

Wir unterstützen in der vorbereitenden und nacharbeitenden Zeit einer stillen Geburt.

Unsere Leistungen

- Trauerbegleitung
- Begleitung in der Schwangerschaft ab Diagnosestellung
- Bestattungsbegleitung
- Trauergruppen
- Sternencafé
- Netzwerkarbeit

Wir stehen Ihnen zur Verfügung.

☎ 0951 / 50 906 101

✉ info@sternenkinderzentrum-bayern.de

**Das Angebot ist
für betroffene Familien
kostenfrei.**



Sternenkindergarten
Bayern e.V.



Hilfe. Unterstützung.
Bis in die Tiefen des Seins.

Sternenkindergarten Bayern e.V.

Sodenstraße 14 • 96047 Bamberg

Tel.: 0951 / 50 906 101

info@sternenkinderzentrum-bayern.de



Wir freuen uns über Ihre Unterstützung

Spendenkonto

VR Bank Bamberg eG

DE09 7639 1000 0001 5540 34

www.sternenkinderzentrum-bayern.de



Ein Kind zu bekommen und aufwachsen zu sehen,

ist für die meisten Menschen das größte Glück, das sie sich vorstellen können. Nach dem eigenen Kind zu sterben, kann sich kaum einer vorstellen.

Mit dem Bekannt- und Bewusstwerden der Schwangerschaft werden auf einmal Frauen zu Müttern und Männer zu Vätern. Dieses Gefühl ist nicht zwangsläufig abhängig von der Größe oder Entwicklung dessen, was da in ihnen wächst.

Ein neuer Lebensabschnitt mit teilweise größeren Veränderungen beginnt. Und seien die Herausforderungen oftmals schier unüberwindbar, die Freude auf das kommende Erdenkind ist doch meist sehr groß. Doch dann kommt es leider nicht so, wie es sich die Mamas und Papas, die Geschwister oder auch Großeltern erhofft haben: Das Baby kommt nicht mit einem Geburtsschrei zur Welt. Es atmet nicht oder nur so schwach, dass das Herz gleich stehen wird. Manchmal ist es gerade mal groß wie ein Daumen oder eine Hand, wenn sein beginnendes Leben zum endenden wird. Aber wie groß es auch ist, es ist ein Geschenk dieser Welt - von ihr und an sie.

Und dann ist es plötzlich wieder weg. Kaum zu verstehen. Noch weniger auszuhalten. Wissend, ein Sternkind auf die Welt zu bringen, das nicht lebensfähig sein wird, oder dass das Kind während oder nach der Geburt zu einem Sternkind wird, kann Menschen schier zerreißen. Denn ein Kind zu verlieren, ist kein Tagesordnungspunkt im Leben, den wir mal eben bearbeiten, abhaken oder übergehen können. Es ist ein Einschnitt, der schwer zu ertragen ist und von manchen kaum getragen werden kann. Manche Betroffenen verändern sich sichtbar von jetzt auf gleich, andere „bluten“ in sich hinein und versinken, oder versenken ihren Seelenschmerz in die tiefsten Tiefen ihres Seins. Viele reden gar nicht darüber. Schämen sich. Sehen am Ende Schuld bei sich. Die Liebe zu einem Kind fragt nicht unbedingt nach der Zeit, die es sie gab. Sie ist da. In den Mamas und Papas, den Geschwistern und den Großeltern. Und das Herz schreit vor Schmerz, wenn es loslassen soll.

Schauen wir also hin. Hören wir zu. Und seien wir da, wenn ein kommendes Leben ein gehendes wird. Seinen Fußabdruck wird es im Leben der Eltern auf jeden Fall hinterlassen. Egal, wie groß der sein mag. Er ist da. Seien wir es auch. Für die Sternenkindfamilien.

Genau das möchten wir vom Verein „Sternenkinderzentrum Bayern e.V.“:

Da sein und Nähe geben, zuhören und Raum schaffen für all die Ängste und Sorgen. Wir möchten unterstützen in der vorbereitenden und nacharbeitenden Zeit einer stillen Geburt. Wir möchten den Mamas und Papas Mut machen, wenn sie sich selbst mit ihren Gefühlen als unzumutbar sehen.

Dazu haben wir dieses Zentrum gegründet, um bayernweit ein Netzwerk aufzubauen aus Begleitern für die Zeit der Schwangerschaft, Geburt und Folgewochen. Ein Netzwerk aus Hebammen, Doulas, Gynäkologen und Kinderärzten. Aus (Familien-)Trauerbegleitern und Psychologen. Aus Sternenkinderfotografen und -schneidern. Ein Netzwerk aus Unterstützern in diesen einschneidenden Momenten. Wir möchten begleiten auf jedem ganz individuellen Weg.

Unsere Arbeit ist für die betroffenen Familien kostenlos.

Sie möchten uns unverbindlich kennenlernen?

Das Sternencafé in Bamberg und Nürnberg

Eine Möglichkeit, das Sternenkinderzentrum unverbindlich kennen zu lernen und Raum und Zeit zum Beisammensein und Gedankenaustausch mit anderen Betroffenen zu haben, bieten die regelmäßig stattfindenden Sternencafés in Bamberg und Nürnberg.

Die Termine finden Sie auf unserer Website.

Unsere Trauergruppen

● Sternenmeer

In unserer Trauergruppe, die aus einem festen Personenkreis besteht, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, im geschützten Rahmen, gemeinsam und doch jeder individuell, Ihren eigenen Weg der Trauer zu gehen.

Die Gruppe bietet den nötigen Raum für individuelle Gedanken und Gefühle, da hier sowohl Trauer als auch Freude Platz finden dürfen. Väter sind in der Gruppe herzlich willkommen!

Die Treffen finden einmal im Monat an einem Dienstag um 18.30 Uhr in der Sodenstraße 14 in Bamberg statt.

● Sternenbogen

Die Gruppe Sternenbogen wurde für Sternenkinderkinder gegründet, die sich nach einer stillen Geburt nun in einer Folgeschwangerschaft befinden. Die Gruppe bietet den nötigen Raum für individuelle Gedanken und Gefühle, da hier sowohl Trauer als auch Freude Platz finden dürfen. Väter sind in der Gruppe herzlich willkommen!

Die Treffen finden einmal im Monat an einem Dienstag um 18.30 Uhr in der Sodenstraße 14 in Bamberg statt.

● Zeit für Väter

Dies ist ein Angebot speziell für Väter in Trauer.

Männer trauern anders. Zumindest sagen das alle, die sich lange damit beschäftigen. Wir glauben aber auch, dass Männer eben nicht nur im Inneren trauern und das Alleinsein suchen. Und selbst wenn das so ist, brauchen Männer Zeit und Raum wo diese Art des Trauerns einfach ausgehalten werden kann. Männer bearbeiten ihre Trauer.

Aus diesem Grund werden wir für unsere Treffen neben dem Laufen und Reden auch immer wieder Treffen anbieten, in denen Trauer ver- und bearbeitet wird.