

# Sie will Grosseltern auf die neue Aufgabe vorbereiten

**Turbenthal** Stillen, Wochenbett, Bindung zum Kind: Mit einem Kurs will die Turbenthalerin Monika Di Benedetto werdenden Grosseltern zeigen, wie sie junge Eltern stressfrei begleiten können.



Grosseltern sein kann auch eine Herausforderung sein. Monika Di Benedetto will mit einem Kurs wichtiges Wissen vermitteln. Archivfoto: Bettina Schnider

## Grosseltern-Kurs

Die Grosseltern-Kurse von Monika Di Benedetto finden am Samstag, 8. Februar, und am Samstag, 1. März, statt. Ein Kurs kostet 300 Franken für Einzelpersonen oder 350 Franken für ein Paar. Die Kurse dauern von 8.30 bis 17 Uhr und finden im Pfarrhaus in Wila statt. Mehr Informationen gibt es auf [geburtsweg.ch](http://geburtsweg.ch). (bes)

### Bettina Schnider

Mit dem Thema «Eltern werden» kennt sich Monika Di Benedetto aus. Die Turbenthalerin ist nicht nur Mutter von zwei Töchtern, sondern hat auch schon unzählige Geburten begleitet. Und zwar als Doula, also als nicht medizinische Unterstützung für die Gebärende.

Nun erweitert sie ihr Angebot und bietet neu Kurse für Gross-

eltern im Tösstal an. «Eltern beziehungsweise Grosseltern zu werden, ist eine Lebensübergangsphase, welche herausfordernd sein kann», sagt Di Benedetto.

Das ist nicht nur bei ihrer Tätigkeit als Doula, sondern auch als Organisatorin des Storchenkafi in Turbenthal der Fall. Dort können sich Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr austauschen, um sich mit ihrer neu-

en Situation zurechtzufinden. Sehr oft ist der Umgang mit den Grosseltern bei den Treffen ein Thema. Grosseltern seien zwar auch Eltern gewesen und hätten ihre Kinder grossgezogen, doch das Grosseltern-Sein sei mit neuen Herausforderungen verbunden. «Denn viele Dinge, die früher völlig normal waren, sind heute einfach nicht mehr zeitgemäss.»

Als Beispiel nennt sie das Stillen oder das Füttern. Vor einigen Jahren hiess es noch, dass das Kind maximal alle vier Stunden Milch erhalten soll. «Heute weiss man, dass man dies nach Bedarf machen muss.» Vor allem bei Wachstumsschüben sei es wichtig, dass ein Kind so viel Nahrung erhalte, wie es brauche. Auch Kinder oft schreien zu lassen, wird heute von vielen Fachpersonen kritisch betrachtet.

### Wichtiges Thema: Depression

Genau solche Situationen können zu Konflikten führen. «Grosseltern meinen es mit ihren Ratschlägen ja in der Regel gut», weiss auch Di Benedetto. «Aber vor allem bei den Müttern können falsche Tipps Druck und Stress auslösen.» In der Phase kurz nach der Geburt sei es besonders wichtig, solche Meinungsverschiedenheiten zu vermeiden.

Und genau hier will Di Benedetto mit ihrem Kurs ansetzen. Konflikte sollen gar nicht erst entstehen. Sie hält es deshalb für wichtig, dass werdende Grosseltern auch ihre eigene Elternschaft reflektieren. «Vor allem Frauen haben schwierige Geburtserlebnisse teilweise nicht richtig verarbeitet.» Horrorgeschichten aus dem Gebärsaal könnten die werdenden Eltern dann zusätzlich verunsichern.

Der Hauptfokus im Kurs soll aber darauf liegen, wie Grosseltern die werdenden Eltern bestmöglich unterstützen können. Dazu gehören Basiswissen

rund um die Geburt, das Stillen und die Bindung zum Kind sowie die Betreuung der jungen Mutter im Wochenbett.

«Mir ist es dabei wichtig, auch Grundkenntnisse zur postpartalen Depression zu vermitteln», sagt Di Benedetto. Das ist eine depressive Störung mit klarem zeitlichem Zusammenhang zur Geburt, teilweise ist sie auch unter der Bezeichnung Wochenbettdepression bekannt. «In solchen Situationen ist es wichtig, dass die Mutter möglichst schnell Hilfe erhält, bevor sich die Situation zuspitzt.»

### Nein sagen können und Grenzen setzen

Ein wichtiges Thema sind für Di Benedetto aber auch Grenzen. «Viele Grosseltern sehen sich auch mit der Erwartung konfrontiert, die Betreuung ihrer Enkel übernehmen zu müssen.»

Mit diesem gesellschaftlichen Druck umzugehen, sei für viele ältere Menschen eine Herausforderung – und führe oft zu einem schlechten Gewissen. «Das muss nicht sein», ist sie überzeugt. «Nur wenn Grosseltern ihre Grenzen kennen, können sie die junge Familie richtig unterstützen.»

### Zum ersten Mal im Tösstal

Grosseltern-Kurse sind indessen keine neue Erfindung von Di Benedetto. Angebote gibt es in der ganzen Schweiz – von unterschiedlichen Anbietern aus Kirchgemeinden bis zu Spitälern. Je nach Kursleitung wird auch der Fokus anders gelegt.

Im Tösstal ist das Angebot neu. Ob sich auch werdende Grosseltern in der Region für Kurse interessieren, weiss Di Benedetto noch nicht. «Ich probiere es einmal aus.»

Und auch nach dem Kurstag will Di Benedetto die Grosseltern unterstützen: «Bis zur Geburt des Grosskinds und darüber hinaus bin ich bei Fragen oder Unsicherheiten da.»

## Heute im Parlament

### Teuerungsausgleich, quo vadis?

**Uster** Die Parlamentssitzung vom Montag hat ein Thema mit langer Vorgeschichte traktandiert: den Teuerungsausgleich für städtische Angestellte in Uster.

In der Budgetsitzung im Dezember 2022 stimmte der Gemeinderat mit knapper Mehrheit darüber ab, den Teuerungsausgleich für die kommunalen Angestellten statt auf 3,5 auf nur 2,5 Prozent zu erhöhen. Dies, während derjenige der Sekundarschulgemeinde in derselben Sitzung auf 3,5 Prozent erhöht wurde, weil das vom Kanton so vorgegeben worden war.

Darüber entbrannte eine Diskussion über die Zuständigkeiten und Befugnisse im Kontext des Teuerungsausgleichs. Dies wurde ein halbes Jahr später dann angepasst – aufgrund eines Entscheids des Bezirksrats. Offenbar fehlten die Rechtsgrundlagen.

Grund genug für die bürgerlichen Parteien um SVP, BPU, FDP und GLP, eine parlamentarische Initiative einzureichen, um die Mitbestimmung des Gemeinderats zu verbessern.

In den vorberatenden Kommissionen – Bildung und Gesellschaft (KBG) sowie öffentliche Dienste und Sicherheit (KÖS) – wird die Initiative jedoch abgelehnt. Überraschenderweise stimmten in beiden Kommissionen auch die Vertreter der GLP gegen die Initiative.

Für Diskussionen in der Sitzung sorgen dürfte auch der Projektierungskredit der neuen Hauptsammelstelle Loren in Höhe von 600 000 Franken. Denn von der Rechnungsprüfungskommission (RPK) wird dieser abgelehnt.

Neben dem Geschäftsbericht der Energie Uster AG gibt es noch zwei weitere Geschäfte zum Thema Wohnen und Bauen.

Einerseits zeigt sich der Stadtrat bereit, ein Postulat von SVP, FDP und GLP entgegenzunehmen, um die Zuständigkeit bei Bauprojekten zu prüfen. Andererseits will er das Land an der Seestrasse 169 im Baurecht abgeben.

Wie immer ist die Sitzung des Parlaments öffentlich. Sie findet heute Abend, 20. Januar, im Gemeinderatssaal des Stadthauses statt und beginnt um 19 Uhr. (erh)

## Sportschule Uster plant Ableger im neuen Sportzentrum Dürrbach

**Uster** Die Kunst- und Sportschule Zürcher Oberland will in Wangen-Brüttisellen Jugendlichen ideale Trainings- und Schulmöglichkeiten bieten.

Letzten Sommer fand der Spatenstich für das Sportzentrum Zürich statt. Der 50-Millionen-Bau in Wangen-Brüttisellen soll 13 Sporthallen, diverse Schulungsräume sowie Lagerflächen beherbergen. Auch die Kunst- und Sportschule Zürcher Oberland (KuSs ZO) will dort einen neuen Ableger unterbringen.

Die Schule bietet ausgewiesenen Talenten aus den Bereichen Sport, Musik und Tanz mit einem hohen Trainingsaufwand die Möglichkeit, eine Sekundarschulbildung und die sportliche oder musische Karriere zu kombinieren. Die Schule wird von der Sekundarschulgemeinde Uster betrieben. Seit vielen Jahren kann die Schule die Nachfrage

von Sporttalenten am Standort Uster nicht abdecken und muss aus Kapazitätsgründen jedes Jahr Talente abweisen. Das soll sich nun ändern.

Die Filiale KuSs ZO Dürrbach wird für alle Sportarten des Turn- und Tennisverbands eine optimale Kombination von Schule und Training ermöglichen. Auch Talente aus weiteren Sportarten können in die Filiale aufgenommen werden.

Der zehnjährige Verpflichtungskredit für das Projekt beläuft sich auf insgesamt 2 108 144 Franken. Er setzt sich zusammen aus den Kosten des Mieterausbaus und dem Mietzins. Dieser Kredit wurde dem Gemeinderat überwiesen. (alk)



Auch ein neuer Ableger der Kunst- und Sportschule Zürcher Oberland soll im neuen Sportzentrum Platz finden. Visualisierung: Brunner Weibel Architekten

## Info-Abend zu Schulhausneubau

**Dübendorf** Die Projektierung für den Neubau der Schulanlage Birchlen konnte Ende 2024 abgeschlossen werden. Für den am 3. März 2024 vom Volk bewilligten Bau läuft nun das Baubewilligungsverfahren.

### Besprechung der Nachbarschaftsanliegen

Die Primarschulpflege Dübendorf lädt die Bevölkerung am Montag, 27. Januar, zwischen 17.30 und 19.30 Uhr zu einer Besichtigung des Projekts ein. Treffpunkt ist im Singaal des Schulhauses Birchlen (über der Turnhalle) an der Kirchbachstrasse 3 in Dübendorf.

Es werden laut einer entsprechenden Mitteilung die Pläne des Vorhabens gezeigt und erläutert – inklusive der in die Planung eingeflossenen Nachbarschaftsanliegen. (zo)