

PERSÖNLICH

Im Regionalspital Surselva in Ilanz feiern im Mai zwei Mitarbeitende ihr Dienstjubiläum. **Renato Brazerol**, Leiter Physiotherapie, kann auf 20 Jahre im Regionalspital zurückblicken. Pia Walderungs, Pflege, auf 15 Jahre. Für ihren unermüdlichen Einsatz dankt die Spitaldirektion und wünscht den Jubilaren weiterhin viel Erfolg und Freude bei der Arbeit im Regionalspital Surselva.

## Weltrekordversuch im Puschlav

**1014 Flaschen Veltliner Rotwein sollen von genauso vielen Personen in 30 Sekunden am Weltrekordversuchs-Tag im Puschlav entkorkt werden.**

**POSCHIAVO** Schon damals pflegte Dichterstürst Giachen Caspar Mouth (1844–1906) zu sagen: «Graubünden hat das Veltlin verloren, doch es muss zurückerobert werden, halbliterweise. Ich habe schon einmal damit begonnen.» Vielleicht hat sich das Puschlav durch diesen Satz für seinen Weltrekordversuch inspirieren lassen: Die Bevölkerung möchte nämlich am Samstag, 4. Juli, 1014 Flaschen Veltliner Rotwein innert 30 Sekunden entkorken, um in das «Guinness-Buch der Rekorde»



**1014 Flaschen** Veltliner Rotwein sollen für den Weltrekordversuch im Puschlav entkorkt werden. (KY)

aufgenommen zu werden und um vielleicht auch das Veltlin wieder ein bisschen zurückzutrinken.

Mit der Aktion «la Scucunada» will das Puschlav den aktuellen Weltrekord von 639 Flaschen überbieten, der 2013 in Amerika geschaff wurde, wie es in einer Mitteilung heisst. «Bis jetzt haben sich etwa 300 Personen angemeldet», sagt Orlando Lardi, Mitinitiant des Weltrekordversuchs und Gemeinderat von Poschiavo. Deswegen würden sie noch weitere Freiwillige ausserhalb des Tals brauchen, die einerseits Weltrekordhalter werden möchten und gleichzeitig dazu bereit sind, sich für einen guten Zweck zu engagieren: Mit dem Einsatz wollen die Veranstalter Strom und warmes Wasser in einer Schule in Kenia finanzieren. «Die Flaschen werden nach der abgelaufenen Zeit wieder gut verschlossen, und jeder Teilnehmer darf den Rotwein als Erinnerung mit nach Hause nehmen», so Lardi. Die genau gewünschte Anzahl an Flaschen sowie Personen ist auch keine willkürliche Zahl – Poschiavo liegt nämlich genau auf 1014 Metern über Meer. SERAINA SPRICK

Für den Weltrekordversuch am Samstag, 4. Juli, um 17 Uhr auf dem Fussballplatz in Poschiavo kann man sich unter [www.lascucunada.blogspot.com](http://www.lascucunada.blogspot.com) anmelden. Die Teilnahme kostet 20 Franken.

## Falschfahrer auf der Autobahn A13

**ZEUGENAUFBRUF** Gestern Nachmittag ist ein Falschfahrer auf der Nordspur der A13 von Chur in Richtung Süden gefahren. Beim Fahrzeug, das auf der falschen Spur in Richtung Süden unterwegs war, handelt es sich um einen roten Personenwagen. Der Personenwagenlenker fuhr gemäss Mitteilung der Kantonspolizei um 14.45 Uhr beim Anschluss Chur Süd in Richtung Landquart auf die A13 ein. Auf der Höhe des Media Marktes wendete er plötzlich und fuhr auf der falschen Spur in Richtung Domat/Ems.

Wer Angaben zum gesuchten Personenwagen und dessen Lenker machen kann, meldet sich bitte bei der Kantonspolizei Graubünden unter der Telefonnummer: 081 257 72 50. (BT)

KOPF DER WOCHE

# Die Begleiterin in einer ganz besonderen Zeit

Edith Caderas ist Doula. Sie **begleitet seit fünf Jahren** werdende Mütter und Paare durch die Zeit der Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Für sie ist jede Begleitung einzigartig.

► VIRGINIA RITTER

**E**ine Geburt zu begleiten, ist jedes Mal etwas Aussergewöhnliches, Schönes und Faszinierendes. Edith Caderas strahlt. Die Begeisterung für ihren Beruf – oder besser noch für ihre Berufung – ist auch nach fünf Jahren nicht kleiner geworden. Die Mutter von drei Kindern ist Doula, eine vertraute Begleiterin während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. «Ich bin eine Art Freundin auf Zeit, eine Hand zum Festhalten», sagt sie von sich selber und lächelt dabei.

Zu Edith Caderas kommen Paare und Mütter, die sich psychische, physische und emotionale Unterstützung in der prägenden Zeit rund um die Geburt ihres Kindes wünschen. Die Gründe dafür sind vielfältig. Sei es, weil sie Angst vor der Geburt haben, bereits ein traumatisches Geburtserlebnis hinter sich haben oder den Wunsch nach Kontinuität und Vertrautheit verspüren. Caderas führt mit ihnen Gespräche, beantwortet Fragen und vor allem: sie beruhigt. «Viele sind nur schon froh, dass jemand da ist, der zuhört und ihre Sorgen ernst nimmt sowie ihre Bedürfnisse gegen aussen vertritt.»

### Eine «Dienerin der Frau»

Wer die Dienste von Edith Caderas in Anspruch nehmen will, wird zu Beginn zu mindestens einem Gespräch eingeladen. «An diesem Termin besprechen wir den Ablauf, gehen die Fragen und auch Wünsche der werdenden Eltern durch», resümiert Caderas. «Die einen wollen



Eine «Dienerin der Frau»: **Edith Caderas ist Doula** – sie begleitet Frauen vor, während und nach einer Schwangerschaft. (FOTO MARCO HARTMANN)

während der Geburt die ganze Zeit begleitet werden, anderen lasse ich auch immer mal wieder ihre Zweisamkeit.» Zwei Wochen vor und zwei Wochen nach dem errechneten Termin ist Edith Caderas auf Pickett. Es genügt ein Anruf, und sie ist zur Stelle. «Die Eltern schätzen diesen Dienst sehr, vor allem, wenn sie kurz nach der Geburt noch in den 'Babyblues' kommen.»

Seit 2010 übt Edith Caderas diese Tätigkeit aus. Dazu ist sie, wie es so oft im Leben passiert, durch Zufall gekommen. «Mich hat das Wunder der Geburt schon sehr früh interessiert. Ich habe mich aber mit 16 Jah-

ren dann doch für die Fachlehrer-Ausbildung entschieden, anstatt Hebamme zu werden.» Der Gedanke daran hat sie jedoch nie losgelassen. «Als meine Kinder grösser wurden, suchte ich nach einer zusätzlichen Aufgabe in diesem Bereich.» Eine Freundin brachte sie schliesslich auf die Idee, Doula zu werden. Nach einem Infoabend, einem Aufnahmegespräch, einem intensiven Ausbildungsjahr und einer Diplomarbeit war Edith Caderas Doula, eine «Dienerin der Frau», so die Übersetzung aus dem Altgriechischen. «Früher wurden die Frauen während der Geburt immer von an-

deren Frauen begleitet.» In der heutigen Zeit kamen Doulas zu Beginn in den USA auf, später in England, Deutschland und 1996 auch in der Schweiz. «In der Schweiz gibt es mittlerweile über 100 aktive Doulas. Ich bin froh, dieses Angebot in unserer Region aufgebaut zu haben und bin inzwischen gut vernetzt.»

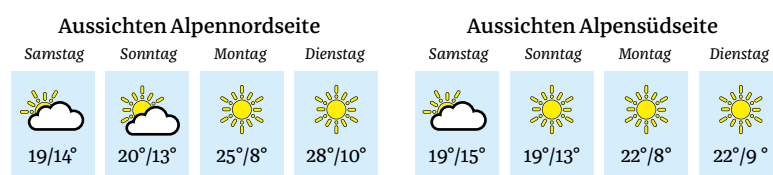
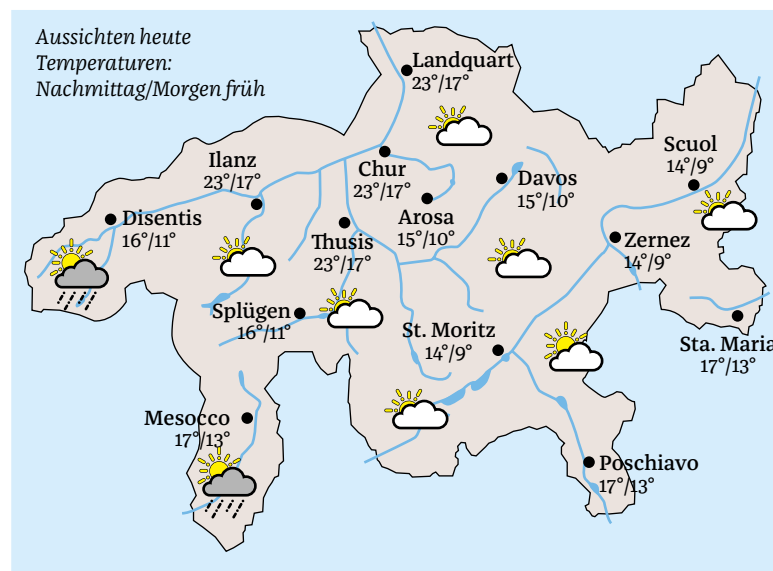
### Die Natur bestimmt

Angeboten wird die Ausbildung zur Doula vom Verband Doula CH. «Die Doulas sind jedoch selber für ihren Auftritt verantwortlich, das heisst, wir sind freischaffend», sagt Edith Caderas schmunzelnd. Und sie fügt an: «Diese Berufung ist für mich eine Herzensangelegenheit, davon leben lässt es sich in der Regel aber nicht.» Ans Aufhören denke sie jedoch nicht, «solange es irgendwie geht», werde sie weitermachen. Die positiven Feedbacks ihrer Kunden bestärken sie noch zusätzlich in diesem Vorhaben. «Es ist schön für mich, wenn ich höre 'mit Dir war es viel einfacher'. Die Frau kann sich voll und ganz auf das Gebären konzentrieren, ich bin da, um ihr den so wichtigen geschützten Raum zu bewahren, um den Überblick zu behalten, und um zu schauen, was gerade (nicht) gebraucht oder gewünscht wird.»

Auch für die werdenden Väter ist es einfacher, wenn Edith Caderas bei der Geburt dabei ist. «So können sie auch mal eine Pause machen, ohne sich um ihre Frau zu sorgen.» Geburten, so hat es Edith Caderas oft gesehen, können nicht geplant werden. «Das ist auch das Schöne an meinem Beruf. Bei einer Geburt bestimmt – sofern man sie lässt – die Natur und nicht die Zeit oder das Schulbuch.»

[www.doula-graubuenden.ch](http://www.doula-graubuenden.ch)

WETTER



## Am Vormittag freundlich, dann mehr Wolken

**Aussichten heute Freitag**  
Eine flache Tiefdruckzone erstreckt sich von Irland bis in den Kontinent hinein. In der Höhe nähert sich ein Kurzwellentrog. Er überquert die Schweiz in der Nacht zum Samstag von West nach Ost. Südwestwind führt feuchte Luft vom Tessin über die Alpen ins Glarnerland und nach St.Galler Rheintal scheint am Vormittag meist die Sonne. Am Nachmittag verdichtet sich die Bewölkung. Die Chance auf Regen steigt. In der kommenden Nacht fällt verbreitet Regen. Gewitter sind möglich.

**Prognosen für die nächsten Tage**  
Am Samstag verbleibt ausgedehnte Bewölkung zwischen dem Bodensee und dem Engadin. Von Zeit zu Zeit fällt Regen. Dazwischen sind längere trockene Intervalle eingestreut. Aufhellungen sind wahrscheinlich. In der Nacht auf Sonntag folgen nochmals Regenschauer. Die Niederschläge ziehen sich entlang der Vor-alpen in den Sonntagvormittag hin. Ab Sonntagmittag setzt sich verbreitet trockenes und zunehmend sonniges Wetter durch. Am Montag und Dienstag führt grossräumiges Absinken zu einem Abtrocknen und Erwärmen der Luft.

**Luftmesswerte im Kanton Graubünden:**  
[www.ostluft.ch](http://www.ostluft.ch) – [www.in-luft.ch](http://www.in-luft.ch) – [www.anu.gr.ch](http://www.anu.gr.ch)

ZITAT DES TAGES

«Heutzutage regiert der Rekord, die Sensation, die Freude am Sinnlosen. Die Zeit war nie so günstig für Verbrecher»

WALTER HASENCLEVER, 1890–1940, DEUTSCHER SCHRIFTSTELLER

COMIC

