



Yoga mit Säugling: Die jungen Mütter entspannen sich bei der Yogastunde, die wie vieles andere im Familienzentrum Planaterra angeboten wird.

«Wir wollen die Informationsdrehscheibe für Familien in der Stadt werden»

Vor gut drei Jahren wurde das **Familienzentrum Planaterra** ins Leben gerufen. Die beiden Initiantinnen **Irina Domenig** und **Heidi Theus** erzählen, was sich seither alles getan hat und was ihre Pläne sind.

► DENISE ERNI (TEXT) UND OLIVIA ITEM (FOTOS)

W

«Wir atmen tief ein und wieder aus», sagt Yogalehrerin Claudia Cadonau. Im Hintergrund läuft leise Musik – dann, auf einmal, geht ein Schreien durch den Raum. Dem Säugling auf der Decke passt es nicht mehr, er will von seiner Mami hochgenommen werden. Dies ist keine «normale» Yogastunde, wie man sie kennt, sondern ein Baby-Yoga-Kurs. Sechs Mütter mit ihren Säuglingen besuchen an diesem Morgen den Kurs im Familienzentrum Planaterra. «Der Kurs ist noch ganz neu», sagt Irina Domenig, die zusammen mit Heidi Theus das Familienzentrum leitet.

Vor knapp vier Jahren griffen die beiden Frauen die Idee eines Treffpunkts für Kinder, Eltern und Grosseltern auf – ein Ort, an dem Beratung, Spiel und Spass unter einem

Dach vereint sind. Die passende Liegenschaft fanden sie an der Reichsgasse 25, in der ehemaligen Migros-Klubschule. Auf 2500 Quadratmetern Fläche vermieten die beiden Frauen Räumlichkeiten an verschiedene Beratungsstellen und Naturheilpraktiker.

Heute, gut drei Jahre nachdem der erste Mieter eingezogen ist, ziehen die beiden Frauen wieder einmal Bilanz. «Aus dem Hobby ist Business geworden», sagt Domenig und geht weiter durch das Treppenhaus ins Erdgeschoss. Die Büroangelegenheiten machen die beiden Mütter nicht mehr bloss von daheim aus. Sie haben sich im Zentrum ein Büro eingerichtet, in dem sie Pendenzen erledigen können. Schliesslich sind sie nicht nur für die Vermietung der Räume zuständig, sondern auch für insgesamt 30 Mitarbeiterinnen, die sich Pensen zwischen fünf und 50 Prozent teilen.

Spielgruppe und Kinderhütendienst

Der Verein Familienzentrum Planaterra betreibt neben dem «Kinderkafi» im Erdgeschoss auch eine Klei-



Voller Pläne: Die beiden Initiantinnen Irina Domenig und Heidi Theus (rechts) sind voller Ideen für das Familienzentrum.

derbörse im Untergeschoss. Das «Herzstück» des Zentrums bildet aber die Spielgruppe im Erdgeschoss. «Begonnen haben wir im August 2011 mit 32 Kindern», sagt Theus. «Heute betreuen wir 100 Kinder und bieten 125 Plätze an, an fünf Tagen die Woche.» Die Gruppen werden von erfahrenen Spielgruppenleiterinnen geführt. Jeweils von

7.45 bis 12 Uhr und von 13.45 bis 18 Uhr werden die Kleinen betreut. Neu hinzugekommen sind im vergangenen Jahr die Waldspielgruppe, die jeweils am Mittwochvormittag stattfindet, und die englische Spielgruppe am Freitagnachmittag.

Neben den Spielgruppen und der Krabbelgruppe bietet das Familienzentrum aber auch noch einen Kinderhütendienst an zwei halben Tagen die Woche an. Und bei Bedarf auch an anderen Tagen. «Der Kinderhütendienst ist nicht so gefragt», sagt Domenig. Sie glaube, dass man hier in Graubünden diesbezüglich noch etwas urbaner organisiert sei und zuerst die Verwandtschaft anfrage.

Coworking-Büro und Ideen

Ein weiteres Engagement der beiden Frauen ist die Vermietung der Kursräume Schellenursli und Flurina sowie des Coworking-Büros. «Letzteres ist ein Angebot für beispielsweise Freiberufler, die keine Lust haben, zu Hause zu arbeiten», erklärt Domenig.

Weitere Pläne und Ideen haben die beiden Frauen viele. «Wir wollen die Informationsdrehscheibe für Familien in Chur werden», sagen sie. «Und wir freuen uns sehr, dass das Familienzentrum Planaterra eine so gute Anerkennung geniesst.»



Gespanntes Zuhören: In der Spielgruppe im Erdgeschoss erzählt Spielgruppenleiterin Claudia Schneider den Kleinen eine Geschichte.

Mitte Juni eröffnet «Chickeria» in Masans

MIGROS OSTSCHWEIZ Seit 18 Monaten betreibt die Migros Ostschweiz mit «Pouletc.» zwei Restaurants mit Schweizer Poulet-Spezialitäten. Nach einer erfolgreichen Pilotphase zweier Betriebe in der Ostschweiz eröffnet die Migros am Donnerstag, 12. Juni, das dritte Restaurant unter dem neuen Namen «Chickeria» in Chur Masans.

Feine Poulet-Spezialitäten aus Schweizer Fleisch, ein breites Angebot für eine ausgewogene Ernährung und eine frische und schnelle Zubereitung – all dies dürfen Gäste der bestehenden Schnellrestaurants in Kreuzlingen und Pfungen bereits seit Herbst 2012 geniessen. Damit trägt das neue Gastronomieformat der Migros Ostschweiz modernen Essgewohnheiten und -bedürfnissen Rechnung, wie es in einer Mitteilung heisst.

Unter dem neuen Namen startet «Chickeria» in eine Phase des Wachstums: In Chur Masans haben die Kundinnen und Kunden die Möglichkeit, das attraktive Angebot in unmittelbarer Nachbarschaft zum neuen Migros-Supermarkt gleich beim Autobahn-Anschluss Chur Nord kennenzulernen. In den kommenden Jahren ist die Eröffnung weiterer Restaurants in der ganzen Ostschweiz geplant.

Am Eröffnungswochenende vom Donnerstag, 12., bis Sonntag, 15. Juni, dürfen sich die Gäste laut Mitteilung in der «Chickeria» Chur Masans auf attraktive Eröffnungsaktivitäten freuen. (BT)

INSERAT

www.kinochur.ch
KINOAPOLLO Badusstrasse 10 · 081 258 34 34

Die Schöne und das Biest – Der Märchenklassiker fürs Kino. Die Geschichte um Belle und den verwunschenen Prinzen. Ein Film voller Romantik, Freude, Melancholie und die Magie der wahren Liebe.
13.30 Deutsch ab 12 J.

The Other Woman - Die Schadenfreudinnen – Drei sind zwei zu viel. Komödie mit Cameron Diaz um drei Frauen, die sich gegen den Mann verbünden, der jede von ihnen betrogen hat.
16.00, 18.30, 21.00 Deutsch ab 12 J.

KINOCENTER Theaterweg 11 · 081 258 32 32

The Muppets Most Wanted – Die Muppets sind wieder da. Sie begeben sich auf eine Europatour und ahnen nicht, dass ihr Liebenswerter, grüner Anführer Kermit durch den gefährlichsten Froschgangster der Welt ersetzt wurde.
13.30, 18.15 Deutsch ab 6 empf. ab 8 J.

The Lego Movie – Die Legofigur Emmet muss die Welt retten. Spannender Familienfilm um den Kinderspielzeugklassiker. In 2D (normale Eintrittspreise).
13.30 Deutsch ab 6 empf. ab 8 J.

Irre sind männlich – Zwei Freunde schmuggeln sich in Gruppentherapien um Frauen rumzukriegen. Komödie mit Fahri Yardim.
13.45, 21.00 Deutsch ab 12 J.

Bibi & Tina - Der Film – Verfilmung der beliebten Kindergeschichte um die Hexe Bibi Blocksberg und ihre pferdeliebende Freundin Tina.
15.45 Deutsch ab 6 J.

Rio 2 – Dschungelfieber. Fortsetzung von Rio aus dem Jahre 2011. Die lustigen Vögel machen sich auf in die Wildnis um ihre Verwandten zu besuchen.
16.00 (erhöhte Eintrittspreise) Deutsch ab 6 J.

Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand – Roadmovie um einen Rentner, der aus seinem langweiligen Altersheim flüchtet. Nach dem internationalen Bestseller von Jonas Jonasson.
16.00 Deutsch ab 12 J.

«Mit AHV 10 Stutz» - Kino für Senioren
16.00 Deutsch ab 12 J.

Noah – Bibeldrama mit Russel Crowe, der als Noah gegen Mensch und Natur kämpft und alles daran setzt, die Welt vor der zerstörerischen Sintflut zu retten.
18.00 (normale Eintrittspreise) Deutsch ab 12 empf. ab 14 J.

One Chance – Ein junger Amateur-Opernsänger verdient sein Geld jahrelang als Angestellter einer Supermarktkette, bis er den Wettbewerb einer Casting-Show gewinnt - und über Nacht zum gefeierten Star wird.
18.30 Letzter Tag E/d/f ab 6 empf. ab 10 J.

Snowpiercer – Die Welt ist von Eis bedeckt. Die letzten Überlebenden befinden sich in einem Zug, der niemals stoppt. Die Reichen leben auf Kosten der Armen, bis diese den Aufstand proben.
20.45 Deutsch ab 16 J.

Transcendence – Das Gehirn des toten Wissenschaftlers Will Caster wird mit einem Super-Computer verbunden. Spannendes Science Fiction Drama mit Johnny Depp.
20.45 Deutsch ab 12 empf. ab 14 J.

Jugendschutz: Unbegleitet dürfen Jugendliche unter 16 Jahren und Kinder im Rahmen des festgelegten Zutrittsalters Filmvorführungen besuchen, die bis spätestens 21.00 Uhr beendet sind. In Begleitung Erwachsener dürfen sie alle Filmvorführungen besuchen, falls sie das festgelegte Zutrittsalter nicht um mehr als 2 Jahre unterschreiten. Die Verantwortung für die Einhaltung der Altersbestimmungen liegt bei der Begleitperson.