

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen



## Happy Birthday

10 Jahre Erzählcafé-Aktion  
2014 - 2024

*Für eine Geburtshilfe, die Erfahrungen und  
Bedürfnisse von Eltern ernst nimmt!*

[www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)

# Jubiläumsdokumentation

10 Jahre Erzählcafés  
über Schwangerschaft und Geburt  
(2014-2024)

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

” *Geburt stellt die Weichen für das Leben als Familie und wir wollen, dass dieser Start ins Leben für alle Beteiligten so gut und stärkend wie möglich gelingt.*

Die Erzählcafé-Aktion ist ein gemeinnütziges Mitmachprojekt rund um Schwangerschaft und Geburt und ein lösungsorientierter Protest für eine bessere Geburtskultur. Sie wurde 2014 in Deutschland gegründet, um auf die Defizite der heutigen Geburtshilfe aufmerksam zu machen und um etwas Positives entgegenzusetzen. Die Erzählcafé-Aktion möchte den stärkenden Austausch zwischen Menschen in Form von Erzählcafés über Geburtsthemen gezielt fördern. Jede:r kann mitmachen und selbst ein Erzählcafé veranstalten, das die Aktion durch kostenlose Beratung und Methodenmaterial, Pressearbeit und Vernetzung vor Ort unterstützt.



” *Unsere berufliche Erfahrung und unzählige Berichte von Eltern in Erzählcafés haben gezeigt, wie wichtig der erzählende, statt bewertende Austausch über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett für Familien, aber auch für Fachpersonen ist.*

Jedes Erzählcafé ist ein safe-space und stärkt Erzählende ebenso wie Zuhörende durch eine ganz besondere Atmosphäre, die von Empathie, Solidarität und Offenheit geprägt ist. Die Café-Gäste erleben dabei, was es bewirkt, sich über die Grenzen von Ländern, Berufsgruppen und Generationen hinaus wertzuschätzen. Diese heute so dringend notwendigen Fähigkeiten können seit 10 Jahren in Erzählcafés quer durch Deutschland und anderen Ländern erfahren und erlernt werden. Darauf sind wir sehr stolz und danken Hebammen für Deutschland e.V., die die Aktion maßgeblich finanziert haben, und nahdran-Kommunikation für Gesundheit und Wissenschaft.

**Herzlichen Dank an alle, die trotz Krisen und Kriegen ein Teil der Erzählcafé-Aktion geworden sind und mit uns „erzählend“ ein positives Zeichen für einen besseren Start ins Leben gesetzt haben!**

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## So hat es angefangen



Am 11. Mai 2014 am Muttertag sind über 90 Menschen unserer Einladung gefolgt, sich für eine bessere Geburtshilfe in Deutschland einzusetzen. Alle Gäste haben mit viel Engagement die Gelegenheit genutzt, sich mit anderen Müttern, Vätern und zahlreichen Fachfrauen sehr persönlich auszutauschen. An jedem der fünf Cafés hat jeweils eine Zeitzeug:in zu Anfang des Gespräches aus ‚ihrem‘ Jahrzehnt berichtet, von den 50ern bis heute. Dieses erste Erzählcafé war sehr beeindruckend, lebendig und hat uns Mut gemacht, die bundesweite Erzählcafé-Aktion zu starten.



**Mitmachen erwünscht:** Rund um den Internationalen Tag der Hebamme am 5. Mai 2015 fanden dann nach unserem Aufruf überall in Deutschland Erzählcafés „Der Start ins Leben“ statt. In Gemeindesälen, in Geburtshäusern, in Familiencafés, Museen... von Freiburg bis Chemnitz, Osnabrück bis Berlin... Das Erzählen über Geburt war offenbar „ansteckend“, denn bis in den Dezember fanden quer durch Deutschland immer mehr Erzählcafés statt.



” *Die Resonanz auf diesen stärkenden, positiven Protest für Hebammen und für gebärende Mütter war so groß und anhaltend, dass wir beschlossen haben weiterzumachen.*

*Geplant hatten wir eigentlich nur ein Jahr und heute feiern wir 10 Jahre, das spricht für sich!*

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Unser Anliegen: Viele Menschen erreichen und Brücken bauen

” *Jedes Erzählcafé ist einzigartig und besonders, denn im Erzählcafé-Coaching erarbeiten wir eine Gestaltung des Formates, die den Zielen, Wünschen und Ressourcen der Veranstaltenden entspricht. Die Methode wird also den Menschen angepasst und nicht umgekehrt.*

Der Name „Erzählcafé“ oder „Birthcafé“ stellt bewusst ein in allen Städten wiedererkennbares Label und eine Metapher dar. Denn im übertragenen Sinne stehen Erzählcafés dafür, dass der offene Dialog über Geburtsthemen kein Tabu bleiben sollte, sondern in unserer Gesellschaft wichtig und gewünscht ist. Um Menschen verschiedener Generationen und Kulturen noch besser zu erreichen, haben wir im Laufe der Jahre verschiedene Erzählcafé-Formate speziell für Themen zu Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett ausprobiert und weiterentwickelt. Zum Beispiel:

### Pilot-Erzählcafé für Migrant:innen in Hamburg am 4. September 2015

” *Unser Erzählcafé zum Start ins Leben war für alle offen, wer Geld hat oder keines, unabhängig von Religionen und egal von wo jemand kommt!* Familienhebamme Anja Prühs

Die Familienhebamme Anja Prühs hat Zeitzeuginnen eingeladen, die beispielsweise in Afrika geboren haben. Manche Mütter und Großmütter reisten extra an, um ihre Geburtsgeschichte zu erzählen. Wen wundert es, dass weitere Erzählcafés folgten.



### Pilot-Erzählcafé für Schüler:innen in Potsdam am 28. Januar 2016



” *Es war schön, zu erleben, wie offen und wissbegierig die Jugendlichen waren.*

Die Schüler:innen der Sportschule Potsdam haben zum ersten Mal in ihrem Leben ein Geburtshaus besichtigt und mit Zeitzeuginnen über Schwangerschaft und Geburt gesprochen. Unterstützt von uns, haben der Förderverein Normale Geburt e.V. und die Geburtshäuser Charlottenberg und Potsdam zum gemeinsamen Erzählcafé eingeladen.

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Start der neuen Welcome-Erzählcafés an der HAW- Hamburg 2017



**” Wir sind sehr berührt von den vielen Eindrücken und sind dankbar für das große Engagement, mit dem wir von Euch unterstützt wurden.** Angelica Ensel, Autorin und Dozentin

Studentinnen des Studiengang Integriertes Gesundheitsmanagement der HAW-Hamburg haben das neue Format speziell für Frauen mit Fluchterfahrung ausprobiert. 45 Frauen aus den unterschiedlichsten Ländern und 10 Kinder folgten der Einladung. Sie nutzten die Gelegenheit, sich als Mütter verschiedener Kulturen über Schwangerschaft und Geburt auszutauschen und haben dabei viel Solidarität erlebt.

## Start der JUNIOR-Erzählcafés im LVR Landesmuseum Bonn in 2017

Für den Auftakt unseres neuen Formates JUNIOR-Erzählcafés haben wir 50 Schülerinnen und Schülern, fünf Zeitzeug\_innen, davon ein Vater und mehrere Hebammen, ins LVR-LandesMuseum Bonn eingeladen. Zu Beginn zeigten wir das Wissensvideo „Schwangerschaft & Geburt“, das wir in Zusammenarbeit mit dem bekannten Science-Blogger BYTHEthinks produziert haben. Es darf exklusiv in jedem Junior-Erzählcafé der Aktion gezeigt werden und hat bis heute 149.559 Aufrufe (Stand 06.05.24).

Link: [www.youtube.com/watch?v=UQDSVHwi6PQ](https://www.youtube.com/watch?v=UQDSVHwi6PQ)



**” Die jungen Frauen haben so kluge Fragen gestellt, ich war überrascht und berührt zugleich!**

Marianne Krüll, Zeitzeugin und Buchautorin

Die sehr persönlichen Berichte von Erfahrungen mit Schwangerschaften und Geburten von den 60er Jahren, in der DDR und bis heute haben für eine intensive, lebendige Atmosphäre gesorgt, bei der viele Fragen gestellt wurden: „Was kann man denn gegen die Schmerzen tun?“, „Hatten Sie als Mann Angst vor der Verantwortung?“ oder „Wie haben sich Ihre Geburten auf die Beziehung zu den Kindern ausgewirkt?“

# Die Erzählcafé-Aktion

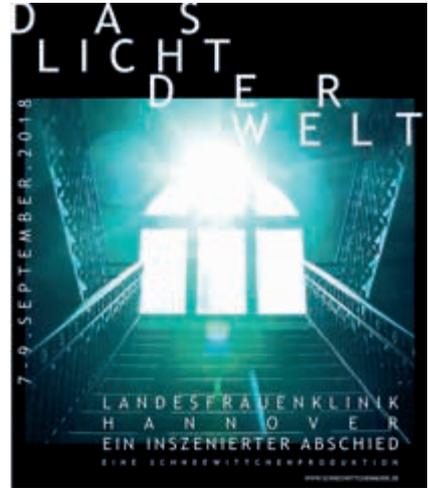
zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Erzählen statt Ohnmacht!

Angesichts von immer mehr Schließungen von Geburtsabteilungen und Geburtskliniken entstand das Format der SOS-Erzählcafés. Betroffene Hebammen und Eltern tauschten sich dort aus und entwickelten am Cafétisch gemeinsam Visionen oder konstruktive Lösungen.



Aber auch ein Theaterprojekt: Um Bürger:innen zu beteiligen, fand im Rahmen der Inszenierung ‚Das Licht der Welt‘ über die geräumte, leerstehende Landesfrauenklinik Hannover ein offenes Erzählcafé statt, zu dem das Stadtteilzentrum Stöcken und der Offene Frauentreff eingeladen hat.



## Erstes SOS-Erzählcafés Malteserkrankenhaus in 2018

” *Ich fühle mich als Hebamme nicht gehört, wenn alle Vorschläge, die gemacht wurden um den Kreißsaal zu erhalten, nicht in Erwägung gezogen werden*, sagte eine der vom Verlust ihres Arbeitsplatzes betroffene Bonner Hebamme.



Ausblick: Der Impuls aus dem Erzählcafé hat mit viel Engagement der Beteiligten zur Gründung eines neuen Hebammenhauses im Rhein-Sieg-Kreis geführt und die Idee einer Hebammenambulanz für Bonn entstehen lassen.

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

Wer ein Erzählcafé veranstalten möchte, kann heute aus einem großen Angebot wählen. Wir sind gespannt, was sich noch entwickelt:

Online-Erzählcafés, Welcome-Erzählcafés zur Begegnung mit geflüchteten Frauen, Väter-Erzählcafés, JUNIOR-Erzählcafés für Teenager, SOS-Erzählcafés bei Schließungen von Geburtsorten, Erzählcafés ‚Es war eine schwere Geburt‘, Mini-Erzählcafés für Spontane und Impuls-Erzählcafés, in denen professionsübergreifend an der Geburtshilfe von morgen gearbeitet wird.



Leitfäden gibt es heute zu Erzählcafés nach der World-Café-Methode, zu Online-Erzählcafés und für therapeutisch moderierte Erzählcafés ‚Es war eine schwere Geburt‘.

## Gesagt, getan: Bundesweite Aktionstage

Aktionstag zum Internationalen Hebammentag mit spontanen Mini-Erzählcafés in 2018

Von Dresden bis Trier, von Bonn bis Karlsruhe, in Österreich und auf Spiekeroog fanden am 5. Mai 2018 überall spontane Mini-Erzählcafés statt.



# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Aktionstag zum Internationalen Hebammentag am 5. Mai 2019 #Väter, Ihr seid wichtig!

An diesem Tag erreichten uns zahlreiche, sehr berührende Statements von Vätern aller Generationen und auch von Müttern, die sich bei Ihren Männern ausdrücklich bedankten. Ein solcher Austausch zwischen Partner:innen ist so wichtig und fällt ohne Erzählcafé oder einen vergleichbaren Raum für Gespräche oft unter den Tisch.



Nach diesen Geburtserfahrungen von Vätern haben wir uns entschlossen, zusammen mit Martina Bürger von Image of birth und Hebammen für Deutschland e.V. das Vaterwerden mit einem Flyer zu unterstützen. Der Flyer bringt auf den Punkt, was Männer über Geburt und Wochenbett heute wissen sollten, um mit ihren Partnerinnen im Gespräch zu bleiben, sie zu unterstützen und um selbst gesund zu bleiben.

„Wir waren sehr berührt über die meist nicht ausgesprochene Not und Belastung von vielen Vätern durch die Geburt, aber auch über die fehlende Gesprächskultur unter Männern.“



### „Respekt Mann, Du wirst Vater!“

Empfohlen wird der Flyer von zahlreichen Experten und Expertinnen. 2023 hat das ZDF-Magazin 37 Grad in seiner Väter-Kampagne in Instagram unsere Bilder aus dem Väterflyer und die Anleitung zum Paargespräch gezeigt!

**Bestellung:** <https://shop.jojo-und-fine.de/produkt/vaeterflyer-respekt-mann-du-wirst-vater-druck/>

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Bundesweite Aktion im Mai 2023

### #Mutmacher:innen gesucht!

Angesichts von anhaltend schlechten Nachrichten aus aller Welt und immer mehr Angst und Sorge in der Bevölkerung, haben wir im Mai dazu aufgerufen, dass Ihr uns mutmachende Botschaften schickt. Damit sich Social Media-Kanäle mit Hilfreichem statt Belastendem füllen, haben wir diese berührenden Statements immer wieder – in Pink! - gepostet.



# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Die Erzählcafé-Aktion zieht Kreise

Über 23 deutsche Kooperationen finden die Idee der Erzählcafé-Aktion gut, zum Beispiel der Arbeitskreis Frauengesundheit, der Deutsche Hebammenverband, aber auch das Bundesforum Männer, Mother Hood und viele mehr.



**Über Ländergrenzen hinweg:** Seit 2017 haben wir uns über deutsche Grenzen hinaus vernetzt und die Impulse für Erzählcafés nach Voralberg in **Österreich** (IG Geburtskultur, Brigitta Soraperra), in die **Schweiz** (Netzwerk Erzählcafé Schweiz, Gert Dressel, Johanna Kohn ...) und über das **EU-Projekt Birth Cultures** (IAWM, interarts) in weitere Länder wie Südtirol, Spanien und Ukraine gebracht. Die neue Kooperation mit dem Film-Team von „Among us women“ hat die Erzählcafés seit 2022/23 auf Filmfestivals in Europa und nach Ghana geholt.



# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

Dazu beigetragen haben viele Presseberichte und Interviews mit großer Reichweite, Vorträge auf Kongressen und eine intensive Kommunikation über Social Media (Facebook und seit 2023 Instagram).

Besonders danken möchten wir unseren engagierten, tollen Medienpartnerschaften (Deutsche Hebammenzeitschrift, babywelt und kidsgo)!



# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Erzählcafés weitergedacht ...

### ... als Runde Tische der Geburtshilfe

Mit der Zeit wurde immer deutlicher, dass sich Erzählcafés als Methode auch für Profis eignen. In verschiedenen Konstellationen und Kontexten haben wir dies ausprobiert und jedes Mal wieder feststellen dürfen. Ob als Fortbildung oder moderierter Austausch, in Präsenz oder Online, in Impuls-Erzählcafés sind alle beteiligten Akteure und Berufsgruppen eingeladen, am Cafétisch nachzudenken, wie sie mit vereinten Kräften die Geburtshilfe verbessern können. Statt Diskussionen, sind persönliche Erfahrungen der Ausgangspunkt für das Gespräch und dies wirkt verbindend.



### Zum Beispiel:

### The Future of Labour - Arbeitswelt Geburtshilfe zukunftsfähig gestalten

#### Gewinnerprojekt BMBF-Wissenschaftsjahr an Hochschulen 2018

An mehreren Universitäten fanden Erzählcafés für Fachpersonen der Geburtshilfe statt, in denen verschiedene Berufsgruppen gemeinsam nach neuen Lösungen suchten.

### Erzählcafés als Tool für Hebammenstudentinnen seit 2023

Ob als Vortrag oder gemeinsam veranstaltetes Erzählcafé bieten wir allen Universitäten an, die Methode im Rahmen der Gesundheitskommunikation zu erklären oder sie als praktische Semesterarbeit mit unserer Unterstützung selbst zu veranstalten und auszuprobieren.

### ... als Talk-Format zu Filmen

Anfangen mit den Dokumentarfilmen „Die sichere Geburt“ (Carola Hauck), „muttermündig“ (Marieke Brost) und „among us women“ (Evolution-Film) haben wir mit den Filmteams dazu eingeladen, nach jeder Filmvorführung in einem Erzählcafé das Gesehene erzählend zu verarbeiten und gemeinsam auf neue Ideen zu kommen, wie sich die Geburtshilfe verbessern lässt.

Ein sehr schönes, aktuelles Beispiel sind **Erzählcafés in Ghana nach der Filmvorführung von „among us women“**, in denen sich Mütter, Ärzte, moderne und traditionelle Hebammen intensiv über die Erfahrungen in der ghanaischen Geburtshilfe austauschten.

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

„ In unserem ersten Erzählcafé in der Volta-Region haben wir festgestellt, wie groß der Gesprächsbedarf ist. Die Frauen berichteten, dass ihnen der Weg in eine medizinische Einrichtung zu weit und zu teuer sei. Deshalb entbinden sie weiterhin zuhause mit traditionellen Hebammen, die aber offiziell verboten sind. Diese Situation hat manchmal dramatische Folgen. Um so wichtiger war es, dass im Erzählcafé zum ersten Mal alle Seiten aufeinander zu gegangen sind und sich zuhörten.

Sonja Liggett-Igelmund, Hebamme, nach dem 1. Erzählcafé am 9.3.2023 in Ghana



## ... zur Unterstützung während der Pandemie

Nach dem Motto „Wir lassen niemand allein!“ haben wir während des Lockdowns für das Erzählen neue Wege gesucht. Mit viel Engagement haben wir das Online-Erzählcafé in den verschiedensten Varianten ausprobiert und weiterentwickelt.



**Die Erzählcafé-Aktion**  
zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

Online-Erzählcafé-Reihe  
**GEBURT & GEBÄREN WÄHREND CORONA**

Durch die Pandemie sind Hebammen stark belastet und zum Schutz vor Ansteckung fallen viele Geburtsvorbereitungskurse aus. Als Folge davon findet der Austausch unter Schwangeren und die gegenseitige Konsultation vor der Geburt kaum noch statt. Zu viele Fragen bleiben offen und die Not der Eltern ist groß.

**UNSERE LÖSUNG:** Um die Herausforderungen durch die Corona-Pandemie besser zu bewältigen und gut gestärkt in die Geburt gehen, bieten wir Eltern und Fachfrauen zur Unterstützung folgende Online-Erzählcafés kostenlos an:

- KRATZQUELLEN** Geburtsgeschichten über das Suchen & Finden von Kratzquehlen
  - Stark werden trotz Corona-Krise und Resilienz fördern
- DAS HELFT** Praktische Erzählcafé-Tipps von Eltern und Fachfrauen
  - Vorbereitung auf die Geburt, Wochenbett erleichtern
- BIS DER PARTNER KOMMT...** Austausch über die Zeit alleine im Kreißelraum
  - Mentale Strategien für die Geburt und zur Nachsorge
- INFOG GEGEN DIE ANGST** Positive Erfahrungen während der Corona-Pandemie
  - Mut machen und Sünden für eine entspannte Geburt
- GUT GEGEN DEN CORONA-BLUES** Tipps für ein stärkendes Wochenbett
  - Baby Blues vorbeugen, Bindung aufbauen und Stillen fördern trotz Corona
- STRECKEN UND FOLG GEBIETEN** Hebammen Austausch und Beratung
  - Raum für Erfahrungen und professionelle Tipps zur Bewältigung
- WIE KOMME ICH DURCH DEN ALLTAG?** Koff tanken für Hebammen
  - Zeit für Körperliche und Übungsgelübte

**Anmeldung & aktuelle Termine:** erzhaelcafe.net und auf Facebook

**DAS TEAM:** Diese Erzählcafés werden von erfahrenen Fachfrauen moderiert und gemeinsam mit Hebammen für Deutschland e.V., Mother Hood e.V. und nahdion - Kompetenzforum für Gesundheit und Wissenschaft angeboten. Wer aktiv mitmachen möchte, ist jederzeit willkommen!

**Die Erzählcafé-Aktion**  
zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

Online-Erzählcafé-Reihe  
**GEBURT & GEBÄREN WÄHREND CORONA**

**HEILSAMER AUSTAUSCH NACH FEHLGEBURT**

Auch während der Pandemie enden nicht wenige Schwangerschaften vorzeitig in den ersten Wochen. Viele Paare haben noch niemandem von der Schwangerschaft erzählt und fühlen sich gerade jetzt in dieser schwierigen Zeit mit ihrem Gefühlen alleine und überfordert. Diesen Gefühlen Ausdruck zu verleihen und das Erlebte mit anderen Müttern und Vätern zu teilen ist deshalb ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Verarbeitung und zu neuer Hoffnung.

Damit dies gelingt, wollen wir Euch und Ihnen mit diesem Erzählcafé einen Raum bieten, der u.a. von einer erfahrenen Fachfrau und Doula moderiert wird. Das Erzählen persönlicher Geschichten und der Austausch stehen dabei im Vordergrund. Daneben gibt es auch Informationen zu Anlaufstellen und heilsamen Möglichkeiten des Umgangs mit einer Fehlgeburt. Das Erzählcafé findet online statt, Partner sind ebenfalls herzlich eingeladen.

Das Erzählcafé ist Teil der bundesweiten Erzählcafé-Aktion, eine Mitmachaktion für eine Geburtshilfe, die Erfahrungen und Bedürfnisse von Eltern ernst nimmt. Jeder\* kann mitmachen und es willkommen!

**Freitag, 19.3.2021**  
**von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr** über Zoom (Link erfolgt nach Anmeldung)

**Moderation:** Anna Flora / Uli Bonn, Katharina Krapp / Doula  
Anmeldung: [malk@hebammenfuereuropa.de](mailto:malk@hebammenfuereuropa.de)

Angeboten werden heute Erzählcafés für Schwangere oder Väter zur Geburtsvorbereitung, für Paare im Wochenbett und zur Nachsorge, für Hebammen als Fachfortbildungen, z.B. in der Lehre an Hebammenuniversitäten.

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## ... für schwere Themen

Die zahlreichen Erzählcafés der ersten Jahre und der Pandemie haben uns eindrucksvoll gezeigt, wie heilsam Erzählen sein kann. Dadurch gestärkt, haben wir uns seit 2022 auch an „schwere Themen“ gewagt, in Präsenz und online.

Daraus sind Erzählcafés für Sterneltern entstanden, online in Bonn mit Teresa Kaya und in Basel mit Seelsorgerin Kerstin Rödiger, die sie am Bethesda-Krankenhaus mit viel Kompetenz und „Herzblut“ anbietet.



” Für die Frauen machte dieses Format sehr viel Sinn, sie berichteten von viel Druck in der Gesellschaft, ‚happy moms‘ sein zu müssen und fühlten sich mit ihren Erlebnissen und Gefühlen recht alleine. Dabei waren sie sehr wertschätzend miteinander und konnten sich gute Tipps geben und vernetzen.“ Erika Idel, Psychotherapeutin, Diakonie Bonn



” Es ist super, dass es solch ein Angebot gibt. Ich bin nur verwundert gewesen, dass so wenige Väter hier sind, obwohl es doch viele Väter mit schweren Geburtserlebnissen gibt. Es tat gut darüber zu reden in einer vertrauensvollen und dennoch lockeren Atmosphäre. Meiner Meinung nach ist so ein moderiertes Angebot gerade wertvoll für Männer, da diese oft nicht wissen mit wem, wie und wo sie über emotional schwierige Themen reden können.“ Rückmeldung von Vätern aus den Erzählcafés für Väter von Marcel Maus, Psychotherapeut, Caritas Bonn



Zusammen mit mehreren Bonner Institutionen, die werdende Eltern unterstützen, ist in Bonn unter der Leitung der Frühen Hilfen mit Anja Henkel ein regelmäßiges Angebot auf die Beine gestellt worden, das Eltern nach belastender Geburt in therapeutisch moderierten Erzählcafés auffängt. Mittlerweile entstehen quer durch Deutschland in zahlreichen Städten von Görlitz über Kiel bis Mayen solche wichtigen, niederschweligen Angebote, die wir im Erzählcafé-Coaching mit unserer Erfahrung und dem Wissen aus anderen Städten begleiten.

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Seid Ihr dabei? Wir unterstützen Euch!

Jedes neue Erzählcafé, das entsteht und von Euch auf die Beine gestellt wird, ist eine riesengroße Freude für uns und ein Zeichen, dass wir etwas verändern können!

Wir laden Einzelpersonen, Fachleute aller Berufe und Institutionen ganz herzlich ein, Teil der Erzählcafé-Aktion zu werden. Wer selbst ein Erzählcafé oder ein fortlaufendes Angebot veranstalten möchte, wird bei uns kostenlos und sehr kompetent unterstützt.

Dazu gehört ein **Profi-Leitfaden** – für unsere Erzählcafés mit dem World-Café-Ansatz, für Junior-Cafés über Geburt, Online-Erzählcafés und für therapeutisch moderierte Erzählcafés nach belastender Geburt – und ein persönliches **Online-Coaching mit Stefanie Schmid-Altringer**.



In einem gemeinsamen Prozess wird eine für die Veranstalter:innen optimale Erzählcafé-Form gefunden. Dazu überlegen wir, wie das geplante Erzählcafé die Bedürfnisse, Ziele und Ressourcen der Einladenden am besten abdeckt, beantworten Fragen und vernetzen vor Ort. Steht der Termin fest, bewerben wir ihn über unsere **Social Media Kanäle** und unsere Webseite und machen so das Angebot bekannt.

” **Das Coaching hat mich richtig motiviert, das tat einfach gut!**“

Lisa-Marie Larisch, Birth rights Schweden nach dem Coaching am 13.4.2024

Die Erzählcafé-Coachings finden mit großer Resonanz seit 10 Jahren statt und haben die unterschiedlichsten Gruppen und Personen engagiert begleitet, von Hebammen quer durch Deutschland, Geburtshäusern, Frühe Hilfen Teams, Landfrauen, Hochschulen mit Studentinnen, Theatermacherinnen, Kuratorinnen... bis zu Regionen wie Voralberg in Österreich und Südtirol, Barcelona und der Ukraine.

**Danke für Euer Vertrauen und das große Engagement von unserem Team!**

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Ausblick: Wir bleiben guter Hoffnung!

Seit 2014 setzen wir uns als Erzählcafé-Aktion dafür ein, dass Geburtshilfe nicht nur fachlich-medizinisch „uptodate“ ist, sondern auch menschlich. Mit jedem Erzählcafé wollten und wollen wir auch zukünftig folgende Ziele erreichen:

- Geburt zum gesellschaftlichen Thema machen
- Verbesserung der aktuellen Geburtskultur
- Empowerment von Familien
- Informiertes Entscheiden fördern
- Qualitätssicherung in der Geburtsmedizin durch Geburtsgeschichten
- Verbesserte Gesundheits- und Risikokommunikation in der Geburtshilfe
- Niederschwellige Angebote für alle Zielgruppen
- Partizipative Forschung über Geburt
- Europäische Netzwerke aufbauen und internationale Forschung ermöglichen
- ....

Diese Ziele zu realisieren erfordert einen langen Atem und sehr viel Geduld, vor allem aber jede Menge Solidarität und Zusammenhalt. Damit wir die Geburtshilfe, Eltern und Fachkräfte weiterhin durch die Erzählcafé-Aktion unterstützen können, brauchen wir Ihre Unterstützung! Durch Lob, Mitmachen, Presseberichte und vor allem Spenden (Spenden-Infos siehe nächste Seite).

**Gemeinsam sind wir stärker, ist und bleibt deshalb unser Motto!**

Happy Birthday

10 Jahre Erzählcafé-Aktion

[www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen

## Ihnen liegt das Thema Geburt und die Gesundheit von Müttern und Vätern am Herzen?

Dann freuen wir uns über **IHR Geburtstagsgeschenk**  
– **eine Spende an uns!**

Bitte mit Stichwort „Erzählcafé-Aktion“ auf das Konto  
Hebammen für Deutschland e.V.

Sparkasse Köln Bonn

IBAN DE40 3705 0198 1929 7602 78

BIC COLSDE33XXX

*Spenden an Hebammen für Deutschland e.V. sind steuerlich absetzbar.*

*Gerne stellen wir auf Anfrage ([mail@hebammenfuerdeutschland.de](mailto:mail@hebammenfuerdeutschland.de)) eine  
Spendenquittung aus.*



## Die Erzählcafé-Aktion „Der Start ins Leben“

Ein Projekt von Hebammen für Deutschland e.V. und  
nahdran – Kommunikation für Gesundheit und Wissenschaft



Initiatorinnen:

Dr. Stefanie Schmid-Altringer, Ärztin und Wissenschaftsjournalistin und Lisa von Reiche, Hebamme

Text und Konzeption:

Dr. Stefanie Schmid-Altringer // nahdran – Kommunikation für Gesundheit und Wissenschaft

[www.nahdran-kommunikation.de](http://www.nahdran-kommunikation.de)

Grafik:

Olivia Ockenfels, [odecologne.de](http://odecologne.de)

Druck: *Klimaneutral gedruckt auf Recyclingpapier*

Alle Abbildungen © Die Erzählcafé-Aktion, 2024

# Die Erzählcafé-Aktion

zuhören | sich austauschen | voneinander lernen