

## Selbsthilfegruppe «Papillon» Schaffhausen

### Für Eltern, die ihr Kind während der Schwangerschaft, Geburt oder kurz danach verloren haben

Liebes Sternenkind-Mami, lieber Sternenkind-Papi,

auch Du hast die schmerzliche Erfahrung gemacht, Dein Kind/ Deine Kinder während der Schwangerschaft, Geburt oder kurz danach verloren zu haben. Es tut mir sehr leid, dass es so ist. Ich kenne diesen Schmerz. Ich habe ihn selbst erfahren müssen. Und ich bin nicht alleine mit meiner Trauer.

Dieses harte Schicksal mit Gleichbetroffenen zu teilen, kann hilfreich sein: um sich gegenseitig Trost zu spenden, zu stützen oder auch einfach, um zu erfahren, dass andere Eltern mit ähnlichen Schwierigkeiten oder mit Wut, Schmerz, Neid und Ablehnung zu kämpfen haben, und um zu erfahren, dass das «normal» ist. Die Verbundenheit innerhalb der Gruppe gibt Kraft, nicht aufzugeben. In der Gruppe fühlt man sich nicht mehr alleine, darf über Gefühle reden, stösst auf Verständnis und Zustimmung.

In Schaffhausen gibt es aktuell eine gemischte Selbsthilfegruppe, eine «Papillon»-Gruppe existiert bisher noch nicht. Aus eigener Erfahrung weiss ich, wie hilfreich und lindernd es ist, sich mit Gleichgesinnten zu treffen, die ein ähnliches Schicksal teilen, und sich darüber auszutauschen, sich gegenseitig zu stützen. Aus dem Grund möchte ich auch anderen Betroffenen aus Schaffhausen und Umgebung diese Möglichkeit erschaffen und eine Papillon-Gruppe aufbauen, mit der Idee, sich regelmässig zu treffen und sich gegenseitig zu stützen.

**Wenn Du an «Papillon» interessiert bist, bitte ich Dich, mich per Mail zu kontaktieren, damit ich Dich in die Kommunikation über die Entwicklung von «Papillon» aufnehmen darf.**

Danke für Deine Offenheit. Deine Informationen werden selbstverständlich vertraulich behandelt und dienen lediglich dem Zweck der Selbsthilfegruppe. Bei Fragen stehe ich Dir gerne zur Verfügung: [katharina.kolb@gmx.ch](mailto:katharina.kolb@gmx.ch)

In Verbundenheit – Katharina