

# INHALT

<b>VORNEWEG .....</b>	13
WO WIR STEHEN.....	13
WAS WIR WOLLEN .....	14
Wie die »Sarggeschichten« entstanden .....	15
SARAH, KATRIN UND DER TOD .....	18
WORTWAHL UND FARBWAHL .....	34
Ansprache .....	34
Wer sind Zugehörige? .....	34
Farbige Überschriften, Zitate und Icons .....	35
<b>1. BEVOR EIN MENSCH IM STERBEN LIEGT.....</b>	36
WAS KOSTET EINE BESTATTUNG? .....	36
Welche Posten kann es bei einer Bestattung geben?.....	37
Was sind Paketpreise? .....	48
Was ist eine Bestattungsvorsorge? .....	49
Wusstet ihr schon? .....	50
Warum ist das wichtig? .....	52
<b>WARUM BRAUCHE ICH EINE VORSORGEVOLLMACHT?....</b>	52
Was ist eine Patientenverfügung?.....	54
Wusstet ihr schon? .....	60
Warum ist das wichtig? .....	61

<b>2. WENN EIN MENSCH IM STERBEN LIEGT .....</b>	62
WIE KANN MAN STERBENDE UND ZUGEHÖRIGE UNTERSTÜTZEN? .....	62
Praktische Hilfe und Tipps.....	64
Wusstet ihr schon? .....	70
Warum ist das wichtig? .....	70
<b>SARAH: ÜBER DEN TOD HINAUS.....</b>	71
WIE KANN MAN STERBENDE IM KRANKENHAUS BEGLEITEN? .....	79
Informationen teilen .....	80
Persönliches mitbringen .....	82
Abschied .....	82
Wusstet ihr schon? .....	83
Warum ist das wichtig? .....	84
WAS IST EIN HOSPIZ?.....	84
Wusstet ihr schon? .....	89
Warum ist das wichtig? .....	90
<b>SARAH: KANNST DU DEN HIMMEL SEHEN? .....</b>	91
<b>3. NACHDEM EIN MENSCH GESTORBEN IST .....</b>	94
WAS PASSIERT, WENN DER TOD EINTRITT? .....	94
Was geschieht mit dem Körper nach dem Tod?.....	96
Nähe zum Körper .....	98
Wusstet ihr schon? .....	102
Warum ist das wichtig? .....	102
<b>SARAH: ZEIG MAL DEINE KLEINE ZEHE .....</b>	103
WIE VERSORGT MAN EINEN VERSTORBENEN MENSCHEN? .....	106
Die einzelnen Schritte der Totenfürsorge.....	106

Was tun bei Verletzungen? .....	117
Was bedeutet Versorgung im Bestattungsinstitut? .....	117
Was ist eine Einbalsamierung? .....	121
Wusstet ihr schon? .....	127
Warum ist das wichtig? .....	127
<b>KATRIN: MIT WINZIGEN SCHRITTEN</b> .....	128
<b>WAS IST EINE ABSCHIEDNAHME?</b> .....	131
Was könnt ihr bei einer Abschiednahme machen? .....	131
Abschiedsrituale .....	133
Abschiednahmen und Rituale in der Vergangenheit und heute .....	138
Wusstet ihr schon? .....	143
Warum ist das wichtig? .....	146
<b>SARAH: SEIN ORANGEFARBENES LIEBLINGSHEMD</b> .....	147
<b>WAS KANN ICH SAGEN, WENN JEMAND GESTORBEN IST?</b> .....	152
Welche Worte trösten denn nun? .....	152
Überbringung einer Todesnachricht .....	154
Wenn man Trauer messen könnte .....	155
Wenn Betroffenheit belastet .....	157
Wusstet ihr schon? .....	161
Warum ist das wichtig? .....	161
<b>KATRIN: WIE EINE LÄSTIGE MÜCKE</b> .....	162
<b>WAS PASSIERT NACH EINEM PLÖTZLICHEN TOD?</b> .....	165
Was tun bei Verletzungen? .....	167
Abschiednahme bei verletzten Verstorbenen .....	168
Wusstet ihr schon? .....	173
Warum ist das wichtig? .....	173
<b>SARAH: EIN STÖRRISCHER KLEINER WIRBEL</b> .....	174

<b>4. ABSCHIED GESTALTEN . . . . .</b>	178
WAS KÖNNNT IHR BEI EINER FEUERBESTATTUNG	
MACHEN? . . . . .	178
Fragen an die Leiterin eines Krematoriums . . . . .	181
Wusstet ihr schon? . . . . .	184
Warum ist das wichtig? . . . . .	186
<b>SARAH: DIE BRILLE AUF . . . . .</b>	187
WIE MACHE ICH EINE TOLLE TRAUERFEIER? . . . . .	189
Rituale individuell gestalten . . . . .	189
Wusstet ihr schon? . . . . .	194
Warum ist das wichtig? . . . . .	195
<b>SARAH: EINE FRAU, FÜNF KINDER UND ZWEI HUNDE . . . . .</b>	197
WIE GEHT EIN ABSCHIED AUS DER FERNE? . . . . .	199
Abschied mit Kontaktbeschränkung . . . . .	200
Was, wenn es keinen Körper gibt? . . . . .	203
Wusstet ihr schon? . . . . .	205
Warum ist das wichtig? . . . . .	207
<b>SARAH: SIE KÜSSTE MEINE HÄNDE . . . . .</b>	208
FÜR WEN IST SELBSTBESTIMMUNG BESONDERS	
WICHTIG? . . . . .	211
Wusstet ihr schon? . . . . .	218
Warum ist das wichtig? . . . . .	219
WAS KANN ICH TUN, WENN EIN BABY STIRBT? . . . . .	220
Was ist wichtig bei Totgeburten und bei	
Schwangerschaftsabbrüchen? . . . . .	220
Wusstet ihr schon? . . . . .	232
Warum ist das wichtig? . . . . .	236
<b>SARAH: KLEINER FUCHS . . . . .</b>	237

<b>5. MIT DER TRAUER LEBEN .....</b>	243
WAS BRAUCHEN TRAUERnde KINDER? .....	243
Das Verständnis vom Tod in verschiedenen Altersstufen....	243
Was ist wichtig im Umgang mit trauernden Kindern? .....	248
Wusstet ihr schon? .....	257
Warum ist das wichtig? .....	258
<b>KATRIN: AUCH DIE FÜSSE .....</b>	259
<b>WIE GIBT MAN VERSTORBENEN EINEN PLATZ IM LEBEN? .</b>	262
Was ist, wenn der Platz zu groß wird? .....	268
Wusstet ihr schon? .....	270
Warum ist das wichtig? .....	271
<b>SARAH: GETROCKNETE ROSEN.....</b>	272
<b>WIE LANGE DAUERT TRAUER?.....</b>	274
Was ist Trauer eigentlich? .....	274
Trauer bei Suizid.....	281
Wusstet ihr schon? .....	286
Warum ist das wichtig? .....	289
<b>KATRIN: MEIN LEBEN GING EINFACH WEITER .....</b>	290
<b>HINTENDRAN .....</b>	295
Dank .....	299
Literaturverzeichnis .....	303
Weiterführende Links .....	305
Bildnachweis .....	309
Register .....	311