



Spädbarns fondens fonden

Spädbarnsfondens medlemsblad nr 8 maj 2019



Våren är här, och kroppen minns. Denna kropps fantastiska minne! För åtta år sedan var jag höggravid och det som skulle bli en av mina bästa somrar någonsin förvandlades istället till den värsta.

Sex dagar innan bf föddes Benjamin oförklarligt död. Än i dag är det lika obegripligt och det där stora frågetecknet har blivit en sann följeslagare, någon som liksom svävar med, där snett bakom mig vart jag än går.

Jag minns att innan vi fick obduktionssvaren intalade jag mig själv att jag inte ville att de skulle hitta något, för jag ville att Benjamin skulle vara lika perfekt som han såg ut. Inte kunde det väl vara något fel på honom? Så när vi då fick svaren som inte var några svar alls, så blev jag förvånad över min reaktion. Att vår son dött oförklarligt blev jobbigare att hantera än vad jag hade kunnat föreställa mig. Vadå inget fel på honom? Inget fel på mig? DÅ BORDE HAN INTE VARA DÖD.

Många obegripliga känslor och tankar att hantera, tankar som aldrig tog slut och som sällan bottenade i något bra. Skuld och ilska gentemot mig själv, som inte hade reagerat i tid, som inte lyckats rädda mitt barn. Bara tiden har gjort mig snällare mot mig själv. Precis som att jag behövde hitta rätt verktyg för att ta mig igenom dagarna var jag tvungen att acceptera ovissheten, att vi aldrig skulle få reda på varför Benjamin dog.

I det här medlemsbladet berättar jag om ett föredrag som Vallentuna församling anordnade. Där fick jag lyssna till när Satu Hirsch Fjellstedt berättade om vad sorgen gör med kroppen. Hon påtalade även vikten av att prata med andra drabbade efter en förlust och hur det är ett av de allra viktigaste verktygen vi har. Och samtalsstödet är ju som bekant hjärtat i Spädbarnsfonden. Titta in på Spädbarnsfondens hemsida och uppdatera dig om de olika samtalsträffarna om du inte redan gjort det! Vi behöver alla hitta sätt som gör tillvaron om än bara lite ljusare. Att träffa andra drabbade föräldrar kan vara ett av dina sätt att hantera sorgen på, det kanske rent av blir ditt allra viktigaste verktyg?

Stort tack till er som skickar in material till medlemsbladet, stort som smått! Önskar er en fin stunds läsning och även om tårarna rinner när jag läser det som ni alla drabbade delar med er av, både här och i det slutna Facebook-forumet, så är det något som går rakt in i hjärtat och inget som jag vill vara utan.

Tillsammans är vi mindre ensamma.

Varma hälsningar,
Linda Gabrielsson

Innehåll:

1. Ledare
2. En mormors förlust
3. Katalin Slottes berättelse om deras älskade Emma
4. Föreläsning på Mathiasgården, *Vad sorgen gör med kroppen*
5. Årsmöte och inspirationshelg på Sigtunastiftelsen

En mormors förlust

- *Britt Tegström*

Så här skrev Britt Tegström på Facebook och Instagram när hon förlorade sitt barnbarn.

8 april 2017:

Livet tog en ny riktning i natt. Jag blev mormor och Hilda moster till en vacker flicka.

Tyvärr orkade hon inte stanna kvar i livet hos oss. Hon blev en liten ängel nästan direkt.

Hon och jag som skulle bli kompisar.

Nu hann vi inte det men hon finns i mitt hjärta och jag är så glad att jag fick hålla och pussa på henne.

Älskade Emma

- *av Katalin Slottes*

Det här är Katalin Slottes berättelse om deras älskade Emma. Hon hade ett alldeles för kort liv men lämnade stora avtryck som förändrade dem för alltid.



"Hon tog ett rosslande andetag och så dog hon och kvar blev vi med den värsta av sorg och smärta, som ingen kan förstå förutom andra mammor och pappor som förlorat sitt barn."

Året var 1991, jag var 21 år gammal. I januari det året träffade jag mannen som skulle bli pappa till mitt första barn, Emma. Och det gick undan, redan i juni visade det sig att jag var gravid. En märklig och helt fantastisk och överklig känsla. Månaderna gick och förväntningarna blev bara större och större. Vi hade bestämt att barnet skulle heta Viktor om det blev en pojke och Emma om det blev en flicka. Tror inte att det var så vanligt då att man tog reda på könet. Jag önskade att det skulle vara en flicka eftersom det fanns så mkt pojkar i slakten. Men egentligen spelade det inte så stor roll, bara barnet var friskt.

Ungefär 10 dagar innan beräknad förlossning visade det sig att jag fått havandeskapsförgiftning, men jag mådde jättebra men blev inlagd. Efter en vecka beslutades det att jag skulle bli igångsatt på grund av att blodtrycket steg kraftigt. Det var den 18/3. Det blev en lång dag med endast ökade sammandragningar men inga värkar. Det beslutades att ta en paus under natten så jag fick sova.

Så kom dagen den 19/3 då Emma föddes, 2770 gram tung och 47 cm lång. Klockan 13:04 kom hon ut skrikandes, så perfekt och otroligt vacker. Den kärlek och lycka vi kände var så stor, livet var underbart. Redan på kvällen kom mor o far föräldrar till BB för att gratulera och hälsa Emma välkommen till världen. Dom hade med sig presenter och tårta till personalen. Jag delade rum med 5 andra nyblivna föräldrar.

Det var då på kvällen när jag låg i sängen för att amma Emma som det första tecknet kom att allt inte var som det skulle. En mamma som hade sängen bredvid mig sa att hon tyckte Emma såg lite blå ut. Jag reste mig upp med Emma i famnen och rusade ut i korridoren där jag mötte en sköterska, rädd och orolig. Jag berättade om att hon såg blå ut. Hon lugnade mig och sa att det inte är någon fara, att nyfödda barn kan skifta lite i färg. Men att dom skulle ha henne hos sig för säkerhets skull under natten och så skulle dom komma med henne när hon skulle ammas.

Natten hade varit lugn och dagen efter skulle den obligatoriska läkarundersökningen göras. Doktorn lyssnade länge på hjärtat. Han sa att han hörde ett svagt blåsljud men lugnade oss att det är vanligt och säkerligen ingenting att oroa sig för. Det hämtades en maskin som skulle mäta syret i blodet. Det var inte bra. Vi skickades till S:t Görans sjukhus med taxi och tillsammans med en sjuksköterska.

Nu var vi riktigt oroliga. Där gjordes ett ultraljud på hjärtat. Emma låg där på undersökningsbordet under en värmelampa så liten. Vi stod bredvid, kämpandes med en stor oro. Efteråt fick vi komma in till läkaren då han skulle förklara vad han sett. Er dotter har ett svårt hjärtfel hör jag honom säga. Han ritade på ett papper och berättade om hjärtfelet som heter HLHS. Jag frågade om hon skulle opereras, nej. Jag frågade om hon skulle få mediciner, nej, var svaret. Då tror jag att jag skrek ut nästa fråga: Kommer hon dö?? Ja, inom 2 veckor när ductus stängs.

Då sprang jag ut ur rummet och rasade i hop på marken. Vi var så förtvivlade och i chock, det kunde ju inte vara möjligt, hur kunde livet vara så grymt. Hon såg ju så frisk ut. I vår förtvivlan måste vi nu ringa runt till släkten och berätta vad som skulle ske. När jag ringde min mamma skrek jag att du måste komma hit för Emma ska dö och vi ska ha nöddop. Hon trodde jag drabbats av en förlossningspsykos och trodde mig inte. Hon ville prata med Kristian, min man, men fick då bekräftat att det verkligen var sant. Den otroliga lyckan hade plötsligt förvandlats till den största av smärta och sorg på bara några minuter.

Kristian frågade läkaren om vi fick ta hem henne så att hon fick somna in där och det fick vi. Så mycket kärlek vi fick och så mycket kärlek vi gav den veckan, men vi fick även känna grym smärta över att veta att vi snart kommer att förlora henne. I början var hon precis som vilken bebis som helst, skrek, sov, ammade. Men efter några dagar blev hon allt slöare, hon orkade inte längre suga och det verkade som att hon hade det svårt med andningen.

Så den 26/3 blev vi hämtade med ambulans utan blåljus, chauffören hade fått beskedet vad som skulle ske och att det bara var en transport in. Vi ville att hon skulle få hjälp på sjukhuset så att hon skulle få slippa lida. När vi kom in till avdelning 84 på S:t Görans sjukhus fick Emma lite morfin. Jag satte mig ned på en stol för att pumpa ut mjölk. Emma låg i sin pappas famn då en läkare kom in i rummet och lyssnade på hennes hjärta. Med lugn röst ber han mig stänga av pumpen och komma, för nu var det inte långt kvar. Hon tog ett rosslande andetag och så dog hon och kvar blev vi med den värsta av sorg och smärta, som ingen kan förstå förutom andra mammor och pappor som förlorat sitt barn.

Jag tänkte att mitt liv var slut, att jag aldrig mer ville få fler barn, att jag aldrig mer skulle kunna känna glädje igen. Och så ensamheten, på den tiden fanns inte Facebook eller internet som nu, där man kan få hjälp och stöd genom olika mist-grupper. Det enda jag hade var ett kort med kuratorns telefonnummer som vi kunde ringa om vi ville. Men hur lätt är det att själv ta kontakt när man mår dåligt och är i sorg?! Jag ringde aldrig. På något konstigt sätt fortsatte vi att leva

och så småningom kom tanken på ett till barn. Och i maj året efter föddes Rebecca efter en orolig graviditet. Och hon var frisk. Ytterligare några år senare kom Philip, också frisk.

Jag är alltså mamma till 3 ljuvliga barn och har även 2 barnbarn. Mitt behov att prata om Emma är väldigt stort, för genom att prata om henne så finns hon. Jag tänker på henne varje dag och varje dag tänder vi ett ljus för henne i hennes lilla minneshörna. På väggarna har vi bilder på henne. Alla som kommer hem till oss ska se att hon finns och är lika viktig som våra levande barn, såklart.

Vad sorgen gör med kroppen

Föreläsning av Satu Hirsch Fjellstedt, på Mathiasgården Vallentuna församling.

För några veckor sedan var jag på en föreläsning i Vallentuna församling; *Vad sorgen gör med kroppen*. Det var den legitimerade psykoterapeuten Satu Hirsch Fjellstedt som höll i den och det var en av våra aktiva medlemmar som tipsade mig om att den skulle äga rum. Det var väldigt intressant och jag är glad att jag gick dit, trots att det var en torsdag. Torsdagskvällar är lite heliga för mig men nu fick till och med en basketträning stryka på foten.

Min första reflektion när jag kom dit var att det var gott om folk i församlingshuset, flest kvinnor. Min andra reflektion var att det nästan uteslutande var äldre människor som sökt sig dit. Livets gång, tänkte jag, som inte var en medlem i just den klubben. De allra flesta som var där kunde jag föreställa mig förlorat en partner, jag själv en bebis. Det kändes ovant att vara i ett sammanhang där fokus låg på förlusten av en närstående men där inte alla hade förlorat en bebis.

Något av det första som Satu nämnde var vikten av att få träffa och tala med andra som förlorat, vilket såklart direkt förde mina tankar till Spädbarnsfonden och vår kärnverksamhet. Vi alla vet så väl hur det är att höra "jag förstår" från någon som inte själv förlorat ett barn... Även hon påtalade vikten av att ingen kan förstå hur det är utan att själv ha varit där, och att det därför är så viktigt att träffa andra drabbade.

Satu berättade hur hon började jobba med sorg efter tsunamin och att hon då träffade en mängd olika människor som alla sa att de hade ont i kroppen. Hon kunde inte svara på varför det var på det viset så hon började forska i ämnet. Det finns olika matematiker, fysiker, sociologer, psykoterapeuter, ja, alla möjliga som har forskat i ämnet och Satu har sökt ett helhetsperspektiv.

Jag tänkte på hur det var för mig tiden efter att vi förlorat vår son, hur jag drabbades av hjärtklappning som jag så småningom sökte hjälp för. Hur även nackproblem kom smygande. Inte tänkte jag då på att mina fysiska besvär kanske hängde ihop med min sorg, jag var fullt upptagen med den psykiska smärtan, fullt fokuserad på att bara överleva en dag i sänder. Oförmögen att tänka

en dag framåt. Framtiden, den tillhörde inte längre oss.

Satu berättar om hur varje sorg är unik och att alla sörjer olika, att hennes uppgift blev att hjälpa sina patienter att förstå att livet är levbart *trots* att man saknar en viktig person. Återigen, hur viktigt det är att prata men att det inte är så lätt alla gånger. Omgivningen vågar inte beröra den drabbades sorg. När ett barn dör så tror jag att det blir ännu svårare, det blir för svårt att prata om, för onaturligt. Därför behöver vi det också ännu mer. Jag tänker återigen på Spädbarnsfondens viktiga arbete, vill nästan skrika ut över församlingen vad vi gör och hur ovärderligt det är. Vill att hela världen ska veta! Åtminstone församlingen på plats. Kanske finns det fler som jag där? Säkerligen har några av de äldre människorna där förlorat barn, för många år sedan... Jag tänker att det de gör nu, är där för att bearbeta, gjorde de inte då. Jag hoppas att det som fört dem dit nu, ska få dem att prata om det de förlorat för länge sedan. Även om vi har en bit kvar, så är det inte lika tabubelagt nu som då...

Jag vill egentligen räcka upp handen och bara lite kort berätta om vår träff *förlorat för längesedan* som vi hade i höstas.

Jag sitter längst bak i lokalen och ser ut över alla människor som kommit dit, gör som jag gjort så många gånger förut, fast i helt andra sammanhang. Jag föreställer mig hur det finns minst en människa för varenda en av dem som är där, en död människa. Det finns minst en person som de sörjer och saknar och allt känns bara så otroligt sorgligt och eländigt. Men också fint. Fint att det här personerna sörjer och älskar, saknar. Sorgen är en sida av kärleken. Ju mer man älskar desto mer sörjer man?

Några punkter som Satu tog upp fastnade mer än andra och jag tänkte berätta lite om dem. Åtminstone var det så för mig, att vissa saker hon sa gjorde att jag kände mig mindre onormal. Och även om många av oss hört det förut, att alla tankar är tillåtna och inget är konstigt, så har i alla fall jag haft lite svårt att tro på det ibland. Hon förklarade saker på ett realistiskt sätt som var lätt att ta till sig!

Känslan av sorg som jag är övertygad om att de flesta av oss har känt på ett helt hopplöst sätt. En maktlöshet och känsla av att det inte går över. Meningslös saknad och missunnsamhet som resulterat i så kallade "fulkänslor". Varför ska de få ha sin bebis kvar men inte jag? Tankar som även jag haft och som jag skämts över, som jag aldrig skulle erkänna högt. Satu säger lugnt att det *bara* är känslor, ej en personlighetsförändring. Hon säger det på ett sådant sätt att jag tror på det. Såklart är det inte en personlighetsförändring!

Totalsmärtan - inte bara en den fysiska utan även den sociala. Vi människor är samlevande och när vi har mist en i flocken så blir det svårt eftersom vi behöver varandra. Vi är beroende av ett sammanhang och sorgen blir en sorts relationsskada. Det enda som kan reparera relationsskadan är relationsskapande och kontakten med andra människor. Vi gör bäst i att omge oss med goda relationer helt enkelt. Sedan är ju det svårare än det låter ibland, speciellt när man är på botten...

Gråten - den är viktig. Släpp fram gråten, tillåt dig att vara i den. Satu pratar om olika sorts gråt; fingråt, hulkgråt och storgråt. Jag tänker att jag är lite av en expert på samtliga "gråt-tekniker", att jag utövat dem alla flitigt, i tid och otid, vid passande och mindre passande tillfällen. Kanske har jag arbetat som gråterska i ett tidigare liv? *Storgråten* står för brist av kontroll och det är den som jag själv upplevt som jobbigast, den som känns så där riktigt djupt inne i mig. Som om det inte fanns en ände, gråten tränger allt längre in utan att nå ett slut. Åtminstone är det så det känns, som ett stort hål inom mig som omöjligt kan täppas till hur mycket jag än gråter. Hemsk känsla under tiden men oftast väldigt skönt efteråt, som en rejäl urladdning. *Fingråt*, tårar som rinner under tystnad, är jag en riktig hejare på, men jag känner ofta en otillfredsställdhet efteråt. Egentligen har jag ett behov av att gråta mer.

När vi gråter så rensar kroppen ut hormonerna och det är ju en bra sak tänker jag, vi brukar vara väldigt snabba att skylla på hormonerna. Samtidigt så måste det väl vara just dem som bidrar till en stor dos mänsklighet inom oss? *Hulkgråt*, ja den talar ju för sig.

Sorgen gör oss självupptagna - Ja, det må vara hänt! Men faktum är att vi gör allt för att överleva även efter att ha överlevt vårt/våra barn. I mina öron låter det helt logiskt. Att någon som förlorat barn någonsin skulle säga en sådan sak finner jag otroligt, så att vara självupptagen är helt fine enligt mig. Om det är ett av sätten för att kunna fortsätta livet så är det ett sätt lika bra som något annat. Vi är helt enkelt oförmögna att fokusera på det överväldigande faktumet att vårt barn har dött. Satu förklarar hur sorgen sätter oss i obalans och orsakar stress. Vi som vet, vi vet. Minns att jag själv den första tiden var oerhört stressad över att tiden gick, att livet gick så snabbt. För lite tid på jorden med de jag älskade, var så rädd för att tiden skulle ta de nära och kära jag hade kvar. Ville bara frysa tiden. Dels för att jag tyckte att tid som passerade skapade ett större avstånd mellan mig och mitt döda barn, dels för att tid som passerade innebar att vi som fanns kvar kom närmre den förestående döden som skulle separera även oss.

Rigiditetssidan - om hur vi ibland stänger av, vägrar att känna och måste isolera oss. Det tror jag de flesta av oss gjort ibland och kanske fortfarande gör, i vissa lägen. I kontrast till rigiditetssidan står *kaos-sidan* då vi blir hyperaktiva, maniska och kanske står vi inte ut att vara själva med oss själva? Fullt normalt, även det. Vi behöver integrera alla de här bitarna med oss själva för att hamna i "mellanledet" där bitarna så småningom faller på plats och lugnet infinner sig. Satu berättar om hur det är en naturlig reaktion att vi vill göra allt för att undvika obehag och att vi därför ibland bara stänger av, det blir helt enkelt för mycket för oss. Samtidigt så finns det bara ett sätt att lindra obehaget, eller att lära sig att leva med sorgen, och det är att bearbeta. Bearbeta, bearbeta, bearbeta. I sommar har det gått åtta år sedan vi förlorade vår Benjamin, all tid och ingen tid. Jag bearbetar fortfarande, varje dag. Både medvetet och omedvetet är jag övertygad om. Försöker fortfarande hitta mina sätt att fortsätta, att inte krascha som människa. Ibland gör jag ju naturligtvis det, men när det händer är jag trygg med att jag kommer tillbaka. Jag tror att vi alla hittar våra sätt, våra verktyg, så småningom. Arbetet i

Spädbarnsfonden är ett av mina verktyg och att skriva förstås. Familjen och basket är också helande för mig. Jag har sagt det förut, men att jag tar till vara på livet mer nu, uppskattar och njuter av för andra kanske struntsaker, har jag helt och hållet Benjamin att tacka för.

I slutet av föredraget sitter jag där med mina kladdiga anteckningar och slås igen över hur dumt det är när andra talar om att "gå vidare". Jag har inte skrivit ner en bråkdel av allt jag reflekterat över och ville skriva ner. Vi som sitter där tillsammans har alla förlorat någon och det upptar hela vårt liv, hela våra *jag*. Ibland är det "väntat" att en människa dör, av ålderdom eller kanske efter en lång tids sjukdom och även om förlusten gör lika ont så har det kanske ändå funnits tid att förbereda sig. När man förlorar någon i exempelvis en bilolycka eller när man förlorar ett litet barn då blir det väldigt chockartat och svårt att hantera.

Förlusten blir överväldigande. Satu förklarar att sorgen är så stor och överväldigande att informationen är omöjlig att skicka vidare till medvetandet. Den stannar i kroppen, är övermäktig att bryta ner. Det tar tid. Hon har träffat många som vittnar om hur de får ont i kroppen efter fyra till fem månader. Det är kanske då bedövningen börjar släppa, tänker hon. Kroppen bedövar till en början men precis som med tandläkarbedövning så släpper det efter ett tag. Det kan vara en förklaring till den fysiska smärtan som ofta uppstår. Jag tänker tillbaka på hur det var för mig och återigen, allt låter logiskt. Samtidigt så minns jag hur ologiskt det var, och fortfarande är, när Benjamin dog. Hur jag under lång tid efter kunde sluta mina ögon och låtsas att allt var som det borde. I flera sekunder, ibland minuter låtsades jag. Jag hade en otrolig förmåga att föreställa mig något som inte var och när jag åter öppnade ögonen så kunde jag nästan bli förvånad över att världen inte var som jag föreställt mig den bakom mina slutna ögonlock. Det jag höll på med var både skönt och gjorde ont, allt i samma andetag. Men likväl, det var ett av mina verktyg.

Årsmöte och inspirationshelg på Sigtunastiftelsen

I mars månad var det dags för Spädbarnsfondens årsmöte och i samband med detta anordnades en inspirationshelg för de aktiva medlemmarna. Två dagar tillbringades på Sigtunastiftelsen och där fick vi lyssna till intressanta föreläsningar samt ha workshops vilket är extra värdefullt för de som håller i samtalsgrupper.

Att få byta erfarenheter och att få stöd och tips av varandra är nog så viktigt. Återigen så är det skönt att vara i ett sammanhang där vi alla har förlorat barn, alla känslor är tillåtna och inget är konstigt. Den varma och gemytliga stämningen suger i alla fall jag åt mig av och försöker leva på länge efteråt. När jag kom hem från Sigtuna så fullständigt svämmade Facebook över av ord som gick rakt in i hjärtat. Vi passade naturligtvis på att minnas och att "vara med" våra saknade barn lite extra den helgen och Ingela Bendt, grundaren av Spädbarnsfonden, höll i en fantastiskt fin minnesstund i kapellet tillsammans med Marie Ganters som även hon varit engagerad i föreningen i många år.

Jag tycker att Ingela här nedan sammanfattar helgen på ett utmärkt sätt!



Ingela Bendt är med Johanna Alterman och 12 andra.

...

25 mars · 🧑

En gång i tiden var jag drivande i att starta Spädbarnsfonden, som alltid kommer att ha en säkrad plats i mitt hjärta. Hedrad och rörd över inbjudan att hålla i minnesstund på Sigtunastiftelsen, inspirationshelg och årsmöte och att få träffa fantastiska aktiva från hela landet. Tack! Vilken värme under helgen! Och mellan oss det starka förbundet att vi alla har mist späda barn. Så imponerad av stark utveckling och stabilitet. Arbetet med att få ner antalet döda barn fortsätter!

Pengar flyter in, genom ökade bidrag, insamlingar, facebook mm, vilket bidrar till mer medel till forskningen och förbättringar, som att anställa Camilla Skoglund som sköter stödverksamheten.

Och vilka pärlor som styr idag! Styrelsen under ledning av Malin Asp, kansliet suveränt skött av Angela Jones, med hjälp av Karin Ekenberg och kommunikatör Viveka Stolt.

Herregud, vilken skillnad mot när vi startade 1986, långt innan internet och mobiler. Men det gick att nå ut ändå.

"Kansliet" var en halv hylla med pärmar och stencilar i bokhyllan i vårt lilla arbetsrum, där också tvätten hängde i taket och min mamma sov på soffan när hon var på besök.

www.spadbarnsfonden.se

Och här, några axplock av statusuppdateringar på Facebook efter Sigtunahelgen:

En fin helg tillsammans med Spädbarnsfonden lider mot sitt slut. Helgen där ny energi tankas för att kämpa vidare men också där alla våra fem barn räknas och får ta plats ❤️ @ Sigtunastiftelsen

Tack spädbarnsfonden för en helg med mycket kärlek, värme, eftertanke och omtanke. Det var med tårar i ögonen jag lämnade er alla för att åka hem. Jag är så glad att få vara en del av er. Allt vi tillsammans gjort och gör är helt fantastiskt. Ni har alla ett enormt hjärta och jag önskar jag få träffa er alla snart igen. Fram tills dess jobbar jag på i Kalmar Län och hoppas kunna göra skillnad.

❤️ Kram till er alla ❤️

Hemma efter en fin helg med Spädbarnsfonden. Årsmöte och inspirationshelg. Möten och samtal med fantastiska människor - mina kollegor i att ge tillbaka, stötta, hålla om och ge hopp om att livet kan gå vidare, att man kan resa sig igen för tusende gången, att det trots allt blir bättre. Ni är fantastiska distriktssamordnare och aktiva som ger av ert hjärta och er själ - tack för att ni finns och berikar mitt och alla andras liv!

♥ Utan er vore Spädbarnsfonden ingenting. ♥



Malin Asp

24 mars · 🌐



Hemkommen från en fin helg med Spädbarnsfonden. Årsmöte och inspirationshelg. En helg fylld av värme och närvaro. Känner mig så stolt över alla aktiva medlemmar och allt som föreningen kämpar för. Styrkt och inspirerad. Tack.

Nu jobbar vi vidare för att sänka dödstalen för Spädbarn i Sverige, vi vet att det är möjligt. För många barn dör innan de fått chansen.

Närmre 700/år, tänk 28 skolklasser.

28 tomma förskole-klassrum om 6år.

Vi jobbar också för att när det värsta händer och någon mister sitt barn ska stödet och förståelsen finnas där.

Vi håller inte tyst om våra saknade, älskade barn.

Vi säger deras namn.

Vi tänder ljus för dem.

Vi bär dem med oss och är deras föräldrar på det sätt vi kan.

Det är så vi kan öka medvetenheten om detta med spädbarnsdödlighet.

Vi vill inte att ännu fler ska stå som nyblivna föräldrar med tomma famnar.

#spädbarnsfonden



Linda Gabrielsson är på Sigtunastiftelsen.

24 mars · Sigtuna · 🧑🏻 · ▼

Sigtunastiftelsen, en makalöst vacker plats för ro och stillhet, gränsöverskridande möten... Där fick jag tillbringa helgen med vännerna på Spädbarnsfonden. Lyckliga mig. ❤️ #spädbarnsfonden #sigtunastiftelsen #vänner #osynligavänner #nyamål #inspiration #stillhet #stilla #stillafödsel #årsmöte2019



Skicka in eget material

Till sist vill vi uppmana alla som vill, att bidra med material till kommande medlemsblad, hemsidan och sociala medier kontakta linda.gabrielsson@spadbarnsfonden.se Det kan handla om dikter, en text om ett ämne eller händelse. Ni kanske träffas privat efter samtalsgrupper och vill dela med er om dessa möten.

Inspirera gärna andra medlemmar och läsare till aktiviteter! Allt material tas emot, men kanske inte kommer med i just nästa medlemsblad. Vi kanske tycker att ert material passar bättre till hemsidan. Maila gärna material till linda.gabrielsson@spadbarnsfonden.se på löpande basis.

Vill du bli aktiv?

Funderar du på att själv bli en aktiv medlem eller vill veta mer vad en distriktsamordnare gör? Kanske har det gått ett tag sedan du förlorade ditt barn och nu vill du erbjudahydrabbade stöd i form av samtal? Då kan du bli kontaktperson eller stödfamilj. Det finns flera sätt att vara aktiv i Spädbarnsfonden. Kontakta Camilla Skoglund för mer information: camilla.skoglund@spadbarnsfonden.se



BG: 900-2122

Swishnummer: 900 21 22

**Spädbarnsfonden
Stigbergsliden 18
414 63 Göteborg**

031-3875757

kansliet@spadbarnsfonden.se

www.spadbarnsfonden.se

