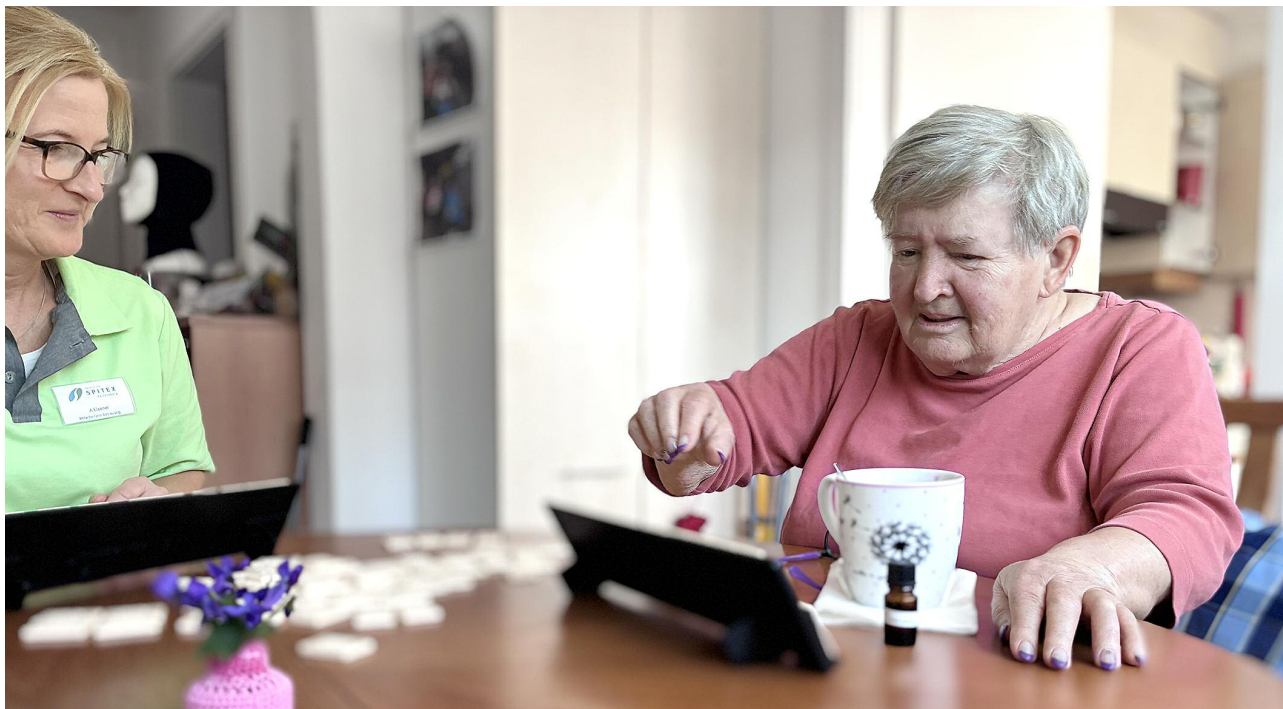


Im Fokus: Betreuung und Hauswirtschaft

«Wenn die Spitex kommt, gehört eine Runde Rummy dazu.»

Seit 2023 nutzt Christine Wettstein die Dienstleistungen der Spitex Heitersberg heute vor allem in den Bereichen Betreuung und Hauswirtschaft. Im Gespräch erzählt sie, warum ihr diese Unterstützung im Alltag guttut, weshalb eine Runde Rummy fast immer dazugehört und warum bei den Besuchen auch der Humor nicht zu kurz kommt.



Beim gemeinsamen Rummyspiel: Christine Wettstein und Anna Elsener, Mitarbeiterin Betreuung und Hauswirtschaft.

Christine Wettstein

Die verwitwete Christine Wettstein (79) lebt in Bellikon und ist seit 2023 Klientin der Spitex Heitersberg. Zunächst wurde sie im Bereich Somatik unterstützt, später kamen hauswirtschaftliche Leistungen sowie psychiatrische Betreuung dazu. Seit Juni 2025 nutzt sie zusätzlich das Betreuungsangebot der Spitex.

Aktuell erhält sie einmal pro Woche rund 1 Stunde und 15 Minuten Betreuung sowie alle zwei Wochen eine Stunde Unterstützung im Haushalt. Die regelmässigen Besuche bringen Struktur und Abwechslung in ihren Alltag.

Christine Wettstein, wie sieht ein typischer Spitex-Besuch bei Ihnen zu Hause aus?

Wenn Frau Elsener kommt, erledigt sie zuerst die Hausarbeit, reinigt die Böden, die Küche und das Bad. Danach kommt der gemütliche Teil: Wir trinken zusammen einen Tee und spielen eine Runde Rummy.

Rummy gehört also fest dazu?

Ja, das spiele ich am liebsten. Lustigerweise gewinne ich ziemlich oft. Aber Frau Elsener hat auch schon ein paar Mal

gewonnen. Und Humor gehört bei uns dazu. Wir machen gern ein Witzli miteinander.

Und wenn es Ihnen einmal nicht so gut geht?

Dann setzen wir uns manchmal zuerst kurz hin und reden. Wenn mich etwas sehr beschäftigt, erzähle ich das gleich am Anfang. Danach kann Frau Elsener immer noch mit dem Haushalt anfangen.

Kommt heute meistens dieselbe Betreuungsperson zu Ihnen?

In letzter Zeit ist es meistens Frau Elsener. Am Anfang kamen verschiedene Betreuungspersonen, und ich wusste nie genau, wer diesmal vorbeikommt. Da war immer ein kleiner Überraschungseffekt dabei – und man musste sich aufeinander einstellen. Mit Frau Elsener ist das viel vertrauter geworden.

Welche Unterstützung hilft Ihnen im Alltag am meisten?

Vor allem die Betreuung. Sie bringt Abwechslung in meinen Alltag. Wenn jemand vorbeikommt, kann ich erzählen, was mich gerade beschäftigt. Momentan habe ich einige Sorgen in der Familie, und gesundheitlich läuft auch nicht immer alles rund. Da tut der Austausch gut.

Sie erhalten Betreuung und Hauswirtschaft. Was schätzen Sie an dieser Kombination besonders?

Dass jemand im Haushalt mithilft, ist eine grosse Erleichterung. Aber genauso wichtig ist der persönliche Kontakt. Man kann reden, lachen – und manchmal auch einfach einen Moment zusammen verbringen.

Wie hat sich Ihr Alltag verändert, seit Sie von der Spitex unterstützt werden?

Ich habe zu Hause ein bisschen mehr Ordnung (lacht). Perfekt ist es noch nicht, aber es hilft sehr, wenn jemand regelmässig unterstützt.

Was bedeutet es für Sie persönlich, dass jemand von der Spitex vorbeikommt?

Es ist einfach schön, wenn jemand kommt. Mein Bekanntenkreis ist mit der Zeit kleiner geworden. Da bedeutet es viel, wenn regelmässig jemand vorbeischaut. Mit der Zeit entsteht Vertrauen, und man kann auch über Persönliches sprechen.

Sie sind trotzdem viel unterwegs.

Ja, ich bin gern unterwegs. Ich gehe zum Beispiel schwimmen oder fahre auf den Campingplatz. Dort habe ich meinen Wohnwagen fest installiert. Und mit meinem GA reise ich auch gerne; manchmal fahre ich ins Emmental, um Wolle zu kaufen, weil ich sehr gerne stricke.

Würden Sie anderen Menschen empfehlen, die Spitex Heitersberg zu nutzen?

Ja, auf jeden Fall. Ich würde es jederzeit wieder machen. Ich bereue das überhaupt nicht. ●

Betreuung und Hauswirtschaft – Unterstützung im Alltag

Die Spitex Heitersberg bietet neben Pflege auch Betreuungs- und hauswirtschaftliche Dienstleistungen, die Menschen im Alltag entlasten und ein selbstständiges Leben zu Hause ermöglichen.

Zur Betreuung gehören unter anderem Gespräche, gemeinsame Aktivitäten, Bewegung oder Begleitung bei Einkäufen. Ziel ist es, soziale Kontakte zu fördern und die Lebensqualität zu erhalten.

Die hauswirtschaftlichen Dienstleistungen umfassen zum Beispiel Reinigungsarbeiten, Wäschepflege oder Unterstützung bei Einkäufen und anderen Aufgaben im Haushalt.

Beide Angebote helfen Menschen dabei, möglichst lange selbstständig und gut begleitet in ihrem eigenen Zuhause leben zu können.