

Zeitschrift:	Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau
Herausgeber:	Spitex Verband Kanton Zürich
Band:	- (2010)
Heft:	3: Spitex und Demenz
Artikel:	Entlastung für die dreifache Mutter
Autor:	Fischer, Franz
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-822088

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Stellen Sie auch in der Spitzex Bedürfnisse

Entlastung für die dreifache Mutter

Nach der Geburt von Zwillingen wird die Familie Loncar im schaffhausischen Beringen im Haushalt regelmässig von der Spitzex unterstützt. Auch wenn es nur zwei Stunden in der Woche sind, ist Monika Loncar sehr froh um diese unkomplizierte Hilfe.

Franz Fischer // Monika Loncar (30) ist in Siblingen, unweit ihres jetzigen Wohnortes, aufgewachsen. Ihr Mann lebte früher in Winterthur. Bis zur Geburt des ersten Sohnes Emanuel Ende Januar 2008 arbeitete Monika Loncar als kaufmännische Angestellte. Mit den ersten Gehversuchen von Emanuel zeigte sich, dass die Wohnsituation in Neuhausen am Rheinfall für Kinder wenig geeignet war. Deshalb zügelte die Familie nach Beringen. Am 28. Januar 2010 kamen die Zwillinge Sascha und Loris zur Welt.

Frühzeitige Kontaktaufnahme

Der Mann von Monika Loncar arbeitet als Heizungsmechaniker. Sein Arbeitgeber hat den Firmensitz in Zürich, doch die Firma arbeitet an Projekten in der ganzen Schweiz. Deshalb ist die Mutter mit den Kindern oft längere Zeit allein zu Hause. Bereits während der Schwangerschaft mit den Zwillingen besprach sie mit der Frauenärztin die Situation nach der Geburt. Die Ärztin, aber auch andere Mütter mit mehreren kleinen Kindern empfahlen ihr, mit der Spitzex Kontakt aufzunehmen, zumal keine andere Lösung in Sicht war.

So gelangte Monica Loncar frühzeitig an die für Beringen zuständige Spitzex Oberklettgau. Die Einsatzleiterin kam zu einem Gespräch, um den Bedarf zu klären. Nach der Geburt der Zwillinge blieb der Vater für eine Überbrückungszeit zu Hause: «Ich hatte gedacht, das wäre nicht notwendig. Doch dann war ich sehr froh um diese Unterstützung, bis sich alles etwas eingespielt hatte», sagt Monika Loncar. Parallel dazu nahm sie aber auch mit der Spitzex wieder Kontakt auf. Dank dem Vorgespräch ging «alles ziemlich zügig». Und seither macht eine Haushelferin regelmässig den Wochenkehr bei der Familie Loncar. Der zeitliche Aufwand beträgt etwa zwei Stunden pro Woche.

Wertvolle Unterstützung

Monika Loncar ist mit dem Einsatz sehr zufrieden: «Die Haushelferin ist eine sehr angenehme und umgängliche Person. Wir ergänzen uns gut, denn mir ist es wichtig, auch selber einen Teil der Hausarbeit zu machen. Und ist einmal etwas auf eine etwas andree



Bild: Franz Fischer

Monika Loncar mit den Söhnen Emanuel, Sascha und Loris: «Die Unterstützung im Haushalt durch die Spitzex frühzeitig zu organisieren, hat sich für unsere Familie gelohnt.»

Art auf- oder eingeräumt als gewöhnlich, kann ich die Dinge ja problemlos wieder so ‹püschen›, wie ich das haben möchte.» Auf die Frage, ob sie noch einen Wunsch an die Spitzex hätte, winkt Monika Loncar ab: «Nein, für mich stimmt der Einsatz so, wie er besprochen wurde und jetzt durchgeführt wird. Die drei kleinen Kinder zu betreuen und gleichzeitig alles im Haushalt selber zu bewältigen, das wäre schwierig geworden.»

Die Kosten für die Haushilfeinsätze werden von der Krankenversicherung übernommen. Zuerst wurden die Einsätze für drei Monate bewilligt, dann nochmals für drei Monate. Jetzt geht Monika Loncar davon aus, dass die Unterstützung noch für weitere drei Monate bewilligt wird. Doch auch wenn danach die Spitzex-Einsätze beendet sein werden – Monika Loncar wird noch längere Zeit mit der Betreuung der drei Kinder gefordert sein. Einen beruflichen Wiedereinstieg in einem Teilzeitpensum werde sie deshalb erst ins Auge fassen, wenn die Zwillinge etwas älter seien, sagt sie abschliessend.