

# ABSCHIED

NEHMEN

WEGBEGLEITUNG IM STERBEFALL

RATGEBER

Hilfe aus der Trauer-Spirale

ERINNERUNG

Im Gedenken

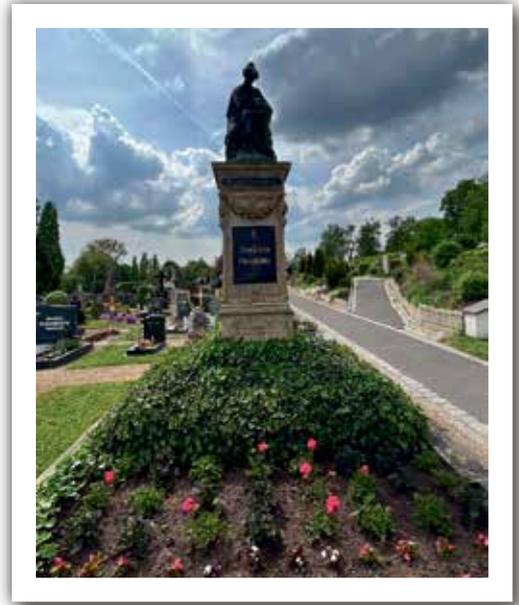
GEMEINSAMKEIT

Das Traueressen

# Das Friedhofsamt der Stadt Amberg stellt sich vor:

Die Stadt Amberg betreut und verwaltet insgesamt fünf Friedhöfe.

Katharinenfriedhof, Dreifaltigkeitsfriedhof, Friedhof Ammersricht, Waldfriedhof und Friedhof Luitpoldhöhe. Diese umfassen insgesamt rund 15 Hektar mit etwa 15 000 Gräbern.



## Wir bieten folgende neue pflegefreie Bestattungsformen:

- Vielfältige Bestattungsmöglichkeiten wie
  - o Urnenbeisetzungen in denkmalgeschützten Grabanlagen (Anpflanzungen und Pflege durch die Stadtgärtnerei)
  - o Urnen- und Erdbeisetzungen auf einer Wiese
  - o Urnenbestattungen unter Bäumen
  - o Anonyme oder halbanonyme Bestattungen
  - o Urnenkammern in Wand, Stelen und Boden
- Keine Grabpflege nötig
- Anbringung der Lebensdaten mit hochwertigem Bronzeguss
- Reservierungen bereits zu Lebzeiten möglich
- Buslinien zu den Friedhöfen

Mehr Informationen auf unserer Website:

<https://www.amberg.de/friedhoefe>

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne unter [friedhofsamt@amberg.de](mailto:friedhofsamt@amberg.de),  
telefonisch unter 09621/10-5522 sowie  
persönlich mit Termin bei der Friedhofsverwaltung  
zur Verfügung oder sprechen Sie unser  
Friedhofpersonal direkt vor Ort an.



AMBERG

# Liebe Leserin, lieber Leser,

Abschied nehmen zu müssen – ein ohnmächtiges Gefühl, das viele von uns kennen. Stirbt ein geliebter Mensch, empfinden Angehörige einen kaum zu beschreibenden Schmerz. Eine Trauer, die schwer auf den Herzen lastet. Zurück bleibt eine Lücke, die unermesslich groß ist. Plötzlich fehlen das vertraute Lachen, die geschätzten Gespräche, die liebevollen Umarmungen.

Doch nicht nur die Trauer lastet schwer auf den Hinterbliebenen. Neben der emotionalen Belastung stehen Angehörige kurz nach dem Tod eines geliebten Menschen vor bürokratischen und organisatorischen Herausforderungen. Die Trauerzeremonie muss organisiert, die Art der Bestattung gewählt werden. Gleichzeitig müssen sie sich um den Grabschmuck und das traditionelle Trauermahl kümmern. Nicht selten spielen auch das Erbe und die damit einhergehenden behördlichen Schritte eine wichtige Rolle. Entscheidungen und Verpflichtungen, die in der Zeit kurz nach dem Verlust kaum zu bewältigen scheinen.

Doch es gibt Unterstützung für Angehörige, die wir in unserem Magazin „Abschied nehmen“ aufzeigen. Neben zahlreichen Beratungsstellen, die für alle, die ihre Trauer nicht selbst bewältigen können, eine wichtige Anlaufstelle sind, kann auch das Bestattungsunternehmen viele der anfallenden Aufgaben nach einem Todesfall übernehmen. Zudem finden Sie einen Überblick über die wichtigsten Fakten zu den Themen Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

Hilfe ist jedoch nicht nur für Angehörige bedeutend. Schwerkranken Menschen ist es oft ein Anliegen, ihren Nachlass noch vor ihrem Tod zu regeln und ihren Hinterbliebenen somit eine Last zu nehmen. Im Magazin finden Sie hierzu und zu vielen weiteren Themen alles Wissenswerte.

Bei all der Trauer über den unermesslichen Verlust sollten Angehörige und Freunde niemals vergessen: „Man lebt zweimal: das erste Mal in der Wirklichkeit, das zweite Mal in der Erinnerung“, wie schon der französische Schriftsteller Honoré de Balzac wusste.

Ihr Team von „Abschied nehmen“

## In dieser Ausgabe:

### Seite 4

Heute an morgen denken  
Die Vorsorgevollmacht klären

### Seite 5

Patientenverfügung  
Darauf müssen Sie achten

### Seite 6 – 7

Hospiz  
Drei Perspektiven

### Seite 8 – 9

Erinnerungen bewahren  
Kreative Wege des Gedenkens

### Seite 10 – 11

Den Tag X planen  
Die Beerdigung organisieren

### Seite 12 – 13

Halt und Struktur  
Was im Trauerfall zu tun ist

### Seite 14 – 15

Die letzte Ruhe  
Vielfältige Möglichkeiten

### Seite 18 – 19

Kein Testament  
Was regelt die gesetzliche Erbfolge?

### Seite 20 – 21

Aufgaben statt Phasen  
Was aus der Trauerspirale hilft

### Seite 22 – 23

Das Trauermahl  
Gemeinsamkeit pflegen

### Seite 24 – 25

Trauerblumen  
Blumen als letzter Gruß

### Seite 26 – 27

Trauern und Kultur  
Wie Kultur Trauer prägt

### Seite 28 – 30

Sternkinder  
Fehlgeburten als Tabuthema

## IMPRESSUM

### ANZEIGEN:

Ivana Zang (verantwortlich)

### REDAKTION:

Sabine Fuchs (verantwortlich)

Katharina Fleischhauer

Julia Hammer

Lea-Mareen Kuhnle

Reiner Wittmann

### HERAUSGEBER/DRUCK:

Oberpfalz Medien GmbH, Weiden

### GRAFIK:

Corinna Schärfl

### TITELBILD:

sc Fotografie – stock.adobe.com

Wenn auch Sie sich in diesem Umfeld präsentieren möchten, wenden Sie sich bitte an:

Roland Brandt | Tel. 0961/85-587

Pia Schiffner | Tel. 0961/85-355

mediaberatung-magazine@oberpfalzmedien.de

# Schon HEUTE an MORGEN denken

**Durch einen Unfall oder eine Krankheit kann sich das Leben sehr plötzlich verändern. Liegt jemand etwa im Koma und kann sich nicht äußern, sollte klar sein, wer sich um was kümmern soll und darf.**

Wer nicht mehr sprechen oder eigenständig handeln kann, braucht einen Stellvertreter. Eine Vorsorgevollmacht regelt, wer im Notfall Entscheidungen treffen darf.

## NEUE RECHTSLAGE BEI MEDIZINISCHEN FRAGEN

Früher konnten Angehörige und Partner ohne das Dokument keinerlei medizinische Entscheidungen für eine Person treffen – weder Behandlungen, noch Untersuchungen zustimmen. Das Problem: Ohne eine solche Zustimmung können Ärzte oft nicht handeln.

Seit Januar 2023 hat sich die Rechtslage für Ehepartner und eingetragene Lebensgemeinschaften etwas geändert – bei einem medizinischen Notfall sind Partner in den ersten sechs Monaten nun dazu in der Lage, gesundheitliche Fragen zu klären und etwa Absprachen mit Krankenkassen sowie Pflegeheimen zu treffen.

Dennoch raten die Experten, jeder Person ab 18 Jahren eine Vorsorgevollmacht abzuschließen. Zumal es im Notfall meist nicht nur um gesundheitliche Fragen, sondern oft auch um rechtliche und finanzielle Angelegenheiten geht, über die jemand entscheiden muss.

## VERTRAUENSPERSON AUSSUCHEN

Zunächst sollte man eine Vertrauensperson auswählen – das kann ein Familienmitglied, Partner oder Freund sein. Wichtig ist, dass diese Person bewusst und ohne Beeinflussung zustimmt. Willigt die Vertrauensperson ein, sollte man über seine Wünsche sprechen und was der Bevollmächtigte übernehmen kann und will. Die Aufgaben kann man auch aufteilen.

Beim Ausfüllen der Formulare können ehrenamtliche Vorsorgelotsen helfen sowie Wohlfahrtsverbände. Einen guten Überblick dazu haben die Betreuungsbehörden. Ein Notar ist dafür nicht nötig – Datum und Unterschrift reichen. (Sollte Immobilieneigentum vorliegen und es auch über Verfügungsmöglichkeiten dazu gehen, ist allerdings schon eine notarielle Beurkundung nötig.)

Fehlt eine solche Vertrauensperson kann eine Betreuungsverfügung eine Alternative sein. Dabei können Personen bestimmte Aufgaben übernehmen - unterliegen dabei jedoch der Aufsicht des Betreuungsgerichts. Ist gar nichts geregelt, schaltet sich das Betreuungsgericht ein.

Wichtig: Banken verlangen häufig hauseigene Dokumente. Daher ist es sinnvoll mit der Vertrauensperson vorab die Hausbank aufzusuchen und vor Ort entsprechende Formulare zu unterschreiben. (dpa/tt)



Unser Angebot richtet sich an alle PatientInnen mit einer **fortgeschrittenen unheilbaren Erkrankung** und begrenzter Lebenserwartung.

Wir sind in dieser Situation auch **Ansprechpartner für Angehörige, Haus- und Fachärzte, Krankenhäuser und stationäre Pflege- und Behinderteneinrichtungen.**

**S**pezialisierte **A**mbulante **P**alliativ **V**ersorgung  
für die Stadt Amberg und die Landkreise Amberg-Sulzbach und Neumarkt

Zu unserem **multiprofessionellen Team** gehören speziell palliativmedizinisch/-pflegerisch ausgebildete Ärztinnen und Gesundheits- und Krankenpflegerinnen.

Unser Ziel ist es, unseren Patienten eine **möglichst hohe Lebensqualität im häuslichen Umfeld** zu ermöglichen und sie und ihre Familien genau dort palliativmedizinisch zu begleiten.

Bei unserer Arbeit stehen die **Bedürfnisse unserer Patienten stets im Mittelpunkt.**

☎ **09625 – 90 92 09-0**  
Mo. bis Fr.: 9.00–14.00 Uhr  
Amberger Str. 6, 92280 Kastl | [info@pallivita.de](mailto:info@pallivita.de) | [www.pallivita.de](http://www.pallivita.de)  
Spendenkonto Sparkasse Amberg  
IBAN DE19 7525 0000 0021 3687 66 | BIC BYLADEM1ABG



# PATIENTENVERFÜGUNG – darauf müssen SIE ACHTEN

Es ist nicht leicht, Entscheidungen für das Lebensende schon zu Lebzeiten zu treffen. Doch es ist empfehlenswert, sich möglichst früh Gedanken zu machen. Das sollte eine Patientenverfügung beinhalten.

Ein Gang zum Notar ist für eine Patientenverfügung nicht zwingend notwendig. Darauf weist die Verbraucherzentrale hin. Wichtig ist nur, Angehörige zu informieren, dass es ein Schriftstück gibt und wo es abgelegt ist.

In einer Patientenverfügung ist für den Notfall festgelegt, welche Untersuchungen und Behandlungen in bestimmten medizinischen Situationen gewünscht sind und welche nicht. Jeder, der mindestens 18 Jahre alt ist, kann eine solche aufsetzen.

## WIEDERBELEBUNG - JA ODER NEIN?

Die Verfügung sollte Situationen abdecken, in denen eine eigenständige Entscheidung und Willensäußerung nicht mehr möglich ist. Das betrifft zum Beispiel den Sterbeprozess, Hirnschädigungen, Koma, Demenz oder eine unheilbare Krankheit im Endstadium.

Fragen, die es zu klären gilt, sind etwa: Wann sollen starke Schmerzen gelindert oder Wiederbelebungsmaßnahmen ergriffen werden? Wann soll eine künstliche Ernährung oder eine künstliche Beatmung eingestellt werden? Es sollte außerdem eine Person genannt werden, die die Verfügung mit dem ärztlichen Personal bespricht.

## UNTERSCHRIFT AKTUELL HALTEN

Es ist wichtig, dass das Festgeschriebene tatsächlich der Wille des Patienten ist. Daher sind Datum und Unterschrift unter dem Text wichtig. Die Verbraucherzentrale rät, den Text regelmäßig zu prüfen und mit erneuter Unterschrift und Datum zu versehen. Es ist auch möglich, handschriftlich etwas nachzutragen.

Klar ist: Es ist praktisch unmöglich, für jeden Fall vorzusorgen. Deshalb ist es sinnvoll, die Patientenverfügung um persönliche Motivation, Moralvorstellung, religiöse Ansichten oder Erfahrungen aus dem Familien- und Freundeskreis zu erweitern. Dies kann an die Verfügung angeheftet werden und im Zweifel helfen, den Willen des Patienten einzuschätzen. (dpa)



caritasTirschenreuth

## Den letzten Weg gemeinsam gehen

Wir begleiten ...

... Schwerkranke, Sterbende und ihre Angehörigen

... zu Hause, im Seniorenheim,  
im Krankenhaus

... im Landkreis Tirschenreuth  
kostenlos

Unterstützen Sie uns mit einer  
Spende an Sparkasse Oberpfalz Nord  
IBAN DE41 7535 0000 0380 4471 93

## Ambulanter Hospizdienst

Telefon 09631/79892-18  
hospizdienst@caritas-tirschenreuth.de  
hospizdienst-tirschenreuth.de

# Abschied nehmen

## im stationären Hospiz Sankt Felix aus drei Perspektiven

Von Katharina Fleischhauer

Der Abschied von einem geliebten Menschen ist ein vielschichtiger Prozess, der sowohl den Gast als auch die Angehörigen und die Mitarbeitenden im Hospiz tief berührt. Jeder erlebt diesen Prozess auf seine Weise, doch in der gemeinsamen Begegnung entsteht etwas Besonderes – Raum für Menschlichkeit, Respekt und das gemeinsame Loslassen.

### ZWISCHEN SELBSTBILD UND ABSCHIED VOM LEBEN

Die Gäste des Hospizes stehen oft vor einer Realität, die schwer zu greifen ist: dem Abschied vom eigenen Leben und den unerfüllten Plänen. Tanja Herzer, Psychoonkologin im Hospiz Sankt Felix, erklärt: „Die Gäste müssen nicht nur die zunehmenden körperlichen Einschränkungen akzeptieren, sondern auch den Verlust des Lebens, das sie sich vorgestellt haben.“

Es geht nicht nur um den Verlust körperlicher Fähigkeiten, sondern auch um die Identität. „Man sieht, wie der Radius der Gäste immer kleiner wird – zuerst sind es Arztbesuche, dann wird der Rollator zum Begleiter, schließlich gehen immer mehr Fähigkeiten verloren“, so Herzer weiter. Für viele ist dieser schrittweise Verlust der Selbstständigkeit besonders schwer zu akzeptieren.

Trotz dieser Herausforderungen unterstützt das Team die Gäste – wie die „Patienten“ im Hospiz genannt werden – dabei, inneren Frieden zu finden. „Unsere Arbeit und Gespräche helfen, sich

mit der Situation auseinanderzusetzen und diese anzunehmen“, sagt Herzer. Besonders bewegend sind die Momente, in denen die Gäste trotz allem Nähe zulassen.

### EIN LANGER WEG ZWISCHEN HOFFNUNG UND AKZEPTANZ

Für Angehörige beginnt der Abschied oft lange vor dem Tod. Alexandra Hansbauer, deren Vater seine letzten Stunden im Hospiz verbrachte, sagt: „Es war, als hätte mein Vater nicht nur seine Gesundheit, sondern auch einen Teil seiner Persönlichkeit verloren. Ich fragte mich oft: Wann war er nicht mehr er selbst?“ Die Krankheit verändert nicht nur den Patienten, sondern auch die Beziehung innerhalb der Familie. „Es war, als wäre er physisch da, aber emotional und geistig oft woanders.“

Im Hospiz bekommen Angehörige den Raum, diesen Prozess in ihrem eigenen Tempo zu verarbeiten. „Ich konnte loslassen, weil ich wusste, dass mein Vater in guten Händen war“, erklärt Hansbauer. „Es war beruhigend, dass er hier endlich in seinem eigenen Rhythmus leben konnte.“

Die Mitarbeitenden im Hospiz begleiten die Angehörigen auf ihrem Weg von der Hoffnung zur Akzeptanz. „Oft wissen die Angehörigen nicht, wie sie mit der Situation umgehen sollen. Sie schwanken zwischen dem Wunsch, alles richtig zu machen, und der Notwendigkeit, loszulassen“, erklärt Herzer. Das Hospiz bietet ihnen die Möglichkeit, den Abschied Stück für Stück zu verarbeiten. „Hier konnte ich wieder Tochter sein, ohne mich ständig zu fragen, ob ich genug tue“, beschreibt Alexandra Hansbauer die befreiende Wirkung des Hospizes.



**Pallicura**  
PALLIATIVE CARE TEAM

Birkenlohstraße 6  
92421 Schwandorf  
Tel. 09431 790 48 66  
E-Mail: info@pallicura.de  
www.pallicura.de

**Spezialisierte  
ambulante  
Palliativversorgung  
SAPV**

im Landkreis Schwandorf

Palliativversorgung im  
eigenen Zuhause oder  
im Pflegeheim

24-Stunden-  
Rufbereitschaft

Überwachung des  
individuellen Krankheits-  
verlaufs, Schmerz-  
therapie und  
Symptomkontrolle

## BALANCE ZWISCHEN PROFESSIONALITÄT UND MENSCHLICHKEIT

Die Mitarbeitenden des Hospizes stehen täglich vor der Herausforderung, zwischen professioneller Distanz und emotionaler Nähe zu balancieren. „Kein Tag gleicht dem anderen“, sagt Stephanie Baumgärtel, Mitarbeiterin im Hospiz Sankt Felix. „Man richtet sich nach den Menschen – wenn sich ihre Bedürfnisse ändern, gehen wir mit ihnen diesen Weg. Das Ziel ist, dass sie eine gute Zeit bei uns haben.“

Die Arbeit im Hospiz erfordert viel Einfühlungsvermögen und Flexibilität. „Es geht immer nur um den Gast, er steht im Mittelpunkt. Wenn jemand einen Tag früher aufsteht und am nächsten Tag später, dann passen wir uns an. Wir begleiten sie in ihrem Tempo“, so Baumgärtel. Auch das gemeinsame Weinen gehört dazu: „Weinen ist befreiend – für die Gäste und auch für uns Mitarbeitende.“

Baumgärtel betont, wie wertvoll es ist, so individuell auf die Bedürfnisse einzugehen: „Manchmal sagen Gäste oder Angehörige, dass sie viel früher gekommen wären, hätten sie gewusst, wie schön es hier ist. Der Ausblick, der Garten, die hellen Räume – das alles hat einen großen Einfluss.“ Der offene Umgang und das Gefühl von Freiheit sind wichtig: „Alles darf, aber nichts muss.“ Auch für die Mitarbeitenden bleibt der Abschied nicht spurlos: „Wir sprechen oft noch über die Gäste, sie werden nicht vergessen. Es ist ein Geschenk, Menschen in ihrer letzten Lebensphase zu begleiten“, sagt Baumgärtel.



## SANKT FELIX

Hospiz an der Waldnaab

- Wir sind ein Ort der Geborgenheit
- Wir sind rund um die Uhr für die Pflege und Begleitung unserer schwerstkranken und sterbenden Gäste da
- Wir stehen unseren Gästen und Ihren Angehörigen bei Ihren Ängsten und Nöten zur Seite
- Wir gewährleisten Selbstbestimmung, den Erhalt der Würde und der Individualität
- Menschlichkeit, Respekt, Empathie stehen für uns an oberster Stelle
- Wir beraten Betroffene und Interessierte zu unserem Angebot und alternativen Versorgungsmöglichkeiten, gerne auch im Rahmen einer Führung
- Wir arbeiten mit allen Partnern im Gesundheitswesen eng zusammen

**Für die Erfüllung all unserer Aufgaben benötigen wir Ihre Unterstützung.**

Eine Einrichtung des Malteser Hilfsdienst e. V. und der Kliniken Nordoberpfalz AG

**Hospiz Sankt Felix gemeinnützige GmbH**  
Felixallee 9 in 92660 Neustadt | Tel.: 09602/306200  
hospiz@sankt-felix.de | www.sankt-felix.de

**Spendenkonto Pax-Bank eG**  
**IBAN: DE07 3706 0120 1201 2701 00**  
**Stichwort: Sankt Felix**

 **Malteser**  
...weil Nähe zählt.

  
**KNO+**  
Kliniken  
Nordoberpfalz

# ERINNERUNGEN bewahren:

## Was beim Gedenken helfen kann

Von Katharina Fleischhauer

Trauer ist ein Prozess, der durch verschiedene Phasen führt – von der Leugnung über Zorn und Verhandeln bis hin zur Depression und schließlich zur Akzeptanz. Jeder Mensch geht diesen Weg auf seine ganz persönliche Weise.

Verschiedene Traditionen auf der Welt zeigen, wie unterschiedlich und kreativ dieser Prozess gestaltet werden kann. Ein beeindruckendes Beispiel ist der mexikanische „Día de los Muertos“, der Tag der Toten. An diesem Tag gedenken Familien ihren Verstorbenen mit farbenfrohen Altären, gemeinsamen Festessen und fröhlichen Zusammenkünften. Er zeigt uns, dass das Erinnern auch eine Feier des Lebens sein kann.

In dieser schweren Zeit können Erinnerungen an die verstorbene Person eine wertvolle Stütze sein. Es gibt viele kreative Möglichkeiten, die Erinnerung an unsere Verstorbenen lebendig zu halten. Solche Rituale können Trost spenden und helfen, besondere Momente sowie die Einzigartigkeit unserer Liebsten authentisch zu ehren.

### 1. ERINNERUNGSALBEN

Ein selbstgestaltetes Album ist eine schöne Möglichkeit, besondere Geschichten, Fotos und Erinnerungen an den Verstorbenen festzuhalten. Familie und Freunde können dabei mit persönlichen Beiträgen über gemeinsame Erlebnisse und liebevolle Anekdoten mitwirken. So können die schönen Momente noch einmal aufleben und bewahrt werden.

### 2. ERINNERUNGSTÜCKE AUS TEXTILIEN

Kleidung oder Textilien des Verstorbenen können in liebevolle Erinnerungsstücke umgewandelt werden. Aus Hemden, Kleidern oder Decken können zum Beispiel Kissen, Quilts oder Stofftiere genäht werden. Diese handgemachten Stücke bewahren nicht nur die Erinnerungen an die geliebte Person, sondern spenden auch Trost, in schweren Momenten.

### 3. PLAYLIST DER LIEBLINGSLIEDER

Musik kann Erinnerungen wecken und starke Emotionen hervorrufen. Eine Playlist mit den Lieblingsliedern des Verstorbenen zusammenzustellen, ist eine schöne Art, mit der Trauer umzugehen. Diese Musik kann bei Gedenkfeiern gespielt werden, um sich dem geliebten Menschen nochmal nahe zu fühlen oder auch in stillen Momenten Trost spenden.



### 4. GEDENKSCHMUCK MIT FOTO ODER ERKENNUNG

Gedenkschmuck ist eine persönliche und unauffällige Möglichkeit, die Erinnerung an einen geliebten Menschen immer bei sich zu tragen. Ob ein Anhänger mit einem Foto, ein Ring mit Gravur oder ein Schmuckstück mit dem Fingerabdruck des Verstorbenen – solche Stücke sind nicht nur schön, sondern haben auch eine besondere, emotionale Bedeutung.

### 5. TATTOOS ZUM GEDENKEN

Viele Menschen entscheiden sich für ein Tattoo als persönliche und dauerhafte Form des Gedenkens. Ob ein Symbol, ein Zitat oder ein besonderes Motiv – es kann die Verbindung zum Verstorbenen ausdrücken. Auf diese Weise wird die Erinnerung buchstäblich unter die Haut gebracht, sodass der geliebte Mensch immer ein Teil von einem bleibt.

### 6. PFLANZEN EINES GEDENKBAUMS ODER EINER GEDENKPFLANZE

Ein Gedenkbaum oder eine Gedenkpflanze ist ein lebendiges Andenken. Indem man einen Baum oder eine Pflanze wählt, die dem Verstorbenen gefallen hätte und einpflanzt, entsteht ein besonderer Ort der Erinnerung und Ruhe. Jeder Besuch bei dieser Pflanze bietet die Möglichkeit, innezuhalten, sich zu erinnern und Trost zu finden.

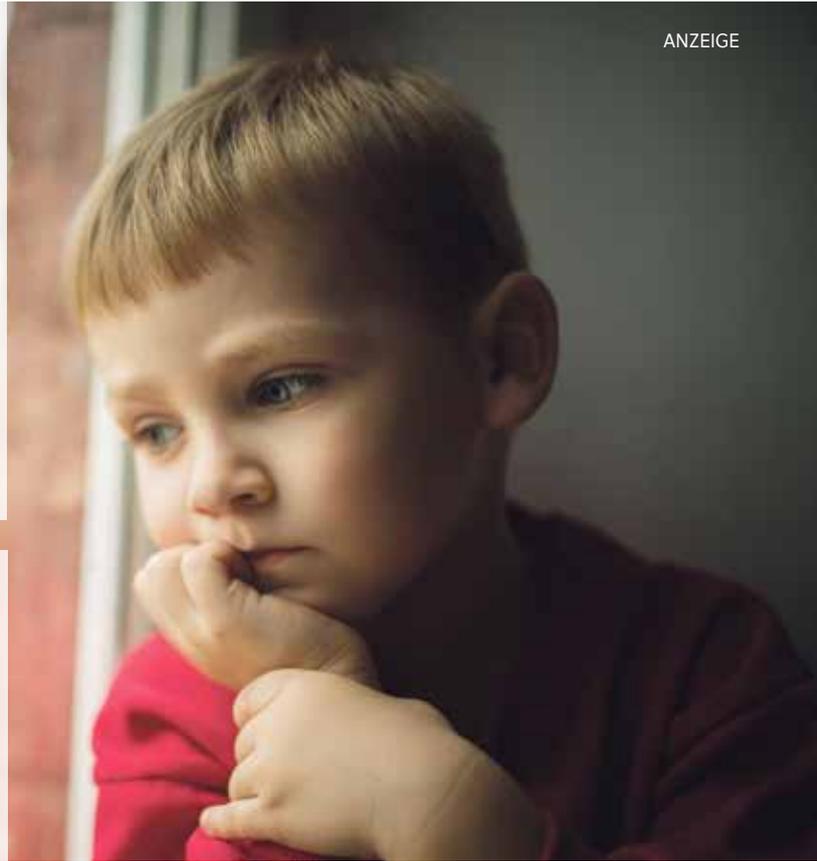
## Wenn Mama auf dem Friedhof wohnt

„Jedes Kind trauert anders. Das eine Kind erzählt viel über den Verstorbenen und seine Trauer über den Verlust, das andere hingegen verstummt.“ Margit Meier fasst in Worte, was schwer in Worte zu fassen ist: Ein Kind muss lernen, ohne Mama oder Papa, ohne Bruder oder Schwester, ohne einen anderen geliebten Menschen weiterzuleben. Jemand, der ihnen vertraut ist, den sie lieben, ist plötzlich nicht mehr da. Diesen Schmerz können Kinder nur schwer verarbeiten und auch die Familie ist hier oft überfordert. „Wir wollen die Kinder in einer gemeinschaftlichen Gruppe auffangen, ihnen dort zeigen, dass sie mit ihrem Schmerz und ihrer Traurigkeit nicht alleine sind – wollen ihnen zeigen, wie sie lernen, damit umzugehen. Und wenn man die Trauer teilt kann man sie viel leichter ertragen“

Der Förderverein FLIKA realisiert die Trauergruppe in Zusammenarbeit mit dem Hospizverein Amberg. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche, die mit dem Tod von Mama oder Papa, eines Geschwisterkindes, der Großeltern oder eines guten Freundes/einer guten Freundin zu-rechtkommen müssen.

Gemeinsam mit geschulten Trauerbegleiterinnen gehen sie den Weg durch die Angst, Wut und Traurigkeit und lernen den Umgang damit. In den Gruppenstunden wird die Trauer altersgerecht thematisiert. Es wird gemeinsam gebastelt, gemalt, Musik gehört oder eine passende Geschichte gelesen. Der Ablauf richtet sich nach den Vorlieben und dem Alter der Gruppenteilnehmer/innen. „Wichtig ist uns, durch diese Aktivitäten den Kindern zu helfen, einen Weg durch ihre Trauer zu finden und zu lernen, mit dem Schmerz über den Verlust umzugehen. Bei Bedarf steht ein Psychologe begleitend zur Verfügung.“

Die Gruppentreffen finden 8 x statt. In der Regel 1 x wöchentlich von 16.00 bis 17.30 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos. Fragen beantwortet gerne FLIKA unter der Telefonnummer 09621/38-1202 oder der Hospizverein Amberg unter 09621/12430. Anmeldungen werden beim Hospizverein Amberg unter 09621/12430 entgegengenommen.



### „KLECKS“ Trauergruppe für Kinder und Jugendliche



#### *Raus aus der Zerrissenheit, Wut und Trauer!*

KLECKS-Gruppentreffen – speziell für Kinder und Jugendliche, die einen lieben Menschen verloren haben. Ausgebildete Kindertrauerbegleiter stehen zur Unterstützung bereit. Miteinander finden wir Wege durch die Wut und Traurigkeit!



Infos und Anmeldung:  
Hospizverein Amberg und  
Landkreis Amberg-Weizsach e.V.  
Heiner-Fleischmann-Str. 4  
92224 Amberg  
Tel.: 09621/12430  
hospizverein-amberg@t-online.de



FLIKA  
Förderverein Klinik  
für Kinder und Jugendliche  
am Klinikum St. Marien  
Amberg e.V.  
www.flika.de

# Den TAG X planen: Schon zu Lebzeiten an die Beerdigung denken

**Der Tod? Bloß weg mit dem Gedanken daran. Dabei kann es nicht nur für Angehörige entlastend sein, wenn man sich schon früh Gedanken über das Ende macht - es bereichert auch das eigene Leben.**

Sterben wird jeder, das ist sicher. Doch mit dem Tod, gar mit der eigenen Beerdigung, mag sich kaum einer wirklich befassen. Dabei kann genau das sehr entlastend sein, glauben Fachleute.

Im Vergleich zu anderen Ländern sei der Tod in Deutschland noch ein Tabu-Thema, sagt Barbara Till, Bestatterin in Berlin. Zwar habe sich in den vergangenen Jahren bereits einiges getan und eine gewisse Offenheit etabliert, gleichwohl sei der Tod negativ behaftet. „Man schiebt ihn gerne von sich weg.“ Und das, obwohl er ein ganz wichtiger und fester Bestandteil des Lebens sei.

„Es gibt Menschen, die wollen nicht darüber reden“, sagt auch Pfarrerin Stefanie Schardien. Das könne ganz unterschiedliche Gründe haben. Manchmal stecke die irrationale Furcht dahinter, dass man den Tod herbeiredet, wenn man sich mit dem Sterben beschäftigt. Für diese Menschen sei die eigene Beerdigung etwas, was dann nur noch die Angehörigen angehe.

Andere machen sich im Vorfeld Gedanken, schreiben auf, was ihnen wichtig ist und wollen ihre Angehörigen dadurch entlasten.



© New Africa - stock.adobe.com

Für viele sei es tröstlich, sich damit zu beschäftigen, haben die Expertinnen festgestellt.

Schon Gedankenspiele könnten ausreichen, sagt Schardien. Zum Beispiel bei einem Spaziergang über den Friedhof zu schauen, was einem gefällt. „Es geht darum, den Gedanken an sich ranzulassen“, erklärt die Pfarrerin aus Fürth.

**BESTATTUNGSIINSTITUT**  
— Schinner —  
seit 1984

Ihr Bestattungsinstitut in  
Marktrechwitz & Waldershof

- | Erdbestattungen
- | Feuerbestattungen
- | Seebestattungen

Wir sind Tag und Nacht erreichbar  
Tel. 09231/5599

Waldershofer Str. 11 • 95615 Marktrechwitz [www.bestattungen-schinner.de](http://www.bestattungen-schinner.de)

**DIE SINGENDE BESTATTERIN AUS DEM NÜRNBERGER LAND**  
Bewegende Livemusik zur Abschiedsfeier

**FRANK** BESTATTUNGSHAUS  
Heuchlinger Str. 1 • 91224 Pommelsbrunn  
09154 28 799 69 • [bestattungshaus-frank.de](http://bestattungshaus-frank.de)

„Begleitung auf allen Friedhöfen im Nürnberger Land und überall, wo ihr uns braucht.“

### Online-Vorsorge-Kurse und Partys

Es sei noch nicht angekommen, dass man locker mit Freunden über sein eigenes Ende sprechen könne, unabhängig vom Alter, sagt Anne Kriesel. Sie hat die Online-Plattform Bohana gegründet, und informiert dort über Trauer, alternative Bestattungen und Vorsorgemöglichkeiten. Unter anderem gibt es dort einen Online-Kurs zum Thema Tod, in dem sich die Teilnehmenden mit ihrem eigenen Ende auseinandersetzen können.

Bestatterin Till wiederum hat Vorsorge-Partys ins Leben gerufen. In lockerer Atmosphäre kann jeder mit Freunden oder der Familie über den Tod sprechen. Till kommt als fachliche Unterstützung dazu, manche kochen etwas oder spielen. Die Themen sind verschieden: Welche Vollmachten sind sinnvoll, wie kann eine Beerdigung aussehen, welche Rolle spielt Nachhaltigkeit?

### Unumkehrbare Entscheidungen

Aus Erfahrung weiß Till: „Die wirklichen Dramen entstehen zum Großteil, weil nichts geregelt und vorbereitet ist.“ Etwa weil bei unverheirateten Paaren dann auf einmal die Eltern zuständig sind und essenzielle Dinge entscheiden sollen, obwohl sie vielleicht seit Jahren kein enges Verhältnis mehr zu ihrem Kind hatten.

„Das wäre zu Lebzeiten ganz einfach verhindert worden, indem man das Totenfürsorgerecht dem Partner oder der Partnerin überträgt“, erläutert Till.

Die meisten kümmern sich vorab um nichts, stellt auch Anne Kriesel fest. Dann säßen die Liebsten bei einem Bestatter oder einer Bestatterin, und wüssten nicht, ob der oder die Angehörige eine Erd- oder Feuerbestattung wollte. „Man muss in diesem Moment Entscheidungen treffen, die nicht mehr umkehrbar sind.“

### Freiräume lassen

Eine Bestattungsverfügung kann hier helfen. Sie regelt, wie man beerdigt werden möchte. Feuer-, See-, oder Erdbestattung? Wie sähe die ideale Trauerfeier aus? „Vielen ist das egal, aber genau

das ist eine ausschlaggebende Info. Dann können die Zugehörigen entscheiden, was sie für sich als wichtig empfinden“, sagt Till.

Kriesel rät zu einem Notfall-Ordner, der den wichtigsten Papierkram enthält: Darunter etwa das Testament, die Sorgerechtsverfügung, eine Betreuungsvollmacht, eine Patientenverfügung, einen Bestattungsvorsorgeplan und eine Bankenvollmacht sowie diverse Kopien.

Checklisten finden Interessierte zum Beispiel bei der Verbraucherinitiative Bestattungskultur Aeternitas, dem Verbraucherschutzministerium oder den Verbraucherzentralen.

Doch bei allen Vorabfestlegungen hält Kriesel es für wichtig, den Angehörigen Freiräume zur eigenen Gestaltung zu lassen – und nichts schier Unmögliches zu fordern. Wenn es beispielsweise für die Familie wichtig ist, einen Ort für ihre Trauer zu haben, dann sollte es diese Option geben.

### Erinnerungen schaffen

Auch Erinnerungen lassen sich vor dem Ableben gestalten. Ob als Schatzkiste oder mit Briefen, den Lieblingsrezepten der Familie, den wichtigsten Büchern oder Stofftieren, am besten versehen mit einer kleinen Notiz. „Etwas ohne Bezug und Geschichte zu behalten, das macht für die Angehörigen keinen Sinn“, sagt Kriesel. Es erhalte jedoch eine Bedeutung, wenn sie wüssten, warum es einem selbst wichtig war.

Es muss natürlich nicht alles perfekt geplant sein. Schardien will hier vor allem den Druck rausnehmen. „Es kann auch eine schöne und würdige Beerdigung sein, wenn niemand etwas vorbereitet hat im Vorfeld.“

Die Beschäftigung mit dem Tod bereichert auch das eigene Leben, darin sind sich die Frauen einig. „Weil man es anders genießt und weiß, wie kostbar es ist“, sagt Till. Im Sterben habe dann jeder die Chance, sich wirklich diesem Prozess zu widmen. Denn der fordere die ganze Kraft. (dpa)



**Bestattungsinstitut**  
**SCHNEIDER**

Familienbetrieb seit 1948 Inh. Ellen Procher  
**92637 Weiden, Sintzelstraße 12** (Neue Welt)  
**Tel. 0961/670280** Tag und Nacht  
e-mail: Bestattungen.Schneider.Weiden@t-online.de  
Fax 0961/61959

- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- Internat. Überführungen
- Vorsorge



Meisterbetrieb im Bestatterhandwerk

Tag & Nacht erreichbar: ☎ 09651/2041

**GELIEBT und unvergessen.**

Ein Licht für unsere Verstorbenen.






Waidhauser Straße 7 · 92648 Vohenstrauß · [www.bestattungen-wiedermann.de](http://www.bestattungen-wiedermann.de)

# Die WICHTIGSTEN SCHRITTE im Trauerfall

Der Tod eines Angehörigen ist unbeschreiblich schmerzhaft und hinterlässt die Angehörigen meist ohnmächtig. Doch es gibt zahlreiche Angelegenheiten zu regeln. Eine Checkliste, die Ihnen hilft, in dieser schweren Zeit den Überblick zu bewahren.

## Totenschein ausstellen lassen

Der erste Schritt ist, einen Totenschein ausstellen lassen. Ist der Angehörige zu Hause verstorben, müssen Angehörige umgehend einen Arzt verständigen, der den Totenschein ausstellt. Er vermerkt neben den Personalien den Zeitpunkt und den Ort des Todes. In einem Krankenhaus, Wohn- oder Pflegeheim regelt das die zuständige Verwaltung. Der Totenschein ist wichtig, denn Angehörige brauchen ihn, um die Sterbeurkunde zu beantragen und die Bestattung zu organisieren.

## Bestattungsverfügung suchen

Nicht selten hinterlassen Verstorbene eine Bestattungsverfügung, in der sie festlegen, wie sie beerdigt werden wollen und wie die Trauerfeier organisiert sein soll. Gibt es keine derartige Verfügung, ist der nächste Angehörige für die Organisation der Bestattung zuständig.

## Unterlagen zusammentragen

**Zudem sollten wichtige Unterlagen und Dokumente bereitgelegt werden:**

- Personalausweis des Verstorbenen
- Totenschein
- Geburtsurkunde des Verstorbenen
- bei Verheirateten: Heiratsurkunde beziehungsweise Familienbuch,
- bei Geschiedenen: Heiratsurkunde und Scheidungsurteil
- bei Verwitweten: Heiratsurkunde und Sterbeurkunde für den bereits verstorbenen Partner
- Versicherungsunterlagen sowie (wenn bereits in Rente) die Rentenversicherungsnummer
- Mitgliedsausweis einer Gewerkschaft, für den Fall, dass diese Sterbegeld zahlt

## Bestattungsunternehmen aufsuchen

Innerhalb der ersten zwei Tage nach dem Todesfall sollten Hinterbliebene ein Bestattungsunternehmen aussuchen. Schon beim ersten Termin sollten die Aufgaben des Bestatters festgelegt werden. Es besteht die Möglichkeit, dass er auch Aufgaben übernimmt, die über die eigentliche

# Halt und Struktur

Von Julia Hammer

[www.bestattungen-scharf.de](http://www.bestattungen-scharf.de)

09154/4004



Albrecht-Prifling  
Seit 1859  
IHRE WÜRDEVOLLE HILFE IM TRAUERFALL

Bestattungsunternehmen Albrecht-Prifling  
Inh. Peter Prifling

Neustift 1, 92224 Amberg | Fax 09621 973642  
bestattung.prifling@t-online.de  
www.bestattung-prifling.de

Telefon 09621 12787

Bestattung hinausgehen, etwa, die verstorbene Person beim Standesamt abzumelden, die Sterbeurkunde zu beantragen oder die Trauerfeier zu organisieren. Während des Termins wird auch zur Sprache kommen, wie der verstorbene Mensch bestattet werden soll. Hat er das nicht selbst bestimmt, müssen sich Angehörige zwischen diversen Bestattungsmöglichkeiten entscheiden, unter anderem einer Erdbestattung oder einer Feuerbestattung.

#### Sterbefall im Standesamt anzeigen

Das Standesamt muss spätestens am dritten Werktag nach dem Tod informiert werden. Ist die Person in einem Krankenhaus oder in einem Alten- oder Pflegeheim verstorben, meldet der Träger der Einrichtung den Sterbefall an das Standesamt.

#### Sterbeurkunde beantragen

Anschließend sollte die Sterbeurkunde beantragt werden. Sie ist ein amtliches Dokument, das den Tod einer Person bescheinigt. Dafür müssen Angehörige sowohl den Totenschein, als auch den Personalausweis und die Geburtsurkunde der verstorbenen Person dem Standesamt vorlegen.

#### Versicherungen informieren

Hat der Verstorbene eine Lebens- oder Sterbegeldversicherung abgeschlossen? Dann muss die Versicherung innerhalb we-

niger Tage nach dem Tod informiert werden. Das Gleiche gilt für eine Unfallversicherung sowie für die Kranken- und Rentenversicherung.

#### Testament abgeben

Sofern vorhanden sollte Testament in den ersten drei Tagen nach dem Todesfall beim Nachlassgericht abgeben werden. Wer ein Testament findet, ist gesetzlich verpflichtet, es umgehend weiterzureichen.

#### Kontoführung regeln

Im Idealfall hat die verstorbene Person noch zu Lebzeiten eine Bankvollmacht verfasst, denn dann kann die bevollmächtigte Person, meist ein naher Angehöriger, auf das Konto zugreifen und den Zahlungsverkehr sowie den aktuellen Kontostand einsehen. Wichtig zu wissen: Eine Kontovollmacht kann auch Teil einer Vorsorgevollmacht sein. War der Verstorbene der alleinige Kontoinhaber, werden alle Bankkarten sofort vom Geldinstitut gesperrt. Anschließend wird das Konto als Nachlasskonto weitergeführt. Das bedeutet, dass auch Daueraufträge weiterhin von dem vorhandenen Geld bezahlt werden, etwa Miete, Stromkosten oder Versicherungen.

#### Trauerfeier planen

Der nächste Schritt ist die Planung der Trauerfeier. Dabei sollte immer beachtet werden, ob der Verstorbene religiös war oder eine

weltlich gestaltete Zeremonie bevorzugt hätte. Bestatter stehen den Angehörigen bei den wichtigsten Fragen zur Seite. Vor dem Gespräch mit dem Trauerredner oder dem Geistlichen sollten sich Angehörige Gedanken machen, was sie gerne über den Verstorbenen sagen wollen. Sind alle Termine festgelegt, werden die Trauerbriefe mit dem Datum der Beerdigung und der Trauerfeier an alle geschickt, die anwesend sein sollen.

#### Dokumente ordnen

Nach der Bestattung sollten Angehörige wichtige Dokumente ordnen und gut aufbewahren. Viele Unterlagen, die die Hinterbliebenen nach dem Tod erhalten haben, werden auch in den folgenden Monaten noch benötigt.

#### Erbschein beantragen

Verwitwete Partner sollten nicht vergessen, die Hinterbliebenenrente bei der Rentenversicherung zu beantragen. Auch das sollte zeitnah passieren, denn in den ersten drei Monaten nach dem Tod erhält der Lebenspartner die Rente des Verstorbenen in voller Höhe ausbezahlt. Der letzte Schritt ist bedeutend: Das Beantragen des Erbscheins. Er wird vom Nachlassgericht ausgestellt und ist erforderlich, wenn nur ein eigenhändig verfasstes Testament existiert oder eine Person durch gesetzliche Erbfolge zum Erben wird.



Bestattungen  
*Müller & Schießler*

*Jedem Leben ein Zeichen setzen*  
fachlich • transparent • individuell  
traditionell • menschlich • einfühlsam

Sie erreichen uns telefonisch im Trauerfall 24 Stunden persönlich.  
Für Sie im gesamten Landkreis und auf allen Amberger Friedhöfen.

**Hirschau • 09622 – 704 330 5**  
Georg-Schiffer-Straße 4

**Sulzbach-Rosenberg • 09661 – 813 624 0**  
Kugelplatz 7

**Amberg • 09621 – 650 992 5**



[www.ms-bestattungen.de](http://www.ms-bestattungen.de)

Mit individuellem und liebevoll gestaltetem Gedenk-/Trauerportal

# Die letzte Ruhe

## Vielfältige Möglichkeiten

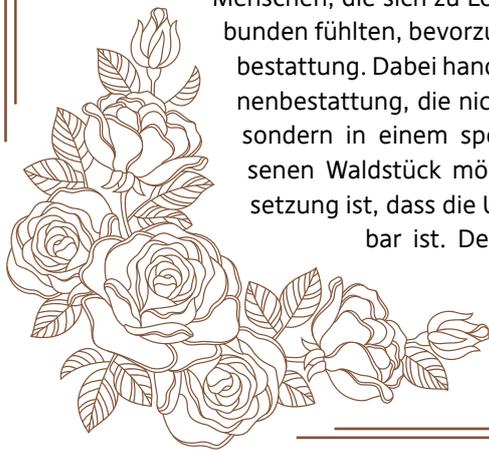
Von Julia Hammer

**Der Wunsch nach individuellen Bestattungen nimmt in Deutschland trotz Friedhofszwang zu. Die Beerdigungskultur ist im Wandel. Neben der klassischen Entscheidung zwischen Erd- und Feuerbestattung gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Asche des Verstorbenen zur letzten Ruhe zu bringen.**

Für die Feuerbestattung bringt das beauftragte Bestattungsinstitut die verstorbene Person in ein Krematorium, wo die Einäscherung erfolgt. Anschließend wird die Asche in eine Urne gefüllt. Traditionell wird die Urne auf einem Friedhof beigesetzt – meist in einer Urnenwand. Doch auch die Beerdigung an anderen Orten ist möglich. Dabei sind jedoch meist bestimmte Regularien zu beachten.

### Die Waldbestattung

Menschen, die sich zu Lebzeiten der Natur verbunden fühlten, bevorzugen häufig eine Waldbestattung. Dabei handelt es sich um eine Urnenbestattung, die nicht auf einem Friedhof, sondern in einem speziell dafür ausgewiesenen Waldstück möglich ist. Eine Voraussetzung ist, dass die Urne biologisch abbaubar ist. Der Grund: Das Konzept dieser Bestattungsart



ist, dass der Verstorbene zu einem Teil des Waldbodens wird und damit Nährboden für neues Leben schafft. Eine Möglichkeit, die inzwischen viele Bestattungsinstitute anbieten.

### Die Baumbestattung

Die Baumbestattung kann im Gegensatz zur Waldbestattung auch auf einem Friedhof stattfinden. Bei dieser Bestattungsart wird die Asche in das Wurzelwerk eines Baumes gegeben. Auch hier soll die verstorbene Person symbolisch der Natur zurückgeführt werden. Gekennzeichnet wird der Bestattungsort meist mit einem Schild, auf dem der Name des Verstorbenen steht.

### Die Seebestattung

Die Seebestattung ist eine Spezialform der Feuerbestattung. Die Asche, die sich in einer biologisch abbaubaren, wasserlöslichen Spezialurne befindet, wird in einem dafür freigegebenen Gebiet im Meer beigesetzt. Angehörige erhalten anschließend eine Seekarte, auf der der Bestattungsort markiert ist. In Deutschland freigegebene Gebiete befinden sich in der Nord- und Ostsee. Sie müssen weiter als drei Seemeilen von der Küste entfernt sein. Auch eine anonyme Seebestattung ist möglich.



***In den schweren Stunden des Abschieds stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.***

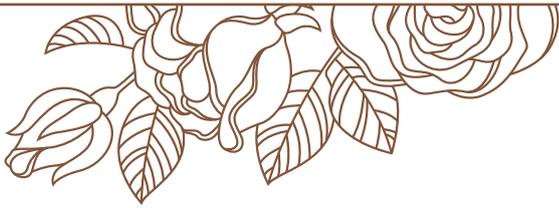
*Wir sind für sie da, wenn sie uns brauchen.*

Wir beraten Sie auch gerne unverbindlich hinsichtlich Bestattungsvorsorge.



**Wernberg-Köblitz, Feistelberger Straße 6**  
**Nabburg, Bahnhofstraße 15**  
**Schwarzenfeld, Neue Amberger Straße 15**

Telefonnummer: 09604 / 2606 • Email: [kontakt@bestattungenzwack.de](mailto:kontakt@bestattungenzwack.de)



# nach der Einäscherung

## Internationale Bestattungsmöglichkeiten

Anders als in Deutschland herrscht in vielen anderen Ländern kein Friedhofszwang. Entsprechend individuell und ausgefallen erscheinen deshalb die Beisetzungsmöglichkeiten nach der Einäscherung. Einige von ihnen können allerdings auch deutsche Bürger in Anspruch nehmen.

### Die Diamantbestattung

Bei dieser Bestattung wird ein Teil der Asche unter hohem Druck zu einem Diamanten gepresst. Anschließend wird der Edelstein an die Angehörigen übergeben, die ihn entweder aufbewahren oder zu einem Schmuckstück verarbeiten können. Bekannt ist vor allem die Schweiz für dieses Verfahren. Unter bestimmten Voraussetzungen können auch Deutsche die Asche des Verstorbenen in die Schweiz schicken. Doch Vorsicht: In manchen Bundesländern, unter anderem in Brandenburg, gilt das Tragen dieses Diamanten als Ordnungswidrigkeit.

### Die Pflanzenbestattung

Eine beliebte Bestattungsart in den Niederlanden ist es, die Asche in sogenannte Muttererde zu mischen. Anschließend wird ein ausgewähltes, kleines Bäumchen in den Topf gesetzt. Vier bis neun Monate wird dieser Baum unter Aufsicht und Pflege großgezogen, bis er an die Hinterbliebenen übergeben wird. Diese

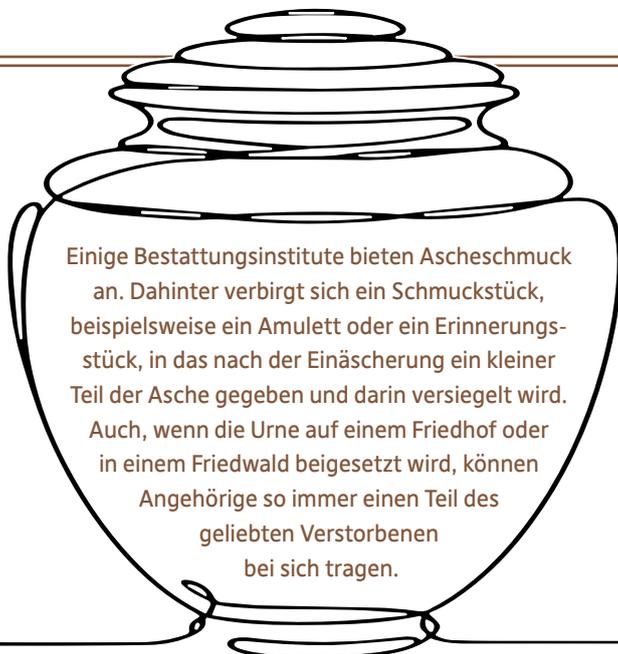
pflanzen ihn an ihrem gewünschten Ort ein. Auch Deutsche können sich an die Bestattungsinstitute in den Niederlanden wenden und das aufgezogene Bäumchen anschließend an ihrem Wunschort – beispielsweise ihrem Garten – einpflanzen.

### Die Weltraumbestattung

In Russland und in den USA bieten Spezialunternehmen Weltraumbestattungen an. Dabei gibt es zwei verschiedene Arten. Bei suborbitalen Flügen wird die Asche mit einer Rakete bis zu 100 Kilometer hoch in die Erdatmosphäre geschickt. Anschließend fällt sie mit einem Fallschirm zurück auf die Erde. Bei der orbitalen Bestattung wird die Asche hingegen in die Erdumlaufbahn geschickt. Die Kosten dafür variieren zwischen 2.495 und 12.500 US-Dollar.

### Die Kryonik

Sie hört sich wie aus einem Science-Fiction-Film an, ist aber möglich: die Kryonik. Die Idee dahinter ist, den Körper von unheilbar kranken Menschen nach ihrem Ableben bei sehr niedrigen Temperaturen zu lagern. Personen, die sich dafür entscheiden, hoffen auf zukünftige medizinische Fortschritte, die eine Wiederbelebung sowie eine Heilung der Krankheit ermöglichen. In Deutschland ist diese Art der Bestattung nicht erlaubt. Erlaubt ist diese Methode unter anderem in den USA.



## BESTATTUNGS-INSTITUT Heinrich Brandl e.K.

### ÜBERFÜHRUNGS- UND BESTATTUNGSINSTITUT

- für In- und Ausland
- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- Erledigung sämtlicher Bestattungsfomalitäten
- Urnen-, Sarglager, Bestattungszubehör
- Bestattungs-Vorsorge

Waldsassener Straße 14 · 95666 Mitterteich  
 Telefon 09633/526 · [info@bestattung-brandl.de](mailto:info@bestattung-brandl.de)  
 Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



# Experten aus der Region

## Bestattungs- unternehmen

### Bestattung Michl

St.-Peter-Straße 6  
95643 Tirschenreuth  
Tel. 09631/1385  
michl-tir@t-online.de

### Bestattung Schmid

Judengraben 1  
92660 Neustadt a. d. Waldnaab  
Tel. 09602/1370  
Mobil: 0151-54724929  
info@bestattung-schmid.com  
www.bestattung-schmid.de

### Bestattungen Bauer OHG

Zur Centralwerkstätte 20  
92637 Weiden  
Tel. 0961/34050  
Fax: 0961/34730  
kontakt@bestattung-bauer.de  
www.bestattung-bauer.de

### Bestattungen Müller & Schießler

Georg-Schiffer-Straße 4  
92242 Hirschau  
Tel. 09622/7043305  
Kugelplatz 7  
92237 Sulzbach-Rosenberg  
Tel. 09661/8136240  
info@ms-bestattungen.de  
www.ms-bestattungen.de

### Bestattungen Wiedermann

Waidhauser Straße 7  
92648 Vohenstrauß  
Tel. 09651/2041  
info@bestattungen-wiedermann.de  
www.bestattungen-wiedermann.de

### Bestattungshaus Frank

Heuchlinger Straße 1  
91224 Pommelsbrunn  
Tel. 09154/2879969  
info@bestattungshaus-frank.de  
www.bestattungshaus-frank.de

### Bestattungsinstitut Georg Zwack

Feistelberger Straße 6  
92533 Wernberg-Köblitz  
Tel. 09604/2606  
bestattung.zwack@t-online.de  
www.bestattungen-zwack.de

### Bestattungsinstitut Heinrich Brandl

Waldsassener Straße 14  
95666 Mitterteich  
Tel. 09633/526  
info@bestattung-brandl.de

### Bestattungsinstitut Scharf GmbH & Co. KG

Nürnberger Straße 18  
91217 Hersbruck  
Tel. 09154/4004  
kontakt@bestattungen-scharf.de  
www.bestattungen-scharf.de

### Bestattungsinstitut Schinner GmbH

Waldershofer Straße 11  
95615 Marktredwitz  
Tel. 09231/5599  
info@bestattungen-schinner.de  
www.bestattungen-schinner.de

### Bestattungsinstitut Schneider

Sintzelstraße 12  
92637 Weiden  
Tel. 0961/670280  
Fax: 0961/61959  
bestattungen.schneider.weiden@  
t-online.de  
www.bestattungschneiderweiden.de

### Bestattungsinstitut Szautner GmbH

Kirchensteig 3  
92245 Kümmersbruck  
Tel. 09621/86699  
Fax: 09621/87733  
Regensburger Straße 12  
92224 Amberg  
Tel. 09621/470855  
Fax: 09621/470899  
info@bestattungsinstitut-szautner.de  
www.bestattungsinstitut-szautner.de

### Bestattungsunternehmen

**Albrecht Prifling**  
Neustift 1  
92224 Amberg  
Tel. 09621/12787  
bestattung.prifling@t-online.de  
www.bestattung-prifling.de

### Bestattungsunternehmen

**Haimerl-Rösl GmbH**  
Regensburger Straße 4  
92224 Amberg  
Tel. 09621/13206  
Frohnhofer Straße 8  
92256 Hahnbach  
Tel. 09664/212  
info@bestattung-haimerl-roesl.de  
www.bestattung-haimerl-roesl.de

### Bestattungen Birner

Heinz-Flessner-Straße 15  
92431 Neunburg vom Wald  
Tel. 09672/1859  
info@bestattungen-Birner.de  
www.bestattungen-Birner.de

**Traueratelier-Bestattungen Gronauer**

Schillerstraße 2  
92665 Altenstadt a.d.Waldnaab  
Tel. 09602/9204030  
kontakt@traueratelier-gronauer.de  
www.traueratelier-gronauer.de

**Bestattungsvorsorge/  
Sterbekasse****Feuerbestattungsverein V.V.a.G.**

Tschirnhausweg 6  
95100 Selb  
Tel. 09287/99360  
info@feuerbestattungsverein.de  
www.feuerbestattungsverein.de

**Christliche Kirchen****Evangelisches Dekanat Weiden**

Leibnizstraße 19  
92637 Weiden  
Tel. 0961/47049 21  
dekanat.chasurowen.weiden@elkb.de

**Katholisches Dekanat Neustadt-Weiden**

Pfarrgasse 22  
92648 Vohenstrauß  
Tel. 09651/2290  
dekanat.newen@t-online.de

**Friedhof****Stadt Amberg Friedhofsamt**

Marktplatz 11  
92224 Amberg  
Tel. 09621/101386  
friedhofsamt@amberg.de  
www.amberg.de/friedhoefe

**Gärtnerei/Floristik****1A Garten Krauß**

Regensburger Straße 56  
92637 Weiden  
Tel. 0961/43383  
info@1a-garten-krauss.de  
www.1a-garten-krauss.de

**Blumen Rupprecht**

Am Katharinenfriedhof 2  
92224 Amberg  
Tel. 09621/12389  
info@rupprecht-blumen.de  
www.rupprecht-blumen.de

**Gärtnerei Gloßner**

Tachauer Straße 15  
92637 Weiden  
Tel. 0961/24212  
info@gaertnerei-glossner.de  
www.gaertnerei-glossner.de

**Gärtnerei Hans Steinhilber**

Zum Naabberg 15  
92637 Weiden  
Tel. 0961/42900  
gaertnerei.steinhilber@freenet.de  
www.gaertnerei-steinhilber-rothenstadt.de

**Natura Floristik**

Leuchtenberger Straße 35  
92699 Irchenrieth  
Tel. 0174/7826369

**Gaststätten****Restaurant Ratskeller**

Unterer Markt 10  
92637 Weiden  
Tel. 0961/42166  
info@ratskeller-weiden.de  
www.ratskeller-weiden.de

**Hospiz****Caritasverband  
für den Landkreis Tirschenreuth**

Kirchplatz 6  
95643 Tirschenreuth  
Tel. 09631/79892-0  
geschaeftsstelle@caritas-  
tirschenreuth.de  
www.caritas-tirschenreuth.de

**Hospiz Sankt Felix gGmbH**

Felixalle 9  
92660 Neustadt a. d. Waldnaab  
Tel. 09602/306200  
hospiz@sankt-felix.de  
www.sankt-felix.de

**Palliativ****Pallicura GmbH**

Birkenlohstraße 6  
92421 Schwandorf  
Tel. 09431/7904866  
info@pallicura.de  
www.pallicura.de

**Pallivita GmbH**

Amberger Straße 6  
92280 Kastl  
Tel. 09625/909209-0  
info@pallivita.de  
www.pallivita.de

**Steinmetz****Frank Naturstein GmbH**

Weinstraße 40  
92708 Mantel  
Tel. 09605/922926  
Fax: 09605/922927  
frank.naturstein.gmbh@t-online.de  
www.frank-naturstein.de

**Stein Raithe GmbH**

Ulrich-Schönberger-Straße 16  
92637 Weiden  
Tel. 0961/33254  
Fax: 0961/35676  
Stein.raithel@t-online.de  
www.stein-raithel.de

**Trauergruppe****Flika Förderverein für Kinder**

Mariahilfbergweg 7  
92224 Amberg  
Tel. 09621/381202  
hospizverein-amberg@t-online.de  
www.flika.de

**Hospizverein Amberg und  
Landkreis Amberg-Sulzbach e.V.**

Heiner-Fleischmann-Straße 4  
92224 Amberg  
Tel. 09621/12430  
hospizverein-amberg@t-online.de  
www.hospizverein-amberg.de

# Kein Testament vorhanden?

## Gibt es kein Testament, gilt bei einem Todesfall die gesetzliche Erbfolge. Was regelt sie konkret?

Wenn Michaela Porten-Biwer die Tücken gesetzlicher Erbfolge erklären soll, greift sie gerne zu einem fiktiven Fall. „In der Klasse meiner Tochter habe ich das am Beispiel von Harry Potter durchgespielt“, sagt die Rechtsanwältin aus Trier. Wäre Harry im finalen Kampf gegen seinen Erzfeind Voldemort gestorben, wäre sein Vermögen - ohne Testament - an seine nächste Verwandte gefallen: seine verhasste Tante.

„Da haben dann alle gesagt: Nein, das würde Harry nicht wollen“, erzählt Porten-Biwer. Das theoretische Beispiel macht deutlich: „Es muss sich jeder fragen, ob die gesetzliche Erbfolge für einen selbst ausreicht.“

Diese ist in Deutschland im Bürgerlichen Gesetzbuch geregelt. Sie greift immer dann, wenn kein Testament vorliegt. „Die Vorgaben haben nicht zuletzt eine Ordnungsfunktion“, erklärt Stephanie Herzog vom Deutschen Anwaltverein. Auf diese Weise wird dafür Sorge getragen, dass das Erbe ordnungsgemäß abgewickelt wird - und zwar von den nächsten Familienangehörigen und nicht vom Staat.

### Eheleute bekommen nicht automatisch alles

„Gibt es kein Testament, so erben die Abkömmlinge, also Kinder und Enkelkinder des Erblassers, vor den Eltern und Geschwistern und Großeltern. Daneben erbt der Ehegatte oder die -gattin“, sagt Tamara Große-Boymann, Fachanwältin für Erbrecht aus Norddeutschland.

„Das ist einer der größten Irrtümer: Die meisten Menschen denken, dass Eheleute automatisch allein erben.“ Wie hoch der Anteil des Gatten oder der Gattin ist, hängt aber zum Beispiel vom Güterstand ab, in dem sie leben. Beim gesetzlichen Güterstand der Zugewinnngemeinschaft - also einer Ehe ohne Ehevertrag - erbt der Überlebende regelmäßig eine Hälfte, die andere Hälfte erben die Kinder oder Enkel.

Sind die Kinder bereits verstorben, geht das Erbe auf deren Kinder über, erklärt Herzog. Ihr Fallbeispiel: Ein Mensch hat keinen Ehepartner und hinterlässt ein Kind. Ein zweites Kind ist bereits gestorben, hat aber selbst zwei Kinder gezeugt. „Hier erbt der erste Nachkomme die Hälfte und die beiden Enkel je ein Viertel“, sagt Herzog.

Hatte die verstorbene Person keine Kinder, sind die Eltern des oder der Verstorbenen erbberechtigt. Sind die Eltern schon verstorben, haben deren andere Nachkommen einen Anspruch, also die Geschwister der verstorbenen Person. Selbst Nichten und Neffen könnten herangezogen werden, erklärt Herzog.



#### Bestattungsinstitut Szautner GmbH

92224 Amberg  
Regensburger Straße 12  
Telefon: 09621-470855  
Telefax: 09621-470899

92245 Kümmerbruck  
Kirchensteig 3  
Telefon: 09621-86699  
Telefax: 09621-87733

info@bestattungsinstitut-szautner.de  
www.bestattungsinstitut-szautner.de



...weil der Mensch im Mittelpunkt steht

Ihr zuverlässiger Begleiter im Trauerfall.



**KERSTIN MICHL**  
SANKT-PETER-STRASSE 6,  
95643 TIRSCHENREUTH  
TELEFON 09631/1385

Steinmetz-Angelegenheiten  
bitte bei Bestattung Michl,  
St.-Peter-Straße, anfragen!

#### BESTATTUNG MICHL

- Überführungen
- Er- und Feuerbestattung

#### GRANITWERK MICHL-STRÖTZ

- Grabdenkmale, Einfassungen
- Lichter und Statuen
- individuelle Gestaltung
- vielfältige Gesteinsarten
- fachkundige Beratung



wältin Porten-Biwer. „Es kennt keine Patchworkfamilie und keine unverheirateten Lebensgefährten.“ Wer Stiefkinder bedenken will, muss sie in einem Testament einschließen. Die gesetzliche Erbfolge schließt sie genauso aus wie Menschen, mit denen die verstorbene Person über Jahrzehnte unverheiratet zusammengelebt hat.

### Erbstreitigkeiten sind keine Seltenheit

Im Falle mehrerer Erben entstehe eine Erbgemeinschaft, erklärt Große-Boymann. Das ist nicht selten problematisch. „Insbesondere, wenn ein Grundstück vererbt wurde, wird es häufig schwierig“, sagt Große-Boymann. Zum Beispiel dann, wenn zwei Eheleuten ein Familienhaus zu gleichen Teilen gehört und einer von beiden stirbt. Sofern es kein anderslautendes Testament gibt, wird die Haushälfte des Verstorbenen unter den Erben aufgeteilt.

Der überlebende Ehepartner erhält dann 50 Prozent und besitzt somit drei Viertel von Haus und Grundstück. Das andere Viertel geht an die Kinder - oder andere direkte Verwandte - der verstorbenen Person. „Wenn die Kinder es geltend machen, müsste das Elternteil ihnen eigentlich Miete für sein eigenes Haus zahlen“, sagt Große-Boymann.

### Gibt es keine Erben, geht das Vermögen an den Staat

Falls kein Erbberechtigter aus der Familie aufgefunden wird, geht das Vermögen an den Staat. „Normalerweise erbt das Bundesland. Wenn man im Ausland gelebt hat oder kein Wohnsitz feststellbar ist, erbt der Bund“, sagt Stephanie Herzog.

Es gibt jedoch Lebensrealitäten, die hier nicht erfasst sind. „Woüber man sich klar sein muss: Das Bürgerliche Gesetzbuch stammt in ursprünglicher Fassung aus dem Jahr 1900“, so An-

### Bei geschiedenen Eheleuten bietet sich ein Testament an

Kompliziert kann auch der Fall geschiedener Eheleute werden. „Wenn etwa Mutter und Tochter kurz hintereinander bei einem Autounfall sterben und die Mutter kein Testament gemacht hat, ist der leibliche Vater der Tochter erbberechtigt“, erklärt Porten-Biwer. „Da muss ich mich schon fragen: Will ich das?“ In diesem Fall kann es sinnvoll sein, in einem Testament einen Ersatzerben zu benennen.

Hin und wieder kommen auch uneheliche Kinder ins Spiel, von denen der Rest der Familie nichts gewusst hat. „Wenn das Kind aber beweisen kann, dass es sich bei der verstorbenen Person um ein leibliches Elternteil handelt, ist es erbberechtigt“, sagt Stephanie Herzog vom Anwaltverein. Als Nachweis ist die Vorlage der Geburtsurkunde allein nicht ausreichend. Vielmehr muss die Vaterschaft anerkannt oder gerichtlich festgestellt sein, was im Erbscheinverfahren selbst nicht geschieht.

Adoptierte Kinder sind leiblichen Kindern gleichgestellt. „Wer als Minderjähriger adoptiert wurde, hat ausschließlich einen Anspruch auf das Erbe seiner ‚neuen‘ Eltern“, erklärt Herzog.

Manchmal lassen sich auch Erwachsene adoptieren. Sie sind dann – im Fall einer sogenannten schwachen Erwachsenenadoption – in ihrer bisherigen und in der neuen Familie erbberechtigt. Kinder aus gleichgeschlechtlichen Lebenspartnerschaften haben einen Anspruch gegenüber den Menschen, die in ihrer Geburtsurkunde als Eltern eingetragen sind. (dpa)



TRAUERATELIER  
BESTATTUNGEN GRONAUER

*Der Trauer-Raum-Gebiet*



HAUSEIGENE TRAUERHALLE FÜR DEN INDIVIDUELLEN ABSCHIED

24H ABSCHIEDSRAUM

BESTATTUNGEN ALLER ART | KOSTENLOSE BESTATTUNGSVORSORGE

PERSÖNLICHE TRAUERREDEN DIREKT DURCH UNS

IHR ANSPRECHPARTNER AUF ALLEN FRIEDHÖFEN IN DER REGION

Schillerstraße 2 in 92665 Altenstadt | WN

09602 | 9 20 40 30

24H für Sie da



# Aufgaben statt Phasen: Was aus der Trauer-Spirale hilft

**Wer einen geliebten Menschen verliert, landet in einem Strudel von Gefühlen: von Fassungslosigkeit über Wut bis zu schlechtem Gewissen. Was man selbst tun kann und wie andere unterstützen können.**

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, ganz gleich, ob überraschend oder nach einer langen Krankheit, stehen viele Trauernde zunächst vor derselben Herausforderung: „Es geht als Erstes darum, diese Realität zu begreifen, um ein Wahrhaben-Müssen“, sagt Trauerbegleiterin Marei Rascher-Held.

In der Trauerpsychologie spricht man heute nicht mehr von „Trauerphasen“, sondern von „Traueraufgaben“, die sich den Betroffenen stellen – vor allem bei schweren Verlusten etwa bei einem plötzlichen Tod, einer Katastrophe oder bei einem Suizid. „Der Trauerprozess verläuft keinesfalls linear, sondern spiralförmig, weil es immer wieder schleifenförmige Bewegungen gibt, die zurück in den Schmerz gehen“, sagt Trauertherapeut

Roland Kachler. Die erste Aufgabe für alle Trauernden ist jedoch immer die gleiche: „Es geht schlichtweg darum, das Überleben und Weiterleben zu gestalten.“

Doch dazu muss man erst einmal die Wirklichkeit begreifen, im wahrsten Sinne des Wortes, meint Rascher-Held: „Es ist unheimlich wichtig, sich am Sarg zu verabschieden. Weil der Tod dann wirklich endgültig wird, selbst wenn er erwartbar war.“ Deshalb, sagt sie, hilft es auch, die verstorbene Person noch einmal zu sehen oder zu berühren.

## 1. Konkretes Handeln hilft – Rat nicht unbedingt

Außerdem braucht es Menschen im Umfeld, die meine Trauer aushalten und ihr standhalten. Und die ganz einfache Sachen tun – wie vielleicht mal für mich kochen. Zu sagen: „Du kannst dich immer melden“ und auf ein Zeichen zu warten, helfe gar nicht. „In dieser existenziellen Situation rufen Trauernde nicht an. Weil

© samrit - stock.adobe.com

**„I denk an di“**  
**ZEIT ZUM ERINNERN**

**Sonntag, 17. November 2024**  
**in der Michaelskirche**

**17 Uhr: Andacht mit Liedern, Gebeten und Texten für die Seele**  
**18–19 Uhr: freie Stationen und Gespräche für alle, die jemanden vermissen**

Nähere Infos auf [www.jugendstelle-weiden.de](http://www.jugendstelle-weiden.de)

sie so viel mit sich selbst zu tun haben und anderen nicht zur Last fallen wollen.“

Nahezu kontraproduktiv sind Ratschläge wie: „Du musst loslassen lernen!“. Stattdessen plädiert der Diplom-Psychologe zum Bewahren und Integrieren des Verstorbenen. Die Liebe darf bleiben, die Trauer darf gehen.

Vielen Trauernden hilft es dann, Erinnerungen zu sammeln und Fotos zu ordnen oder eine Gedenkstelle in der Wohnung einzurichten, an der sie regelmäßig eine Kerze anzünden oder frische Blumen hinstellen. Oder sie nehmen in Ruhe Platz an einem Beziehungsort, einem Sessel oder einem kleinen Tisch, wo sie in ein inneres Gespräch mit dem Verstorbenen treten können.

## 2. Die Trauer fließen lassen

Die zweite Aufgabe besteht dann darin, mit dem Verlust leben zu lernen. Wenn der Platz des Partners leer bleibt, der Schulranzen unbenutzt, wird die Realität schmerzlich spürbar. Marei Rascher-Held, Vorstandsmitglied im Bundesverband Trauerbegleitung, hat die Erfahrung gemacht, dass auch Schreiben guttut – etwa Erinnerungen aufschreiben, ein Trauertagebuch führen, dem Verstorbenen einen Brief schreiben: „Etwas auszudrücken ist wichtig, damit die Trauer nach außen kommt.“

Oft befinden sich die Betroffenen in einem Gefühlsknäuel. „Manchmal kommt wahnsinnige Wut hinzu über die Ungerechtigkeit oder ein Ohnmachts-Gefühl, dass man denkt, das bekommt man niemals mehr entwirrt, es wird nie wieder gut“, sagt die Trauerbegleiterin. Vor allem Trauergruppen können dann sehr hilfreich sein. Für Männer eignen sich statt Gesprächen mit anderen Betroffenen oft eher aktive Workshops, Wanderungen oder Fahrrad-Wochenenden, sagt Roland Kachler: „Männer trauern handelnd.“

## 3. Einen Ort für die Liebe finden

Die dritte Aufgabe sieht der psychologische Psychotherapeut darin, die Liebe und den Verstorbenen zu bewahren und „einen

guten, sicheren und bewahrenden Ort“ für ihn zu finden: Manche sehen denjenigen bei Gott oder im ewigen Licht gut aufgehoben, andere finden einen solchen Ort in der Natur, als Stern oder Regenbogen oder auch in sich selbst.

## 4. Bewusst weiterleben

Und schließlich folgt als vierte Aufgabe, wieder in das Leben zu finden. „Es ist klar, die Lücke bleibt bestehen, aber in diesem weitergehenden Leben gehört der Verstorbene als innerer Begleiter, als Energie oder Ressource mit dazu“, sagt Roland Kachler. Und vor allem: „In diesem Leben darf es auch wieder Sinn und Glück geben.“ Was dabei hilft? „Ganz behutsam kleine Dinge machen, die einem guttun und die Frage der Loyalität im inneren Gespräch mit dem Verstorbenen klären.“ Gerade bei schweren Verlusten sei dies in den ersten eineinhalb Jahren jedoch nur ansatzweise möglich.

Marei Rascher-Held rät, sich darüber bewusst zu werden, was die eigenen Ressourcen sind und was man früher gern gemacht hat. „Ganz viel hilft wirklich, in die Biografiearbeit zu gehen und sich klarzumachen: Wie war ich denn, bevor der Mensch gestorben ist? Wer war ich vorher, bevor alles für mich zusammengebrochen ist? Wo kann ich mich wiederfinden?“. Es gilt, zu überlegen, ob es etwas gibt, was ich immer schon vorhatte. „Ich erlaube mir Dinge, die mir gut tun, und ich darf das auch wieder tun“, unterstreicht sie. Das kann die Anmeldung in einem Tanzkurs genauso sein wie eine Reise oder mit Malerei zu beginnen.

Gleichzeitig sollte mir außerdem bewusst sein: „Die Lücke bleibt, das ist auch in Ordnung. Dieser Verlust ist etwas, was in mein Leben und in meine Biografie gehört.“ Nach dem Motto: „Ich habe zwar diesen wichtigen Menschen verloren, aber trotzdem lebe ich mein Leben weiter und suche einen neuen Sinn darin.“

Und Roland Kachler macht Hoffnung: „Wenn die Aufgaben erledigt sind, dann sind sie tatsächlich erledigt.“ Was nicht bedeutet, dass die Trauer dann ein für alle Mal vorbei ist. Aber sie sind nicht mehr so intensiv. (dpa/tmn)



**FRANK  
NATUR  
STEIN**  
steinmetz

Grabsteine - Bodenbeläge - Treppen - Außenanlagen

FRANK NATURSTEIN      Telefon: 09605/922926  
Weinstr. 40              Telefax: 09605/922927  
92708 Mantel      frank.naturstein.gmbh@t-online.de



**STEIN RAITHEL**

Steinmetzmeisterbetrieb für Grabmal und Bau

- Einzel&Doppelgräber - Urnengräber - Grabaufösungen -
- Lieferung zu allen Friedhöfen -
- Naturstein für Fensterbänke, Treppen, Küchenplatten -
- Reinigung von Naturstein - Restaurierung -

92637 Weiden      Tel. 0961/33254      www.stein-raithel.de  
Ulrich-Schönberger-str.16      Fax 0961/35676      stein.raithel@t-online.de

# Mit gemeinsamen Essen Abschied nehmen

## Das Trauermahl kann Kraft geben und man kann es schon als Lebender planen

Von Reiner Wittmann

Abschied nehmen von einem geliebten Menschen ist nie leicht. Der Tod ist ein Abschied für immer. In Teilen Deutschlands, so auch in der Oberpfalz, ist es üblich, sich nach einer Bestattung noch zu einem Abschiedsessen zu treffen, dem „Leichenschmaus“.

Tatsächlich ist ein solches Abschiedsessen weltweit verbreitet, wenn natürlich auch unter den unterschiedlichsten Bezeichnungen. So tauchen im deutschsprachigen Raum auch Begriffe wie Beerdigungskaffee, Traueressen oder Leichenmahl auf. In der Schweiz spricht man von der Grebt, in Österreich von der Zehrung oder dem Totenmahl.

### SO ALT WIE DIE MENSCHHEIT

Die Ursprünge des Trauermahls sind wahrscheinlich so alt wie die Menschheit selbst. Die Germanen kannten es, die Römer ebenso. Die praktizierten Riten, die damit verbunden waren, variierten natürlich abhängig von Zeit und Kulturkreis stark.

In manchen Gegenden verspeiste man vor langer Zeit zum Beispiel mit Gewürzen bestreute „Gebildbrote“, die böse Geister

vertreiben sollten. In erster Linie war und ist das Beerdigungessen aber eine Möglichkeit, sich über den Verstorbenen noch einmal auszutauschen, Anekdoten wieder aufleben zu lassen und sein Leben noch einmal Revue passieren zu lassen.

Er ist aber auch dazu gedacht, in gelöster Atmosphäre die Trauer zu erleichtern, Abstand zu gewinnen, in einem übertragenen Sinne den Toten noch einmal zu umarmen und ihn zugleich loszulassen. Ein schwieriger Prozess, den ein solches Zusammentreffen erleichtern kann.

Für die Hinterbliebenen ist es ein Angebot, sich nicht alleingelassen zu fühlen, sich auch weiterhin als Teil der Gemeinschaft zu verstehen.

Das gemeinsame Mahl kann aber auch eine Gelegenheit sein, Hinterbliebene, die sich auseinandergeliebt haben, wieder ins Gespräch zu bringen, zusammenzuführen. So kann es eine soziale Brücke schlagen.

### WER SOLL DABEI SEIN?

Für die Trauernden kann die Anteilnahme des Umfeldes eine wichtige Kraftquelle sein. Sie kann aber auch zur Belastung werden. Während der eine möglichst viele Menschen beim Traueressen dabei haben möchte, wünscht sich der andere nur einen engen Kreis aus Angehörigen, Freunden und Bekannten.

Dabei kann es schwer sein, die Trennlinie zu ziehen. Wer darf, soll mit? Wer nicht? Wie sage ich es den Betroffenen, ohne dass es zu viel Kraft kostet und ohne, dass jemand enttäuscht oder gar beleidigt ist. Es kann sinnvoll sein, Helfer zu organisieren, die nach der Trauerzeremonie oder Beerdigung respektvoll zwischen der engsten Familie und den Trauergästen vermitteln. Das kann auch jemand vom Beerdigungsinstitut sein.

# RATSKELLER

Restaurant

---

**Unsere Räumlichkeiten eignen sich für Festlichkeiten aller Art**



Unterer Markt 10 • 92637 Weiden  
Telefon 0961/42166  
Telefax 0961/7448649 • E-Mail: [info@ratskeller-weiden.de](mailto:info@ratskeller-weiden.de)



Wer das nicht am Grab klären will, kann entsprechende Einladungen verschicken oder jemanden bitten, die Menschen anzurufen, die man gerne dabei hätte.

#### DAS BEERDIGUNGSESSEN NEU DENKEN?

Die Konventionen für den Leichenschmaus, die einst galten, müssen heute nicht mehr gelten. Das fängt schon bei der Bezeichnung an. Leichenschmaus, allein das Wort klingt in unseren Ohren heute schon antiquiert. Man möchte einfach noch zusammensitzen mit anderen Menschen und des Verstorbenen gedenken.

Das kann im noblen Restaurant geschehen, in der vertrauten Dorfgaststätte, im Sommer vielleicht aber auch auf Biertischgarnituren im heimischen Garten, zwischen Blumen, unter Apfelbäumen, in der Natur. Vielleicht greift ein Angehöriger zur Gitarre und spielt ein Stück, das sich der Verstorbene zu diesem Anlass gewünscht hatte? Vielleicht wird dazu sogar getanzt. Warum nicht?

#### WAS HÄTTE WOHL AM BESTEN ZUM VERSTORBENEN GEPASST? WAS TUT DEN ZURÜCKGELASSENEN GUT?

Solche Fragen kann man sich aber auch als Lebender stellen. Wer sie schriftlich festhält oder mit Angehörigen bespricht, entlastet sie während der Trauerphase, schenkt ihnen in der Gegenwart ein Stück Kraft in der Zukunft.

Das sollte kein Tabu-Thema sein. Auch keines, das man auf die lange Bank schiebt, denn schließlich kommt der eigene Tod letztlich immer unerwartet. Und wer sich auf ihn vorbereitet, nimmt ihm auch ein bisschen von dem Schrecken, den er verbreiten kann. Tod, wo ist dein Stachel?

- Trauerfloristik für Bestattungen und Gedenktage
- Grabbepflanzungen und Grabneuanlagen
- Dauergrabpflege über mehrere Jahre
- Blumen und Pflanzen für die jahreszeitliche Wechselbepflanzung der Gräber

**TRAUERFLORISTIK**  
**natura**  
*Geschmackvolle Anker*  
**SARGBUKETTS KRÄNZE GESTECKE**

natura - Floristik | Inh. Alexander Köhle | Leuchtenberger Str. 35 | 92699 Irchenrieth  
 0174 - 78 26 369 | Online: @facebook: Natura Floristik & @instagram: naturafloristik

**Gärtnerei**  
**Steinhilber**  
 Weiden - Rothenstadt

**Blumen am Stadtfriedhof**  
**Am Schwesternheim 8**  
**92637 Weiden**  
**Tel. 0961/37629**

Zum Naabberg 15 · Tel.: 0961/42900

[www.gaertnerei-steinhilber-rothenstadt.de](http://www.gaertnerei-steinhilber-rothenstadt.de)

# Blumen als letzter Gruß: Die Symbolik hinter Trauerblumen

Von Lea-Mareen Kuhnle

Blumen sprechen eine universelle Sprache, die tiefer geht, als Worte es können. In der Trauerfloristik werden sie verwendet, um einen Gruß an den Verstorbenen zu richten, Beileid zu bekunden sowie der Trauer und Liebe Ausdruck zu verleihen. Doch welche Blumen drücken die richtigen Gefühle aus?



## DIE ROSE:

### Liebe und Vergänglichkeit

Als ein Klassiker unter den Trauerblumen steht die Rose für (platonische) Liebe, Zuneigung und Schönheit. Besonders in Rot strahlt sie Liebe aus und wird so meist von nahen Angehörigen verwendet. Weiße Rosen symbolisieren die Unschuld, Reinheit und die unsterbliche Seele. Sie bedeuten Abschied und gleichzeitig Hoffnung auf ein Wiedersehen. Gelbe Rosen drücken Freundschaft und Dankbarkeit zum Verstorbenen aus.



## DIE CALLA:

### Eleganz und Unsterblichkeit

Diese Blume, die als klassische Totenblume gilt, steht für Unsterblichkeit und das ewige Leben. Ihre Eleganz und Schönheit symbolisiert die Hingabe des Verstorbenen. Gleichzeitig kann man mit der Calla Anerkennung, Wertschätzung und die Hoffnung auf Auferstehung ausdrücken. Diese bedeutungsvolle Blume gibt es in sämtlichen Farben: Weiß, Rot, Rosa, Orange und Hellblau. Ihre volle Wirkung erstrahlt in Verbindung mit einem Trauerstrauß.

## DIE LILIE:

### Wiedergeburt und Frieden

Auch Lilien gehören zu den beliebtesten Blumen in der Trauerfloristik. Sie stehen für Unschuld, die Reinheit der Seele und das Licht. Mit dieser Blume kann sowohl Trauer, als auch die Verbundenheit und die Ehrung des Verstorbenen ausgedrückt werden. Gleichzeitig zeigt die Lilie Hochachtung und Zuneigung und ist somit perfekt, um Beileid zu bekunden. In vielen Kulturen gilt sie als Symbol für das Leben nach dem Tod und vermittelt den Hinterbliebenen Trost und Frieden. Ihre majestätische Erscheinung und ihr intensiver Duft verstärken diese Botschaft.



**Ihr Ansprechpartner für Trauerfloristik aller Art  
Dekorationen · Dauergrabpflege**

Grabneuanpflanzungen sowie jahreszeitliche  
Grabanpflanzungen mit Pflegedienst

GÄRTNEREI  
**Glossner**

**Gärtnerei**  
Tachauer Straße 15  
92637 Weiden  
Telefon 0961/24212  
[www.gaertnerei-glossner.de](http://www.gaertnerei-glossner.de)

**Grabpflege  
und Grabpflegen**

**Grabbepflanzung  
und -gestaltung**

**Trauerbinderei**

  
**rupprecht blumen**

Am Katharinenfriedhof, 92224 Amberg  
Telefon 09621/12389



**DIE NELKE:**

**Liebe und Dankbarkeit**

Nelken sehen lang frisch aus, weshalb sie sich perfekt als Trauerblumen eignen. Ihre robuste Natur und ihr langer Halt machen sie zu einem symbolischen Ausdruck der bleibenden Verbindung über den Tod hinaus. Besonders in Weiß und Rot stehen sie für Liebe und Treue. In Pink oder Lila bilden sie beliebte Farbakzente in Sträußen oder Gestecken und repräsentieren Freundschaft, Dankbarkeit und Solidarität.



**DAS VERGISSMEINNICHT:  
Erinnerung und Gedenken**

Diese Blume, die im Frühjahr blüht, drückt den Wunsch aus, nicht vergessen zu werden. So erinnert sie die Hinterbliebenen daran, dass die Erinnerungen an die geliebte Person niemals verblassen werden. Sie drückt Liebe, Trauer und Zusammengehörigkeit aus. Gleichzeitig steht sie für den Abschied und die Spuren, die der Verstorbene in den Herzen hinterlässt.



**DIE CHRYSANTHEME:**

**Ewigkeit und Wahrheit**

Sie blüht im Spätsommer und ist mit ihren weißen, gelben, orangenen, roten, pinken oder lila Blüten vor allem im Herbst eine beliebte Trauerblume. Durch ihre lange Blüte und Haltbarkeit symbolisiert sie Ewigkeit, Treue und Liebe, die über den Tod hinaus geht. In Weiß steht sie für Seligkeit und Glück, während ihre verschiedenen Farben Ehrlichkeit und Erinnerungen ausdrücken.

**Gestecke und Kränze**

Diese Art von Dekoration dient dazu, die Trauerhalle freundlich und trostspendend zu schmücken. Sie dient als Kulisse für Pfarrer, Redner und Musiker. Gleichzeitig können Gestecke und Kränze dazu genutzt werden, Beileid zu bekunden und dem Verstorbenen zu gedenken. Durch zusätzliche Schleifen mit persönlichem Text können ganz individuell Mitgefühl und Trauer ausgedrückt werden.

**Grabbeigabe**

Wenn Blumen als Grabbeigabe gewünscht sind, kümmern sich meist die Angehörigen darum und sorgen dafür, dass die gewünschten Blumen am Grab bereitstehen. Welche Blumen mit ins Grab gegeben werden, obliegt den Angehörigen. Hier gibt es keinerlei Vorschriften. Meist wird sich an den Vorlieben des Verstorbenen orientiert. Besonders beliebt sind Rosen. Aber auch Chrysanthemen, Nelken oder Lilien können hier verwendet werden.



Ihr kompetenter  
Ansprechpartner für

**Trauerfloristik**

- Sargschmuck & Gestecke
- Urnenschmuck
- Trauerkränze und Herzen

# Wie KULTUR unsere TRAUER prägt

Von Lea-Mareen Kuhnle

**Trauer ist eine universelle menschliche Erfahrung, die jede Person im Laufe ihres Lebens berührt. Sie entsteht durch den Verlust eines geliebten Menschen und ist eine tief emotionale Reaktion, die sowohl individuell als auch kollektiv erlebt wird. Dabei wird Trauer nicht nur durch persönliche Gefühle und Erfahrungen geprägt, sondern auch durch die kulturellen und gesellschaftlichen Normen, in denen wir leben. Kultur und Gesellschaft spielen eine entscheidende Rolle dabei, wie wir Trauer empfinden, ausdrücken und bewältigen.**

## DIE KULTURELLE VIELFALT DER TRAUER

In verschiedenen Kulturen gibt es unterschiedliche Rituale, Traditionen und Erwartungen im Umgang mit Trauer. Diese kulturellen Praktiken helfen den Hinterbliebenen, den Verlust zu verarbeiten und bieten gleichzeitig der Gemeinschaft die Möglichkeit, ihre Unterstützung zu zeigen.

Beerdigungen sind in vielen europäischen Ländern formelle und oft religiöse Zeremonien. Schwarze Kleidung und ein zurückhaltendes Auftreten sind weit verbreitete Zeichen des Respekts und der Trauer. In Ländern wie Irland gibt es jedoch auch die Tradition des „Wake“, bei dem Familie und Freunde zusammenkommen, um Geschichten über den Verstorbenen zu teilen und gemeinsam zu trauern.

Ein große Rolle nehmen Ahnenverehrung und traditionelle Rituale in asiatischen Ländern ein. Hier gibt es oft mehrstufige Trauerprozesse, die Monate oder sogar Jahre dauern können. Diese Rituale betonen die fortdauernde Verbindung zwischen den Lebenden und den Verstorbenen.

In vielen afrikanischen Kulturen sind Beerdigungen große, gemeinschaftliche Veranstaltungen, bei denen Musik, Tanz und Gesang zentrale Rollen spielen. Diese Ausdrucksformen dienen als Ventil für die kollektive Trauer und feiern gleichzeitig das Leben des Verstorbenen.

## GESELLSCHAFTLICHE NORMEN UND ERWARTUNGEN

Die Gesellschaft beeinflusst stark, wie Trauer zum Ausdruck gebracht wird. In manchen Kulturen wird erwartet, dass Trauernde ihre Gefühle frei zeigen, während in anderen Kulturen Zurückhaltung und innerliche Bewältigung vorherrschen.

In westlichen Gesellschaften wird Trauer oft als eine private Angelegenheit betrachtet, die in den eigenen vier Wänden ausgelebt wird. Öffentliche Darstellungen von Trauer können als unangemessen oder unprofessionell angesehen werden. Im Gegensatz dazu wird in vielen südamerikanischen und afrikanischen Kulturen von den Trauernden erwartet, dass sie ihre Gefühle sichtbar und im Beisein anderer zeigen.

Geschlechterrollen beeinflussen ebenfalls, wie Trauer ausgedrückt wird. In vielen Kulturen wird von Männern erwartet, stark und gefasst zu bleiben, während Frauen mehr emotionale Freiheit haben. Diese geschlechtsspezifischen Erwartungen können zusätzlichen Druck auf Trauernde ausüben und den natürlichen Trauerprozess erschweren.

## DIE ROLLE DER RELIGION

Religion bietet oft einen Rahmen für Trauerrituale und schenkt den Hinterbliebenen Trost und Hoffnung. Religiöse Zeremonien und Gebete helfen nicht nur bei der Bewältigung des



**Bestattung Schmid**

*Zeit für den Abschied*

Bestattung Schmid . Geprüfter Bestatter  
Judengraben 1 . 92660 Neustadt a. d. Waldnaab  
Telefon: 09602 1370 . Mobil: 0151 54724929  
E-Mail: [info@bestattung-schmid.com](mailto:info@bestattung-schmid.com)

Verlustes, sondern fördern auch das Gemeinschaftsgefühl und den sozialen Zusammenhalt.

Beerdigungen und Trauergottesdienste im Christentum betonen die Hoffnung auf ein Leben nach dem Tod und bieten den Hinterbliebenen Trost durch den Glauben an die Auferstehung.

Im Islam wird großer Wert auf die schnelle Beerdigung gelegt, oft innerhalb von 24 Stunden nach dem Tod. Rituale wie das gemeinschaftliche Gebet und die Rezitation aus dem Koran helfen den Hinterbliebenen bei der Trauerbewältigung.

Die häufigste Praxis im Hinduismus ist die Einäscherung, gefolgt von Ritualen, die den Geist des Verstorbenen auf seiner Reise ins nächste Leben unterstützen. Diese Riten bieten den trauernden Menschen eine strukturierte Möglichkeit, mit ihren Gefühlen umzugehen.

#### DER WANDEL DER TRAUERKULTUR

In der modernen Welt sind traditionelle Trauerrituale zunehmend im Wandel. Globalisierung, Migration und der Einfluss der Medien führen zu einer Vermischung und Veränderung kultureller Praktiken. Menschen haben heute Zugang zu einer Vielzahl von

Methoden zur Trauerbewältigung und können Elemente aus verschiedenen Kulturen integrieren und kombinieren, um ihren individuellen Bedürfnissen gerecht zu werden.

Online-Gedenkseiten, virtuelle Beerdigungen und soziale Medien bieten Plattformen, um Erinnerungen zu teilen und Unterstützung zu finden. Gleichzeitig gewinnen moderne psychologische und therapeutische Ansätze an Bedeutung und ergänzen traditionelle Praktiken. Trauergruppen, Einzeltherapie und spezialisierte Trauerberater bieten Unterstützung und helfen den Menschen, ihre Trauer auf gesunde Weise zu verarbeiten. Das Verständnis verschiedener kultureller Unterschiede kann nicht nur zu mehr Toleranz und Empathie führen, sondern auch helfen, individuell passende Wege zur Bewältigung des Schmerzes zu finden.



Was ist Hospiz? Weniger ein Ort oder Platz sondern eine bestimmte Art seine letzte Lebenszeit zu verbringen, also eine Art Lebenseinstellung. - Cicely Saunders

## Mit dem Hospizverein e.V. Amberg den Weg gemeinsam gehen

Schwerkranke und sterbende Menschen ambulant und stationär betreuen und ihnen Beistand leisten – dem hat sich der Hospizverein Amberg und Amberg-Sulzbach e.V. verschrieben. Dabei ist nicht die Verlängerung des Lebens das vorrangige Ziel, sondern die Verbesserung der Lebensqualität.

Im Verein engagieren sich ehrenamtliche Hospizbegleiter, die professionell ausgebildet wurden und so einfühlsame Weggefährten

für die letzte Lebensphase sind. Mit ihnen können die Sterbenden reden und – was mindestens ebenso wichtig ist – auch schweigen – so lange wie nötig. Zeit spielt für die ehrenamtlichen Hospizbegleiter keine Rolle.

Auch die Angehörigen können sich auf die Hospizbegleiter verlassen. Sie unterstützen bei der Bewältigung des Alltags, was die Familien ungemein entlastet. So kann das Umfeld wieder Kraft schöpfen.

**Sie haben einen wichtigen Menschen verloren und nichts ist mehr wie es war.**

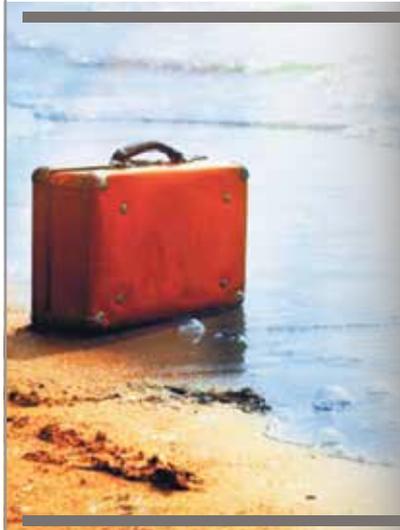
Jede und jeder geht dabei einen ganz persönlichen Trauer-Weg. Der Umgang mit dem Abschied für immer hat viele Gesichter und Ausdrucksformen.

Wir bieten Möglichkeiten zur Begegnung und zum Austausch mit Betroffenen, denn: „Gemeinsam ist keiner allein“

Nutzen sie die Angebote **1 x monatlich** in Amberg, Hirschau, Kastl und Sulzbach-Rosenberg.

#### Kontakt und weitere Informationen:

[www.hospizverein-amberg.de](http://www.hospizverein-amberg.de)  
Hospizverein Amberg – Amberg-Sulzbach e.V.  
Heiner-Fleischmann-Str. 4, 92224 Amberg, Tel: 09621/12430



# Plötzlich vorbei

## Fehlgeburten sind oft noch ein Tabuthema

„Schauen Sie nach vorn“ - das hören viele Frauen, die ihr Kind in der Schwangerschaft verlieren. Doch das tröstet nur selten.

Ein erwartungsfroher Blick auf den Ultraschallmonitor. Doch da ist kein Herzschlag mehr. Zwischen



### *Den Kreis des Lebens schließen*

In den letzten Jahren ist das Interesse an naturnahen Bestattungsalternativen deutlich gestiegen.

Viele Menschen wünschen sich eine letzte Ruhestätte, die eine tiefe Verbindung zur Natur widerspiegelt, was traditionelle Friedhöfe oft nicht bieten können. Eine solche Alternative bieten Initiativen wie „Tree of Life“.

Bei diesem Verfahren wird die Asche des Verstorbenen in ein spezielles Substratgemisch eingearbeitet, welches als Grundlage für das Wachstum eines Baumes dient. Diese Bäume werden in spezialisierten Baumschulen in der Schweiz, in der Tschechischen Republik oder in den Niederlanden großgezogen.

Über einen Zeitraum von sechs bis neun Monaten werden die Bäume sorgfältig überwacht und gepflegt, um sicherzustellen, dass sie gesund und kräftig wachsen, in dieser Zeit kann der Baum auch gerne besucht werden. Nach dieser Phase der Überwachung wird der Baum an die Angehörigen des Verstorbenen übergeben. Die Angehörigen haben dann die Möglichkeit, den Baum an einem Ort ihrer Wahl einzupflanzen, sei es im heimischen Garten, in einem dafür vorgesehenen Waldstück oder an einem anderen für sie bedeutsamen Ort. Durch diese Art der Bestattung entsteht ein lebendiges Gedenken, das im Einklang mit der Natur steht und gleichzeitig einen positiven Beitrag für die Umwelt leistet.

Wir beantworten gerne Ihre Fragen, auch bei Ihnen Zuhause.

Ihr Bestattungen Birner mit Team

*Familie Wilhelm*

**Tel. 0 96 72 / 18 59**  
für Neunburg v. Wald · Heinz-Flessner-Str. 15

**Tel. 0 94 31 / 88 34 99 8**  
für Schwandorf · Am Ahornhof 1

**Tel. 0 94 93 / 77 58 99 8**  
für Beratzhausen · Marktstraße 18

**Tel. 0 99 76 / 84 73 33 9**  
für Rötz · Marktplatz 7

**Tel. 0 94 67 / 94 14 99 9**  
für Schorndorf · Kirchplatz 1

[www.bestattungen-birner.de](http://www.bestattungen-birner.de)

**Birner**  
BESTATTUNGEN  
FAMILIE WILHELM



Hoffnung und Verzweiflung liegen bei einer Fehlgeburt oft nur Sekunden. „Dieser emotionale Absturz ist erbarmungslos“, sagt Christina Diehl. Die Kölnerin hat ihn innerhalb von fünf Jahren sechsmal erleben müssen.

Mehr Raum für die Trauer und Verzweiflung – das hätte sie sich jedes Mal gewünscht. Über ihre schmerzvollen Erfahrungen hat Diehl mittlerweile ein Buch geschrieben („Netter Versuch, Schicksal: Wie ich die innere Leere nach meinen Fehlgeburten wieder füllen konnte“, mvg Verlag). Um ein Thema sichtbarer zu machen, das mit viel Sprachlosigkeit verbunden ist.

### Größtes Risiko bis zur zwölften Schwangerschaftswoche

Zehn bis zwanzig Prozent aller Schwangerschaften enden, bevor das Kind lebensfähig ist, schätzen Mediziner. Am größten ist das Risiko bis zur zwölften Schwangerschaftswoche. Viele Eltern behalten deshalb erst einmal für sich, dass sie ein Kind erwarten.

Jan Salzmann kann die Beweggründe dafür nachvollziehen. Er engagiert sich seit mehr als 25 Jahren ehrenamtlich für die „Initiative Regenbogen – Glücklose Schwangerschaft“, die Fa-

milien unterstützt, die ihr Kind vor, während oder kurz nach der Geburt verloren haben. „Man kann gute Gründe haben, zunächst beispielsweise am Arbeitsplatz nicht von der Schwangerschaft zu erzählen“, sagt Salzmann. Denn damit vermeide man das Risiko, möglicherweise dort auch vom vorzeitigen Ende der Schwangerschaft berichten zu müssen.

### Viele betroffene Frauen plagen Schuldgefühle

Viele Frauen kämpften außerdem „mit dem Gefühl der Schuld, nicht funktioniert zu haben“, sagt Salzmann. Das beobachtet auch Antje-Kathrin Allgaier. Die Professorin für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität der Bundeswehr München untersucht psychische Belastungen durch eine Fehlgeburt.

Wie Frauen eine Fehlgeburt - Allgaier spricht lieber von „Schwangerschaftsverlust“, weil dieser Begriff weniger den Anschein der Fehlerhaftigkeit vermittelt - verarbeiten und welche Unterstützung sie benötigen, werde noch viel zu wenig in den Blick genommen: „Das hängt unter anderem mit der verbreiteten medizinischen Sicht zusammen, dass es sich um eine körperliche

## STERBEGELDVERSICHERUNG

über den Feuerbestattungsverein V.V.a.G.

Ihre preisgünstige Sterbekasse



Der letzte Weg:  
Selbstbestimmt!

## VORTEILE UNSERER STERBEGELDVERSICHERUNG

- Todesfallabsicherung ab 500 € bis 5.000 €
- Gewinnbeteiligung erhöht die Auszahlung
- Sofortschutz bei Unfall
- Schnelle Auszahlung der Absicherungssumme
- Wahlmöglichkeit zwischen Einmalzahlung und laufender Zahlung
- kompetente Beratung in allen Vorsorge- und Bestattungsfragen
- keine Gesundheitsprüfung
- Schutz des Sterbegeldes vor dem Zugriff des Sozialamtes
- Hilfe im Trauerfall durch ein Bestattungsinstitut ihrer Wahl

### INFO:

Wir arbeiten solidarisch und nicht gewinnorientiert.

### Bestattungsvorsorge

Finanzielle Absicherung für den Todesfall  
für alle Bestattungsarten  
Beratung und Hilfe im Trauerfall



### auch Natur- und Baumbestattungen

95100 Selb, Tschirnhausweg 6  
Tel. 09287 99360  
www.feuerbestattungsverein.de

Reaktion handelt, mit der man fertig werden muss.“

Auch Christina Diehl erinnert sich an solche Äußerungen: „Man bekommt gesagt: „Das passiert häufig, das hat alles seinen Sinn, denken Sie positiv“, Selbst wenn es als Trost gedacht sei, ist das sehr verletzend, weil es die Verzweiflung wegwischt“.

#### Austausch mit anderen Menschen kann helfen

Sich mit anderen Menschen auszutauschen, könne bei der Verarbeitung helfen, vor allem dann, wenn die Gesprächspartner Ähnliches erlebt haben. Die Initiative Regenbogen bietet deshalb Selbsthilfegruppen an, viele Frauen nutzten mittlerweile auch Internet-Foren.

Nicht immer genügt das verständnisvolle Gespräch: „Auf Trauerreaktionen können langfristig Depressionen folgen“, sagt Antje-Kathrin Allgaier. Auch sogenannte Traumafolgestörungen gibt es. Dann ist professionelle Hilfe erforderlich: „Lieber früher als zu spät, um eine Chronifizierung zu vermeiden.“

#### Erfahrung kann Partnerschaften zusammenschweißen

„Oft merken die Frauen erst bei der nächsten Schwangerschaft, wie stark sie die Ereignisse noch belasten.“



Das Vertrauen in den Körper ist verloren gegangen, Ängste können die Folge sein. Beispielsweise in einer psychotherapeutischen Sprechstunde könne abgeklärt werden, welche Unterstützung im Bewältigungsprozess hilfreich ist.

Für die Partnerschaft kann die Fehlgeburt eine große Belastung sein. „Es gibt Paare, die diese Erfahrung zusammenschweißt, weil sie ähnlich trauern.“ Andere drifteten durch die unterschiedliche Form der Verarbeitung auseinander, sagt Allgaier.

Christina Diehl musste sich irgendwann ganz von ihrem Kinderwunsch verabschieden: „Zum Glück ist das meinem Partner und mir gemeinsam gelungen“. Helfen würde, ist sie überzeugt, auch ein anderer gesellschaftlicher Blick: „Es gibt immer noch zu viel Druck, dass eine Frau nur als Mutter vollständig ist.“ (dpa)





**Bestattung**  
**BAUER**

Dem Leben einen würdigen Abschluss geben.

Wir sind Ihr Ansprechpartner für Beerdigungen auf  
**allen Friedhöfen in der Region.**  
Informieren Sie sich unverbindlich über die Möglichkeiten  
der **Bestattungsvorsorge.**

**Weiden, Zur Centralwerkstätte 20**      Tel.: (0961) **3 40 50**  
Eschenbach, Karlsplatz 2      [www.bestattung-bauer.de](http://www.bestattung-bauer.de)

**New: Jetzt auch in Grafenwöhr, Marienplatz 1**

ISO-Norm geprüftes Bestattungsunternehmen und exklusiver Partner der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG.



**BESTATTER**  
Zertifiziert und  
vom Handwerk geprüft



# In schweren Stunden ...

... nehmen wir verantwortungsvoll  
Ihre Anzeigenwünsche entgegen.

Todesanzeigen, Danksagungen, Nachrufe oder Gedenkanzeigen –  
unser Anzeigenteam ist gerne für Sie da.

## **Oberpfalz Medien GmbH**

### **Der neue Tag**

Weigelstraße 16  
92637 Weiden

### **Amberger Zeitung**

Mühlgasse 2  
92224 Amberg

### **Öffnungszeiten:**

Mo.–Do. 8.00–16.30 Uhr  
Fr. 8.00–14.00 Uhr  
Sa. Geschlossen

### **Kontakt:**

Telefon 0961/85-1155  
E-Mail [trauer@oberpfalzmedien.de](mailto:trauer@oberpfalzmedien.de)

Die Bestatterhotline ist an Sonn- und  
Feiertagen nicht besetzt.

Alle Traueranzeigen erscheinen auch online  
auf [trauer.onetz.de](http://trauer.onetz.de).





## Unsere Trauerhalle

bietet persönlichen Raum mit Musik und einfühlsamen Rednern für Abschied in ruhiger, emotionaler Atmosphäre.



Jede Todesfallaufnahme und das damit verbundene Vertrauen, das uns die Angehörigen entgegenbringen, ist einzigartig und wird von uns als Bestattungsinstitut bestmöglich betreut. Wir begleiten Sie, um die schwere erste Zeit nach einem Trauerfall für Sie leichter zu machen.

## WIR SIND FÜR SIE DA

TAG & NACHT  
ERREICHBAR



### Hahnbach-Süß Trauerhalle

Frohnhofer Str. 8  
92256 Hahnbach  
Tel 09664 21 2

### Amberg

Regensburger Str. 4  
92224 Amberg  
Tel 09621 13 20 6

 [bestattunghaimerlroesl](#)

 [Bestattung Haimerl-Rösl](#)



[www.bestattung-haimerl-roesl.de](http://www.bestattung-haimerl-roesl.de)  
[info@bestattung-haimerl-roesl.de](mailto:info@bestattung-haimerl-roesl.de)