SCHIFRA – das Netzwerk
Schwangerschaft
im Landkreis Ravensburg

Trauerbegleitung für alle Menschen, die ihr Kind in der Schwangerschaft, bei oder kurz nach der Geburt verloren haben.

Herausgeber
Schifra – das Netzwerk Schwangerschaft
im Landkreis Ravensburg

Redaktion
Nicole Brombacher & Elke Mayer

Idee und Impulse
mit freundlicher Genehmigung
des Arbeitskreises der Beratungsstellen für
Schwangerschaftsfragen im Raum Ulm / Neu-Ulm

Fotos shutterstock.com, pixabay.com
Druck druckidee - Jochen Abt e.K., Ravensburg
Stand August 2022

Die Broschüre ist auf den Homepages der Schwangerschaftsberatungsstellen und des Geburtshauses hinterlegt. Dort werden die aufgeführten Kontaktdaten laufend aktualisiert.

Bürger Stiftung Kreis Ravensburg

Unser Dank gilt der
Bürgerstiftung Kreis Ravensburg
für die Kostenübernahme
dieser Broschüre.

… das Leben gestreift

Für immer wirst du ein Teil von mir sein.
Deine kleine Seele, sie ist unsterblich,
deinen Körper lasse ich gehen.
Du bist frei – deine Seele ist in mir.

Es geschieht.

Es geschieht,
dass eine kleine Seele
die Erde nur streift.
Ihr Ankommen
und ihr Gehen
fallen fast in eins.
Ihr kurzes Verweilen
ist nicht umsonst.
Denn sie verändert
die Erde.
Sie hinterlässt Spuren
in den Herzen derer,
die sie erwartet haben.
Mögen diese Spuren
in die Zukunft führen!

Doris Kellner

Voller Freude und Sehnsucht …

… mit vielen Träumen und Plänen haben Sie die Geburt Ihres Kindes erwartet und waren in Liebe mit ihm verbunden.

Dann kam das Unerwartete. Nichts ist mehr, wie es sein sollte.

Sie haben Ihr Kind verloren.

Wie Betroffene auf das Ereignis reagieren, ist sehr unterschiedlich.

Vieles ist möglich – nichts muss sein.

SEHN-SUCHT

Jetzt können erst einmal Entsetzen und Leere, Nicht-Verstehen, Verzweiflung, Trauer, Schmerz und Wut, Schuldgedanken und Ängste Ihr Leben bestimmen. Manchmal erkennt man sich und sein Verhalten selber nicht mehr.

All das sind zunächst ganz normale Reaktionen auf das, was Sie gerade erleben. Mit dem Verlust umzugehen, fällt vielen schwer.

LEERE

Auch die Menschen in Ihrem Umfeld sind häufig verunsichert und wissen kaum, wie sie reagieren sollen. Möglicherweise erfahren Sie Unverständnis oder einen verletzenden Umgang mit Ihrer Situation und Ihrem Erleben.

Manchmal fehlt Eltern die Würdigung und Wertschätzung, die jedem Kind zusteht.

Suchen Sie sich Personen in Ihrem Umfeld, denen Sie vertrauen, mit denen Sie sprechen können, die Ihnen zuhören, für Sie da sind und Sie in Ihrem momentanen Erleben annehmen.

Das kann helfen, mit dem Tod Ihres Kindes leben zu lernen.

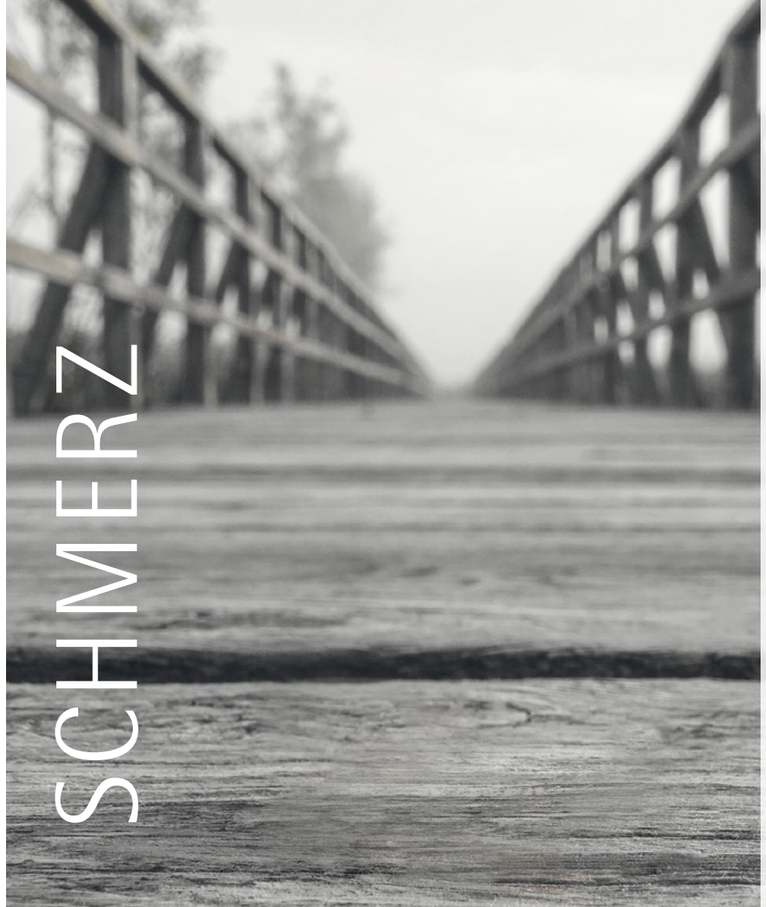
Sich dem Leben stellen…

Sie dürfen auf Ihre Weise trauern und Abschied nehmen – mit all Ihren Empfindungen, Gedanken und Bedürfnissen. Jederzeit haben Sie die Möglichkeit, Ihrem Kind einen Namen zu geben.

Es kann sein, dass Ihr Partner oder Ihre Partnerin, Ihr(e) Kind(er) ganz anders trauern oder mit der Situation umgehen.

Das ist völlig normal, kann in Familien aber als schwierig und zusätzlich belastend erlebt werden. Enttäuschungen und Rückzug sind mögliche Folgen.

Trauen Sie sich, auch Geschwisterkinder in das Abschied nehmen und Trauern einzubinden – sie sind Teil des Geschehens und bekommen meist viel mehr mit, als Eltern glauben.



Trauer braucht Raum und Zeit. Es ist ein Weg, den Sie alleine und mit Ihrer Familie gehen. Dazu braucht es Kraft und den Mut, sich dem Leben zu stellen.

Trauerbegleitung und Beratungsangebote sind eine Möglichkeit, mit der Situation leben zu lernen. Dabei werden Ihnen Raum und Zeit gegeben, Ihren Verlust, Ihre Trauer und all das auszudrücken, was für Sie wichtig ist. Einfühlsame Gespräche können hilfreich sein, das Geschehene und eigene Empfindungen zu betrachten, offene Fragen und Ängste auszusprechen, Ideen des Abschiednehmens zu finden und umzusetzen.

Es kann sein, dass Sie erst nach Tagen, Wochen, Monaten oder sogar Jahren spüren, dass Ihnen der Verlust Ihres Kindes zu schaffen macht. **Sie können auch dann jederzeit Unterstützungsangebote nutzen.**

Ihre Rechte und Möglichkeiten

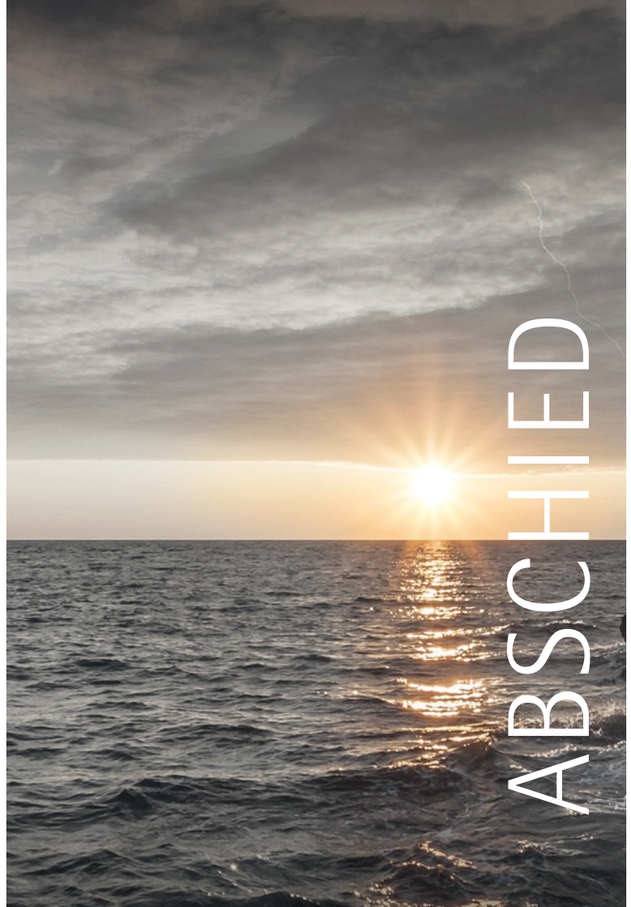
Hebammenhilfe
Schwangere Frauen können sich jederzeit an eine Hebamme wenden. Hebammen begleiten Frauen während der Schwangerschaft, bei der Geburt, im Wochenbett und natürlich auch bei Fehlgeburten. Die Kosten übernehmen die Krankenkassen. Falls Sie Ihr Baby in der späten Schwangerschaft oder in der Zeit um die Geburt herum verloren haben, kann Ihre Hebamme Sie ganzheitlich betreuen.

Geburtsbescheinigung
Auf Wunsch bekommen Eltern vom Standesamt auch eine Geburtsbescheinigung für Kinder unter 500 Gramm ausgestellt. Für manche Eltern ist es wichtig, die Existenz ihres Kindes offiziell mit einem Eintrag ins Geburtsregister bestätigt zu bekommen.

Mutterschutz
Beim Thema Mutterschutz unterscheidet der Gesetzgeber zwischen Fehlgeburt und Totgeburt.

Bei einer Totgeburt wiegt das Kind mindestens 500 Gramm und ist im Mutterleib oder während der Geburt verstorben. Sie haben in dieser Situation ein Anrecht auf Mutterschutz.
Sie können ab der dritten Woche wieder Ihrer Arbeit nachgehen, wenn Sie das ausdrücklich wünschen und aus ärztlicher Sicht nichts dagegen spricht.

Bei einer Fehlgeburt bekommt die Frau weder Mutterschutz noch Mutterschaftsgeld. Dennoch sollten Sie sich die notwendige Zeit nehmen, um das für viele Frauen schwierige Geschehen in Ruhe und mit der Unterstützung durch Familie, Freunde und ggf. darauf spezialisierte Angebote aufarbeiten zu können.



Bestattung
Ist Ihr Kind sehr früh verstorben und wog weniger als 500 Gramm, gibt es die Möglichkeit einer gemeinsamen, anonymen Beisetzung. Die Bestattungspflicht liegt bei der Entbindungsklinik, bei der Sie den Termin der Bestattungsfeier erfragen können. Wenn Sie es wünschen, ist auch eine Einzelbestattung möglich. Dazu müssen Sie ein Bestattungsunternehmen beauftragen und die Kosten tragen.

Für Kinder mit einem Geburtsgewicht über 500 Gramm besteht in der Regel eine Bestattungspflicht durch die Eltern. Dabei müssen Sie eine Bestattung veranlassen und die Kosten übernehmen.

Als Eltern haben Sie das Recht, die Einzelbestattung in Ihrem Sinne mit vorzubereiten und zu gestalten. Wenn Sie im vertrauten Umfeld Abschied nehmen möchten, dürfen Sie Ihr Kind bis zu 36 Stunden bei sich zu Hause haben. Die Überführung vom Krankenhaus nach Hause muss durch ein Bestattungsunternehmen erfolgen.

Hilfreiche Angebote und Adressen

Krankenhausseelsorge
Die katholische und evangelische Krankenhaus-seelsorge der Oberschwabenkliniken erreichen Sie über die Telefonzentrale.

Sankt Elisabethen-Klinikum Ravensburg, Tel 0751 / 87-0
Westallgäu-Klinikum Wangen, Tel 07522 / 96-0

Kontaktstelle Trauerpastoral
Tel 0176 / 74 990 279
www.kontaktstelle-trauerpastoral.de

Sternenkinder-Fotografinnen
Andrea Grieser für den westlichen Landkreis
Tel 0176 / 55462539
andreagrieserfotografie@gmail.com

Beatrix Haas für den östlichen Landkreis
Tel 0157 / 85062050
www.lillyanna.de

BEGLEITUNG

Wir bieten Trauerbegleitung für alle Menschen an, die ihr Kind durch Fehlgeburt, Schwangerschaftsabbruch mit medizinischer Indikation, Totgeburt oder kurz nach der Geburt verloren haben.

Das Angebot gilt unabhängig von Nationalität und Religion, es ist vertraulich und kostenfrei.

Profamilia Ravensburg
Beratungsstelle Grüner Turm
Tel 0751 / 24343
www.profamilia.de/ravensburg

Katholische Schwangerschaftsberatung
Caritaszentrum Ravensburg
Seestraße 44, 88214 Ravensburg
Tel 0751 / 36256-0
www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Caritaszentrum Leutkirch
Marienplatz 11, 88299 Leutkirch
Tel 07561 / 9066-0
www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Geburtshaus Ravensburg
Tel 0751 / 7644226
www.diehebammerei.com

Für die Hebammen im Landkreis
Roswitha Schwaiger
Tel 0751 / 1808850
praxis@schwaiger-rv.de

Kunsttherapeutische Begleitung
Tamara Schlosser
Tel 0751 / 97770236
mail@ver-bild-licht.de

Weitere Angebote

Ambulanter Kinderhospizdienst Amalie
Begleitung und Kindertrauergruppe
ab 6 Jahre
Tel 0751 / 3661333
www.kinderhospizdienst-amalie.org

Selbsthilfegruppen

Leere Wiege
Heike Schillinger
Tel 07584 / 9239752
schillinger.w@gmail.com

Salomons Weg e.V
Verein für Sternenkindereltern
Annette Steybe
www.salomons-weg.de

Weltgedenktag für verstorbene Kinder am 2. Sonntag im Dezember
Der Tag soll allen Familien, die ein Kind verloren haben, die Möglichkeit des gemeinsamen Gedenkens geben. Deshalb wird am zweiten Sonntag im Dezember um sieben Uhr abends für eine Stunde eine brennende Kerze ins Fenster gestellt, die zeigen soll, dass auch das verstorbene Kind weiter in den Herzen der Menschen leuchtet.

Seit 1996 gibt es diesen Gedenktag für verstorbene Kinder, welcher sich in vielen Ländern der Welt etabliert hat. Da die Länder in verschiedenen Zeitzonen liegen, entsteht so symbolisch eine Kette an Kerzenlichtern, die die ganze Welt durchwandert und umspannt.

An diesem Tag findet jedes Jahr an vielen Orten ein ökumenischer Gottesdienst statt. Informationen unter
www.kontaktstelle-trauerpastoral.de

Literatur

»Mein Sternenkind – Begleitbuch für Eltern, Angehörige und Fachpersonen nach Fehlgeburt, stiller Geburt oder Neugeborenentod«
von Heike Wolter, 2017

»Gute Hoffnung, jähes Ende: Fehlgeburt, Totgeburt und Verluste in der frühen Lebenszeit. Begleitung und neue Hoffnung für Eltern. «
von Hannah Lothrop, 2016

»Trauerbegleiter – Ein Arbeitsheft«
Für Eltern, die während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt ein Kind verloren haben
Caritas Münster, 2020

»Sternenkinder: Wenn eine Schwangerschaft zu früh endet«
von Prof. Dr. med. Volker Ragosch und Birgit Zebothsen, 2013

»Nur ein Hauch von Leben. Eltern berichten vom Tod ihres Babys und von der Zeit ihrer Trauer. «
von Gottfried Lutz und Barbara Künzer-Riebel, 2011

»Du hast kaum gelebt: Trauerbegleitung für Eltern, die ihre Kinder vor oder kurz nach der Geburt verloren haben«
von Christine Fleck-Bohaumilitzky und Christian Fleck, 2006

»Lilly ist ein Sternenkind
Das Kindersachbuch zum Thema verwaiste Geschwister«
von Heike Wolter und Regina Masaracchia, 2014

Internet
www.schmetterlingskinder.de
www.initiative-regenbogen.de

zuhören

da sein

annehmen

Wir begleiten Sie.

SCHIFRA – das Netzwerk
Schwangerschaft
im Landkreis Ravensburg

rückt Tabuthemen rund um Schwangerschaft und Geburt in die öffentliche Aufmerksamkeit. Es bietet Frauen, Männern, Alleinerziehenden, Paaren – allen Menschen – umfangreiche Hilfestellung, Beratung und Begleitung an.

Das Netzwerk SCHIFRA besteht aus:

Caritas Bodensee-Oberschwaben
Katholische Schwangerschaftsberatungsstellen
www.caritas-bodensee-oberschwaben.de

Profamilia Ravensburg
Beratungsstelle Grüner Turm
www.profamilia.de/ravensburg

hebammerei Ravensburg
www.diehebammerei.com

MOBILE - Interdisziplinäres Beratungs- und Frühförderzentrum
www.mobile-rv.de

Krankenhausseelsorge
www.oberschwabenklinik.de

Roswitha Schwaiger
praxis@schwaiger-rv.de

Tamara Schlosser
mail@ver-bild-licht.de