



# *Sterntaler*

*Erzählen für Menschen in Pflege und Betreuung*



Mutabor Märchenstiftung  
[sterntaler@maerchenstiftung.ch](mailto:sterntaler@maerchenstiftung.ch)  
[www.sterntaler.ch](http://www.sterntaler.ch)





# Märchen-Sternstunden

## Vom Zauber des Erzählens

**D**as Erzählen gehört zu den ältesten soziokulturellen Tätigkeiten der Menschheit. In den überlieferten Geschichten wurde nicht nur Wissen und Brauchtum weitergegeben, auch der Umgang mit Angst, Schwierigkeiten, die Überwindung von Sorge und Leid, wird thematisiert. Märchen bilden eine Brücke zur eigenen Erinnerung.

### **Märchen sind Balsam für die Seele**

Diese Aussage des Hirnforschers Gerald Hüther, ist sehr treffend formuliert. Das freie Erzählen erlaubt eine beständige Wahrnehmung und einen aufmerksamen Kontakt zum Publikum. Das macht Märchen-Sternstunden kostbar und einzigartig.

### **Die Erzählkünstlerinnen**

Alle Sterntaler-Erzählenden führen ihre Tätigkeit unter Einhaltung ethischer Grundprinzipien durch. Sie sind an einen Verhaltenskodex gebunden, der auf die besondere Situation von Menschen in Pflege und Betreuung abgestimmt ist. Sie bringen berufliche oder langjährige Erfahrung in Pflege und Betreuung mit und haben eine zweijährige Erzählausbildung abgeschlossen. Dies ermöglicht ihnen, frei und lebendig zu erzählen und auf die Zuhörenden einzugehen.

### **Die Märchen**

Alte überlieferte Märchen und Geschichten werden frei und lebendig erzählt. Sie stammen aus aller Welt und werden von den Erzählenden für den Anlass individuell zusammengestellt

### **Die Erzählenden**

Zertifizierte Sterntaler-ErzählerInnen mit beruflichem Hintergrund oder Erfahrung im Pflege- und Betreuungsbereich

### **Die Zuhörenden**

Menschen in Pflege und Betreuung ab vier Jahren bis ins hohe Alter

### **Der Ort**

In Institutionen, Krankenhäusern, Pflegeheimen, Alterszentren oder zu Hause



# Märchen machen Mut

## Erzählen in der Institution oder zu Hause

Märchen haben eine wohltuende Wirkung. Das bestätigen verschiedene Studien. Die neuesten Ergebnisse der Hirnforschung bestärken, was die Erzählenden in ihrem Alltag immer wieder erleben: Die alten überlieferten Märchen machen Mut und spenden Trost, nicht zuletzt deshalb, weil sie auch über das Leid und den Tod erzählen.

### **Einzelnen oder in der Gruppe**

Eine Märchen-Sternstunde kann für eine Einzelperson oder für eine Gruppe, innerhalb einer Institution oder privat gebucht werden. Bewährt haben sich regelmässige Zyklen über das Jahr. Angehörige können eine Erzählerin oder einen Erzähler auch für einen Jubiläumsanlass oder einen Geburtstag in der Institution oder zu Hause engagieren. Das Erzählen im familiären Bereich eignet sich ganz besonders als Geschenk. Es sind unvergessliche Momente mit bleibender Erinnerung für die Beschenkten und die Angehörigen. In Familien mit betreuten Kindern tun Märchen-Sternstunden auch den Geschwistern gut.

### **Zu besonderen Anlässen**

Neben dem regelmässigen Erzählen gibt es viele festliche Höhepunkte, bei denen sich Märchen-Sternstunden integrieren lassen, wie Advent und Weihnachten, oder rund um die Jahreszeiten, Jubiläen oder Geburtstage.

### **In der Gruppe**

Das Erzählen für eine Gruppe von Menschen ist ein bleibendes Erlebnis

### **Für eine Person**

Ein betreuter Mensch wird von der ErzählerIn einzeln besucht.

### **Mit Angehörigen**

Zu besonderen Anlässen können die Angehörigen mithören und teilhaben an einer unvergesslichen Märchen-Sternstunde

### **Einzelanlass**

Buchen Sie einen Einzel-Anlass, um Menschen eine spezielle Freude zu bereiten.

### **Regelmässiger Zyklus**

Ideal ist regelmässiges Erzählen in Zyklen von vier, sechs oder zwölf Märchenstunden pro Jahr



# Märchen für Erwachsene

## Therapie in einer Nusschale

**E**rwachsene jeden Alters können von Märchen profitieren. In den Märchen finden sie eine Welt wieder, die nicht nur Not, sondern auch Zuversicht spiegelt. Für die Märchen-Sternstunden werden gezielt Erwachsenenmärchen zusammengestellt. Beim Zuhören rücken Probleme für eine Zeit in den Hintergrund, Freude und Entspannung treten ein.

### **Märchen für Erwachsene**

Menschen in Pflege und Betreuung haben ein besonderes Gespür für die Symbolsprache der Märchen. Vom täglichen Überwinden von Hindernissen, von Rückschlägen und Geduld wissen Menschen in Pflege und Betreuung besonders viel zu erzählen. Die Bildsprache der Märchen ermöglicht Menschen jeden Alters eine Identifikation mit den Märchenfiguren und bildet eine emotionale Brücke zu eigenen Erfahrungen aus Zeiten, in denen wir einst glücklich und unbeschwert waren.

### **Regelmässiges Erzählen bewährt sich**

Die Regelmässigkeit bedeutet den Menschen im Alterszentrum sehr viel. Mit jedem Mal werden die Zuhörenden offener, sind zum interaktiven Austausch bereit und freuen sich auf die nächste Märchen-Sternstunde. Durch das wiederkehrende Erzählen finden sich viele Anknüpfungspunkte zu den Zuhörenden. Eine vertrauensvolle Atmosphäre entsteht. Vergessene Gefühle zaubern auch bei dementen Menschen ein Lächeln auf die Gesichter.

### **Dauer**

Für den Anlass hat sich eine Dauer von max. sechzig Minuten bewährt

### **Sprachen**

In der Regel Schweizer Mundart. Auf Wunsch auch Hochdeutsch, Italienisch, Französisch oder Englisch

### **Publikum**

Einzelbesuch im Zimmer oder als Gruppenanlass. Gruppengrösse mit Betreuungsperson nach Absprache

### **Rahmenprogramm**

Auf Wunsch Ergänzung mit Singen und zusätzlichem Engagement eines Musikers

### **Räumlichkeiten**

Ruhiger Raum mit guter Akustik, je nach Situation mit Mikrophon



# Märchen für Kinder

## Eine Stunde im Reich der Phantasie

Für Kinder mit einer körperlichen oder geistigen Einschränkung öffnet das Erzählen Zugänge zur schlummernden Phantasie. Die vertrauensfördernde Atmosphäre beim Märchenhören lässt neue Wege der Kommunikation zu.

### Märchen für Kinder

Für Kinder werden altersgerechte Märchen ausgewählt, die vom Mut erzählen, aber auch davon, dass es gut ist, wenn man im richtigen Moment Helfer hat. Kinder lieben Märchen, bei denen kleine Helden den Grösseren helfen können. Die rhythmische Sprache der Märchen und die klare Bilderfolge entsprechen dem kindlichen Denken. Kinder erkennen sich in den Heldinnen und Helden der Märchen wieder. Sie freuen sich mit, wenn im Märchen die Freunde gemeinsam ein Problem lösen und zeigen ihre Begeisterung oft auf eine herzliche Art und Weise.

### Vertrauen schöpfen

Wenn sich ein mehrmaliges Erzählen integrieren lässt, fassen die Kinder Vertrauen zu der Märchenerzählerin oder dem Märchenerzähler. Sie freuen sich auf die spannende und gleichzeitig familiäre Atmosphäre beim Erzählen und tragen die gehörten Märchen wie einen Schatz in sich.

### Sternstunde

Bewährt hat sich eine Dauer von max. sechzig Minuten. Nach Bedürfnis unterbrochen von einer Pause

### Sprachen

Kindgerechte Sprache, in der Regel Schweizer Mundart. Hochdeutsch, Italienisch, Französisch oder Englisch auf Wunsch

### Publikum

Einzelstunde für Kinder ab fünf Jahren mit Begleitung oder Angehörigen. Als Gruppe bis ca. 30 Kinder mit Betreuung

### Räumlichkeiten

Ruhiger Raum mit Sitzgelegenheiten

### Rahmenprogramm

Themen passend zur Jahreszeit oder zum Geburtstag



# Sterntaler buchen

## Das spezielle Kulturprogramm

*M*ärchen begleiten Kinder und Erwachsene das ganze Leben. Erzählte Geschichten und Märchen berühren und gehören zur sozialen Kultur der Menschen. Sie regen zum Gespräch untereinander an und bedeuten eine Zeit der intensiven Zuwendung für junge und alte Menschen.

### **Buchung von Märchen-Sternstunden**

Es stehen rund vierzig zertifizierte Sterntaler-Erzählende zur Verfügung. Die Erzählenden arbeiten selbständig. Die Abrechnung erfolgt direkt mit der ErzählerIn entsprechend der Sterntaler-Honorarbasis. Sie beinhaltet die gewissenhafte Vorbereitung und Auswahl für die individuelle Situation der Zuhörenden. Das Honorar liegt weit unter dem üblichen Preis im Kulturbereich. Die zertifizierten Sterntaler-Erzählenden in Ihrer Nähe finden Sie unter: [www.sterntaler.ch](http://www.sterntaler.ch)

### **Beratung und Kontakt**

Haben Sie Fragen? Wünschen Sie eine Beratung? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Ihre Ansprechperson:  
Susanna Ackermann-Wittek  
0041 (0)79 606 12 38  
[sterntaler@maerchenstiftung.ch](mailto:sterntaler@maerchenstiftung.ch)  
[www.sterntaler.ch](http://www.sterntaler.ch)

### **Buchung**

Kontaktieren Sie eine ErzählerIn und besprechen Sie Ihre Wünsche und Themen

### **Datenplanung**

Die Erzählenden planen ihre Engagements weit im voraus. Fragen Sie frühzeitig an

### **Rahmenprogramm**

Individuelle, massgeschneiderte Angebote nach Absprache

### **Regelmässige Anlässe**

Fragen Sie nach dem Rabatt bei regelmässigen Engagements

### **Honorar**

ab CHF 330.- (max. 60 Min. inkl. Spesen bis 10 km) und CHF 150.- für jede anschliessende Märchen-Sternstunde am gleichen Tag/Ort



# Sterntaler schenken

## Eine besondere Freude

**D**as Erzählen bei Menschen in Pflege- und Betreuung kommen dem Bedürfnis nach zeitlosen Werten nach: Wohlbedachte Worte, eine warme Stimme, Aufmerksamkeit und Geschichten, die bereits unsere Vorfahren gehört haben. Bereits sie haben in ihnen Trost und Mut gefunden. Viele der überlieferten Märchen sind voller Humor, andere voller Zauber, die meisten aber stecken voller Lebensweisheit.

### **Sternstunden schenken**

Schenken Sie lieben Menschen eine unvergessliche Sternstunde, einen märchenhaften Geburtstag oder etwas Licht in dunklen Stunden. Sterntaler-Erzählende besuchen auch einsame Menschen am Tag der Kranken. Sie schenken dabei einen grossen Teil ihres Honorars. Mit einer Spende können Sie mithelfen, Sternstunden zu ermöglichen.

### **Spenden für einsame und kranke Menschen**

Ihre Spende fliesst direkt in das Projekt Sterntaler und kommt Menschen in Pflege und Betreuung zu Gute.

PC Kto Nr.: 60-342868-1

IBAN: CH23 0900 0000 6034 2868 1

Zweck: Sterntaler

### **Gutschein**

Mit einem Gutschein ermöglichen Sie eine Märchen-Sternstunde auf Wunsch. Melden sie sich dafür bei der Ansprechperson, um einen Gutschein zu bestellen.

### **Spende**

Mit ihrer Spende unterstützen Sie verschiedenste Einsätze der Sterntaler-Erzählenden

# Sterntaler

## Erzählen für Menschen in Betreuung



**M** Sterntaler ist ein Projekt der Mutabor Märchenstiftung zur Förderung der Erzählkultur bei Menschen in Pflege und Betreuung. Die Erzählenden setzen sich für den Erhalt der Erzählkunst und die Integration der Märchen in den Alltag ein und vernetzt über vierhundert ausgebildete Erzählende in der ganzen Schweiz und im angrenzenden Ausland. Sie vergibt den Schweizer Märchenpreis und ist Herausgeberin der Fachzeitschrift Märchenforum und diverser Märchen-sammlungen.

### Unser Ziel

Das Projekt Sterntaler gibt Menschen ein Gefühl der Gemeinsamkeit zurück, eine Sternstunde der Unversehrtheit, des Träumens und des Glücks. Wenn vieles nicht mehr möglich ist, so bleibt doch die Freude der gemeinsam erlebten Märchen. Für diese Freude setzen wir uns, gemeinsam mit den Erzählenden aus dem Pflege- und Betreuungsbereich, ein.

Danke, dass sie uns dabei unterstützen!



Mutabor Märchenstiftung  
+41 34 431 51 31 • [info@maerchenstiftung.ch](mailto:info@maerchenstiftung.ch)  
[www.maerchen.ch](http://www.maerchen.ch) • [www.sterntaler.ch](http://www.sterntaler.ch)

