

**DOMICIL FÖRDERT EINE GESUNDE UND
GENUSSVOLLE LEBENSGESTALTUNG**

Gesund geniessen und Gemeinschaft pflegen

**Was wir essen und wie wir
essen, hat grossen Einfluss
auf unser Wohlbefinden –
auch im Alter. Deshalb legt
Domicil grossen Wert auf
gesunde Ernährung.**

Sowohl an allen Standorten wie auch für Kundinnen und Kunden im eigenen Zuhause bietet Domicil ausgewogene und mit Liebe zubereitete Gerichte an.

Mit dem Altern verändert sich unser Körper, deshalb ist es wichtig, auch die eigene Ernährung dieser Entwicklung anzupassen. Die Schweizerische Gesellschaft für Er-

nährung SGE hält in ihrem Merkblatt «Ernährung ab 60» fest, dass «neben einer ausgewogenen und genussvollen Ernährung auch Bewegung und eine aktive sowie gesunde Lebensgestaltung mit vielen sozialen Kontakten und Erlebnissen die beste Grundlage für ein gesundes Älterwerden sind.»

Geniessen am Mittag

Freude und Genuss teilen, Gemeinschaft pflegen, tragen zu unserem Wohlbefinden bei. In allen Domicil Restaurants kochen wir auch für externe Gäste. Wenn Sie mittags nicht immer selber kochen möchten, finden Sie einen Platz am Mittagstisch. In einer schönen Umgebung servieren wir Ihnen ein ausgewogenes Menü.

Ob Sie dieses in Gemeinschaft mit anderen Personen oder alleine geniessen, entscheiden Sie je nach Ihrem Bedürfnis. Sie sollen sich bei uns wohlfühlen und sich verwöhnen lassen. Wir freuen uns auf Sie und laden Sie ein, in einer gemütlichen Atmosphäre bei uns zu verweilen.

Zu Hause fein und gesund essen

Manchmal sind die Lebensumstände so, dass das Essen ausserhalb der eigenen Wohnung nicht möglich ist. Mit dem Domicil Mahlzeitendienst können Sie sich ohne grossen Aufwand auch bei sich zuhause gesund ernähren. Alle Mahlzeiten werden von unserem erfahrenen Küchenteam mit Liebe und Kreativität zubereitet. Nach der Zubereitung werden die Mahlzeiten rasch gekühlt, in Schalen verpackt und vakuumiert.



Unsere Restaurants sind offen und an unseren Mittagstischen heissen wir Gäste von nah und fern herzlich willkommen.

Fotos: Domicil Bern

In den geschlossenen Schalen können Sie die gelieferten Mahlzeiten während einer Woche bei 4°C im Kühl- schrank lagern.

Persönlich geliefert

Tobias Glanzmann leitet die Domicil Cuisine und ist mit seinem professionellen Team für die Produktion der Mahlzeiten verantwortlich. Er weiss, dass für viele Kundinnen und Kunden der Domicil Mahlzeitendienst auch im Alltag eine grosse Bedeutung hat. «Die persönliche Lieferung ist unser Plus», sagt To-



Mit Liebe zubereitete Mahlzeiten – bequem und einfach für Zu Hause.

**Die persönliche
Lieferung ist unser
Plus.**

Tobias Glanzmann

bias Glanzmann. «Unsere Aussen- dienst-Mitarbeitenden nehmen sich Zeit für die Kundinnen und Kunden. Sei es zur Beantwortung von Fragen zum Bestellen oder Aufwärmern der Mahlzeiten oder ganz konkret mit verschiedenen Dienstleistungen sowie kleinen zusätzlichen Handreichungen. Gerade für Menschen mit weniger sozialen Kontakten ist diese persönliche Begegnung mit unseren Mitarbeitenden sehr wertvoll.»

Wir pflegen die Esskultur

Die Mahlzeiten sind auch im Leben unserer Bewohnerinnen und Bewohner ein wichtiger Fixpunkt. Sie sind ein positives Ereignis, geben dem Tag Struktur und bedeuten neben kulinarischem Genuss auch Austausch und Geselligkeit.

Für die Küchenchefinnen und Küchenchefs von Domicil geht die Kochkunst weit über die gesundheitlichen Aspekte der Ernährung hinaus. Nicht nur die Mahlzeiten selbst, sondern die gesamte Esskultur hat bei Domicil einen hohen Stellenwert. Die Tische sind liebevoll dekoriert, am Sonntag wird weiss aufgedeckt und auch der Service ist auf Gastronomie-Niveau. Die Wünsche der Bewohnerinnen und Bewohner werden ernstgenommen und wann immer möglich berücksichtigt.

Text: Domicil Bern



Eine ausgewogene Ernährung fördert das Wohlbefinden und die Gesundheit.

**WILLKOMMEN
BEI DOMICIL**



Domicil steht für ein aktives, erfülltes und selbstbestimmtes Leben im Alter. Domicil ist gemeinnützig orientiert und beschäftigt rund 1800 Mitarbeitende aus 68 Nationen. Zu Domicil gehören 23 Häuser im Kanton Bern, davon fünf mit einem speziellen Angebot für Menschen mit Demenz. Weiter gehören der Domicil Mahlzeitendienst, die Domicil Übergangs pflege, die Private Spitex AG sowie die Friedens-Apotheke Bern zum Rundumangebot von Domicil – der Nummer 1 für das Wohnen im Alter im Kanton Bern.

Kontakt: domicilbern.ch
Domicil Infocenter
Neuengass-Passage 3, 3011 Bern
Telefon 031 307 20 65
infocenter@domicilbern.ch



Bei Domicil werden Tischgemeinschaften gepflegt.

**DOMICIL
MITTAGSTISCH**

Sie sehen auf der Website domicilbern.ch/standort-finden alle Häuser, in denen wir Sie am Mittagstisch herzlich willkommen heissen. Wählen Sie einen Standort und klicken Sie auf «Öffentlicher Mittagstisch» für mehr Informationen und den Kontakt.