

# Inhaltsverzeichnis

## Berufseinführung

<b>1 Hauswirtschaft braucht Profis</b>	
1.1 Betriebe, in denen wir ausgebildet werden	1
1.2 Methode des selbstständigen beruflichen Handelns	2
<b>2 Hygiene und Sicherheit</b>	
2.1 Lebensmittelhygiene	3
2.2 Persönliche Hygiene bei der Arbeit	4
2.3 Ursachen für Lebensmittelvergiftungen	5
2.4 Salmonellose – eine Lebensmittelinfektion	6
2.5 Unfallgefahren – Unfallschutzmaßnahmen	7
2.6 Unfallgefahren	9
2.7 Sicherheitszeichen und Gefahrenzeichen	10
2.8 Erste Hilfe – Bilderkreuzwörterrätsel	11
<b>3 Arbeitsgestaltung</b>	
3.1 Richtiges Stehen, Sitzen, Heben und Tragen	12
3.2 Arbeitshaltung	13
3.3 Arbeitsplatzgestaltung	14
3.4 Wie erstellen wir einen guten Arbeitsplan? – Kopfstandmethode	15
<b>4 Umweltschutz</b>	
4.1 Umweltschutz – Wasser und Energie sparen	16
4.2 Was wird aus unserem Müll? – Trimino	17
4.3 Müll – ein Problem für die Umwelt	19
<b>5 Waren einkaufen</b>	
5.1 Einkauf im Supermarkt	20
5.2 Zeichensprache beim Einkauf	21
5.3 Kontrolle des Einkaufs	22
5.4 Der Umwelt zuliebe	23
5.5 Vorsicht beim Einkauf – Irrgarten	24
5.6 Wir erstellen eine Lebensmittelkennzeichnung für Erdbeerquark	26
5.7 Kartoffeln, viele Verwendungsmöglichkeiten	27
5.8 Hühnereier	28
5.9 Wir unterscheiden verschiedene Milchsorten	29
<b>6 Haushaltsbuchführung</b>	
6.1 Haushaltsbuch	30
<b>7 Arbeiten im Warenlager</b>	
7.1 Arbeiten im Warenlager	32
7.2 Arbeiten bei der Warenannahme	33
7.3 Mengenkontrolle	34
7.4 Warenanforderung	35
7.5 Kontrolle der Warenbestände	36
<b>Speisen und Getränke herstellen und servieren</b>	
<b>8 Vorbereitungstechniken</b>	
8.1 Das Mittagessen ist nicht rechtzeitig fertig	37
8.2 Arbeitsbereiche in Küchen	39
8.3 Grundtechniken der Nahrungszubereitung	40
8.4 Vorbereitungsarbeiten und Aufbereitungsarten – Kreuzwörterrätsel	41
8.5 Geräte zum Vorbereiten von Lebensmitteln	42
8.6 Arbeitsgeräte bei der Nahrungszubereitung	43
8.7 Möhren-Apfel-Rohkost	44
<b>9 Gartetechniken</b>	
9.1 Gartetechniken – Kreuzwörterrätsel	45
9.2 Gartetechniken – Schwedenrätsel	46
<b>10 Mit Rezepten arbeiten</b>	
10.1 Maße und Gewichte	47
10.2 Haushaltswaagen haben unterschiedliche Skalen	48
10.3 Wir rechnen um	49
10.4 Bildrezepte in Textrezepte umschreiben	50
<b>11 Rezepte</b>	
11.1 Speisen – Kreuzwörterrätsel	51
11.2 Wie verarbeiten wir Kartoffeln richtig? – Kopfstandmethode	52
11.3 Teige und Massen – Schwedenrätsel	53
11.4 Herstellung einer Brandmasse – Arbeitsschritte	54
<b>12 Speisen anrichten und garnieren</b>	
12.1 Was wurde beim Anrichten der Speisen falsch gemacht?	55
12.2 Garnieren von Speisen	56
<b>13 Tischdecken und Servieren</b>	
13.1 Regeln für das Tischdecken	57
13.2 Tischdecken – Was wurde falsch gemacht?	58
13.3 Geschirr für den Essenservice	59
13.4 Essbesteck und Vorlegebesteck	60
13.5 Tischdekorationen – Schwedenrätsel	61
13.6 Was wird beim Servieren falsch gemacht?	62

13.7 Welche Fehler wurden beim Aufbau des Büfetts gemacht?	63
13.8 Fristenplan erstellen	64
<b>14 Ernährungskreis – Lebensmittel</b>	
14.1 Wir erstellen einen Ernährungskreis	65
14.2 Wir ordnen Lebensmittel nach ihrem Nährstoffgehalt	66
14.3 Zu welcher Lebensmittelgruppe gehört das Lebensmittel? – Trimino	67
14.4 Wassergehalt der Lebensmittel – Getränke	69
14.5 Getreidearten und Getreidekörner	70
14.6 Hauptangebotszeiten von Gemüse – Schwedenrätsel	71
14.7 Früchte aus anderen Ländern	72
14.8 Obst und Gemüse – das ganze Jahr frisch aus dem Gefrierschrank	73
14.9 Würzig statt salzig	74
14.10 Verarbeitung von Hühnereiern	75
14.11 Fische – Schwedenrätsel	76
14.12 Welches Speisefett bzw. -öl wähle ich?	77
14.13 Gedächtniskarte – Mind Map – zum Thema Fette	78
14.14 Was essen Vegetarier?	79
<b>15 Energie- und Nährstoffbedarf</b>	
15.1 Gesund durch weniger Fett	80
15.2 Energiereiche und energiearme Lebensmittel – Memo	81
15.3 Wir arbeiten mit einem Sachwortverzeichnis	83
<b>Wohn- und Funktionsbereiche reinigen und pflegen</b>	
<b>16 Grundlagen der Reinigung und Pflege</b>	
16.1 Reinigung und Pflege eines Gästezimmers	84
16.2 Feuchtwischverfahren	85
16.3 Reinigungsmittel und Pflegemittel	86
16.4 Welches Reinigungsmittel für welches Material? – Memo	87
<b>17 Reinigung und Pflege von Geräten</b>	
17.1 Reinigung des Backofens – Arbeitsschritte	89
17.2 Reinigung des Kühlschranks – Arbeitsschritte	91
<b>18 Reinigung und Pflege ausgewählter Materialien</b>	
18.1 Metalle – Schwedenrätsel	93
<b>19 Reinigungsarbeiten in Räumen</b>	
19.1 Reinigung eines Gästeraumes in einer Tagungsstätte	94
19.2 Bewegungsabläufe beim Reinigen	95
19.3 Grundreinigung – textile Bodenbeläge	96
19.4 Fensterreinigung	97
19.5 Sanitärbereich – tägliche Reinigung	99
<b>20 Zimmerpflanzen und Blumen</b>	
20.1 Umtopfen von Pflanzen – Arbeitsschritte	100
20.2 Pflege von Schnittblumen	101
<b>Textilien reinigen und pflegen</b>	
<b>21 Textile Fasern und Flächen</b>	
21.1 Textile Kette	102
21.2 Textile Rohstoffe – Rätsel	103
21.3 Wäschearten – Schwedenrätsel	104
<b>22 Textilpflege</b>	
22.1 Kennzeichnung und Pflege von Textilien – Memo	105
22.2 Kreislauf der Textilien bei der Textilpflege	107
22.3 Vorbereiten der Schmutzwäsche	108
22.4 Wie viel Schmutzwäsche passt in die Waschmaschine?	109
22.5 Fleckenbehandlung	110
22.6 Waschen von Wäsche aus dem Küchenbereich	111
22.7 Rätsel – Inhaltsstoffe von Waschmitteln	113
22.8 Trocknen von Wäsche an der Luft	114
22.9 Arbeitsplatz für das Bügeln	115
22.10 Wie bügeln wir eine Bluse? – Kopfstandmethode	116
22.11 Legen von Wäsche – Arbeitsschritte	117
<b>23 Näharbeiten</b>	
23.1 Annähen von Knöpfen	118
23.2 Teile der Nähmaschine	119
23.3 Rüsten der Nähmaschine	120
<b>Personen individuell wahrnehmen und betreuen</b>	
<b>24 Personen individuell wahrnehmen</b>	
24.1 Konflikte – Was tun?	121
24.2 Konflikte – Eisbergmodell	122
<b>25 Personen individuell betreuen</b>	
25.1 Meine persönliche Sicherheitskurve	123
25.2 Das Kleinkind von 1 bis 3 Jahren	124
25.3 Das Kindergartenkind von 3 bis 6 Jahren	125
25.4 Irrgarten – Erfahren von Altsein	126
25.5 Wir erkunden Barrieren	128