

1 **Angebot an Medien und Hilfsmitteln im Bereich Ernährung, Kochen**
2 **und Küche für Menschen mit Behinderung sowie für Menschen mit**
3 **geringer oder fehlender Literalität**

4 **Liesa Oswald, Agnes Streber und Gertrud Winkler**

5 **Kurzfassung**

6 Barrierefreie Medien und Hilfsmittel für Menschen mit Behinderung sowie für Men-
7 schen mit geringer oder fehlender Literalität im Bereich Ernährung, Kochen und
8 Küche tragen dazu bei, ihnen eine selbstständige, selbstbestimmte und gesund-
9 heitsbewusste Lebensführung zu ermöglichen. Bisher gibt es keine zusammenfas-
10 sende Marktübersicht. Das aktuelle Angebot im deutschsprachigen Raum wird re-
11 cherchiert, nach Kategorien sortiert aufgelistet und kommentiert. Die kommen-
12 tierte 32-seitige Marktübersicht mit fast 80 Medien und 25 Hilfsmitteln kann kos-
13 tenfrei abgerufen werden unter: [https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-](https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/)
14 [hilfsmittel/](https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/).

15 **Schlagnworte:** Medien, Behinderung, Analphabetismus, Haushalt, Ernährung

16

17 **Media and tools in the areas of nutrition, cooking and kitchen for**
18 **people with disabilities and for people with little or no literacy in**
19 **German language – an overview**

20 **Abstract**

21 Barrier-free media and tools for people with disabilities and for people with little
22 or no literacy in the areas of nutrition, cooking, and kitchen help to live indepen-
23 dently, self-determined and health-consciously. So far a summary overview is la-
24 cking. Media and tools in the German-speaking area were searched, listed accord-
25 ing to categories, and commented on. The annotated 32-page market overview
26 with almost 80 media and 25 tools is available for free at: [https://kinderleicht-](https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/)
27 [ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/](https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/)

28 **Keywords:** media, disability, illiteracy, household, nutrition

29

30 **Angebot an Medien und Hilfsmitteln im Bereich Ernährung, Kochen** 31 **und Küche für Menschen mit Behinderung sowie für Menschen mit** 32 **geringer oder fehlender Literalität**

33 **Liesa Oswald, Agnes Streber und Gertrud Winkler**

34 **Einleitung**

35 Noch immer erschweren vielfältige Barrieren sowohl Menschen mit Behinderung
36 als auch Menschen mit geringer sowie fehlender Literalität die gesellschaftliche
37 Teilhabe und behindern somit eine selbstbestimmte Lebensführung (Maetzel et al.
38 2021: 324). Derartige Barrieren können in physischer, kommunikativer oder dis-
39 kursiver Form auftreten (Maaß & Rink 2020: 39). Ebenso führen in vielen alltags-
40 relevanten Bereichen Formen von Beeinträchtigungen zu einer geringeren Ent-
41 scheidungskompetenz. Insbesondere das Ernährungs- und das Kochverhalten,
42 aber auch weitere Arbeiten im Zusammenhang mit der Nahrungszubereitung und
43 Ernährung sind wichtige Parameter einer selbstbestimmten, selbstständigen sowie
44 gesundheitsbewussten Lebensführung.

45 Ziel der im Rahmen der vorliegenden Studie durchgeführten Untersuchung ist es,
46 das aktuelle Angebot an barrierefreien Medien und Hilfsmitteln im Bereich Ernäh-
47 rung, Kochen und Küchen für Menschen mit Behinderung sowie Menschen mit ge-
48 ringer oder fehlender Literalität im deutschsprachigem Raum zu recherchieren zu
49 sortieren und zu kommentieren. Darüber hinaus sollten die Rechercheergebnisse
50 öffentlich zugänglich gemacht werden, da bislang noch keine Übersicht über das
51 aktuelle Angebot an barrierefreien Medien und Hilfsmitteln im Bereich existiert.

52 **Stand der Wissenschaft**

53 Durch drei unterschiedliche Ansätze lassen sich Barrieren in der Kommunikation
54 reduzieren und sogar gänzlich vermeiden (Rink 2020: 60). Diese Ansätze „sind
55 sprachlicher, medialer und konzeptueller Art“ (Rink 2020: 60).

56 Angebote an Medien im Bereich Ernährung, Kochen und Küchen in kommunikativer
57 barrierefreier Form verschaffen Menschen mit Behinderungen Zugang zu alltags-
58 relevanten Informationen und ermöglichen ihnen dahingehend eine Kommunika-
59 tion ohne Barrieren. Entsprechende Angebote sowie auch barrierefreie Hilfsmittel
60 in Form von Arbeitsgeräten und Küchenutensilien können darüber hinaus die
61 Selbstversorgung bzw. die Versorgung von Familienmitgliedern von Menschen mit
62 Behinderungen im eigenen Haushalt unterstützen und fördern. Ebenso profitieren
63 viele weitere Personengruppen von einer Barrierefreiheit (BIK für Alle: o. J.) in
64 diesem Bereich, z. B. Menschen mit geringen oder fehlenden Lese- und Schreib-
65 kompetenzen.

66 Es ist bekannt, dass eine gesunde Ernährungsweise vorteilhafte Effekte auf die
67 individuelle Gesundheit und das gesundheitliche Wohlergehen bringt (Maetzel et
68 al. 2021: 440). Menschen zwischen 18 und 64 Jahren mit einer Beeinträchtigung
69 weisen in der Regel ein geringeres Bewusstsein für eine gesundheitsbewusste Er-
70 nährungsweise als Menschen ohne Beeinträchtigung auf (Maetzel et al. 2021:
71 440). Menschen mit geringen Lese- und Schreibkompetenzen nutzen den Zugang
72 zu Informationen weniger häufig (Grotlüschen et al. 2019: 31). Barrierefreie Me-
73 dien mit Inhalten zu alltagsnahen Themen wie z. B. zur Ernährung sind ideal dafür
74 geeignet, um neben dem Wissenserwerb zum Thema Ernährung zugleich Lese-
75 und Schreibkompetenzen auf- bzw. auszubauen (BLE 2017). Barrierefreie Ange-
76 bote in Form von Medien und Hilfsmitteln sind daher und auch aus vielen weiteren
77 Gründen äußerst hilfreich.

78 **Methodik**

79 Mit Fokus auf den deutschsprachigen Raum werden barrierefreie Medien und Hilfs-
80 mittel in Form von Arbeitsgeräten und Küchenutensilien im Bereich Ernährung,
81 Kochen und Küche recherchiert für die Zielgruppen Menschen mit Behinderung
82 (u. a. Menschen mit Blindheit oder Sehbehinderung, mit Teilverlust, Verlust oder
83 Funktionseinschränkung eines Armes, mit kognitiven Beeinträchtigungen oder
84 Lernschwierigkeiten, mit Aphasie), Menschen mit geringer oder fehlender Literali-
85 tät oder deren Lehrkräfte. In Anlehnung an das Konzept der theoretischen Sätti-
86 gung in der qualitativen Sozialforschung und wie bei Marktrecherchen gängige Pra-
87axis wird ausschließlich im Internet mit sich im Rahmen der Suche weiterentwi-
88ckelnden Suchwörtern und im Schneeballsystem so lange recherchiert, bis keine
89 weiteren Treffer mehr erzielt werden. Die Rechercheergebnisse werden in einer
90 Tabelle zusammenfassend dargestellt, und zwar unterteilt in analoge und digitale
91 Medien sowie Hilfsmittel, jeweils mit Angabe ausgewählter Parameter wie bspw.
92 Titel, Zielgruppe, Kommunikationsansatz und -inhalt, Link und Preis des Mediums
93 etc. und Angabe der Zielgruppe.

94 Da bislang noch keine zusammenfassende, zugängliche und aktuelle Übersicht des
95 Angebots an Medien und Hilfsmitteln im Bereich existiert, wird die Marktübersicht
96 in Form einer kommentierten Liste kostenlos zur Verfügung gestellt.

97 **Ergebnisse**

98 Ein Angebot an mehr als 62 analogen und über 16 digitalen Medien, im eigentlichen
99 Sinn Kochbücher, Lehrbücher, Webseiten und vieles andere mehr ist im Bereich
100 Ernährung, Kochen und Küche derzeit für Menschen mit Behinderung und/oder für
101 Menschen mit geringer oder fehlender Literalität erhältlich.

102

103 Tab. 1 zeigt die Anzahl verschiedenartiger barrierefreier Medienangebote sowie
 104 Hilfsmittel im Bereich Ernährung, Kochen und Küche für unterschiedliche Zielgrup-
 105 pen, die auf zielgruppenspezifischen Kommunikationsmitteln und -methoden be-
 106 ruhen und somit primär kommunikative Barrieren abbauen oder gänzlich umge-
 107 hen.

108 Tab. 1: Anzahl der Angebote an barrierefreien Medien und Hilfsmitteln nach Zielgruppe

Zielgruppe des Mediums bzw. Hilfsmittels	Analoge Medien	Digitale Medien	Hilfsmittel
• Menschen mit Blindheit	2	5	5
• Menschen mit Sehbehinderung	2	5	6
• Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen / Lernschwierigkeiten	33	11	0
• Menschen mit geringer Literalität	30	10	0
• Menschen mit fehlender Literalität	6	2	0
• Lehrkräfte für Schüler*innen mit kognitiven Beeinträchtigungen/Lernschwierigkeiten	21	0	0
• Lehrkräfte für Schüler*innen mit geringer Literalität	15	0	0
• Lehrkräfte für Schüler*innen mit fehlender Literalität	3	0	0
• Menschen mit Teilverlust, Verlust oder Funktionseinschränkung eines Armes	5	2	19
• Zielgruppenübergreifend (für mehrere oder alle Zielgruppen und/oder Menschen mit Aphasie)	1	2	0

109 Die meisten sowohl der analogen barrierefreien Medien (n = 33) als auch der di-
 110 gitalen barrierefreien Medien (n = 11) wenden sich an Menschen mit kognitiven
 111 Beeinträchtigungen oder Lernschwierigkeiten.

112 Auch für Lehrkräfte, die Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen oder Lern-
 113 schwierigkeiten sowie Menschen mit geringer oder fehlender Literalität unterrich-
 114 ten, gibt es ein diversifiziertes Angebot an verschiedenen Lehrbüchern mit ver-
 115 schiedenen Schwerpunktthemen.

116 Insgesamt sind über 25 barrierefreie Hilfsmittel in Form von Arbeitsgeräten (Mik-
 117 rowelle, Küchenwaage etc.) und Küchenutensilien (Eierbecher, Pfannenhalter, Ge-
 118 müsebürste etc.) ausschließlich für die Zielgruppen Menschen mit Teilverlust, Ver-
 119 lust oder Funktionseinschränkung eines Armes sowie Menschen mit Blindheit oder
 120 Sehbehinderung erhältlich. Sie beruhen auf verschiedenen Funktionsweisen.

121 Das bisherige Defizit einer zugänglichen, vollständigen sowie aktuellen Marktüber-
 122 sicht für barrierefreie Medien und Hilfsmittel im Bereich Ernährung, Kochen, Kü-
 123 chen- und Haushaltsführung wird somit überwunden.

124

125 Die vollständige 32-seitige Liste steht inzwischen auf der Webseite des themen-
126 gebenden Ernährungsinstituts KinderLeicht, München unter folgendem Link
127 <https://kinderleicht-ev.de/projekte/barrierefreie-hilfsmittel/> kostenfrei zum
128 Download zur Verfügung (zuletzt abgerufen am 26.04.2022). Eine Beispielseite
129 der Marktübersicht befindet sich im Anhang.

130 **Diskussion**

131 Gegenwertig sind barrierefreie Medien und Hilfsmittel im Bereich Ernährung, Ko-
132 chen und Küche tendenziell beschwerlich auffindbar und ebenso wahrnehmbar.
133 Dies kann u. a. darauf zurückgeführt werden, dass viele der Medien oftmals zu
134 wenig für die Zielgruppen beworben werden, nur auf der jeweiligen Autorinnen-
135 oder Autoren- bzw. Institutionswebsite angeboten oder primär/lediglich auf ein-
136 zeln Verkaufsplattformen bzw. für Menschen mit Behinderung sowie für Men-
137 schen mit geringer oder fehlender Literalität in nicht barrierefreier Form vorge-
138 stellt/beworben werden. Die Marktübersicht, die nun kostenfrei zur Verfügung
139 steht, kann die Zugänglichkeit zu geeigneten Medien- und Hilfsmittelangeboten für
140 die Nutzer und Nutzerinnen ab sofort erleichtern.

141 Es ist wichtig, die Liste regelmäßig zu aktualisieren. Neue und/oder auf innovativen
142 Ansätzen beruhende barrierefreie Medien und Hilfsmittel werden von Zeit zu Zeit
143 auf den deutschsprachigen Markt gebracht. Bestehende Medien, insbesondere
144 Lehrbücher, werden zum Teil überarbeitet. Auch die Chancen, die die Digitalisie-
145 rung für Menschen mit Behinderung (Bosse & Haage 2020) sowie für Menschen
146 mit geringer oder fehlender Literalität bringt, werden in diesem Bereich mehr und
147 mehr genutzt.

148 Damit Menschen mit Behinderung sowie Menschen mit geringer oder fehlender
149 Literalität selbständig auf diese Übersicht über das Angebot an barrierefreien Me-
150 dien/Hilfsmitteln im Bereich Ernährung, Kochen und Küche zugreifen können,
151 sollte sie im nächsten Schritt barrierefrei ausgestaltet werden. Dennoch ist die
152 Liste in ihrer jetzigen Form insbesondere für Angehörige (Familie und Freunde)
153 sowie Lehr-, Pflege-, Verpflegungs- und Betreuungspersonal hilfreich, um ohne
154 großen Arbeits- und Zeitaufwand einen Überblick über geeignete Medien und Hilfs-
155 mittel zu gewinnen.

156 **Literaturverzeichnis**

157 BIK für Alle (o. J.): Vorteile von barrierefreiem Internet. [https://bik-fuer-alle.de/vorteile-](https://bik-fuer-alle.de/vorteile-von-barrierefreiem-internet.html)
158 [von-barrierefreiem-internet.html](https://bik-fuer-alle.de/vorteile-von-barrierefreiem-internet.html) (zuletzt abgerufen am 15.02.2022).

159 BLE (2017): Buchstäblich fit mit Ernährung und Bewegung.
160 [https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-](https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2017/oktober/buchstaeblich-fit-mit-ernaehrung-und-bewegung/)
161 [2017/oktober/buchstaeblich-fit-mit-ernaehrung-und-bewegung/](https://www.bzfe.de/service/news/aktuelle-meldungen/news-archiv/meldungen-2017/oktober/buchstaeblich-fit-mit-ernaehrung-und-bewegung/) (zuletzt abgerufen am
162 15.02.2022).

- 163 Bosse I & Haage A (2020): Digitalisierung in der Behindertenhilfe. In: Kutscher N, Ley T,
164 Seelmeyer U, Siller F, Tillmann A & Zorn I (Hrsg.): Handbuch Soziale Arbeit und
165 Digitalisierung. Weinheim/Basel: 529-539.
- 166 Grotlüschen A, Buddeberg K, Dutz G, Heilmann L & Stammer C (2019): LEO 2018 - Leben
167 mit geringer Literalität. Pressebroschüre. Hamburg: 31. [http://blogs.epb.uni-](http://blogs.epb.uni-hamburg.de/leo)
168 [hamburg.de/leo](http://blogs.epb.uni-hamburg.de/leo) (zuletzt abgerufen am 15.02.2022).
- 169 Maaß C & Rink I (2020): Barrierefreiheit. In: Hartwig S (Hrsg): Behinderung Kul-
170 turwissenschaftliches Handbuch. Stuttgart: 39-43. doi: [10.1007/978-3-476-05738-9](https://doi.org/10.1007/978-3-476-05738-9).
- 171 Maetzel J, Heimer A, Brautmann J, Frankenbach P, Ludwig L & Schmutz S (2021): Dritter
172 Teilhabebericht der Bundesregierung über die Lebenslagen von Menschen mit
173 Beeinträchtigungen. Bonn: 324, 440.
- 174 Rink I (2020): Kommunikationsbarrieren. In: Maaß C & Rink I (Hrsg.): Handbuch
175 Barrierefreie Kommunikation. Band III, Berlin: 30-65. doi:
176 [10.26530/20.500.12657/43216](https://doi.org/10.26530/20.500.12657/43216).
- 177

178 Autorinnen

179 Liesa Oswald und Prof. Dr. Gertrud Winkler (Korrespondenzautorin),
180 Hochschule Albstadt-Sigmaringen, Fakultät Life Sciences, Anton-
181 Günther-Str. 51, 72488 Sigmaringen;

182 Agnes Streber, Ernährungsinstitut KinderLeicht, München

183 Kontakt: winkler@hs-albsig.de



© G. Winkler

184 Interessenkonflikt

185 Die Autorinnen erklären, dass kein Interessenkonflikt besteht. Das Manuskript beruht auf
186 der Bachelor-Thesis von Liesa Oswald unter dem Titel: „Einhänderkochbuch, akustischer
187 Füllstandsanzeiger u.v.a.m. – Kommentierter Überblick über deutschsprachige Medien und
188 Hilfsmittel im Bereich Ernährung, Kochen, Küchen- und Haushaltsführung für Menschen
189 mit Behinderung sowie für Menschen mit geringer oder fehlender Literalität“ (2022) im
190 Studiengang Lebensmittel, Ernährung, Hygiene der Hochschule Albstadt-Sigmaringen
191 (Erstgutachterin: Prof. Dr. Gertrud Winkler).

193 Zitation

194 Oswald L, Streber A & Winkler G (2022): Angebot an Medien und Hilfsmitteln im Bereich
195 Ernährung, Kochen und Küche für Menschen mit Behinderung sowie für Menschen mit ge-
196 ringer oder fehlender Literalität. Hauswirtschaft und Wissenschaft (70) ISSN 2626-0913.
197 <https://haushalt-wissenschaft.de> doi: [10.23782/HUW_05_2022](https://doi.org/10.23782/HUW_05_2022)

Anhang: Auszug aus der 32-seitigen Marktübersicht

2. Übersicht: Angebot an barrierefreien digitalen Medien

Medium	Titel	Zielgruppe	Inhalt + Ansatz	Autor und/oder Institution	Preis + Link zum Medium
Webseite	Auf eigenen Füßen stehen	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen/ Lernschwierigkeiten • Menschen mit geringer Literalität 	<p>Küchenregeln, Übersicht nützlicher Küchenhelfer, Rezepte</p> <p>Alle Texte in Leichter Sprache, Bildliche Darstellungen</p>	Landesverband für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung Baden-Württemberg e.V.	<p>Kostenlos online abrufbar</p> <p>https://www.kochen-kann-ich-auch.de/ [Abgerufen am 14.02.2022]</p>
Blog	CORONA LEICHTE SPRACHE	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen/ Lernschwierigkeiten • Menschen mit geringer Literalität 	<p>Auswahl an Kochrezepten von verschiedenen Institutionen</p> <p>Alle Texte in Leichter Sprache, Bebilderte Schritt-für-Schritt Anleitungen</p>	Anne Leichtfuß	<p>Kostenlos online abrufbar</p> <p>https://corona-leichte-sprache.de/blog/10-koch-rezepte-in-leichter-sprache.html [Abgerufen am 14.02.2022]</p>
Webseite	Bundeszentrum für Ernährung EINFACHE SPRACHE	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen/ Lernschwierigkeiten • Menschen mit fehlender Literalität • Menschen mit geringer Literalität • Menschen mit Sehbehinderung • Menschen mit Blindheit 	<p>Informationen zum Einkaufen, Kochtipps, Tipps zum Aufbewahren von Lebensmitteln, Tipps zu einer gesunden und nachhaltigen Ernährungsweise, Vorstellung verschiedener Ernährungsweisen, Rezepte, Saisonkalender</p> <p>Alle Texte in Leichter Sprache, Vorlesefunktion für alle Texte verfügbar</p>	Bundeszentrum für Ernährung	<p>Kostenlos online abrufbar</p> <p>https://www.bzfe.de/einfache-sprache/ [Abgerufen am 14.02.2022]</p>