

«Von einer Patenschaft profitieren alle:  
das Kind, die Eltern – und die Paten.»

*Franza Flechl, Patenschaftskoordinatorin*



## Patenschaft: ein Gewinn für alle

Patinnen und Paten schenken den Patenkindern das, was Eltern in Zeiten psychischer Belastung manchmal nicht leisten können: Stabilität, Unbeschwertheit, ungeteilte Aufmerksamkeit.

Das Kind geniesst volle Zuwendung und die Vertrautheit mit einer Bezugsperson ausserhalb der Familie.

Die Eltern erfahren Entlastung in der Fürsorge ihres Kindes und gewinnen Freiraum für eigene Belange.

Die Paten erleben mit dem Patenkind Freude und das bereichernde Gefühl, gebraucht zu werden.

## HELP! Patenschaften

HELP! For Families bringt seit 2012 engagierte Erwachsene und Kinder von Eltern in psychischen Belastungssituationen zusammen.

Ein Team von Fachleuten begleitet die Patenschaft in den ersten drei Jahren und unterstützt Paten und Eltern bei allen Fragen, ob fachlich oder organisatorisch.

Die Patenschaft ist für alle Seiten kostenfrei. Der Verein stellt den Paten eine kleine Spesenpauschale zur Verfügung.

HELP! Patenschaften finanziert sich vorwiegend durch Spenden von Stiftungen. Seit 2016 beteiligt sich der Kanton BS an den Kosten.



Ihre Ansprechpartnerin:

Franza Flechl

Systemische Paar- und  
Familientherapeutin

Tel: 061 386 92 18

[franza.flechl@help-for-families.ch](mailto:franza.flechl@help-for-families.ch)

**HELP!**  
*For Families*

Clarastrasse 6  
CH - 4058 Basel

Tel. 061 386 92 10  
Tel. 061 386 92 15  
[info@help-for-families.ch](mailto:info@help-for-families.ch)  
[www.help-for-families.ch](http://www.help-for-families.ch)

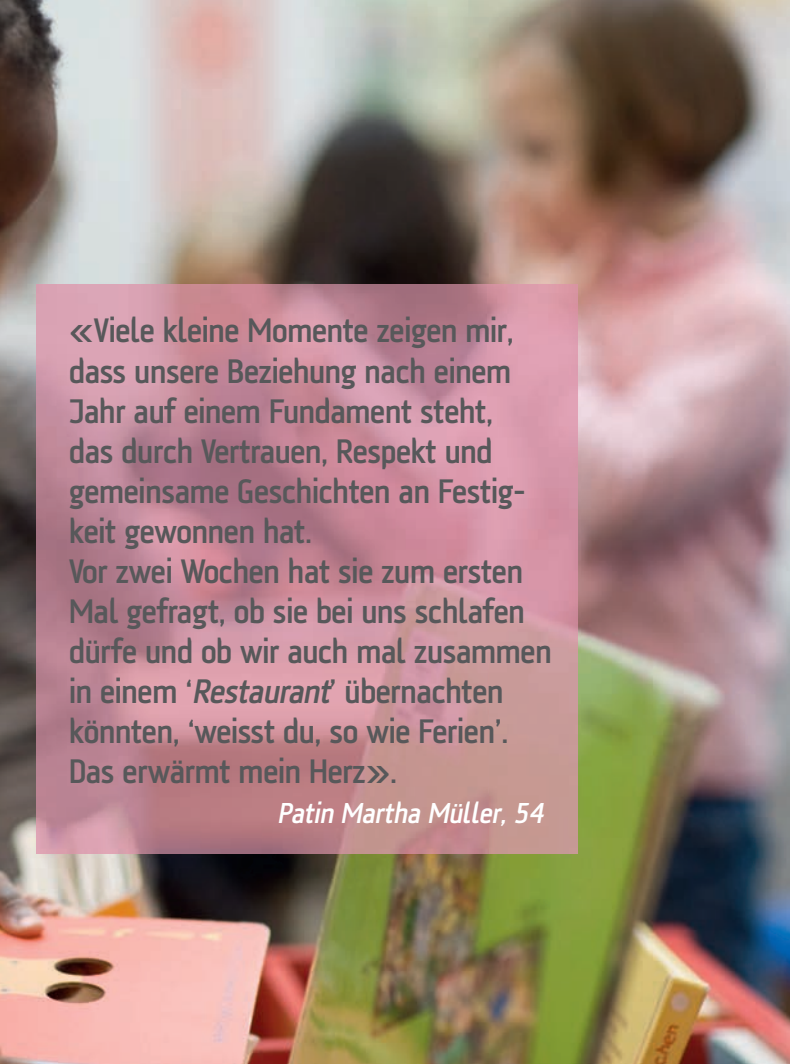


Fotos: Archiv Edg

**HELP!**  
*Patenschaften*

# Einem Kind unbeschwerte Zeit und Stabilität schenken

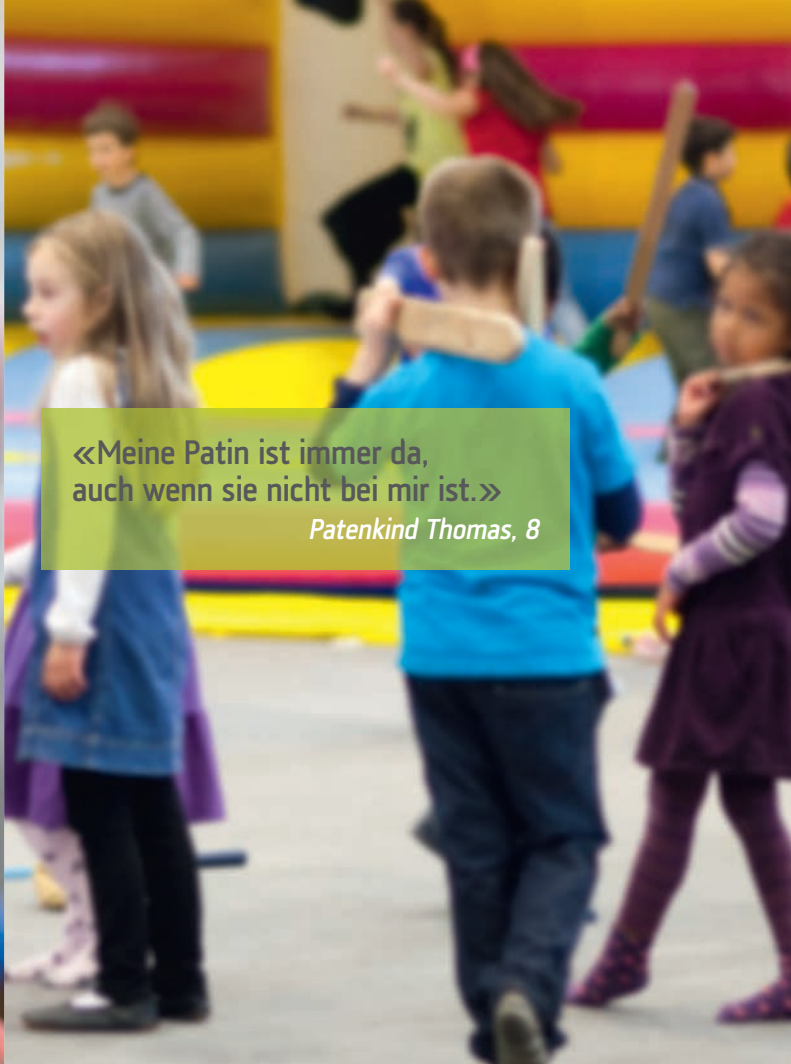
## mit einer Patenschaft für Kinder psychisch belasteter Eltern



«Viele kleine Momente zeigen mir, dass unsere Beziehung nach einem Jahr auf einem Fundament steht, das durch Vertrauen, Respekt und gemeinsame Geschichten an Festigkeit gewonnen hat.


Vor zwei Wochen hat sie zum ersten Mal gefragt, ob sie bei uns schlafen dürfe und ob wir auch mal zusammen in einem 'Restaurant' übernachten könnten, 'weisst du, so wie Ferien'. Das erwärmt mein Herz».

*Patin Martha Müller, 54*



«Meine Patin ist immer da, auch wenn sie nicht bei mir ist.»

*Patenkind Thomas, 8*



«Manchmal wird mir einfach alles zu viel: Kind, Job, Haushalt... und dann auch noch die Unsicherheit. Da ist es gut, jemanden zu haben, der sich mit um meine Tochter sorgt und mit ihr tolle Dinge unternimmt, für die ich keine Kraft aufbringen kann.»

*Mutter Sabine Mayer, 33*

## Die Patinnen und Paten

Egal, ob 24, kinderlos und mitten im Studium oder 69 und Pensionistin mit flügge gewordenem Nachwuchs – unseren Patinnen und Paten ist eines gemeinsam: echtes Interesse am Umgang mit Kindern.

Sie haben Zeit, Zuneigung und Kontinuität zu schenken, bieten ergänzende Unterstützung und treffen sich einen halben Tag pro Woche, manchmal zusätzlich für ein Wochenende, mit ihrem Patenkind. Zoobesuch, Rheinschiffahrt, Picknickausfahrt, Spielen, Basteln, gemeinsames Kochen – Möglichkeiten für Spass und Gemeinschaft gibt es viele. Zudem erhalten sie professionelles Coaching von Fachleuten.

## Das Kind

Wenn die Mutter oder der Vater gerade eine schwere Zeit durchmacht und psychisch belastet ist, leidet das Kind mit – egal, wie alt es ist. Mit einer Patin, einem Paten hat es eine zusätzliche Bezugsperson an seiner Seite, die in bewegten Zeiten da ist: eine Vertrauensperson, die Stabilität und Sicherheit bietet. Und die mit ihm schöne Dinge unternimmt, die die Eltern in Belastungsphasen nicht immer bieten können.

Von einer Woche zur nächsten freut sich das Kind auf spannende Zeit mit seinem Paten oder seiner Patin. Der wöchentliche Fixpunkt trägt das Kind und lässt es Kontinuität und Verlässlichkeit erfahren.

## Die Eltern

Sich konstant und verlässlich um ein Kind zu kümmern, ist eine der schwierigsten Aufgaben in einem Menschenleben. Und es gibt Phasen, in denen es besonders schwierig ist. Wie gerne wären Mütter und Väter immer so für ihr Kind da, wie sie es sich wünschen – doch oft ist das gerade nicht möglich.

In der Patenschaft werden die Eltern von der Patin, dem Paten in der Sorge um ihr Kind unterstützt. Als verlässliche Bezugspersonen schaffen Paten zeitlichen Freiraum für belastete Eltern und entlasten sie mit der sicheren Gewissheit, dass da noch jemand ist, der sich liebevoll und umsichtig um ihr Kind kümmert.