

# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘

*zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*



## JUNIOR-Erzählcafés für Teenager

*Auf unserer Website finden Sie unter Termine eine Landkarte mit den Adressen der Veranstalter\*innen. Nehmen Sie Kontakt auf, um sich auszutauschen oder auch um nach Unterstützung zu fragen.*

### So bereiten Sie das Café vor:

**Ort** – Klären Sie so früh wie möglich, wo die Veranstaltung stattfindet. Die Zeitzeuginnen wollen das für eine Zusage auch meist wissen. Gut geeignet sind öffentliche Orte, zu denen Sie Zugang haben, zum Beispiel in der Schule, im Jugend- oder Gemeindezentrum oder an thematisch passenden Orten, wie ein Geburtshaus.

**Catering** – Je nach Alter der Jugendlichen und Konzentrationsfähigkeit ist es sinnvoll, Unruhe und Lärm durch Essen und Trinken zu vermeiden. Gut ist es deshalb, bis zum Beginn Getränke auszuschenken und dann erst wieder zum Tischwechsel als Pause.

+ Fragen Sie im örtlichen Getränkehandel, ob es eine Getränkespende gibt, die Sie dankend erwähnen können.

**Zeitzeug\*innen** – Laden Sie mindestens 3 Mütter oder Väter ein, die aus verschiedenen Jahrzehnten der Geburtshilfe berichten (z.B. 50er, 60er, 70er, 90er, heute). Dazu können Sie im Bekanntenkreis nachfragen oder zum Beispiel bei Familienzentren, Senior\_innen-

Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)



# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘

*zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*

einrichtungen, Kirchengemeinden, Hebammenpraxen oder auch im Geschichtsverein, etc. nachfragen – das ist von Ort zu Ort verschieden.

+ **"Gender-Blick"** - Der sensible Umgang mit dem Thema Schwangerschaft und Geburt ist wichtig, ein geschützter Raum fördert das offene Gespräch. Laden Sie Mütter und auch Väter ein. Für Jungen ist es wichtig, dass auch „Männerfragen“ geklärt werden können. Umgekehrt kann die jeweils andere Perspektive auf Geburt bereichernd sein. Eventuell richten Sie Jungen und Mädchentische ein oder bieten das JUNIOR-Erzählcafé jeweils getrennt an. Wenn möglich, können Sie das auch vorab mit den Jugendlichen besprechen.

+ Klären Sie im **Vorgespräch**, was die Zeitzeug\*in erlebt hat. Die Geschichte darf berühren, aber eine ‚Horrorgeschichte‘ ist nicht geeignet. Gut ist, wenn sich aus allen Geschichten etwas Allgemeines über die Geburtshilfe der Zeit ziehen lässt.

+ **Verstärkung erlaubt!** Denken Sie daran, wie schwer es oft fällt, mit persönlichen Geschichten an die Öffentlichkeit zu treten, noch dazu mit einem Tabuthema. Gut geeignet sind deshalb Freundinnen, Paare oder Mutter und Tochter, die zusammen kommen dürfen und als 1 Tisch zählen.

+ **Toiletten und Co!** Gerade ältere Damen möchten genau wissen, wie sie anreisen können. (Anfahrt als Brief/Mail schicken) Dazu zählen behindertengerechte Aufgänge, aber auch ob eine Toilette direkt in der Nähe ist.

+ **Zeitdokumente!** Ermuntern Sie die Gäste und Zeitzeuginnen im Vorfeld, wichtige Gegenstände oder Dokumente ihrer persönlichen Geschichte mitzubringen, die das Erinnern erleichtern und das Gespräch anschaulicher machen.

**Fachfrauen für den Wissenstisch** – Sind Sie selbst eine Fachfrau, können Sie am Wissenstisch sitzen. Es sollte aber nicht zu stressig sein, wenn Sie gleichzeitig die Veranstaltung leiten! Dann ist es besser, eine Kollegin einzuladen. Für alle anderen Veranstalterinnen gilt: Wenn Sie persönliche Kontakte zu Hebammen, Frauenärztinnen oder Geburtsvorbereiterinnen haben, dann fragen Sie dort als Erstes. Das ist oft leichter und hat den Vorteil, dass Sie die Fachfrau besser einschätzen können. Ansonsten können Sie je nach den örtlichen Strukturen in Hebammenpraxen, im Geburtshaus oder der Klinik nachfragen.

+ Das Projekt „Hebammen an Schulen“ des Deutschen Hebammenverbandes e.V. vermittelt kompetente Hebammen: [www.hebammen-an-schulen.de](http://www.hebammen-an-schulen.de)

+ Die Initiative ÄGGF (Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e.V.) vermittelt Schulärztinnen, die Sexualkunde unterrichten: [www.aggf.de/startseite](http://www.aggf.de/startseite)

Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)



# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘ *zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*

- + Bei Pro Familia können Sie in Ihrer regionalen Beratungsstelle nachfragen. In Sexualkunde ausgebildete Youth-Worker kommen auf Anfrage in die Schule: [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)
- + Wenn Sie das Erzählcafé mehr als Science-Café aufbauen möchten, bei dem die Jugendlichen selbst vorbereiten, finden Sie Informationen und Expertinnen auf folgender Seite: <http://juniorsciencecafe.de>

**Kunstpädagoge für den Kunsttisch** – Entscheidend sind hier Ihre Kapazitäten! Sie können eine Kunstlehrerin fragen oder auch eine verantwortliche Person bestimmen (gerne auch eine Fachfrau, z.B. eine Hebamme), die mit den Jugendlichen über ihre eigene Geburt spricht und das in künstlerischer Form umsetzt. Das kann beispielsweise ein Bild mit Buntstiften sein, ein Styropor-Farbdruck oder eine Kollage. Machen Sie nur das, was für Sie vor Ort gut und unkompliziert möglich ist und Spaß macht.

**Presse- und Öffentlichkeitsarbeit** – Gehen Sie den traditionellen Weg über die lokalen Medien und Familienmagazine wie kidsgo, aber sprechen Sie auch gezielt Institutionen und Multiplikator\*innen an, die bei Ihnen vor Ort an Schulprojekten bzw. dem Thema Schwangerschaft und Geburt Interesse haben. **Tipp:** Viele Medien haben mehr Interesse an Ankündigungen, als an Berichterstattungen. Deshalb sollten Sie lieber rechtzeitig anrufen und ggfs. Deadlines erfragen.

- + Schicken Sie möglichst konkrete „Fallgeschichten“, die für die Presse spannend sind: „Es kommt u.a. eine 90 jährige Hebamme, die hier im Krankenhaus ...“.
- + In vielen Städten und Gemeinden können Sie eine Förderung für Öffentlichkeitsarbeit oder auch innovative Schulprojekte beantragen.

**Elterninformation** – Denken Sie daran, die Eltern rechtzeitig über die Aktion zu informieren. Gut geeignet ist ein Brief mit Link zu unserer Webseite. Gerade bei Kindern mit Migrationshintergrund und anderer Religion wird das Sprechen über Schwangerschaft und Geburt in der Öffentlichkeit nicht ohne weiteres erlaubt. Eventuell ist hier ein persönliches Gespräch oder Telefonat sinnvoll.

**Ihr Support:** Sie können bei der Veranstaltung nicht überall sein. Gut ist deshalb, wenn an jedem Tisch jemand sitzt, die das Thema kennt und das Gespräch wertfrei und achtsam moderiert. Das kann nach entsprechender Vorbereitung ein Schüler oder eine Schülerin sein, aber auch eine Fachfrau. Eltern und Lehrer\*innen werden in dieser Rolle oft als hemmend empfunden, da es hier um „krass private“ Dinge geht...

Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)



# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘

*zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*

## So führen Sie das Café durch:

### Der Raum

- > Schaffen Sie eine angenehme Erzählatmosphäre, die Ihr Engagement zeigt: Kleiner Tischschmuck und schöne Servietten zum Beispiel (Blumen als Schmuck können Sie den eingeladenen Zeitzeuginnen als Dank nachher mitgeben) und ggfs. eine Kuschel- oder Stillecke, wenn Mütter mit Babys kommen.
- > Stellen Sie am Tag selbst eine **Plakatwand** auf, auf der in Folien leichte Zeitdokumente (Fotos, Geburtsanzeigen oder Entlassungsbriefe...) sichtbar aufgehängt werden.
- > Richten Sie einen **extra Tisch** für Gegenstände ein (alte Rasseln, Taufkleider, Hörrohre...), die Sie auch in der Begrüßung zeigen können.
- > Achten Sie darauf, dass draußen ein sichtbarer Hinweis ‚Bitte nicht stören‘ (z.B. ein Aufsteller mit Plakat) steht und gleichzeitig jemand für zu spät Kommende ansprechbar und zuständig ist.
- > Klären Sie, welche Technik Sie brauchen (ggfs. Mikro, etc.). Probieren Sie rechtzeitig aus, wie und wo Sie das Wissensvideo zeigen (PC, Projektionswand, etc.).
- > Kunsttisch: Je nach künstlerischer Technik benötigen Sie eine dicke Plastikfolie als schützende Unterlage, eine Möglichkeit zum Händesäubern (dicke Rollen Küchenpapier griffbereit!) und das Material.
- > ggfs. Papier vorbereiten oder Karteikarten für die Erzählcafé-Resolution

**Der Ablauf** – Die Zeitzeuginnen kommen eine Viertel Stunde vorher zum „Warmreden“ mit dem Vorbereitungsteam.

- > **Gemeinsame Begrüßung** mit Erläuterung der Gesprächsregeln und der Hinweis, wie die Tischdecken genutzt werden sollen (Kommentare, Gefühle, Wünsche, Vision für die Zukunft). Hier passt es gut, die Erzählcafé-Aktion zu erwähnen und auf unsere Ziele hinzuweisen.
- > **Film ab:** Der mehrfach ausgezeichnete Blogger BYTEthinks hat auf seine Art für die Erzählcafé-Aktion ein Wissensvideo über Schwangerschaft und Geburt vorbereitet. Schaut mal, was Ihr kennt und merkt Euch, was Ihr nicht versteht. Ihr findet ihn auf youtube unter: <http://bit.ly/BYTEthinks>

Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)



# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘

*zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*

- > **Beginn der Gespräche**, dort wo man gerade sitzt. Die Zeitzeuginnen berichten erst mal (gerne auf Nachfrage durch die Tischmoderation oder andere Gäste), dann wird das Gespräch geöffnet. Erster Wechsel z.B. nach 30-45 Minuten, je nach Stimmung und dann 2-3 Wechsel, so dass möglichst viele Jugendliche an den Wissens- oder Kunsttisch kommen können. Wichtig ist, dass sich das Gespräch in Ruhe und entspannt entwickeln darf. Aktiv moderiert werden sollte nur, um das Gespräch in Gang zu bringen und dafür zu sorgen, dass Gesprächsregeln wie ‚Ausreden lassen‘ eingehalten werden. Moderiert eine Fachfrau, ist sie mit ihrer menschlichen Erfahrung gefragt oder auch, wenn fachliche Fragen zu klären sind.

**Zum Schluss** gibt es ein letztes Gespräch im Plenum, das aus zwei Teilen besteht:

**Stille & Nachdenken:** Bitten Sie alle Gäste jetzt etwas für unsere „Erzählcafé-Resolution“ zu schreiben: Was wünscht Ihr Euch für die Zeit, wenn Ihr mal Eltern seid? Wovor habt Ihr Sorgen und was wünscht Ihr Euch? Und an die Politik: Was soll sich ändern? (Hierfür können Sie gerne Karteikarten verteilen, die ohne Namen beschrieben werden. Für unsere Auswertung ist eine Unterscheidung wichtig. Erwachsene bekommen z.B. bunte Karten, Jugendliche weiße)

**Eindrücke teilen:** Zum Beispiel kann vorgelesen werden, was auf den Tischdecken steht oder wer möchte, darf etwas Zusammenfassendes für seinen Tisch sagen. Für die Stimmung ist es wichtig, dass niemand etwas sagen muss. Sie entscheiden spontan und je nach Situation, was passend ist.

**Für die Aktion, aber auch für das weitere Arbeiten im Unterricht, für die Schülerzeitung oder Homepage können Sie die Tischdecken oder Karteikarten und die Kunstbilder gerne fotografisch dokumentieren.**

**Dokumentation auf unserer Webseite:**

Informieren Sie uns kurz per Mail, wann und wo Sie Ihr Erzählcafé veranstalten möchten. Im Anschluss schicken Sie an uns (siehe Adressen) Fotos, einen Bericht, kleine Filme, gesammelte Zitate und die Erzählcafé-Resolution Ihres JUNIOR-Erzählcafés. Als Dankeschön bekommen Sie einen türkisfarbenen Punkt auf unserer Erzählcafé-Karte und das „Wir sind dabei“-Ikon für Ihre Schulhomepage.

*Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)*



# Erzählcafés ‚Der Start ins Leben‘ *zuhören, sich austauschen, voneinander lernen*

Wir wünschen Ihnen, eine berührende und bereichernde Veranstaltung!

Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden.

## Ansprechpartnerinnen:

### Presse und Kooperationen

Dr. med. Stefanie Schmid-Altringer  
nahdran-Kommunikation für Gesundheit und Wissenschaft  
schmid-altringer@directbox.com  
www.nahdran-kommunikation.de



### Infos und Material (kostenfrei)

Lisa von Reiche  
Hebamme  
l.vonreiche@hebammenfuerdeutschland.de  
www.hebammenfuerdeutschland.de



### Grafik für Flyer und Plakate (Selbstkostenpreis)

Olivia Ockenfels  
odecologne graphic+webdesign  
olivia@odecologne.de  
www.odecologne.de



**Da wir auf Spendenbasis arbeiten, freuen wir uns über jede finanzielle Unterstützung. Weitere Kooperationspartner sind herzlich willkommen. Wir freuen uns über gemeinnützige Verbände und Vereine, die den Impuls der Aktion weiterführen möchten. Sprechen Sie uns an!**

Text und Konzeption:

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

Weitere Infos über die Aktion: [www.erzaehlcafe.net](http://www.erzaehlcafe.net)

