Schnee schnell vergessen. Bild Mayk Wendt

in St.Moritz,
im Namen der Freiheit

rakonflikt bekannt gemacht wird. «Hier geht es um eine Menschenrechtsverletzung», erläutert sie. Zampatti versucht mit Benefizveranstaltungen, die Leute im Tal zu sensibilisieren. Aktuell sammelt sie Geld für einen neuen Kindergarten. Im Februar fliegt Zampatti wieder nach Algerien. Im Gepäck hat sie dieses Mal auch viele Plüschtiere dabei, die ihre Musikschüler gespendet haben. «Wenn ich zurückkomme, zeige ich ihnen dann auf Fotos, wo ihre Spielsachen gelandet sind, und welche Freude sie bereitet haben», sagt Zampatti.

leben rund 170 000 Westsahara-Flüchtlinge. Die für sie ein. Pressebild

Wenn Wickeltisch und Strampelhosen das Budget sprengen

Kinder können zum Armutsrisiko werden, vor allem für Mütter ohne Ausbildung und Eltern mit geringem Einkommen. Da, wo selbst das Geld für die Säuglingsausstattung fehlt, hilft die Beratungsstelle Adebar mit einem einmaligen Beitrag vom Soforthilfekonto. Möglich ist dies dank Spenden.

Riccarda Menghini und Andrea Marthy (von links) beraten werdende Mütter und Paare. Bilder Theo Gstöhl

von Ursina Straub

«Alleinerziehend und ohne Berufsausbildung, das ist die klassische Situation, die in die Armut führen kann», sagt Riccarda Menghini. Die Psychosoziale Beraterin berät werdende Mütter und Paare bei Adebar, der Beratungsstelle für Familienplanung, Sexualität, Schwangerschaft und Partnerschaft in Graubünden. «Eine Ausbildung und die familiäre Unterstützung sind deshalb das A und O, um das Armutsrisiko zu mindern», ergänzt ihre Kollegin Andrea Marthy.

Rund 350 Beratungsgespräche führt Adebar jährlich, rund 40 Prozent davon betreffen die Schwangerschaft. 33 Frauen oder Familien hat Adebar in diesem Jahr vor oder nach der Geburt mit knapp 22 000 Franken unterstützt. In den Vorjahren waren es rund 30 000 Franken pro Jahr. Ein Drittel der Gesuche reichen die Adebar-Beraterinnen an andere Stiftungen weiter, etwa an den Solidaritätsfonds des Katholischen Frauenbundes, an SOS-Beobachter oder an die Winterhilfe.

Der grösste Teil der Gesuche betreffen das Adebar-Soforthilfekonto. Eine interne Kommission befindet über die Gesuche. Gespeist wird das Konto mit Spendengeldern:

Zuwendungen von Privatpersonen, Kollekten oder Spenden. So haben etwa heuer die Stiftung Mano und der Zonta Club Chur knapp 20 000 Franken auf das Soforthilfekonto einbezahlt. Eingesetzt wird das Geld für Grundlegendes: einen Kinderwagen, ein Kinderbett oder Babykleider, aber auch für eine Geburtsbegleitung oder eine sichere Langzeitverhütung, wie die drei Beispiele zeigen.

Soforthilfekonto:
IBAN CH 69 0077 4155 1123 4080 0

Kurzportraits

Dank Doula begleitete Geburt

Alisha Vetsch hatte die Lehre als Restaurationsfachfrau abgebrochen und kaum Geld, als ihr Frauenarzt ihr mitteilte, dass sie schwanger sei. «Alleine schaffe ich es nicht», befürchtete die 22-Jährige, als sie sich von ihrem Partner trennte. Gleichzeitig war sie fest entschlossen, sich für ihr Kind einzusetzen. Sogar gebären wollte sie erst alleine. Schliesslich nahm sie aber die Unterstützung einer professionellen Geburtsbegleiterin in Anspruch, einer sogenannten Doula. «Wir haben uns bei der Vorbesprechung auf Anhieb verstanden», erzählt die junge Frau, «und ich war sehr froh um die Begleitung.»

Vermittelt und finanziert hat die Doula die Beratungsstelle Adebar, mit Geldern aus dem Soforthilfekonto. Und selbst für die wichtigsten Anschaffungen – einen Kinderwagen, ein Kinderbett und erste Kleider – fehlte Alisha Vetsch das Geld. Auch hier half das Spendenkonto. Für die junge Mutter markierte die Schwangerschaft und die Geburt ihrer Tochter Jemima einen Wendepunkt. «Das gab mir den Mut, mein Leben zu ordnen.» Jetzt will die junge Mutter eine Ausbildung zur Hundetrainerin absolvieren.

Einkünfte reichen nicht für alles

«Mein Mann hat eine feste Stelle, aber der Lohn reicht einfach nicht», sagt die 24-jährige Mutter aus der Surselva, die ihren Namen lieber nicht nennen will. Vor fünf Monaten hat sie ihr zweites Kind geboren, vor vier Jahren ihr erstes. Die junge Frau ist Restaurationsangestellte, hat ihre Lehre abgeschlossen, aber jetzt, mit zwei Kindern, hat sie weder die Kraft noch die Energie, um nebenher zu arbeiten.

Nach der Geburt hat sie während 14 Wochen Mutterschaftsentschädigung erhalten. «Jetzt mache ich mir Sorgen, wie es weitergehen soll.» Vor allem das Leasing des Autos reisst ein Loch ins Familienbudget, doch ohne Fahrzeug kann ihr Mann seinen Arbeitsplatz nicht erreichen. «Ich gebe nur Geld für Haushaltssachen oder Lebensmittel aus», erklärt die Mutter, «für mehr reicht es nicht.» Dank der Unterstützung aus dem Adebar-Soforthilfekonto konnte sich die Mutter ein Abonnement für den öffentlichen Verkehr kaufen und wichtige Auslagen für die Kinder bezahlen. Zudem wurde dem Paar damit eine sichere Langzeitverhütung finanziert. Die Adebar-Beratung nimmt die junge Frau auch sonst in Anspruch: «Die Gespräche helfen mir bei Problemen in der Beziehung.»

Schwierige Suche nach Lehrstelle

Es sei ihr nicht ganz leicht gefallen, die finanzielle Unterstützung anzunehmen, sagt die 19 Jahre alte Portugiesin Joana Marques. «Gleichzeitig war ich sehr erleichtert.» Vom Adebar-Soforthilfekonto hat Marques einen einmaligen Beitrag für die Säuglingsausstattung erhalten. Anders wäre es nicht gegangen. Die junge Mutter hat ihre Ausbildung Anfang Jahr aus persönlichen Gründen abgebrochen; die Lehre sei eine berufliche Fehlentscheidung gewesen, meint sie, und bis zur Geburt hatte sie kein Anrecht auf Unterstützungsleistungen.

«Am liebsten möchte ich selber für meine Tochter sorgen», sagt Marques, die Verantwortung übernehmen will. «Doch vorerst brauche ich eine Ausbildung.» Sie bemüht sich deshalb um eine Lehrstelle als Detailhandelsfachfrau. Nicht ganz einfach, hat sie festgestellt.

Dafür kann sie auf den Rückhalt ihrer Familie und aus der Nachbarschaft zählen: «Das ist ein grosses Glück.» Wenn sie an die Zukunft denke, beschleiche sie manchmal schon leise Angst, gesteht Marques. «Ein Kind braucht seine Eltern schliesslich ein Leben lang.»

Weihnachtssterne kaufen statt Kohlrabi pflanzen

Die «Südostschweiz»-Gartenserie geht in die Winterpause. Ein echter Hobbygärtner hingegen kennt keine Auszeit – der nächste Frühling kommt bestimmt.

von Pierina Hassler

Das Gartenjahr ist fertig. Die Arbeit ist getan. Zumindest trifft dies auf die meisten Hobbygärtner zu. Eine Ausnahme gibt es aber und die heisst Rocco Belocco. Er ist einer der Protagonisten der «-Südostschweiz» Garten-Serie «Bin im Garten.» Der Emser Hobbygärtner sagte schon im März: «Für mich gibt es keine Winterzeit.» Sein Garten bedeute ihm alles, es gebe auch im Winter etwas zu tun. Zum Beispiel Rosenkohl ernten, die Beete auf den Frühling vorzubereiten oder frisches Gemüse aus einem Erdloch zu holen.

Richtig gelesen. Belocco gräbt in seinem Garten zwei Löcher, kleidet sie mit Laub aus und deckt sie mit einem Holzdeckel zu. Sobald es kalt ist, werden die Gruben zu einem natürlichen Kühlschrank. Geniale Idee des Emser Gärtners mit dem tiefgrünen Daumen.

Pflanzen in der SBB-Palette

Viele gute Ideen und Tipps kamen auch von Gärtnermeister Jürg Rodigari vom Gartencenter Rodigari in Domat/Ems. Käthi Studer aus Bern wollte von ihm zum Beispiel wissen, welches Gemüse sie erst im Juni in einer, zum kleinen Garten umfunktionierten SBB-Palette pflanzen könne? Der Juni sei immer noch ein guter Pflanzmonat, antwortete Rodigari. «Bei Setzlingen können alle Arten von Salaten, Kohlrabi, Randen, Fenchel oder Lauch gepflanzt werden. Was zum einheitlichen Grün von Gemüse auch immer schön aussieht, sind einzelne saisonale Blütenpflanzen.

Vorerst Schluss

Auch andere Fachfrauen und -männer haben die Gartenserie bereichert. Jetzt ist Schluss mit der Serie. Aber wie gesagt – ein echter Hobbygärtner kennt keine Auszeit.

IMPRESSUM

südostschweiz

Unabhängige schweizerische Tageszeitung mit Regionalausgaben in den Kantonen Graubünden, Glarus, St. Gallen und Schwyz.

Herausgeberin Somedia Publishing AG
Verleger: Hanspeter Lebrument
CEO: Andrea Masüger
Redaktionsleitung Martina Fehr (Chefredaktorin), Thomas Senn (Stv. Chefredaktor), Reto Furter (Leiter Region), Rolf Hösli (Redaktionsleiter Glarus), Nadia Kohler (Leiterin Online), René Mehrmann (Projektleiter Medien), Patrick Nigg (Leiter Überregionales), René Weber (Leiter Sport), Urs Zweifel (Redaktionsleiter Gaster/See)
Kundenservice/Abo Somedia, Sommeraustrasse 32, 7007 Chur, Telefon 0844 226 226, E-Mail: abo@somedia.ch
Inserate Somedia Promotion
Verbreitete Auflage (Südostschweiz Gesamt): 76 504 Exemplare, davon verkaufte Auflage 73 188 Exemplare (WEMF-/SW-beglaubigt, 2016)
Reichweite 159 000 Leser (MACH-Basic 2016-2)
Erscheint siebenmal wöchentlich

Adresse: Südostschweiz, Sommeraustrasse 32, 7007 Chur, Telefon 081 255 50 50
E-Mail: Regionalredaktion: graubuenden@suedostschweiz.ch; Redaktion Inland, Ausland: nachrichten@suedostschweiz.ch; Redaktion Sport: sport@suedostschweiz.ch; leserreporter@suedostschweiz.ch; meinegemeinde@suedostschweiz.ch
Ein ausführliches Impressum erscheint in der Dienstagsausgabe
© Somedia