

Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG

1	Hauswirtschaft nah am Menschen	12
1.1	Berufsbild Hauswirtschafter	12
1.2	Handlungskompetenzen	15
1.2.1	Fachkompetenz	16
1.2.2	Selbstkompetenz	17
1.2.3	Sozialkompetenz	18
1.3	Gesprächsführung und Konfliktlösung	19
1.4	Teamarbeit und interdisziplinäre Zusammenarbeit	22
1.5	Personen wahrnehmen und beobachten	23
1.5.1	Die Wahrnehmung durch unsere Sinnesorgane	23
1.5.2	Fachliche Beobachtung	25
	AUFGABEN	27

ERNÄHRUNG

2	Gesunde und ausgewogene Ernährung	29
2.1	Lebensmittelkunde	29
2.2	Nährstoffgruppen	32
2.3	Energiebedarf	37
2.4	Ernährungsempfehlungen	39
2.5	Bedarfsgerechte Ernährung	42
2.6	Speisepläne erstellen	44
	AUFGABEN	48
3	Lebensmittel beschaffen, lagern und bereitstellen	49
3.1	Lebensmittel auswählen	49
3.1.1	Lebensmittelkennzeichnung	49
3.1.2	Qualitätssiegel	51
3.2	Warenhaltung und Warenkreislauf	54
3.3	Lagerkennzahlen und Inventur	58
3.4	Lebensmittelverderb, Lebensmittelschädlinge und lebensmittelbedingte Krankheiten	61
3.4.1	Lebensmittelverderb	61
3.4.2	Lebensmittelschädlinge	62
3.4.3	Lebensmittelbedingte Krankheiten	63
	AUFGABEN	64

4	Speisen zubereiten	65
4.1	Personal-, Betriebs- und Lebensmittelhygiene (einschl. HACCP)	65
4.2	Arbeitsschutz, Unfallverhütung und Ergonomie am Arbeitsplatz	68
4.3	Arbeitsmittel und -geräte in der Küche	74
4.4	Messen und Wiegen	82
4.5	Techniken der Vor- und Zubereitung	84
4.6	Gartechniken	92
4.7	Planung, Durchführung und Beurteilung von Arbeitsprozessen und -ergebnissen	97
4.8	Reinigung der Küche	101
4.9	Nachhaltigkeit	103
4.10	Speisen- und Müllentsorgung	106
	AUFGABEN	109

SERVICE

5	Getränkekunde	116
5.1	Alkoholfreie Getränke	116
5.1.1	Wasser	116
5.1.2	Getränke aus Fruchtsaft	117
5.1.3	Smoothies	118
5.1.4	Erfrischungsgetränke	118
5.2	Aufgussgetränke	119
5.2.1	Kaffee	119
5.2.2	Tee	121
5.2.3	Teeähnliche Getränke	122
5.2.4	Kakao	122
5.3	Alkoholhaltige Getränke	123
5.3.1	Bier	123
5.3.2	Wein	124
5.3.3	Spirituosen	127
	AUFGABEN	128

6	Speisen und Getränke servieren	129
6.1	Tischwäsche	129
6.1.1	Tischtücher	129
6.1.2	Molton	132
6.1.3	Mitteldecken	132
6.1.4	Servietten	132
6.2	Geschirr, Besteck und Gläser	134
6.2.1	Geschirr	134
6.2.2	Besteck	138
6.2.3	Gläser	141
6.3	Menagen, Tischdekoration, Menükarten	145
6.3.1	Menagen	145
6.3.2	Tischdekoration	146
6.3.3	Menükarten	147
6.4	Tische eindecken	149
6.5	Servieren von Getränken und Speisen	154
6.5.1	Servieren von Getränken	155
6.5.2	Servieren von Speisen	156
6.6	Serviersysteme in der Gemeinschaftsverpflegung	157
	AUFGABEN	160
7	Service als Dienstleistung im Restaurant	161
7.1	Umgangsformen und Tischsitten	161
7.2	Verkaufsgespräche führen	166
7.3	Bonieren und Abrechnen	169
7.3.1	Bonieren	169
7.3.2	Abrechnen	169
7.4	Off- und Online-Marketing	171
	AUFGABEN	173

GESTALTUNG

8	Textiles Gestalten	177
8.1	Nähtechniken	177
8.1.1	Handnähen	177
8.1.2	Maschinennähen	181
8.1.3	Textilien anfertigen	189
8.1.4	Textilien ausbessern und ändern	190
8.1.5	Ergonomie und Unfallverhütung beim Arbeiten mit der Nähmaschine	194

8.2	Weitere Techniken bei der Textilgestaltung	196
8.2.1	Stricken	198
8.2.2	Häkeln	200
8.2.3	Flächengestaltung	202
8.3	Textile Produkte für den Verkauf herstellen, anbieten und vermarkten	202
	AUFGABEN	206
9	Gestalten von Räumen	207
9.1	Adressatengerechte und anlassbezogene Raumgestaltung	207
9.1.1	Gestaltung von Flächen	208
9.1.2	Wände und Fenster	209
9.1.3	Farben	210
9.1.4	Einrichtung und Ausstattung	214
9.1.5	Beleuchtung	215
9.1.6	Dekoration	216
9.2	Pflege von Pflanzen und Blumen	217
9.2.1	Zimmerpflanzen	218
9.2.2	Balkonpflanzen	219
	AUFGABEN	221

REINIGUNG UND TEXTILPFLEGE

10	Reinigung von Wohn- und Funktionsräumen	225
10.1	Arten und Organisation der Reinigung	225
10.1.1	Arten der Reinigung	226
10.1.2	Organisation der Reinigung	227
10.2	Hygiene, Unfallschutz und Ergonomie am Arbeitsplatz	229
10.2.1	Hygiene	229
10.2.2	Unfallschutz	230
10.2.3	Ergonomie	232
10.3	Reinigungsmethoden	235
10.4	Geräte, Maschinen, Textilien und Arbeitsmittel zur Reinigung	238
10.4.1	Trockenreinigung	238
10.4.2	Feuchtreinigung	240
10.5	Reinigungs-, Desinfektions- und Pflegemittel	242
10.5.1	Reinigungsmittel	243
10.5.2	Desinfektionsmittel	245
10.5.3	Pflegemittel	246

10.6	Reinigung von Räumen und Flächen	247
10.6.1	Wohnraumreinigung	248
10.6.2	Küchenreinigung	249
10.6.3	Sanitärraumreinigung	251
10.6.4	Bodenreinigung	253
10.6.5	Fensterreinigung	255
10.7	Reinigung und Pflege von Werkstoffen	256
10.7.1	Holz	256
10.7.2	Glas	258
10.7.3	Stein	259
10.7.4	Metall und Edelmetall	260
10.7.5	Kunststoffe	262
10.7.6	Keramik	263
10.7.7	Kork	264
10.7.8	Leder	265
10.8	Umwelt- und ressourcenschonend reinigen	266
10.9	Materialschädlinge, Lästlinge und Gesundheitsschädlinge	271
10.9.1	Materialschädlinge	271
10.9.2	Lästlinge und Gesundheitsschädlinge	272
	AUFGABEN	274
11	Textilpflege	275
11.1	Textilien	275
11.1.1	Faserarten	275
11.1.2	Gewebebindungen	276
11.1.3	Textilausrüstungen	277
11.2	Wäschekreislauf	278
11.2.1	Sammeln und Sortieren	280
11.2.2	Vorbehandeln	281
11.2.3	Waschen	282
11.2.4	Trocknen	288
11.2.5	Glätten	290
11.2.6	Legen und Falten	294
	AUFGABEN	297

12	Betreuung von unterschiedlichen Personengruppen	302
12.1	Kinder und Jugendliche	302
12.1.1	Betreuung von Säuglingen und Kleinkindern	302
12.1.2	Betreuung von Schulkindern	306
12.1.3	Betreuung von Jugendlichen	307
12.2	Menschen mit Behinderungen	308
12.2.1	Arten von Behinderungen	308
12.2.2	Inklusion	309
12.3	Alte Menschen	312
12.4	Kranke Menschen	324
12.4.1	Gesundheitsförderung und allgemeine Prävention von Krankheiten	327
12.4.2	Hausmittel bei leichten Krankheiten	330
12.4.3	Arzneimittel	331
12.4.4	Leichte Erkrankungen und kleine Verletzungen	333
12.4.5	Erste Hilfe bei schweren Unfällen und bei medizinischen Notfällen	334
12.5	Pflegerische Hilfstätigkeiten	336
12.5.1	Hilfe bei der Körperpflege	336
12.5.2	Hilfe beim Ankleiden	339
12.5.3	Hilfe bei der Nahrungsaufnahme	340
	AUFGABEN	343

Nährwerttabellen	346
-------------------------------	------------

Sachwortverzeichnis	349
----------------------------------	------------

Bildquellenverzeichnis	358
-------------------------------------	------------