

**Christophorus Hospizverein**  
im Landkreis Ebersberg e.V.

# einblicke ausblicke

// Ausgabe 01 // **Jeder Weg ist einzigartig!**



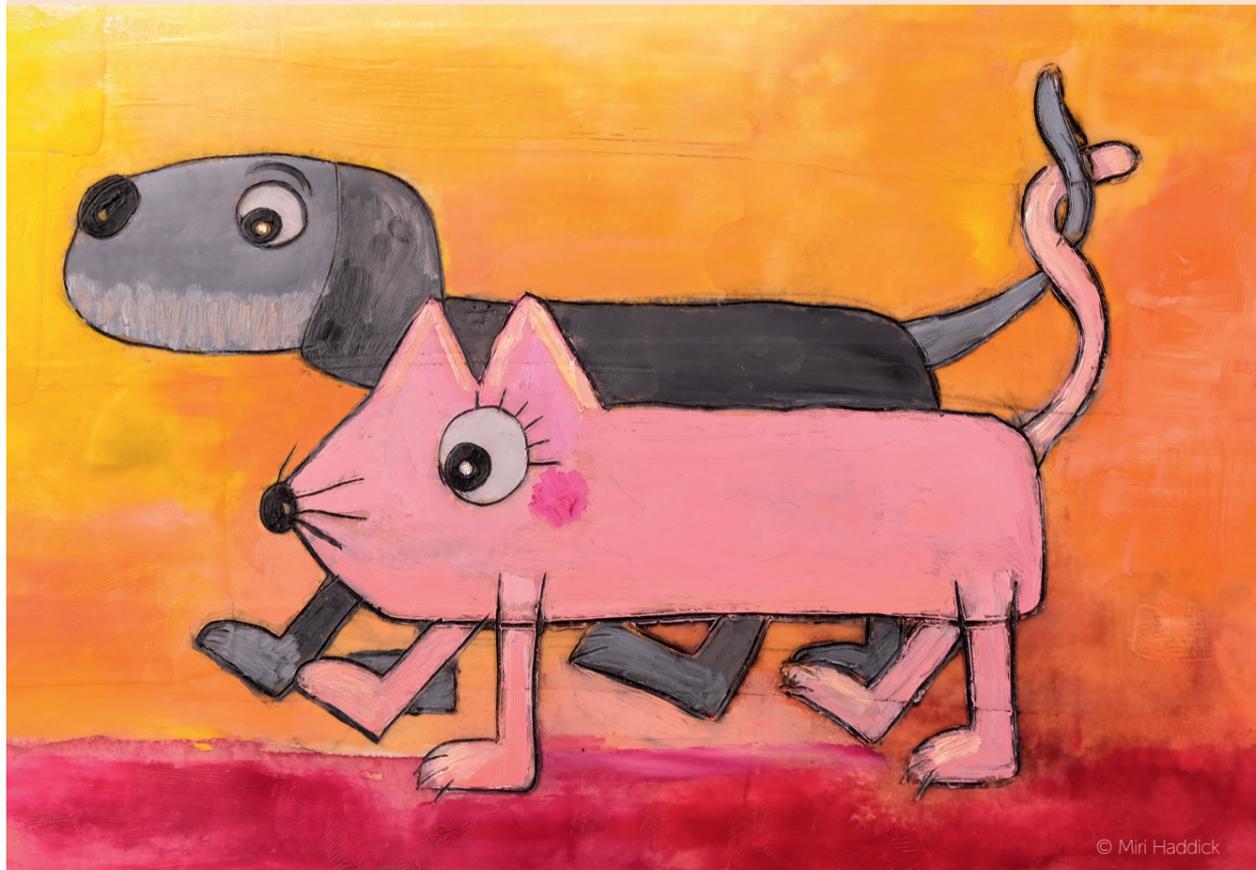
SCHWERPUNKTTHEMA

# *Trauern*

# Walk and talk

Wenn ich mich ganz ohnmächtig fühle, können Freunde ein richtiger Rettungsanker sein... Mir tut es besonders gut, wenn jemand eine Runde mit mir dreht – und ein offenes Ohr für mich hat und ohne viele Worte einfach da ist. Und es schweißt zusammen:  
**Beim Gehen schauen wir in dieselbe Richtung!**

(© Miri Haddick – Miese Krise - Ich pfeif auf dich, Verlag Neue Stadt, 2021. Mit freundlicher Genehmigung des Verlages.)



© Miri Haddick

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Christophorus Hospizverein  
im Landkreis Ebersberg e.V.

<https://www.hospizverein-ebersberg.de>

**Redaktionsteam:** Birgit Deppe-Opitz,  
Bernhard Hoiß, Ina Lill, Susanne Mahn,  
Michaela Pelz, Doris Priesmeier,  
Christine Schlosser, Maria Sommer

**Layout/Bildbearbeitung:** Tove Edbauer-Berntsen

**Illustrationen:** Tove Edbauer-Berntsen

**Titelbild:** Susanne Mahn

**Druck:** Druckerei Brummer, Markt Schwaben

**Auflage:** 500 Stück

**Ausgabe:** 1/2022



von links nach rechts:  
Doris Priesmeier-Feiner,  
Maria Sommer, Bernhard Hoiß,  
Susanne Mahn, Rita Grampp

## EDITORIAL

# Etwas Neues beginnt

Der Hospizverein möchte in diesem Jahr eine Tradition neu beleben und den Faden der Kommunikation wieder aufnehmen. Zwei Mal jährlich wollen wir Sie, die Mitglieder, Kooperationspartner und an der Hospizarbeit Interessierten über Aktuelles aus der Hospizarbeit informieren und an den Überlegungen teilhaben lassen, die der Vorstand zur Zukunft des Hospizvereins anstellt.

**Corona verhindert** seit längerem Veranstaltungen, geplante und zufällige Begegnungen und damit den Austausch, gegenseitige Informationen vor Ort, Anregungen und Weiterentwicklung. Unsere Hoffnung ist, dass die persönlichen Begegnungen bald wieder unser Leben bereichern können.

**Jedes Heft** soll ein Schwerpunktthema aufgreifen, dieses Mal ist es die Trauer. Abschiede waren in Coronazeiten sehr erschwert bis unmöglich. Umso wichtiger ist es, dass Trauernde jetzt unterstützt werden, ihren Weg zu finden, mit dem Verlust zu leben. Mehr dazu im Mittelteil.

**Neben Schlaglichtern** aus dem Alltag der Hospizarbeit finden Sie Hinweise auf Veranstaltungen, Anregungen auf einer Medienseite und Termine. Daneben haben wir für Sie Nachrichten aus dem Hospizverein.

Seit der Mitgliederversammlung im Juli 2021 hat sich die Zusammensetzung des Vorstands verändert (s. Foto). Wir danken Dr. Hans-Leonhard Schneider für seine lange Mitarbeit und freuen uns über Neuzugang Susanne Mahn. Lernen Sie sie im Interview kennen.

### Wir haben ein Jubiläum zu begehen:

Der Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg wurde im Februar 1997 gegründet. Aus der Idee einer Gruppe entstand in 25 Jahren ein Netzwerk der Hospiz- und Palliativversorgung im Landkreis: Kompetente Unterstützung durch Haupt- und Ehrenamtliche, gemeinsam mit der Palliativstation der Kreisklinik Ebersberg und dem Team der Spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung (SAPV) der Caritas.

**Beschäftigen werden uns in diesem Jahr** die Konsequenzen aus dem Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom Februar 2020 zum Assistierte Suizid und die erwartete Neuregelung des Umgangs damit im Bundestag. Was bedeutet das für uns als Verein, für den persönlichen und gesellschaftlichen Umgang mit Leid und Selbstbestimmung im Leben?

**Zählen Sie auf uns.** Wir freuen uns über Ihre Unterstützung, ebenso auf Ihre Fragen und Anregungen.

Maria Sommer (1. Vorsitzende)

# Trauern und Abschiednehmen- auch in Zeiten von Corona

*Ein geliebter Mensch ist gestorben. Vielleicht ganz plötzlich, vielleicht nach langer Krankheit. Egal wie, es reißt eine Lücke ins Leben und erschüttert Hinterbliebene zutiefst. Sich von einem Verstorbenen endgültig verabschieden zu müssen, ist für jeden eine schwere und belastende Situation.*

**Der Verlust hinterlässt eine Lücke im Leben,** die man erst nicht bereit ist, zu akzeptieren oder zu verarbeiten. Der Gedanke, dass der Tod unwiderruflich ist, schmerzt zu sehr, um ihn wahrhaben zu wollen oder zu können und damit beginnt ein schwieriger und oft langer Weg.

**Trauer will helfen,** mit dem Verlust leben zu lernen, auch wenn man sich im Moment überhaupt nicht vorstellen kann, jemals damit leben zu können. Trauer braucht ihre Zeit und niemand kann einem Betroffenen die Trauer nehmen. Sie will nicht bekämpft und auch nicht schnell überwunden werden.

**Es bedarf Geduld.** Geduld mit sich und mit anderen. Auch Angehörige und Freunde sind oft verunsichert und müssen ebenso lernen, mit dieser Situation umzugehen. Viele Trauernde erleben, dass es den Menschen in ihrer Umgebung schwerfällt, mit ihnen über das Geschehene zu sprechen. Die erhoffte Unterstützung und der dringend notwendige Beistand bleiben aus, Freundschaften verändern sich, Arbeitskollegen gehen zurück zum Alltag und erwarten nach nur kurzer Zeit auch vom Trauernden, dass er schnell wieder „funktioniert“. Und selbst im eigenen Familienkreis kann es vorkommen, dass der Betroffene sich zurückzieht, da er niemandem zur Last fallen möchte. Nicht selten fühlt sich ein Trauernder besonders in Gesellschaft einsam.

**Der oft gut gemeinte Ratschlag** „Du musst loslassen“ hilft wenig. Plötzlich ist da Leere, wo einst der geliebte Mensch war. Diesen Menschen, den

man so geliebt und verloren hat, kann und will man nicht los- und gehenlassen.

**Erst im Laufe der Zeit** wird sich der Schmerz verändern und der Trauernde fähig sein, dem Verstorbenen über eine innere Beziehung einen „neuen Platz“ zu geben. Einen neuen Platz im Leben, im Herzen oder in der Erinnerung, wo er sein und man an ihn denken kann.

## Trauer braucht Zeit

Aber jeder Einzelne erlebt Trauer auf andere Weise und man muss seinen eigenen Weg der Trauer finden. Sei es in Gesprächen mit vertrauten oder fremden Personen, regelmäßige Spaziergänge, die Liebe zu einem Haustier, über Musik oder ein Hobby. Es kann hilfreich sein, den eigenen Tagesablauf ganz bewusst zu strukturieren oder manch gewohnte Routine beizubehalten. Trauer ist individuell und der Schmerz für jeden anders, so dass auch die Wege heraus aus dem Dunkel ganz individuell sind.

**Mit Beginn der Corona-Pandemie** im Frühjahr 2020 folgte eine neue große Herausforderung. Die verhängten Kontaktbeschränkungen ließen die Begleitung im Sterbeprozess sowie den Trauerprozess kaum zu. Selbst erfahrene Trauerbegleiter mussten Trauern nochmal völlig neu lernen. Die uns bekannten Abläufe fielen weg.

Aufgrund des Zutrittsverbots in den Kliniken war anfangs ein Besuch im Krankenhaus oder im Hospiz nicht erlaubt und es war kaum möglich, Menschen im Sterbeprozess zu begleiten.

**So berichten Hinterbliebene,** dass sie z.B. von Komplikationen bei einer Routine-Operation nur am Telefon erfuhren und auch – wenn überhaupt – ausschließlich telefonisch auf dem Laufenden gehalten werden konnten. Beim ersten Besuch am Krankenbett lag der Angehörige dann bereits im Sterben. Und nun, seit es wieder möglich ist, Sterbende zu besuchen, müssen sich Familienmitglieder genau absprechen wer wann vor Ort ist, da die Besuchszeit pro Tag nur eine Person und dann max. 60 Minuten erlaubt. Und leider erzählen auch viele, dass sie den Sterbenden gar nicht mehr sehen konnten und nur die Nachricht vom Tod blieb. Ähnlich wie bei plötzlichen, unerwarteten Todesfällen fehlen den Angehörigen auch beim Tod unter Corona-Bedingungen oft die Zwischenschritte, die das Begreifen und die Trauer erleichtern. Der Tod bleibt lange Zeit unvorstellbar.

**Und auf der anderen Seite** mussten so viele Sterbende diesen letzten Weg alleine durchstehen und gehen. Ohne Trost, ohne Beistand und ohne Verabschiedung. Den Angehörigen zu verlieren und im Sterbemoment aufgrund der Beschränkungen nicht für ihn da sein zu können, beschäftigt viele Trauernde besonders. Das Abschiednehmen, was ein wichtiger Teil bei der Verarbeitung von Trauer ist, konnte nicht in bekannter Weise stattfinden.

Nicht am Sterbebett und auch nicht in der Zeit danach, denn Beerdigungen unterliegen seit Beginn der Pandemie strengen Schutzmaßnahmen und einer begrenzten Personenzahl.

**Eine Trauerbegleiterin erzählt,** dass zu viele ihren Verlust alleine verarbeiten mussten. Hinterbliebene konnten sich zum Teil nicht oder nur im engsten Kreise vom geliebten Menschen verabschieden. Sie mussten, in einer sowieso schon schweren Zeit, entscheiden, wer an der Beerdigung teilnehmen darf und wer nicht. Die vorgegebenen Sicherheitsabstände und Kontaktbeschränkungen erlaubten besonders keine Umarmungen am Grab, ebenso wenig das anschließende Beisammensein mit Verwandten und Freunden. Es gab keinen Leichenschmaus und auch keinen tröstenden Besuch in der Zeit danach, um sich gemeinsam durch diese Trauerphase tragen zu können. Gerade das, was man in der Trauer als hilfreich empfindet, das Zusammenrücken mit Familie und Freunden, ist nicht mehr möglich gewesen.

**Des Weiteren ist ihr aufgefallen,** dass es diejenigen, deren Angehörige an einer Covid-19-Infektion verstorben sind, besonders hart trifft. Die Regelungen schreiben vor, wie ein mit Corona infizierter Mensch beerdigt oder eingäschert werden muss. Da der Verstorbene als infektiös gilt und noch ansteckend sein kann, muss der Sarg verschlossen bleiben. Somit fällt die Totenfürsorge komplett weg und die Hinterbliebenen haben keine Chance



”

*Lange saßen sie dort und hatten es schwer. Aber sie hatten es gemeinsam schwer und das war ein Trost. Leicht war es trotzdem nicht.*

*Aus „Ronja Räubertochter“ von Astrid Lindgren.*

Foto: Sylva Wammetsberger



mehr, den Verstobenen noch einmal zu sehen. Diese Vorschrift zu akzeptieren, ist für viele Trauernde sehr schwer. Jedoch auch bedacht werden muss der Fall, wenn sich ein Angehöriger vor der Beerdigung plötzlich mit Covid-19 infiziert hat und die Familie oder Freunde in Quarantäne müssen. In der aktuellen Phase, der Omikron-Welle, durchaus keine Seltenheit. Kann die Beerdigung verschoben werden? Welcher Weg kann gefunden werden, um den Hinterbliebenen trotz der Umstände eine angemessene Verabschiedung zu ermöglichen? Und letztendlich auch die Frage, ob die Kosten für die Verschiebung getragen werden können.

**Nach zwei Jahren Pandemie** haben sich die Regularien glücklicherweise gelockert und auch ist es für Angehörige einfacher geworden, mit der Situation umzugehen und sich den Gegebenheiten anzupassen. Technisch ist viel möglich und die digitalen Kommunikationsformen und -wege werden auch oft angenommen, um den Hinterbliebenen wenigstens etwas mehr Nähe und Gemeinschaft sowie eine angemessene Verabschiedung zu ermöglichen. Gespräche mit dem Bestatter oder

Seelsorger können telefonisch stattfinden und die Trauerfeier vorbereitet werden. Es können Fotos, Videos oder Live-Streams gemacht werden, so dass auch Abwesende auf irgendeine Art und Weise an der Zeremonie teilnehmen können. Auch in diesen besonderen Zeiten kann Abschiednehmen gestaltet werden und gelingen. Die Hinterbliebenen können einander verbunden bleiben und sich trotz der pandemiebedingten Einschränkungen nicht ganz so alleine fühlen. Aber letztendlich kann all das die persönliche Verabschiedung nicht ersetzen.

**Der Christophorus Hospizverein Ebersberg e.V.** hat neben der Sterbe- und Hospizbegleitung auch verschiedene Angebote für Trauernde im Landkreis. Es besteht die Möglichkeit, mit einem ehrenamtlichen Trauerbegleiter Einzelgespräche zu führen oder sich zum Austausch mit anderen Betroffenen in einer Gruppe zu treffen. Andere, deren Verlust schon etwas länger zurückliegt, spricht vielleicht ein Mittagessen in geselliger Runde oder eine gemeinsame Wanderung, ein Ausflug oder eine Verabredung eher an.

**Alle Angebote, Termine und Infos** können diesem Heft (Seite 7,8,10,12), dem Programm des Netzwerk Trauer (<http://netzwerktrauer-ebe.de/>) und der Internetseite ([www.hospizverein-ebersberg.de](http://www.hospizverein-ebersberg.de)) entnommen oder telefonisch unter 08092/256985 erfragt werden.

**Des Weiteren steht deutschlandweit die „TELEFONSEELSORGE MENSCHEN IN NOT“**

**(24 Std./kostenfrei) per Telefon, E-Mail oder Chat zur Verfügung.**

**Die Gespräche sind vertraulich und anonym und die Beantwortung einer Anfrage per Mail erfolgt spätestens nach 48 Stunden.**

**Tel. 0800-1110111**

**Mail: [www.online.telefonseelsorge.de](http://www.online.telefonseelsorge.de)**

**REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGS-ANGEBOTE**

**TRAUERTREFF „LICHTBLICK“**  
**JEDEN 1. SAMSTAG IM MONAT,**  
**10.00 – 12.00 UHR**  
 .....

**Ort: Katholisches Pfarrheim,**  
**Baldestr. 18, 85560 Ebersberg**  
**Veranstalter: Christophorus Hospizverein Ebersberg**

Gemeinsam der Trauer begegnen, sich austauschen und sich stärken. Auch wenn Sie im Alltag schon wieder ganz gut funktionieren, braucht die Trauer ihren Platz. Wir möchten Ihnen mit diesem offenen Angebot einen Raum bieten, wo Sie reden können oder auch nicht, und wo Sie Menschen begegnen können, die so wie Sie einen Verlust erlebt haben.

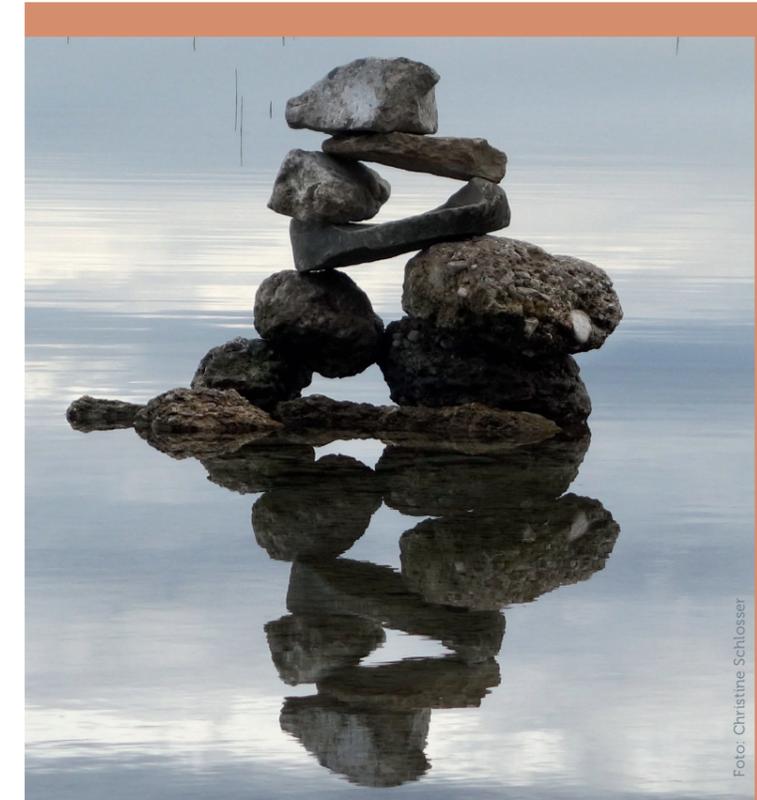
**Keine Anmeldung nötig. Keine Kosten.**

**TRAUERSTAMMTISCH**  
**JEDEN 1. SAMSTAG IM MONAT, 12.00 UHR**  
 .....

**Ort: Kugler Alm,**  
**Aßlkofen 4, 85560 Ebersberg**  
**Veranstalter: Christophorus Hospizverein Ebersberg**

Beim regelmäßigen Trauerstammtisch treffen Sie in einer offenen Runde auf andere Menschen, die ebenso einen Angehörigen oder Freund betrauern. Beim gemeinsamen Mittagessen können Sie sich in lockerer Atmosphäre austauschen, wie andere Trauer erleben und was ihnen geholfen hat, den Weg zurück in den Alltag zu finden. Knüpfen Sie Kontakte oder finden Sie vielleicht sogar neue Freunde.

**Keine Anmeldung nötig.**  
**Speisen/Getränke auf eigene Rechnung.**



**TRAUERTREFFPUNKT GRAFING**

**Einzeltermine nach Vereinbarung**  
 .....

**Ort: Thomas-Mayr-Str. 4, 85567 Grafing**  
**Veranstalterin: Christina Schweiger,**  
**Tel. 0171/4309390 oder**  
**E-Mail: [christina-maria.schweiger@t-online.de](mailto:christina-maria.schweiger@t-online.de)**  
**(Die Veranstalterin ist ehrenamtliche Hospizbegleiterin im Christophorus Hospizverein Ebersberg)**

Nach dem Verlust eines geliebten Menschen fühlt man sich oft alleine mit seinen Gedanken und dem Schmerz. In einem geschützten Rahmen dürfen Sie ganz Sie selbst sein und aussprechen, was Sie empfinden und fühlen oder auch einfach nur da sein. Mit Zuhören, Trost, Inspirationen und Ermutigungen sowie mit dem Aufzeigen neuer Wege, biete ich Ihnen Unterstützung, Ihre Trauer anzunehmen, damit die Bewältigung und Heilung beginnen kann.

**Keine Kosten. Spenden willkommen.**

## GRUND-SEMINARE

### DIE HOSPIZIDEE – UMGANG MIT STERBEN, TOD UND TRAUER

Das Grundseminar bietet für alle Interessierten und Betroffenen Raum für eine Auseinandersetzung mit Sterben, Tod und Trauer. Außerdem ist es Voraussetzung für eine spätere Teilnahme an einem Aufbaukurs, der zur ehrenamtlichen Mitarbeit in der Hospizarbeit qualifiziert.

In diesem Kurs werden wir uns auf dem Hintergrund der eigenen Biographie mit folgenden Themen beschäftigen:

- » persönliche Erfahrungen mit Sterben, Tod und Trauer (Biographiearbeit)
- » Kommunikation mit schwerkranken und sterbenden Menschen
- » Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativbetreuung
- » Hospizarbeit im Landkreis Ebersberg und die ehrenamtliche Tätigkeit der Hospizbegleiter

### DAS NÄCHSTE GRUNDSEMINAR FINDET VOM 1. - 3. APRIL 2022 STATT

#### SEMINARZEITEN:

Freitag 1.4.22 16 – 21 Uhr  
Samstag 2.4.22 10 – 18 Uhr  
Sonntag 3.4.22 10 – 13 Uhr

Ort: Katholisches Pfarrheim, Baldestr. 18, 85560 Ebersberg

Leitung: Carola Laukat, München (Heilpädagogin, langjährige Leiterin vom Kaleidoskop München, Ausbildung in Integrativer Gestalttherapie am FPI) und Birgit Deppe-Opitz, Baldham (Dipl.Theologin, Supervisorin, Ausbildung in Integrativer Gestalttherapie am FPI, Koordinatorin des CHV Ebersberg)

Teilnahmegebühr: 60 €  
Anmeldung beim:  
Kreisbildungswerk Ebersberg:  
08092/850790 oder unter:  
www.kbw-ebersberg.de

Da wir uns mit intensiven Prozessen auseinandersetzen setzt das Seminar eine psychische Stabilität voraus sowie eine Bereitschaft, sich auf einer persönlichen Ebene zu begegnen.

Wir arbeiten im Plenum und in Kleingruppen, mit kreativen Medien, Meditation und mit Feldenkrais-Übungen.

Weitere Informationen erhalten Sie direkt beim **Christophorus Hospizverein Ebersberg**: Tel: 08092/256985 oder per mail: [kontakt@hospizverein-ebersberg.de](mailto:kontakt@hospizverein-ebersberg.de)  
Bitte beachten Sie auch unsere Internetseite!

Für die Einhaltung der aktuellen Corona Regeln wird gesorgt!



Im Gespräch mit dem neuen Vorstandsmitglied

## Susanne Mahn

Was die gebürtige Münchnerin nach 20 Jahren als Pflegedienstleitung im Marienheim Glonn bewogen hat, im Ruhestand dieses Ehrenamt zu übernehmen, erzählt die 64-Jährige im Interview mit Michaela Pelz.



### Frau Mahn, wann haben Sie begonnen, sich mit den Themen „Sterben und Tod“ zu beschäftigen?

Mir war es seit meiner Ausbildung wichtig, die Menschen so zu begleiten, dass ihre Wünsche erfüllt werden. Würdevoll und so, dass sowohl die Angehörigen als auch die Sterbenden am Ende mit der getroffenen Entscheidung leben können.

### Wann trat die Hospizbewegung in Ihr Leben?

Im Jahr 1996 gehörte ich als Leiterin der Sozialstation zu den Gründungsmitgliedern des Haarer Hospizvereins und seitdem arbeite ich mit Hospizbegleitern zusammen.

### Erinnern Sie sich noch an Ihren ersten Kontakt mit dem Christophorus Hospizverein im Landkreis Ebersberg?

Nachdem ich im Jahr 2000 meinen Dienst im Marienheim angetreten hatte, wollte ich unbedingt die Palliative Care Weiterbildung und in „meinem“ Heim ein Projekt zur Implementierung der Hospizidee machen. Frau Sommer beriet uns zum Thema Fördermittel.

### Jetzt hat man Sie in den Vorstand gewählt ...

Es gibt so ein typisches Muster in meinem Leben: Jede Leitungsstelle habe ich nicht auf eigene Initiative bekommen, sondern ich wurde gefragt. So auch diesmal, als Frau Sommer auf mich zukam, ob ich mir ein Mitarbeiten im Vorstand vorstellen könnte.

### Wo möchten Sie Ihre Schwerpunkte legen?

Unterstützung für die geplante Hospizinsel im Marienheim: mitdenken, mitplanen und Bindeglied sein zwischen den Mitarbeitern und dem Hospizverein. Sobald ich meinen Aufbaukurs gemacht habe, möchte ich dort auch selbst ehrenamtlich mitarbeiten.

### Was müsste sich Ihrer Meinung nach in der heutigen Gesellschaft ändern, um das Sterben aus seiner Tabu-Ecke zu holen?

Im Heim machte ich ganz viele Beratungen zur Patientenverfügung. Ich denke, sobald man in der eigenen Familie vom Thema betroffen ist, beginnt man, sich damit zu beschäftigen. Vor allem, wenn man einmal gesehen hat, wie man es vielleicht selbst nicht haben will. Wenn man hingegen die Versorgung auf der Palliativstation erlebt, will jeder da hin, so schön ist es dort.

### Was tun Sie selbst in diesem Zusammenhang?

Man soll das Ganze zum Thema machen und darüber reden. Ich selbst mag keine Vorträge halten, spreche aber im Kleinen gern und oft sowohl über meine frühere Tätigkeit im Heim als auch die Dinge, die mit der Hospizarbeit zusammenhängen. Zum Beispiel bei Gesprächen beim Wandern.

### Sie gehen gern in die Berge?

Ja, das Wandern gehört wie das Schwimmen, Fotografieren und Radfahren zu den Dingen, die ich in meiner Freizeit gerne mache.

### Und was verschafft Ihnen in schwierigen Situationen Entspannung und Ausgleich?

Wenn mich etwas sehr beschäftigt, gehe ich allein auf den Berg. Oder im Sommer zum Schwimmen – ich tauche ab. In der Natur. Und in Ruhe und Stille, im Gespräch mit Gott.

### Worauf freuen Sie sich bei der Zusammenarbeit mit Hospizbegleiterinnen und Hospizbegleitern am meisten?

Auf den Austausch, auf neue Erfahrungen, auf Weiterentwicklung – und dass da was wächst.

# Schlaglichter:

WUSSTEN SIE SCHON ....

..... dass durch Ihre Mitgliederbeiträge und Ihre Spenden unter anderem die Ausbildung von **Trauerbegleiterinnen** finanziert werden konnte. Diese sind im Trauertreff und in Einzelbetreuungen ehrenamtlich für den Christophorus Hospizverein tätig.

..... im Januar 2014 das erste **Trauercafe** in Ebersberg im alten Pfarrhof stattgefunden hat.

.... es seit dem 19.09.2021 eine **Outdoor-Gruppe für trauernde Jugendliche** zwischen zwölf und achtzehn Jahren in Ebersberg gibt. Veranstalter sind die Johanniter, die mit ihrem Trauerzentrum Lacrima für trauernde Kinder und Jugendliche vorher nur in München und Rosenheim tätig waren.

Kontaktdaten: Telefon 089/1247344-11  
E-Mail: lacrima.muenchen@johanniter.de  
www.johanniter-lacrima.de

... dass es für Trauernde zwischen 40 und 60 Jahren die Möglichkeit gemeinsamer **Bergtouren sowie gemeinsamer Hüttenstage** gibt.

Kontaktdaten: Sylvia Wammetsberger (Trauer- und Hospizbegleiterin) Telefon 0170/9643743

.... dass das erste Treffen einer Konzeptgruppe am 16.01.2013 zur Gründung des **Netzwerks Trauer** führte, einem Zusammenschluss von Institutionen und Einzelpersonen unter dem Dach des Katholischen Kreisbildungswerks Ebersberg e.V.

Dieses Netzwerk hat sich zur Aufgabe gemacht, die verschiedenen Angebote von Pfarreien, Seelsorgern, Beratungsstellen, Erwachsenenbildung und sonstigen Anbietern im Bereich Trauer im Landkreis Ebersberg zusammenzutragen und bekannt zu machen. Die Angebote für Trauernde im Landkreis Ebersberg erscheinen halbjährlich in einem eigenen Programmheft. Kontaktdaten: Telefon 08092/850790  
E-Mail: nwtrauer@kbw-ebersberg.de / www.netzwerktrauer-ebe.de



FLORIAN RAUCH,  
NICOLE RINDER,  
TITA KERN  
Wie Kinder trauern  
.....

Kösel, TB,  
München 2017,  
4. Auflage 2021  
ISBN: 978-3-466-37174-7  
192 Seiten

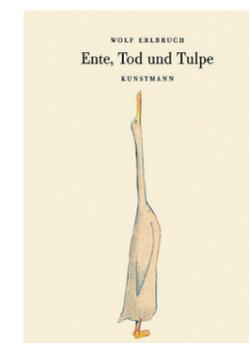


Was tun, wenn ein Angehöriger lebensbedrohlich erkrankt, stirbt, verunfallt oder sich das Leben nimmt? Beteiligte Kinder vor Schmerz und Trauer zu bewahren, indem man alles von ihnen fernhält, ist unmöglich. Stattdessen brauchen sie zur Bewältigung Halt und Orientierung. Doch wie kann man sie angemessen begleiten, sich richtig verhalten, wenn man selbst in einem absoluten Ausnahmezustand ist?

Das erklären in diesem Buch Fachleute, die täglich mit Betroffenen zu tun haben. Angehörige, Freunde und pädagogisches Personal finden Erklärungen für das Verhalten und Anregungen für den Umgang mit trauernden Kindern. Neben möglichen Strategien werden hilfreiche Rituale vorgestellt. Zahlreiche Zitate und Zeichnungen verdeutlichen die tatsächliche Erfahrungswelt der Kinder.

WOLF ERLBRUCH  
Ente, Tod und Tulpe  
.....

Kunstmann, gebunden  
München, 2007  
ISBN 978-3-88897-461-8  
32 Seiten



»Wer bist du – und was schleichst du hinter mir her?«

»Schön, dass du mich endlich bemerkst«, sagte der Tod. »Ich bin der Tod.« Die Ente erschrak. Das konnte man ihr nicht übelnehmen. »Und jetzt kommst du mich holen?« »Ich bin schon in deiner Nähe, so lange du lebst – nur für den Fall.«

»Für den Fall?« fragte die Ente. »Na, falls dir etwas zustößt. Ein schlimmer Schnupfen, ein Unfall, man weiß nie.«

Als die Ente den Tod kennenlernt, dessen Mantel an einen Schlafrock erinnert, ist das zunächst ein Schock. Doch nach und nach gewöhnt sie sich an die Gesellschaft des kauzigen Kerls.

In tiefgründigen und doch humorvollen Dialogen kommen sich die beiden näher – doch wirklich eindeutige Antworten auf ihre Fragen hat der freundliche Schädel nur selten.

Als Ente dann wirklich stirbt, schickt der Tod sie ganz behutsam auf ihre letzte Reise. Fast ist er selbst ein wenig betrübt. Aber nur fast. Denn so ist das Leben.

Selten wurde das Thema „Tod“ auf so poetische Weise aufbereitet wie in diesem brillanten Bilderbuch. Was für ein schöner Gedanke, dass da einer schon vor dem tatsächlichen Ende ein Stück Weg gemeinsam mit dem geht, um den er sich dann als allerletzter kümmert. Dieser Tod „holt“ keinen – er ist im richtigen Moment zur Stelle, dann, wenn die Zeit gekommen ist. Ihn muss man nicht fürchten, auch wenn er gern mal ein paar lästerliche Reden führt. Stattdessen glättet er am Schluss mit sanfter Hand das gestäubte Gefieder und auch als Leser fühlt man: So wie es ist, ist es gut. Ein wunderbares Buch – traurig und trostreich zugleich.



# Termine

## TERMINE ZUM THEMA TRAUERN IM KURZÜBERBLICK:



» Jeden 1. Samstag im Monat  
10.00 Uhr / **Trauertreff**  
Baldestr. 18, Ebersberg

» Jeden 1. Samstag im Monat  
12.00 Uhr / **Trauerstammtisch**  
Kugler Alm, Aßlkofen 4, Ebersberg

» **Trauertreffpunkt Grafing**  
Einzeltermine nach Vereinbarung.  
Christina Schweiger (Hospizbegleiterin)  
Telefon: 0171/4309390

» **Bergtouren für Trauernde zw. 40  
und 60 Jahren** mit der Hospizbegleiterin  
Sylvia Wammetsberger  
[www.trauer-begleitung-wammetsberger.de/meine-angebote/trauerwandern](http://www.trauer-begleitung-wammetsberger.de/meine-angebote/trauerwandern)

» 1.4. bis 3.4.22 / **Grundseminar  
Hospiz - Umgang mit Sterben,  
Tod und Trauer**  
Baldestr. 18, Ebersberg  
Anmeldung über Kreisbildungswerk  
Ebersberg  
[www.kbw-ebersberg.de](http://www.kbw-ebersberg.de)

» 12. bis 15.5.22 / **Meer-Auszeit  
für Trauernde in Irland**  
Christina Schweiger  
(Hospizbegleiterin)  
Telefon: 0171/4309390

» 15. bis 18.6.22 / **Hüttentage für  
Trauernde zw. 40 und 60 Jahren**  
mit den Hospizbegleiterinnen  
Andrea Scheller und  
Sylvia Wammetsberger  
Telefon: 0170/9643743

**Christophorus Hospizverein im  
Landkreis Ebersberg e.V.  
Pfarrer-Guggetzer-Straße 3,  
85560 Ebersberg**

Telefon 08092/256985  
Fax 08092/256827

[kontakt@hospizverein-ebersberg.de](mailto:kontakt@hospizverein-ebersberg.de)  
[www.hospizverein-ebersberg.de](http://www.hospizverein-ebersberg.de)

### **Bankverbindung**

Raiffeisenbank-Volksbank Grafing  
Ebersberg  
IBAN: DE74 7016 9450 0002 5260 50  
BIC: GENODEF1ASG

Kreissparkasse Ebersberg  
IBAN: DE32 7025 0150 0010 1493 59  
BIC: BYLADEM1KMS