, Wein und Öl bei strengem Fasten.

Hinduismus: Viele Hindus fasten um für etwas zu büßen und die Seele zu reinigen, um einen Segen für jemanden zu erbitten oder um eine Gottheit zu ehren oder ihr nahe zu sein. Wer wann, wie lange und auf welche Weise fastet, entscheidet jede/r für sich. Feste Fastenzeiten oder Fastenrituale sind im Hinduismus nicht vorgeschrieben.

Buddhismus: Im Buddhismus gibt es keine einheitlichen Fastenzeiten wie in anderen Religionen. Sie variieren von einem Glauben und einem Land zum anderen. Wenig zu essen erleichtert jedoch die Meditation auf dem Weg zu innerem Frieden und Erleuchtung. Deshalb verzichten buddhistische Mönche und Nonnen jeden Tag nach dem Mittag auf jegliche Nahrung. Darüber hinaus gibt es monatliche Fastentage.

Christentum: Für Christ*innen dauert die Fasten- oder Passionszeit von Aschermittwoch bis Ostern. In dieser Zeit sollen sich die Menschen durch Enthaltsamkeit neu besinnen, Buße tun und die Nähe zu Gott suchen. Heute gibt es jedoch keine strengen Regeln mehr. Jede/r kann selbst entscheiden, wie er/sie die Fastenzeit gestalten möchte.

Praktische Tipps für Fachleute: Jeder einzelne Mensch ist ein Individuum mit einer eigenen Geschichte, Persönlichkeit und Weltanschauung. Es gibt daher keine allgemeingültige „Checkliste“ für den Umgang mit Menschen verschiedener Religionen. Sie können jedoch die folgenden Aspekte berücksichtigen, wenn es um Ernährung und Diätvorschriften geht:

- Ernährungsgewohnheiten und spezielle Diäten oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten sollten in der Anamnese festgehalten werden;
- Um eine religionsgerechte Ernährung zu ermöglichen sollten mögliche (tierische) Zusatzstoffe auf den Speiseplänen angegeben werden;



- Fragen der Medikation: z. B. können muslimische Patient*innen Medikamente ablehnen, die tierische Produkte (z.B. Gelatine in Kapseln, Heparin) oder Alkohol enthalten. Generell sollte in solchen Fällen darauf hingewiesen werden, dass Dinge, die an sich verboten sind, für Heilung und Therapie erlaubt sind, wenn es keine Alternativen gibt. Wenn es jedoch Alternativen gibt, sollten diese genutzt werden;
- Versuchen Sie immer die Familie mit einzubeziehen und sie zu informieren, wenn Fragen der Ernährung oder Diät erforderlich sind;
- Bei religiösen Bedenken kann es hilfreich sein, den Krankenhausseelsorger oder andere Vertreter*innen der betroffenen Religionsgemeinschaften hinzuzuziehen, um das Problem zu lösen.



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 18)

Teilen Sie die Gruppe nach dem Input in Paare auf, um die folgenden Fragen zu diskutieren. Nehmen Sie das Feedback der Paare entgegen und vertiefen Sie die Diskussion, um spezifische Erfahrungen auszutauschen.



Übung: Selbstreflexion/Paarübung (Folie 18) - Denken Sie an den Kontext, in dem Sie arbeiten:

- ◆ Wie können Sie herausfinden, welche Bedürfnisse die Patient*innen in Bezug auf Ernährungsgewohnheiten oder -regeln haben?
- ◆ Welche Möglichkeiten gibt es in Ihrer Organisation auf diese Bedürfnisse einzugehen?
- ◆ Was bräuchten Sie um besser auf die individuellen Bedürfnisse der Patient*innen/Klient*innen eingehen zu können?



Zusammenfassung (Folie 19)

Essgewohnheiten werden oft, aber nicht immer, von der Religion bestimmt. Ob jemand vegetarisch oder vegan, halal oder koscher essen möchte, basiert auf unterschiedlichen. In der Pflege ist es wichtig, immer den gesundheitlichen Aspekt der Ernährung zu betonen, aber auch Verständnis für individuelle Bedürfnisse aufzubringen und Alternativen zu schaffen. Pflegende müssen keine Expert*innen in Religionswissenschaften sein - aber ein Grundwissen über bestimmte Themen ist hilfreich. Transkulturelle Pflege sollte Menschen nicht aufgrund ihrer Religion, sondern aufgrund ihrer Bedürfnisse als Individuen bewerten und respektieren.



Feste in verschiedenen Kulturen und Religionen



Input Trainer*in (Folie 21)

Geben Sie einen kurzen Input zur Bedeutung von Festen: Feste sind soziale Geschehen; sie sind meist ein kollektiver Anlass und haben nicht nur für die Einzelnen, sondern auch für die feiernde Gruppe als Ganzes eine Bedeutung. Vor allem religiöse Feste haben eine bedeutende Wirkung auf die Religionsgemeinschaft. Kulturelle Feiern und religiöse Feste sind auch oft eine wichtige Ablenkung von den Sorgen und Belastungen des Alltags. Dadurch haben Feste auch für kranke und/oder ältere Menschen eine besondere Bedeutung. Gerade wenn sie nicht in ihrer Familie oder ihrem häuslichen Umfeld sind, kann das gemeinsame Feiern eine wichtige emotionale Stütze sein.



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 22)

Teilen Sie die Gruppe in Paare auf und bitten Sie sie, sich gegenseitig die folgenden Fragen zu stellen. Danach soll jedes Paar die Ergebnisse seiner Befragung vorstellen.



Übung – Kulturexperte*in für einen Tag (Folie 22) - Partnerinterview

Denken Sie über die Vielfalt in Ihrem eigenen Team nach und fragen Sie:

- ◆ Woher kommen Sie/Ihre Kolleg*innen?
- ◆ Welche Art von Festen haben Sie/ihre Kolleg*innen in ihrer Kultur/Tradition?
- ◆ Werden sie von allen praktiziert? Wie werden sie praktiziert?
- ◆ Gibt es Möglichkeiten für Sie, Ihre Traditionen am Arbeitsplatz zu pflegen?



Input Trainer*in (Folie 23, 24, 25, 26, 27, 28)

Religiöse und kulturelle Traditionen im Umfeld der Gesundheitsversorgung und Betreuung. (PP Folien). Berücksichtigen Sie insbesondere die Situation älterer Menschen. Vor allem ältere Menschen besinnen sich zunehmend auf ihre Herkunft und Traditionen. Umso wichtiger ist es für sie, in einer Umgebung zu leben, in der dieses Bedürfnis respektiert wird. Während in Krankenhäusern aus medizinischen Gründen und wegen der strengen Reglementierung des Krankenhausalltags nicht immer auf religiöse Traditionen Rücksicht genommen werden kann, sollte in Alten- oder Pflegeheimen die individuelle Lebenssituation der Patient*innen besser berücksichtigt werden, da sie ihren Alltag dort dauerhaft verbringen.

Ernährungsgewohnheiten und Traditionen im Gesundheits-/Sozialwesen - kultursensible Pflege. „*Kultursensible Pflege trägt dazu bei, dass eine pflegebedürftige Person entsprechend ihrer individuellen Werte, kulturellen und religiösen Prägungen und Bedürfnisse leben kann.*“ Demnach bedeutet kultursensible Pflege, sich auf jede einzelne Person, ihre Biografie, ihren religiösen, kulturellen, geschlechtsspezifischen und/oder migrationsbedingten Hintergrund und ihre individuelle Bedürfnissen einzulassen. Dazu gehört letztlich auch, bestimmte Essensregeln zu respektieren und das Feiern religiöser Traditionen und Feste zu ermöglichen. Die Wertschätzung der Klient*innen/Patient*innen und ihrer Kultur muss in die Pflegeaktivitäten integriert werden.

Feste im Islam und im Judentum. Das **Zuckerfest** wird oft als das Fest des Fastenbrechens bezeichnet. Es beendet das Fasten im Ramadan. Auf Arabisch wird es **Id al-Fitr** genannt. Je nach Land und Region gibt es Unterschiede in der Art der Feierlichkeiten. Die Festtage werden genutzt um Verwandte und Freunde zu besuchen. In der Regel werden süße Speisen serviert und es werden viele Süßigkeiten verteilt und gegessen. Das **Opferfest** ist das wichtigste Fest für Muslime. Chronologisch gesehen wird es nach dem Ramadan gefeiert.

Jom Kippur ist der wichtigste Feiertag im Judentum. Jom Kippur wird in mehr oder weniger strenger Form von der Mehrheit der Menschen jüdischen Glaubens begangen, auch von weniger religiösen. **Chanukka** ist das Fest der Lichter. Chanukka ist in erster Linie ein häusliches Fest. Am Chanukka-Abend versammeln sich die Familien mit Freunden zu ausgelassenen Feiern. Die Kinder erhalten Geschenke und Süßigkeiten.

Feste im Buddhismus & Hinduismus. Das wichtigste Fest im **Buddhismus** heißt **Vesakh** und wird von Buddhist*innen auf der ganzen Welt als gemeinsamer Feiertag begangen. Vesakh ist das Geburtstagsfest für Buddha. Feste im **Hinduismus** haben oft etwas mit den Jahreszeiten zu tun. Holi ist ein fröhliches Fest, bei dem sich alle Teilnehmenden gegenseitig mit farbigem Mehl oder Pulver bewerfen. Die Hindus feiern damit den Beginn des Frühlings.

Im Christentum gibt es etwa 20 Festtage im Jahr – mehr als in jeder anderen Religion. Das wichtigste christliche Fest ist Ostern - das Gedenken an das Ereignis mit dem das Christentum steht und fällt, die Auferstehung von Jesus Christus. Es folgen die Feste Christi Himmelfahrt und Pfingsten. Weihnachten:



Der Geburtstag von Jesus wird gefeiert. Es gibt viele Bräuche rund um Weihnachten: Ein Tannenbaum wird im Haus aufgestellt und geschmückt. In vielen Familien wird gesungen und gebetet, Geschenke werden verteilt.

Habe Sie es gewusst?

Chanukka ist nicht das jüdische Weihnachten. Da Chanukka und Weihnachten in der Regel in die gleiche Jahreszeit fallen, fragen sich viele Menschen, ob Chanukka eine jüdische Version von Weihnachten ist. Zumindest religiös gesehen ist es das nicht. Aber es gibt durchaus Ähnlichkeiten bei den Feierlichkeiten.

Am griechisch-orthodoxen Osterfest ist das am Spieß gebratene Lamm das traditionelle Gericht des Ostersonntags. Es wird auf diese Weise serviert, weil Jesus nach dem Apostel Johannes das Lamm Gottes ist. Er starb am Kreuz als Opfer für unsere Sünden. Der Verzehr von Lammfleisch ehrt dies.

Osterkörbchen haben eine besondere Symbolik. Die geflochtenen Behälter stehen für Nester und neues Leben, besonders wenn sie bis zum Rand mit Eiern gefüllt sind.

Die Bedeutung von Diwali: Diwali ist ein wichtiges religiöses Fest, das seinen Ursprung in Indien hat. Die meisten Menschen denken bei Diwali an ein hinduistisches Fest, aber es wird auch von Sikhs und Jains gefeiert. Diwali findet jährlich statt, dauert fünf Tage und markiert den Beginn des hinduistischen Neujahrs. Das genaue Datum ändert sich jedes Jahr und hängt von der Position des Mondes ab, fällt aber normalerweise in die Monate Oktober und November.

Das chinesische Neujahrsfest, auch Frühlingsfest genannt, ist in erster Linie ein Familienfest. Traditionell kommen die Menschen am Silvesterabend zusammen, um gemeinsam zu essen. Viele Menschen nutzen die Feiertage auch, um in den Urlaub zu fahren. Die Feierlichkeiten dauern traditionell sieben Tage und enden mit dem Laternenfest.

Der islamische Kalender ist kürzer als der westliche gregorianische Kalender; ein normales Jahr hat nur 354 Tage, ein Schaltjahr 355 Tage. Die Daten der islamischen Feiertage ändern sich jedes Jahr im Verhältnis zum Sonnenkalender.



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 29)

Diskutieren Sie über den Unterschied zwischen den täglichen Abläufen in einem Krankenhaus und in einem Pflegeheim sowie über die religiösen Traditionen, die Menschen aus verschiedenen Kulturen Unterstützung bieten. Teilen Sie die Teilnehmenden in kleinere Gruppen auf und bitten Sie sie, die folgenden Fragen zu diskutieren:



Übung: Was könnte passieren...? (Folie 29)

1. Wie beeinflussen traditionelle Feiern/Feste den Tagesablauf in einem Krankenhaus/Pflegezentrum? Denken Sie an konkrete Vorfälle oder Situationen wie z.B. die Planung einer Operation...
2. Wie können Sie als Pflegekraft Möglichkeiten schaffen, dass verschiedene kulturelle Feste im Krankenhaus/Pflegeheim gefeiert werden?



Anmerkungen für den/die Trainer*in (Folie 30, 31, 32)

Erläutern Sie das ABEDL-Strukturmodell, das die Bedürfnisse, Fähigkeiten und Ressourcen einer Person abbildet und als Aufzeichnungs- und Datenerfassungsinstrument dient, mit dem der individuelle Betreuungsbedarf benannt werden kann. Die Pflege orientiert sich an der individuellen Lebensgeschichte und Lebenssituation sowie an der Unterstützung und den Fähigkeiten der Person. Dazu gehört auch die Berücksichtigung des kulturellen Hintergrunds einer Person.

Das ABEDL Model - 13 Aktivitäten und existentielle Erfahrungen des Lebens

mit existenziellen Lebenserfahrungen umgehen können

kommunizieren können

Bewegungsfähigkeit

lebenswichtige Funktionen des Körpers aufrechterhalten können

Fähigkeit, für sich selbst zu sorgen

Essen und trinken

Ausscheiden

sich anziehen können

Ausruhen und schlafen

Sich selbst beschäftigen können

sich wie ein Mann/eine Frau fühlen zu können

Sicherheit in der Umwelt zu gewährleisten

soziale Lebensbereiche absichern zu können



Zusammenfassung (Folie 33)

Gerade im Kontext der Altenpflege ist es wichtig, Feste zu berücksichtigen. Je älter die Menschen werden, desto mehr können Traditionen für sie wieder an Bedeutung gewinnen. Die Arbeit mit Menschen aus unterschiedlichen Kulturen bedeutet auch, deren unterschiedliche Traditionen und Feste zu respektieren und wertzuschätzen. Kultursensible Pflege bedeutet demnach, sich auf jede einzelne Person, ihre Biografie, ihren religiösen, kulturellen, geschlechtsspezifischen und/oder migrationsbedingten Hintergrund und ihre individuellen Bedürfnissen einzulassen.