

Jahresrückblick 2025 – Verein elbabe

Ein Jahr voller Bewegung, Erkenntnis und Herzensarbeit

Das vergangene Jahr war für den Verein **elbabe** geprägt von spannenden Projektarbeiten, neuen Begegnungen und dem erfolgreichen Abschluss unseres Pilotprojekts „**Bindung von Anfang an**“.

Die wissenschaftliche Aufarbeitung durch die **Zürcher Hochschule für Hebammenwissenschaften (ZHAW)** zeigt vielversprechende Ergebnisse und bildet eine wichtige Grundlage für weitere Forschungsprojekte zur pränatalen Bindungsförderung.

Diese Ergebnisse durften Karin Krick und Nadine Stoffel am **25. September 2025** im **Bethesda Spital, Basel** präsentieren – begleitet von einem Vortrag von **Dr. Antonia Schulz**, Vorstandsmitglied von elbabe. Das große Interesse, die vielen Fachpersonen vor Ort und die anregenden Gespräche beim anschließenden Apéro bleiben uns in bester Erinnerung.



Die Pilotstudie bildet nun die Grundlage für eine **wissenschaftliche Publikation** in einem fachspezifischen Journal, sowie für Artikel in weiteren Zeitschriften, die auch werdenden Eltern und Interessierten zugänglich sind. Ziel ist es, das Konzept des *Prenatal Bonding* bzw. der *Bindungsanalyse* weiter bekannt zu machen – und die Schwangerschaft sowie das ungeborene Kind stärker in das Bewusstsein unserer Gesellschaft zu rücken.

1. Neues Pilotprojekt: *Die Winterhöhle*

Im Winter 2024/25 durften wir erfolgreich unser neues Projekt „**Winterhöhle**“ durchführen – eine achtsame Begleitung in einem wohligen Raum, welche Schwangere in Kleingruppen einlädt, ihre Schwangerschaft bewusst zu erleben und die Bindung zu ihrem Baby zu vertiefen.



Im Rahmen eines offenen *Drop-in-Konzepts* konnten die Frauen niederschwellig, also ohne Anmeldung und einem kleinen finanziellen Beitrag, teilnehmen. Besonders Berufstätige nutzten diese Möglichkeit, sich auch mittags oder abends eine kleine Auszeit für ein persönliches „*Babydate*“ zu gönnen.

In einer wohlthuenden Atmosphäre konnten sich die Teilnehmerinnen entspannen, entschleunigen und durch geführte Meditationen, ausgewählte Texte und Phasen der Stille, eine tiefere Verbindung zu

sich selbst und ihrem Kind aufbauen. Anschließend bestand Raum für Austausch, Fragen und gemütliche Gespräche bei einer Tasse Tee was die Frauen sehr schätzten.

Grosszügig unterstützt wurde die Winterhöhle von der **Stiftung Rovira**. Die Begleitungen wurden von **Karin Krick, Nadine Stoffel** (Bindungsanalytikerinnen) und **Anemone Hedtstück** (Gynäkologin) durchgeführt.

Bislang gab es kein anderes Angebot, das so gezielt auf die vorgeburtliche Mutter-Kind-Beziehung ausgerichtet ist. Mit der Möglichkeit, Schwangere in kleinen Gruppen zu erreichen und ihnen gleichzeitig einen unverbindlichen Raum für ein „Babydate“ zu bieten, setzt der Verein elbabe neue Impulse in der frühen Bindungsförderung – als präventive Stärkung der Familie und als Beitrag zur Sensibilisierung der Gesellschaft für das Ungeborene.

2. Nachhaltigkeit durch Weiterbildung

Ein weiterer bedeutender Schritt ist der Beginn der **Weiterbildung in Prenatal Bonding / Bindungsanalyse nach Dr. Hidas und Dr. Raffai**, die im **November 2025** startet.

Geleitet wird sie von **Frau Hiltrud Meyer-Fritsch**, Diplom-Theologin und Bindungsanalytikerin, in den Räumlichkeiten der **Praxis Cocon, Basel** (mit Assistenz abwechselnd durch Nadine Stoffel und Karin Krick)



Die Weiterbildung umfasst zehn Module über zweieinhalb Jahre und startet mit zehn Teilnehmerinnen. Sie richtet sich an **Hebammen, StillberaterInnen und PsychologInnen und KörpertherapeutInnen** und wird erstmals in der Schweiz – also in Basel – angeboten. Die Weiterbildung ist **mit E-Log-Punkten akkreditiert** und dient dazu, Wissen über frühe Bindungsförderung zu verbreiten und Fachpersonen zu befähigen, schwangere Frauen kompetent zu begleiten.

3. Medienarbeit

Unser Instagram Kanal wird weiterhin rege von Pia und Karin gefüttert! Hier sind jeweils die aktuellen Aktivitäten zu lesen.

4. Mitgliederentwicklung und neue Zielgruppen

Die Weiterentwicklung unserer Mitgliederstruktur bleibt eine Herausforderung. Durch die neue Weiterbildung konnten jedoch neue Interessierte gewonnen werden – insbesondere Fachpersonen aus dem Bereich der Geburtshilfe, die bislang noch nicht mit dem Verein elbabe in Kontakt standen.

In den jetzt folgenden Herbstwochen werden wir durch den Verein **Innovage Basel** in Vereinsfragen unterstützt – für diese professionelle Begleitung sind wir sehr dankbar.

5. Finanzielle Entwicklung und Förderungen

Zur Sicherung unserer Arbeit wurden gezielt Fördermittel beantragt. Die **AMARI-Stiftung** unterstützte uns großzügig – sowohl im Bereich der Weiterbildung als auch mit Beiträgen für den **Subjektfonds**, so dass wir weiterhin schwangere Frauen und ihre Partner:innen in u.a. herausfordernden Lebenssituationen begleiten können.

6. Öffentlichkeitsarbeit und Kooperationen

Ein weitere schöne Gelegenheit der Vernetzung und Bekanntmachung unserer Arbeit, war der Vortrag von **Nadine Stoffel** und **Karin Krick** (Bindungsanalytikerinnen und Projektleiterinnen elbabe) sowie **Anemone Hedtstück** (Gynäkologin und Vorstandsmitglied) in **Aarau**, in Zusammenarbeit mit der **Praxis Geburt und Familie**, **Dr. W. Stadelmayr** (Begrüßung und Einführung) und **Dr. M. Giovannini-Spinelli** (Prenatal-Bonding-Anleitung).

7. Ausblick 2026

Für 2026 stehen bereits viele Pläne an:

- **Vorträge** – u.a. mit **Frau Annick de Lamotte**, Hebamme und Lehrende in Weiterbildung Bindungsanalytikerin
 - **Bekanntmachung der Studienergebnisse** des Pilotprojektes «Bindung von Anfang an» und **dessen Vorbereitung der Daten zur Publikation**
 - **Kooperationen und Informationsaustausch** mit zuweisenden Fachpersonen rund um Schwangerschaft und frühe Elternschaft
 - **Erneute Durchführung der Winterhöhle** vom 5. Januar bis Ende Februar 2026, in reduzierter Form mit ein bis zwei Terminen pro Woche
 - **Planung des Spitalprojekts „Prenatal Bonding“**: Begleitungen für im Spital stationäre Schwangere – erste Kontakte und Abklärungen wurden bereits getroffen.
-

Herzlichen Dank an alle, die den Verein und dessen Arbeit unterstützen, sei es durch Empfehlung, finanzieller Art oder mit ihrer Mitarbeit!

Zusammen machen wir einen Unterschied!

Mit großer Dankbarkeit blicken wir auf ein ereignisreiches und erfüllendes Jahr zurück – getragen von Neugier und Begeisterung für das Prenatal Bonding und dem tiefen Wissen um die Bedeutung der frühkindlichen Bindung.

Basel, November 2025

Der Vorstand des Vereins elbabe
