

INHALT

VORNEWEG	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
 1. BEVOR EIN MENSCH IM STERBEN LIEGT	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
 WARUM BRAUCHE ICH EINE VORSORGEVOLLMACHT? . . .	52
Was ist eine Patientenverfügung?	54
Wusstet ihr schon?	60
Warum ist das wichtig?	61

2. WENN EIN MENSCH IM STERBEN LIEGT	62
WIE KANN MAN STERBENDE UND ZUGEHÖRIGE	
UNTERSTÜTZEN?	62
Praktische Hilfe und Tipps.	64
Wusstet ihr schon?	70
Warum ist das wichtig?	70
SARAH: ÜBER DEN TOD HINAUS.	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
SARAH: KANNST DU DEN HIMMEL SEHEN?	91
3. NACHDEM EIN MENSCH GESTORBEN IST.	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
SARAH: ZEIG MAL DEINE KLEINE ZEHE	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
KATRIN: MIT WINZIGEN SCHRITTEN	128
WAS IST EINE ABSCHIEDNAHME?	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
SARAH: SEIN ORANGEFARBENES LIEBLINGSHEMD	147
WAS KANN ICH SAGEN, WENN JEMAND GESTORBEN IST?	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
KATRIN: WIE EINE LÄSTIGE MÜCKE	162
WAS PASSIERT NACH EINEM PLÖTZLICHEN TOD?	165
Was tun bei Verletzungen?	167
Abschiednahme bei verletzten Verstorbenen.	168
Wusstet ihr schon?	173
Warum ist das wichtig?	173
SARAH: EIN STÖRRISCHER KLEINER WIRBEL	174

4. ABSCHIED GESTALTEN	178
WAS KÖNNT IHR BEI EINER FEUERBESTATTUNG MACHEN?	178
Fragen an die Leiterin eines Krematoriums	181
Wusstet ihr schon?	184
Warum ist das wichtig?	186
SARAH: DIE BRILLE AUF	187
WIE MACHE ICH EINE TOLLE TRAUERFEIER?	189
Rituale individuell gestalten	189
Wusstet ihr schon?	194
Warum ist das wichtig?	195
SARAH: EINE FRAU, FÜNF KINDER UND ZWEI HUNDE ..	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
SARAH: SIE KÜSSTE MEINE HÄNDE	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
SARAH: KLEINER FUCHS	237

5. MIT DER TRAUER LEBEN	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
KATRIN: AUCH DIE FÜSSE	259
WIE GIBT MAN VERSTORBENEN EINEN PLATZ IM LEBEN? ..	262
Was ist, wenn der Platz zu groß wird?	268
Wusstet ihr schon?	270
Warum ist das wichtig?	271
SARAH: GETROCKNETE ROSEN.	272
WIE LANGE DAUERT TRAUER?	274
Was ist Trauer eigentlich?	274
Trauer bei Suizid.	281
Wusstet ihr schon?	286
Warum ist das wichtig?	289
KATRIN: MEIN LEBEN GING EINFACH WEITER	290
HINTENDRAN	295
Dank	299
Literaturverzeichnis	303
Weiterführende Links	305
Bildnachweis	309
Register	311