

Bettina Meisen gibt Hilfestellung beim Rezeptablauf – Gemeinsam mit Susanne Heynen will sie künftig Kurse anbieten

Kochen schult die Sinne von Demenzpatienten

Von Melissa Wienzek

„Kochvorgang starten“, sagt der Thermomix TM 6 auf seinem großen Display. Martin Heynen (59) drückt auf den Knopf. 100 Gramm Milch verlangt die Küchenmaschine, Martin Heynen liest es auch noch mal im nebenstehenden Buch ab. „Du weißt noch, dass die Waage verzögert reagiert?“, fragt Bettina Meisen. Sie ist heute die Assistentin. Er nickt, trotzdem werden aus 100 Gramm 114. Nicht schlimm, es geht weiter. Zucker, frische Hefe, Mehl, Salz und Ei kommen hinzu, das der Küchenchef perfekt am Rand aufschlägt, ohne dass Schale im Topf landet. Dann wird es ernst: Die Butter muss genau halbiert werden. Auch das macht Martin Heynen mit Präzision. „Du bist perfekt im Teilen, das weiß ich.“



Heute gibt's Germknödel: Ganz vorsichtig lässt Martin Heynen das Mehl in den Thermomix rieseln. Bettina Meisen gibt Tipps. Gemeinsam haben sie viel Spaß beim Kochen. Foto: Melissa Wienzek

Spendenkonto bei der
Stadtparkasse Remscheid:
IBAN: DE29 3405 0000 0000 0003 72



Das schaffen nicht alle“, lobt Bettina Meisen. Nun wird nur noch der Regler gedreht – und der Teig wird von dem elektrischen Küchenhelfer geknetet. „Teufelsmaschine!“, sagt Martin Heynen – und alle müssen lachen. Seinen Humor hat der Koch jedenfalls nicht verloren.

Und das ist nicht selbstverständlich. Denn Martin Heynen hat Demenz. Dass er mit Pflegegrad 5 überhaupt in der Küche steht, ist fast unglaublich. Und er kocht sogar regelmäßig Marmeladen ein. „Es sind die Therapien wie das Kochen und andere Dinge, die ihn immer wieder fordern und den Geist wachhalten“, erklärt Martin Heynens Ehefrau Susanne Heynen. Sie leitet die Selbsthilfegruppe „Hör mir zu!“ für pflegende An-

Sie haben bereits gespendet

gehörigen von Demenzkranken. Und weiß ganz genau, wie wichtig das Fordern und Fördern, das Einbeziehen, ist.

Das Kochen ist eine Möglichkeit. Hier erinnern sich viele an ihre Leibspeisen, an früher. „Martin war Hobbykoch, bis er krank wurde. Wenn ich nach Hause kam, hatte er schon gekocht“, erzählt Susanne Heynen. Zunächst habe er nach seiner Diagnose 2017 aber kein Interesse mehr am Kochen gehabt. Mikrowelle, Dampfgarer – alles schien nicht so passend. Bis Susanne Heynen den Ther-

momix der Wuppertaler Firma Vorwerk kennenlernte.

**„Es macht Spaß.
Und es schmeckt.“**

Martin Heynen über das Kochen mit dem Thermomix

Für sie ein optimales Gerät, um Demenzerkrankten ein relativ eigenständiges Kochen zu ermöglichen – ohne dafür werben zu wollen. „Am Anfang war ich skeptisch“, gibt sie zu. Von der Tagespflege „Burger

Hof“ in Solingen hörte sie jedoch von den positiven Erfahrungen damit. „Am Ende steht hier immer ein positives Ergebnis. Und das ist wichtig für die Betroffenen.“

Also erhielt Familie Heynen einen Thermomix TM 5, den Martin Heynen fortan mit in die Tagespflege „Beim Lenchen“ nahm. Dort wird nun ebenfalls gekocht. Zu Hause hat er nun das Nachfolgemodell, einen TM 6. Neben seinem Leibgericht, den Germknödeln, hat er bereits weitere, einfache Speisen

zubereitet: Kuchenteig, Fruchteis, Milchreis, Pudding. „Und er hat wieder Spaß am Kochen“, sagt seine Frau.

Vor allem in puncto Sicherheit punktet die Küchenmaschine. „Es kann nichts anbrennen, spritzen oder überkochen. Martin kann weggehen – und es passiert nichts. Auf einem Herd könnte etwas durchbrennen“, erklärt Bettina Meisen, die neben ihrem Hauptjob bei einer Remscheider Werkzeugfirma abends Thermomix-Repräsentantin ist. Gemeinsam mit Susanne Heynen möchte sie Kochkurse für Demenzpatienten und deren Angehörige anbieten.

Dabei geht Bettina Meisen auf die Bedürfnisse des Erkrankten ein: Was mag derjenige? Wie fit ist er? „Man sollte nicht zu viele Schritte auf einmal machen“, erklärt sie. „Wichtig ist, dass der begleitende Part übernimmt, falls die Konzentration des Betroffenen abnimmt.“ Daher sollte immer jemand dabei sein. Und für alle Fälle gibt es auch die Möglichkeit einer Kindersicherung. „Am Anfang habe ich gedacht: Was ist das für ein Gerät?“, erzählt Martin Heynen. „Aber man kann ja alles ablesen, es macht Spaß. Und es schmeckt.“