



Mutabor  
MÄRCHEN  
STIFTUNG

# Dokumentation Sterntaler



*Märchen für Menschen  
in Pflege und Betreuung*

---

**MUTABOR MÄRCHENSTIFTUNG**

Postfach · CH-3432 Lützelflüh

0041 (0)34 431 51 31 · [info@maerchenstiftung.ch](mailto:info@maerchenstiftung.ch) · [www.maerchenstiftung.ch](http://www.maerchenstiftung.ch)



## Projekt Sterntaler

### Märchen für Menschen in Pflege und Betreuung

**Mit Märchen verbinden sich frühe Kindheitserinnerungen, sie bilden eine Brücke zum emotionalen Gedächtnis, sie entspannen und machen Mut. Auf diesen Qualitäten baut das Projekt Sterntaler auf. Märchenerzählende aus Pflege- und Betreuungsberufen bringen ihre beruflichen Fähigkeiten mit der Kunst des Märchenerzählens zusammen.**

#### **Märchen für pflege- und betreuungsbedürftige Kinder und Erwachsene**

Die neuesten Ergebnisse der Hirnforschung<sup>1</sup> bestärken das, was die Märchenerzählenden 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. Kinder und Erwachsene leben und fühlen mit den Märchenhelden. Die Märchen erlauben, von Dingen zu erzählen, die sonst nicht benannt werden könnten. Angst, Ausgrenzung, Alleinsein, Schmerzen und Zweifel - die Märchen zeigen Wege, um mit schwierigen Themen zu leben und das ist tröstlich.

#### **Balsam für die Seele**

Märchen haben tatsächlich eine wohltuende Wirkung. Menschen jeden Alters können von Märchen profitieren. Während der schweren Zeit, in der Menschen pflege- und betreuungsbedürftig sind, ist es umso wichtiger, Freude zu bereiten. Die Probleme rücken für eine Zeit in den Hintergrund, Freude und Entspannung treten ein, etwas, das den Heilungsprozess positiv beeinflussen kann.

#### **Ein Geschenk für Kinder ab vier Jahren**

Kinder identifizieren sich beim Märchen hören mit dem Jüngsten, Schwächsten, Verachteten, eben mit dem, der bedroht ist und am Ende trotz aller Not und Gefahren glücklich wird. Jedes Kind muss lernen, mit den Bedrohungen des Lebens umzugehen und mit ihnen fertig zu werden. Die ihm gemässe Art ist es, von ähnlichen Ängsten und Herausforderungen in Geschichten zu hören und ihre Auflösung mitzuerleben.<sup>2</sup>

#### **Ein Geschenk für erwachsene Menschen**

Im Verfolgen der Abenteuer der Märchengestalten kann unter den Patienten eine neue Art der Begegnung entstehen. So können Märchen gesundend wirken durch das Hören der Wahrheit, das Leben im Bilde, das Erleben der Handlung und durch eine neue Brücke zum Nächsten. Das Märchen regt die Fantasie an, befreit von der alltäglichen Mühle, welche im Kopf dreht. Der Inhalt an sich wirkt heilend: Schwierige Situationen, Prüfungen werden angesprochen – dort stehen auch die Patienten, sie erkennen sich darin; dort werden sie abgeholt.<sup>3</sup>



## «Ach wie schön – mir wurden Märchen erzählt!» Märchen im Alltag von Patienten und Betreuten

**Stellen Sie sich vor, jemand schenkt Ihnen Zeit und erzählt Ihnen ein Märchen. Sie können sich ganz entspannen, die Schmerzen und Sorgen vergessen. Wir setzen uns dafür ein – helfen auch Sie mit, dass dies möglich wird.**

### **Zeit für Märchen**

«Ach wie schön - mir wurden Märchen erzählt!» So äussern sich Kinder und Erwachsene nach dem Erzählen. Besonders demente Menschen reagieren auffällig wach und entspannt auf die überlieferten Märchen. Regelmässiges Erzählen wirkt sich ausserordentlich positiv aus, ob für kranke Kinder oder pflegebedürftige Erwachsene. Märchen brauchen Zeit – etwas das Kranke oft zu viel, und Gesunde zu wenig haben. Beim Märchenerzählen braucht es eine ruhige, ungestörte Atmosphäre, damit sich die wohltuende Wirkung entfalten kann. Gönnen Sie Menschen in schwierigen Situationen diese Lichtblicke in ihrem oft schweren Alltag.

*«Jedes echte Märchen ist Therapie in einer Nussschale.»*

Annemarie Geiger, Märchentherapeutin

### **Die Erzähler/innen**

Auf Ihren Wunsch hin, besucht eine Märchenerzählerin das zu betreuende Kind oder den betroffenen Erwachsenen, nimmt sich Zeit und schenkt damit ein wunderbares Erlebnis. Alle Erzähler/innen vom Projekt Sterntaler haben eine zweijährige Erzählausbildung abgeschlossen, erzählen frei und lebendig und können deshalb gut auf die Zuhörenden eingehen. Sie bringen berufliche oder langjährige Erfahrung in Pflege- und Betreuung mit. Sie sind an einen Verhaltenskodex gebunden, der auf diese besondere Situation abgestimmt ist.

Aus der Liste der Märchenerzähler/innen der Mutabor Märchenstiftung können Sie aus den mit Sterntaler bezeichneten Personen jemanden aus ihrer Region auswählen und Ihre Wünsche besprechen. Die Erzählerinnen arbeiten selbständig. Die Abrechnung erfolgt mit der Erzähler/in entsprechend der Sterntaler-Honorarbasis direkt.

### **Kosten**

- Fr. 250.– für eine Märchenstunde (60 Minuten) inkl. Spesen bis 10 km.
- Fr. 150.– für jede weitere Märchenstunde am gleichen Tag/Ort)
- Individuelle, massgeschneiderte Angebote nach Absprache

*«Märchen sind Balsam für die Seelen von Erwachsenen.»*

Gerald Hüther, Neurobiologe



## ...da fielen auf einmal Sterne vom Himmel Wie Sie das Projekt unterstützen können

### Zu Hause

- Schenken Sie anderen Menschen Märchen-Sternstunden.
- Mit einem Gutschein haben Sie ein Geschenk, das nachhaltig Freude bereitet.

### In der Institution

- Integrieren Sie Märchen in Ihrer Pflege- und Betreuungseinrichtung
- Buchen Sie Sterntaler-Erzähler/innen für die Bewohner in ihrer Institution
- Machen Sie die zuständigen Personen auf das Projekt aufmerksam
- Legen Sie Informationen über das Projekt Sterntaler im Warte- oder Besucherzimmer aus

### Spenden

Mit einer Spende unterstützen Sie unsere Bemühungen für das Projekt Sterntaler und ermöglichen Sternstunden für pflege- und betreuungsbedürftige Menschen .

### Ihre Spende ist steuerlich absetzbar

Konto Nr.: 60-342868-1

IBAN: CH23 0900 0000 6034 2868 1

Zweck: Sterntaler

Auf Anfrage senden wir Ihnen gerne einen Einzahlungsschein zu.

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an uns: 0041 (0)34 431 51 31

## Kurz und bündig: Die Stiftung der Märchenerzähler

### Mutabor Märchenstiftung

2003 gegründet, setzt sich die Mutabor Märchenstiftung mit verschiedenen Projekten für die kulturelle Pflege des alten Erzählgutes ein. Nebst der jährlichen Märchenzeit, holt sie internationale Märchenerzähler zu Auftritten in die Schweiz, betreibt Märchen-Lesebibliotheken und fördert unter dem Patronat der Schweizerischen UNESCO-Kommission die Verbreitung vom Schweizer Märchenschatz in einer Internetdatenbank ([www.schweizermaerchenschatz.ch](http://www.schweizermaerchenschatz.ch)). Im Newsletter wird zum Märchen hören eingeladen; mehr als 300 Hörgelegenheiten gibt es im Jahr. Geheimtipp für alle Märchenfreunde: Die Zeitschrift Märchenforum, herausgegeben von der Mutabor Märchenstiftung.