

VOR DEM ABSCHIED

ELTERN

3-3-3 Regel nutzen, „Möchten Sie Ihr Kind sehen?“, Dekoration organisieren (lassen), Geschenk mitnehmen, Geschwisterbetreuung organisieren, Mitmenschen informieren, Vertretung für sich finden, Fotos (auch im 1. Trimester möglich), Spazieren in der Natur, Nach Ablauf und Zeitplan fragen, Wer ist beim Abschied dabei?, Ist es dein oder euer Kind? Namen überlegen, ...

MITFÜHLENDE

Nur Gefühle und Impulse mitteilen, Informieren, wie der Abschied abläuft, Unterstützung ohne Fragen anbieten, Einfache Informationen teilen, Gedanken notieren, (noch) nicht teilen, Selbst recherchieren, ...



»Ich fühlte nichts. Mein lebendes Kind wird sterben.«

BEIM ABSCHIED

ELTERN

Gemeinsam sein, Zeit nehmen, Beim Namen nennen, Auf Musik oder Stille einstellen, Von allem Fotos machen (lassen), Abdrücke anfertigen (lassen), Informationen einholen, Krankenhausnamensschild, Atmosphäre bewusst wahrnehmen, Trinken, Anfassen, ...

MITFÜHLENDE

Kerze anzünden, Glück und Leben lieben, Natur betrachten, Zeichen setzen, Umarmungen verteilen, Gutes tun, Warten und Aushalten, ...



»Mein Kind ist tot – wie, wo, wann, warum soll ich weitergehen?«

NACH DEM ABSCHIED

ELTERN

Über eine Obduktion nachdenken, Über eine Bestattung nachdenken, Welche Bestattung?, Auf ein Wochenbett einstellen, Rückbildungskurse sind möglich, Körpervertrauen durch Sport, Mutterpass für jedes Kind, Personenstandsurkunde, Geburts- und Sterbekärtchen, Von allem Fotos machen, Sichtbarkeit, Zeichen setzen, Über Trauerbegleitung informieren, Internationale Impulse lesen, Generationengespräche führen, ...

MITFÜHLENDE

Karten senden, Zeitpunkt frei wählen, Blumen senden, Immer wieder ansprechen, Lesen, Momente des Gedenkens, Spuren des Sternkinde, Mitfühlen und Mitdenken zählt auch, ...



»Ich weiß die Welt dreht sich weiter, auch wenn sie für mich stillsteht. Ganz allein.«

FÜR IMMER

ELTERN

Basteln, Kintsugi, Symbole, Schreiben, Rituale, Von allen Kindern erzählen, Erinnerungen zum Festhalten, Sternsteine, Tattoo stechen lassen, Wiederholende Gedenkmöglichkeiten, Schimmer schreibend festhalten, ...

MITFÜHLENDE

Schreibt immer weiter, Gemeinsame Zeit, Jetzt ist die Zeit für Fragen, Spenden, Um Kärtchen bitten, Schweigst du aus Unsicherheit? ...



»Ich lebe mit meinen toten Kindern und alle mitfühlenden und mitdenkenden begleiten mich.«



Das Buch „Wochenschimmer Sternkind“ bietet inhaltliche Begleitung und Raum für die eigene Verbindung. Es lädt dazu ein, die besonderen Momente des Lächelns und der inneren Balance zu beachten, zu bewahren und zu beobachten.

Atmen.

Aushalten.

Für Blickwinkel, Schritte, Spuren und Schimmer im Leben in Trauer als Liebe.

Die Bücher für das Leben mit Sternenkindern aus der Reihe Spuren im Leben sind überall erhältlich, wo es Bücher gibt.

Ausgewählte Blickwinkel gibt es in der kostenlosen Sternenkindermappe Kompaktversion und auf der Website.

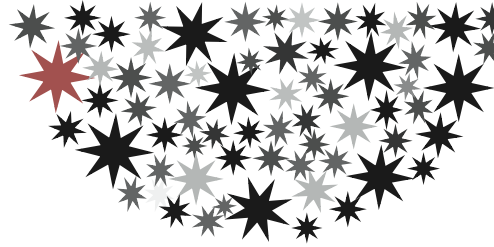
In den sozialen Medien gibt es auch Impulse von sternenkinder.org



 @sternenkinder.org

 [sternenkinder.org_tanja](https://www.instagram.com/sternenkinder.org_tanja)

ZU DEN
BÜCHERN:



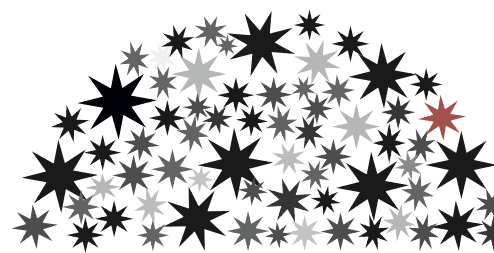
**FÜR DEN WEG IM LEBEN MIT
VERSTORBENEN KINDERN**

STERNEN KINDER MAPPE

**WAS ELTERN UND MITFÜHLENDE
TUN KÖNNEN**

- VOR DEM ABSCHIED
- BEIM ABSCHIED
- * NACH DEM ABSCHIED
- ✿ FÜR IMMER

**FÜR BLICKWINKEL, SCHRITTE,
SPUREN UND SCHIMMER IM LEBEN
IN TRAUER ALS LIEBE.**



Der Abschied von einem Kind während der Schwangerschaft und in jedem Alter danach betrifft alle: die Eltern des Sternenkindes und die Mitführenden: nicht nur in der Familie, auch im Freundeskreis und weit darüber hinaus. Für die Trauer sind die Todesursache und das Alter des Kindes ohne Bedeutung. Wichtig ist, einander auf dem eigenen Weg zu begleiten.

Das Buch „Sternenkindermappe“ vereint sechs Jahre Erfahrung einer Mutter von zwei Sternenkindern in Deutschland, Simbabwe und China als auch Gespräche mit verschiedenen Generationen. Es enthält fundierte Inhalte zur Orientierung und persönliche Abschnitte, die Kraft schenken – mit über 50 Stimmen von Eltern und Initiativen.