

## **Der Mittagstisch: Mehr als nur ein Mittagessen**

**Der Mittagstisch in Gächlingen erfreut sich grosser Beliebtheit. Hier treffen sich die Dorfbewohner während des Winters einmal im Monat zum Schlemmen und gemütlichen Beisammensein.**

Mittwoch, viertel vor Zwölf in Gächlingen. Die Schulkinder laufen nach Hause, ansonsten herrscht auf der Dorfstrasse gähnende Leere. Anders beim Gemeindehaus: Dort strömen von allen Seiten Menschen herbei, hinein in den Gemeindesaal. Man begrüsst sich, man kennt sich. Es ist eine bunt gemischte Gruppe von mehrheitlich älteren Gächlingern, die sich hier zum gemeinsamen Mittagessen treffen. Auf den einladend gedeckten Tischen liegen Menükarten. Der heutige Hauptgang: Raclette. Die Öfen und Zutaten stehen bereit, während die beiden Gastgeberinnen Gudrun Weber und Renate Wäckerlin mit ihren Helferinnen Rita Bohrer und Silvia Salvisberg in der Küche die letzten Vorbereitungen treffen. Kurz nach Zwölf wird aufgetischt: Zuerst einen gemischten Salat, dann das Raclette und zum Schluss ein Dessert. Wer möchte, kann mit einem Gläschen Gächlinger anstossen, ansonsten steht Mineralwasser auf dem Tisch. Während des Essens unterhalten sich die Gäste angeregt und geniessen die Gesellschaft.

### **Vom Brunch zum Mittagstisch**

Die Anfänge des Mittagstisches liegen schon einige Jahre zurück. 1991 haben Eva und Hermann Bachmann einen Brunch lanciert, der schon bald von einem Mittagessen abgelöst wurde. Damals hiess die Veranstaltung «Senioren z'Mittag» und wurde vom Krankenpflegeverein mit einem Unkostenbeitrag unterstützt. Nach zehnjährigem Engagement gaben die beiden Gründer das Projekt altershalber ab. Der «Senioren z'Mittag» fand darauf in der Wirtschaft zum Haumesser statt. Begleitet wurde er vom Spitex-Team Gächlingen, dem damals auch Gudrun Weber angehörte. Als das «Haumesser» sechs Jahre später seine Türen schloss, musste eine andere Lösung her. Glücklicherweise stellte die Kirchgemeinde den Pfarrhaussaal kostenlos für den «Senioren z'Mittag» zur Verfügung. Als gelernte und leidenschaftliche Köchinnen übernahmen Renate Wäckerlin und Gudrun Weber die Arbeit in der Küche. Sie nannten den ehemaligen «Senioren z'Mittag» fortan «Mittagstisch» und erfreuten sich über die Jahre an immer mehr Teilnehmern. Deshalb zog der Mittagstisch vor vier Jahren aus Platzmangel vom Pfarrhaussaal in den Gemeindesaal um, den die beiden Gastgeberinnen ebenfalls kostenlos nutzen können.

### **Geselligkeit und Gesundheits-Check**

Das Raclette hat geschmeckt, man sieht es in den zufriedenen Gesichtern. Vor dem Dessert, heute ein feiner Fruchtsalat, werden Liederbüchlein verteilt. Geburtstagskinder können sich ein Lied daraus wünschen. Heute befinden sich gleich mehrere Jubilare in der Runde. Während die Gäste ihr Dessert geniessen, stellen die anwesenden Pflegefachpersonen der Spitex ihre Utensilien bereit. Wer will, kann sich hier den Blutdruck und den Blutzuckerspiegel messen lassen. Die Ergebnisse werden in einer Kartei festgehalten und bei Bedarf werden die Klienten auch beraten. Das Gesundheitsangebot wird von den Gästen des Mittagstisches rege genutzt. Allgemein scheinen die Menschen sehr gerne hier zu sein. «Manchmal wird nach dem Essen noch bis weit in den Nachmittag gejasst», freut sich Renate Wäckerlin.

### **Junge Gäste sind willkommen**

Sowohl die Gastgeberinnen als auch ihre Helferinnen arbeiten ehrenamtlich. Finanzielle Unterstützung gibt es auch mit Beiträgen aus dem «Müller-Hepp-Fonds», der von der Spitex Klettgau-Randen verwaltet wird. Der Preis für ein Mittagessen kann deshalb recht tief gehalten werden. So kostet das 3-Gang Menü pro Person 17 Franken – inklusive einem Glas Wein. Neue Gäste sind laut Renate Wäckerlin herzlich willkommen. Das Alter spielt dabei keine Rolle. «Der Mittagstisch ist nicht nur Senioren vorbehalten. Es würde uns freuen, wenn wir künftig auch jüngere Gäste bewirten dürften. Bei uns sind alle Erwachsenen willkommen, die gerne in Gesellschaft essen und sich mit anderen Dorfbewohnern austauschen möchten.» (erü)

*Der Mittagstisch findet von November bis April, jeweils am ersten Mittwoch des Monats, statt. Die nächsten Durchführungen sind am 6. März und 3. April. Interessierte melden sich bitte bis drei Tage vorher per Mail bei Renate Wäckerlin unter [prfm-waekerlin@bluewin.ch](mailto:prfm-waekerlin@bluewin.ch) oder bei Gudrun Weber unter [gudweb@shinternet.ch](mailto:gudweb@shinternet.ch).*



Renate Wäckerlin (links) und Gudrun Weber organisieren und bekochen den Mittagstisch in Gächlingen seit über acht Jahren.