



Bestattungen planen in Zeiten von COVID-19

Der Tod eines nahestehenden Menschen stellt häufig das Leben der Angehörigen und Freunde auf den Kopf. Doch einen Verlust unter den aktuell gegebenen Einschränkungen und Verboten zu erleiden, bringt noch einmal ganz neue Herausforderungen mit sich.

Die Zeit zwischen Tod und Beerdigung

Wir möchten Ihnen unser tiefes Mitgefühl aussprechen, sollte eine Ihnen nahestehende Person verstorben sein!

Bestattungen dienen dazu, den verstorbenen Menschen zu verabschieden, ihn zu würdigen und sich gemeinsam mit Familienangehörigen und Freunden an ihn zu erinnern. Sollten Sie gerade jemanden verloren haben oder ist es absehbar, dass Ihr Angehöriger bald sterben wird, dann ist es nur allzu verständlich, wenn Sie sich Gedanken darüber machen, wie eine würdevolle und tröstliche Abschiedsfeier in der aktuellen Zeit aussehen könnte. Wir haben die folgenden Informationen für Sie zusammengestellt und hoffen, dass Sie Ihnen Anregungen bieten, wie trotz der gegebenen Umstände eine würdevolle Bestattung gelingen kann. Doch durch die aktuelle Situation ist dieser direkte Kontakt nicht oder nur eingeschränkt möglich. Wir möchten Ihnen hier Anregungen geben und Sie so in diesen außergewöhnlichen Zeiten unterstützen.

Das Planen der Bestattung

- Melden Sie sich bei dem Bestattungsinstitut Ihrer Wahl, sobald Sie sich dazu in der Lage fühlen. Die Fachkräfte dort sowie bei den Friedhofsverwaltungen wissen über alle aktuellen Bestimmungen Bescheid, die im Zusammenhang mit einer Bestattung zu beachten sind. Sie werden sich angemessen um Sie kümmern und dafür Sorge tragen, dass der Verstorbene auch unter den gegebenen Umständen liebevoll verabschiedet werden kann. Bedenken Sie, es kann vorkommen, dass Bestattungen aktuell mit größerer Zeitverzögerung stattfinden.
- Stellen Sie dem Bestatter und eventuell auch der Friedhofsverwaltung gegenüber alle Fragen, die Ihnen am Herzen liegen.

- Veröffentlichen Sie eine Traueranzeige. Denn so erfahren die Menschen aus Ihrem näheren und weiteren sozialen Umfeld von dem Verlust. Bedenken Sie jedoch dabei, keine Angaben zum Datum der Beerdigung bzw. der Abschiedsfeier zu machen. Denn daran dürfen aktuell nur sehr wenige Personen teilnehmen. Wahrscheinlich werden die Redakteure bei den Tageszeitungen oder der Bestatter Sie auch darauf hinweisen.
- Unter den gegebenen Umständen wird die Bestattung nur in einem sehr kleinen Kreise stattfinden. Alle Familienmitglieder und Freunde, die nicht an der Bestattung teilnehmen dürfen, können Sie bitten, Ihnen vorab Grüße, Bilder, Geschichten oder Musikstücke zukommen zu lassen, die Sie dann (falls vor Ort möglich) in die Gestaltung der Abschiedsfeier einbinden können. Auf diese Weise können die Menschen, die nicht an der Beerdigung teilnehmen dürfen, doch ein Stück weit mit dabei sein.
- Alle, die an einer Beerdigung nicht teilnehmen dürfen sind eingeladen, zeitgleich oder später zuhause zu beten – zusammen oder auch alleine.

Hausgebete während der Beerdigung mit Musik findet man hier:

<https://kontaktstelle-trauerbegleitung.de/fuer-trauernde/aktuell-bestattungen-trauerfeiern-und-hausgebete-in-zeiten-von-corona/>

Familienangehörige, Freunde und Fachkräfte, alle Menschen wissen um die Einschränkungen und sie werden erahnen können, wie schwer es für Sie sein muss, unter den gegebenen Umständen die Bestattung zu planen. Aus diesem Grunde werden sie all Ihre Entscheidungen respektieren und Sie so gut wie möglich unterstützen.

- Möglicherweise kann jemand aus dem engsten Familienkreis oder auch der Bestatter die Trauerfeier dokumentieren (z.B. Fotos, Videoaufnahmen, Live-Übertragung ...). So können Angehörige und Freunde zumindest im Nachhinein die Trauerfeier erleben. Doch fragen Sie im Vorfeld, ob alle Teilnehmer der Trauerfeier damit einverstanden sind, fotografiert oder gefilmt zu werden.
- Die Dienste der Seelsorger vor Ort stehen Ihnen selbstverständlich auch weiterhin zur Verfügung, f

Die Bestattung selbst

- Die meisten Menschen empfinden Abschiedsfeiern als schmerzlich und haben Angst davor. Es ist völlig in Ordnung, wenn Sie so fühlen und viel weinen müssen. Das kann den Körper erschöpfen, gönnen Sie sich in der Zeit danach Ruhepausen.
- Wenn es Ihnen möglich ist, verzichten Sie auf die Einnahme von heftigen Beruhigungsmitteln. Viele Menschen bereuen später, dass sie durch deren Wirkungsweise bei der Bestattung gar nicht richtig anwesend waren.
- Nehmen Sie zur Beruhigung in Ihrer Tasche z.B. ein Foto, einen Gegenstand mit, der positive Emotionen in Ihnen auslöst und Sie stärkt.
- Denken Sie daran, auch wenn während der Bestattung aktuell nur wenige Menschen an Ihrer Seite sind, sind alle anderen in Gedanken bei Ihnen.
- Wenn Sie möchten, sagen Sie selbst ein paar Worte. Alternativ können Sie auch den Text schreiben und jemand anders trägt diesen vor. Möglicherweise kann das einer der Anwesenden filmen, so dass Sie eine Erinnerung daran haben.

Erlauben Sie uns an dieser Stelle noch einen kurzen Gedanken. Der Tod setzt dem Leben ein Ende, aber nicht einer Beziehung! So schmerzlich der Verlust auch gerade sein mag, die Beziehung zur verstorbenen Person wird Ihnen auch weiterhin erhalten bleiben, wenn Sie das möchten.

Das gemeinsame Gedenken

Bestattung, Leichenschmaus und auch die Kondolenzbesuche dienen Familienangehörigen und Freunden dazu, Erinnerungen an die verstorbene Person auszutauschen. Hier finden Sie einige Anregungen, wie Sie dies weiterhin, wenn auch in veränderter Form, tun können.

- Bitten Sie die Menschen aus Ihrem Umfeld, ihre Erinnerungen aufzuschreiben und Ihnen zuzusenden.
- Ermutigen Sie Kinder Bilder für den Verstorbenen zu malen.
- Sprechen Sie über die verstorbene Person, das hält die Erinnerung an sie lebendig.
- Ziehen Sie sich nicht zurück. Auch wenn wir bedingt durch die Einschränkungen körperlich einander nicht nah sein dürfen, so können wir doch versuchen auf anderem Wege zusammen zu sein.
- Nutzen Sie die sozialen Medien (z.B. Skype, Facetime oder andere Anbieter), um mit den Menschen zu sprechen, die Sie nicht besuchen können.
- Bleiben Sie in Kontakt mit anderen Menschen. Aber achten Sie darauf, wie viel Kontakt Ihnen guttut.
- Wenn es für Sie passt, nutzen Sie virtuelle Gedenkseiten. Eine Übersicht möglicher Gedenkseiten finden Sie unter <http://www.onlinefriedhof.net/>.
- Denken Sie darüber nach, ob Sie eine Feier in Gedenken an den Verstorbenen zu einem späteren Zeitpunkt nachholen möchten. Planen Sie diese rechtzeitig und kündigen Sie diese rechtzeitig an. Holen Sie sich Hilfe, falls Sie nicht genügend Kraft haben, diese selbst durchzuführen.

Abschied nehmen und Hinterbliebene unterstützen

Für viele Familienangehörige und Freunde ist es dennoch schwer auszuhalten, dass sie nicht an der Beerdigung teilnehmen dürfen. Hier finden Sie Anregungen, wie Sie trotz der aktuell geltenden Einschränkungen am Abschiedsprozess teilhaben können.

- Sie könnten den Bestatter bitten, Ihnen zu sagen, welche Wegstrecke der Leichenwagen nimmt. Dann könnten Sie Familienangehörige und Freunde dazu aufrufen, sich im derzeit angemessenen Abstand entlang der Route, die dieser fährt, zu postieren, um dem Verstorbenen auf dem letzten Weg ein Stück zu begleiten. In anderen Ländern wird dabei auch das Lieblingslied der verstorbenen Person gesungen oder geklatscht. Andere mögen es lieber still. Überlegen Sie sich, was für Sie und den Toten passt.
- Sie könnten Familienangehörige und Freunde dazu aufrufen, abwechselnd für die Hinterbliebenen zu kochen und ihnen die Mahlzeiten vor die Haustür zu stellen. Das kann in dieser Zeit eine große Entlastung darstellen.
- Drücken Sie Ihr Beileid aus. Rufen Sie an oder nutzen Sie die sozialen Medien.
- Nehmen Sie sich die Zeit dafür, den Hinterbliebenen einen Brief zu schreiben. Teilen Sie Ihre Gedanken mit ihnen.
- Melden Sie sich regelmäßig bei den Hinterbliebenen. Nicht nur in den ersten Wochen, sondern auch noch Monate später.
- Teilen Sie Bilder, Erinnerungen und Geschichten über die sozialen Medien miteinander.

Realisation und Information in Kooperation mit:

<https://hospicefoundation.ie/bereavement-2-2/covid19-care-and-inform/>

Zusammengestellt von Heidi Müller, Hildegard Willmann, Ruthmarijke Smeding, Urs Münch und Birgit Wagner informieren. www.gute-trauer.de – Ergänzt durch Norbert Kugler