



KATHOLISCHE KIRCHE SIGMARINGEN

Kirchberg 2
72484 Sigmaringen

07571 73 09 30
info@kath-sigmaringen.de
www.kath-sigmaringen.de

STERBEN ABSCHIED TRAUER HOFFNUNG

In Jesus Christus
zeigt sich
Gottes Nähe,
gerade auch
in Leid und Tod.

Fürchte dich nicht,
denn ich bin mit dir.
Ich segne dich.

Genesis 26,24



„Ich bin die Auferstehung
und das Leben.
Wer an mich glaubt,
wird leben
auch wenn er stirbt,
und jeder, der lebt
und an mich glaubt,
wird auf ewig nicht sterben.“

Joh 11,25f

Unausweichlich wird jeder Mensch irgendwann mit dem Tod konfrontiert.

Der Tod kann erlösen, er kann aber auch zutiefst erschrecken und erschüttern.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen eine Hilfe an die Hand geben, informieren und unterstützen.

Die Katholische Kirche kennt seit jeher Rituale und Gebete, die durch schwere Zeiten helfen.

Gerne sind Seelsorgerinnen und Seelsorger unserer Kirchengemeinde für Sie da .

Bitte wenden Sie sich an die Mitarbeiter*innen unserer Kirchengemeinde.

Telefon: 07571 73 09 30

Mail: info@kath-sigmaringen.de



Abschied nehmen

Vor dem Tod

Sterben hat eine für uns kaum fassbare Endlichkeit. In unserer Welt sehen wir den verstorbenen Menschen nicht mehr. Umso wichtiger ist es, gut Abschied zu nehmen.

Wenn Sie die Möglichkeit haben, bereiten Sie sich gemeinsam auf den Tod vor. Besprechen Sie für sich wichtige Angelegenheiten.

Fragen Sie nach, wie Ihr/e Angehörige*r bestattet werden möchte. Solche Gespräche sind oft schwer, doch helfen sie später in der Bewältigung der Trauer und beim Loslassen.

Schreiben Sie das auf was Ihnen wichtig ist, und verwahren Sie diese Dokumente an einem Ort, der Ihren Angehörigen bekannt ist.

Sprechen über den Tod braucht große Behutsamkeit. Wenn Ihr Gegenüber nicht über den Tod reden möchte, lassen Sie ihm oder ihr Zeit. Signalisieren Sie immer wieder Ihre Bereitschaft für ein Gespräch.

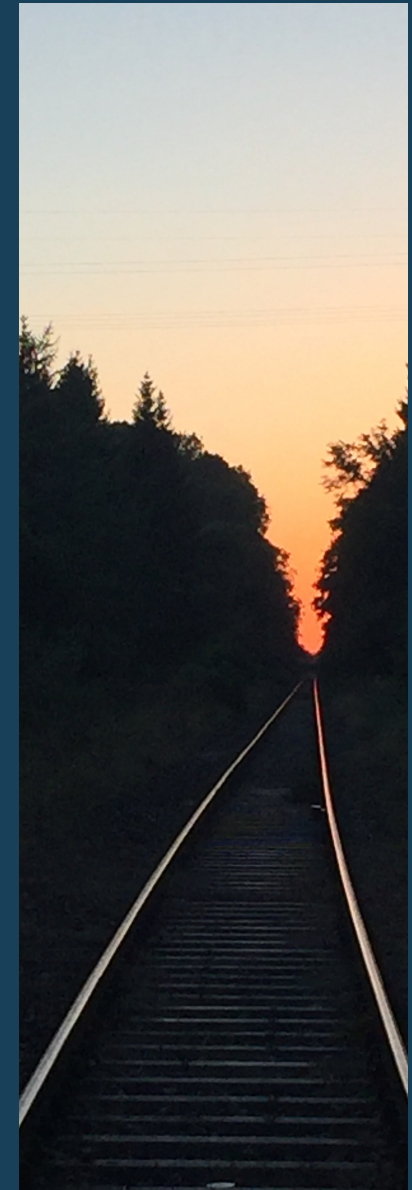
Gerne sprechen wir auch mit Ihnen über die „letzten Dinge“.

Wenden Sie sich an uns!

Für das Seelsorgeteam der Katholischen Kirche Sigmaringen

Maritta Lieb
Gemeindereferentin

Ekkehard Baumgartner
Pfarrer



Im Sterben

Da sein, mit aushalten, Geborgenheit schenken, aber auch loslassen ist während des Sterbeprozesses notwendig. Die Kirche kennt für diese Übergangszeit verschiedene Rituale, die Sie in der Begleitung unterstützen:

Die Krankensalbung, vielfach bekannt als „letzte Ölung“, ist ein stärkendes Sakrament, das sinnvollerweise nicht erst in den letzten Stunden gespendet wird. Sie soll Kraft geben auf dem Weg durch die Krankheit. Genauso die Krankenkommunion, die der Stärkung dient und häufig auch als sogenannte Wegzehrung erlebt wird. Unsere Priester spenden Ihnen gerne die Krankensalbung. Die Kommunion bringt Ihnen ein/e Kommunionhelfer*in oder pastorale*r Mitarbeiter*in. Einen Termin können Sie in unseren Pfarrbüros vereinbaren.

Der Sterbeseegen ist ein Ritual für die letzten Stunden oder Minuten, in dem die Angehörigen zusammen mit dem/der Sterbenden den Abschied in besonderer Weise gestalten. Es stärkt die Beziehung untereinander und schenkt Trost, wenn sich alle dem/der Sterbenden segnend zuwenden.



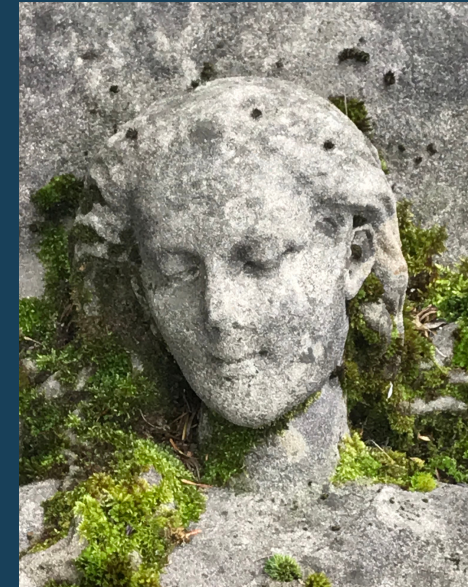
Nach Eintreten des Todes

Bei einem natürlichen, erwarteten Tod

Lassen Sie sich Zeit!

Nun eilt nichts!

Ein Arzt wird nach frühestens zwei Stunden den endgültigen Tod feststellen. Informieren Sie deshalb nach einiger Zeit Ihre*n Hausarzt*ärztin oder den ärztlichen Notdienst!



Bei einem unerwarteten, plötzlichen Tod

Notarzt oder Mitarbeiter*innen des Rettungsdienstes bieten Ihnen in der Regel die Unterstützung durch die Notfallseelsorge an. Notfallseelsorger*innen schaffen Stabilität und helfen Ihnen die ersten Schritte zu gehen. Was muss jetzt getan werden? Wer muss informiert werden? ...

Behutsam begleiten Notfallseelsorger*innen in den ersten Stunden.

Auch jetzt gilt: Nehmen Sie sich Zeit!

Der/die Verstorbene darf bis zu 36 Stunden zuhause bleiben oder kann auch nach Hause gebracht werden. Danach muss er/sie in eine Leichenhalle gebracht werden.

Wer muss informiert werden?

- Nahe Angehörige und enge Freunde
- Bestattungsunternehmen
 - Bestatter*innen können alle Formalitäten und Behördengänge übernehmen.
 - Sie können auch selbst tätig werden.
 - In der Regel legen Sie mit dem/der Bestatter*in die Beisetzungsform sowie den Zeitpunkt der Trauerfeier fest.
 - Sie können auch selbst Kontakt mit unseren Pfarrbüros aufnehmen und einen Termin anfragen.



Nach einem Suizid

Bei einem Suizid oder ungeklärter Todesursache wird immer die Polizei gerufen. In der Regel wird der Leichnam beschlagnahmt. Das bedeutet, der/die Verstorbene wird in eine Leichenhalle gebracht. Unter Umständen wird der Leichnam später obduziert.

Die Staatsanwaltschaft gibt nach Klärung der Todesursache den Leichnam nach ersten Ermittlungen zur Bestattung frei. Sie können mit einem/einer Bestatter*in ihrer Wahl die Trauerfeier besprechen. In der Zeit bis zur Freigabe ist es in der Regel nicht möglich, den/die Verstorbene/n zu sehen.

Wir begleiten Sie auf Wunsch auch durch diese Zeit und selbstverständlich bestatten wir Ihre/n Verstorbene*n mit einer christlichen Trauerfeier.

Verstorbene noch einmal sehen

Manchen Hinterbliebenen fällt es schwer zu entscheiden, ob sie den verstorbenen Menschen noch einmal sehen möchten. Einerseits besteht der Wunsch, ihm noch einmal nahe zu sein, andererseits möchten sie ihn so in Erinnerung behalten, wie er war.

Die Erfahrung zeigt, dass es den meisten Menschen hilft, wenn sie den/die Tote*n noch einmal gesehen haben. Es fällt dann leichter zu akzeptieren, dass der Mensch wirklich tot ist. Haben Sie Bedenken bezüglich des Aussehens Ihres/Ihrer Verstorbenen, sprechen Sie mit Ihrem/Ihrer Bestatter*in. Auch nach schweren Unglücken können Verstorbene meist so hergerichtet werden, dass ein Anblick gut möglich ist.

Wenn Sie auf diesem Weg Begleitung wünschen, sind wir gerne für Sie da.



Abschiedsläuten

Für jede/n Verstorbene*n läuten unsere Glocken zum Abschied. In der Regel am Tag, an dem uns die Nachricht über den Tod erreicht hat, um 15:00 Uhr in der örtlichen Gemeinde.

Trauergespräch

Im Rahmen der Vorbereitungen für die Trauerfeier besucht Sie ein/e Seelsorger*in zu Hause, um organisatorische Fragen sowie den Ablauf der Trauerfeier zu besprechen. In diesem Gespräch können Sie vom Leben des/der Verstorbenen erzählen, was ihm/ihr wichtig war, was ihn/sie geprägt hat. Dieses Lebensbild ist Grundlage für die Auswahl der Schrifttexte.

Das Trauergespräch kann auch im Pfarrhaus stattfinden.

Abschiedsgebet

Die Tage zwischen dem Eintritt des Todes und der Trauerfeier sind häufig angefüllt mit organisatorischen Aufgaben. Dann tut es gut, zwischendurch ruhig zu werden und sich von anderen „tragen“ zu lassen. Das Abschiedsgebet, früher Totenrosenkranz, erlebt eine Renaissance. In den Gemeinden unserer Seelsorgeeinheit wurden in diesem Rahmen die Gebetsformen überarbeitet. Ehrenamtliche leiten die Feier. Sie sind eingeladen, einfach da zu sein und sich vom Gebet der Gemeinde tragen zu lassen.



Trauerfeier

Beerdigung

Frühestens nach 48 Stunden kann ein Leichnam beerdigt werden. Für die Erdbestattung gibt es heute verschiedenste Möglichkeiten: Selbstgepflegtes Grab, Rasengrab, Baumhain, ...

Eine Erdbestattung bedeutet nicht automatisch einen hohen Pflegeaufwand. Bei der klassischen Beerdigung kann der/die Verstorbene noch einmal Mittelpunkt sein, egal ob in der Aussegnungshalle oder in der Kirche kann der Sarg inmitten der Trauergemeinde stehen. Dies ermöglicht eine besondere Nähe.

Selbstverständlich kann eine Überführung ins Krematorium auch erst nach der Trauerfeier stattfinden.



Urnenbeisetzung

Wie der Sarg kann auch die Urne während der Trauerfeier inmitten der Gemeinde stehen.

Selbstverständlich begleiten wir Sie auch bei der Urnenbeisetzung, wenn die Trauerfeier zuvor schon mit Sarg stattgefunden hat.

Auch für Urnenbeisetzungen gibt es verschiedene Möglichkeiten: Selbstgepflegtes Einzel- oder Familiengrab, gärtnergepflegtes Grabfeld, Kolumbarium, ...

Ihre Stadt-, bzw. Gemeindeverwaltung erteilt Ihnen Auskunft über die Bestattungsmöglichkeiten vor Ort.

Musik

Musik spielt im Leben vieler Menschen eine große Rolle. Sie transportiert Gefühle und ist Ausdruck unseres Lebens.

In fast allen unseren Aussegnungshallen und Kirchen stehen gut gestimmte Orgeln zur Verfügung. Wir organisieren für Sie eine/n Organist*in, welche/r die Trauerfeier gefühlvoll begleitet.

Selbstverständlich können auch andere Musikstücke eingespielt werden. In der Regel unterstützen Sie bei der technischen Umsetzung solcher Wünsche die Bestatter*innen.

Auch Chöre, Solist*innen oder Instrumentalist*innen können die musikalische Gestaltung übernehmen. Sprechen Sie bitte mit uns über Ihre musikalischen Wünsche!



Kinder bei Beerdigungen

Häufig haben Menschen Scheu, Kinder an Beerdigungen teilhaben zu lassen, aus Furcht, das Erlebte überfordere sie.

Die Erfahrung zeigt, dass auch kleine Kinder diesen Abschied brauchen, um zu verstehen und wirklich Abschied zu nehmen.

Informieren Sie uns, wenn jüngere Kinder beteiligt sind, so können wir entsprechend auf deren Bedürfnisse eingehen.

Sorgen Sie bitte für eine Bezugsperson, die während der Feier für das Kind da sein kann und es in seiner Trauer auffängt.

Mitgestaltung der Trauerfeier

Immer mehr Menschen begegnen in Trauerfeiern das erste Mal oder nach langer Zeit wieder christlichen Ritualen.

Die Trauerfeier ist ein wesentlicher Bestandteil des Abschiednehmens und kann helfen, die Trauer zu verarbeiten. Sie sind eingeladen, die Feier mitzugestalten durch persönliche Texte, selbstformulierte Fürbitten oder zum Beispiel einen Nachruf.

Requiem/Seelenamt

Da in unserer Seelsorgeeinheit neben Priestern und Diakonen pastorale Mitarbeiter*innen Trauerfeiern gestalten, feiern wir in direktem Zusammenhang mit der Beisetzung eine Wortgottesfeier.

Ein Seelenamt ist am selben Tag in einer der in der Seelsorgeeinheit gefeierten Eucharistiefiern am Abend möglich. Ebenso besteht die Option, das Requiem in der nächsten am Werktag gefeierten Heiligen Messe in der Heimatgemeinde des/der Verstorbenen zu begehen.



Sozialbestattung

Die Lebenswege der Menschen verlaufen unterschiedlich. Immer wieder sind keine Angehörigen auffindig zu machen oder die finanziellen Ressourcen einer Familie sind sehr knapp bemessen.

Ihre Stadt-, bzw. Gemeindeverwaltung kann Sie informieren, welche Bestattungsformen möglich sind. In der Regel kann eine Sozialbestattung als Erd- sowie als Feuerbestattung erfolgen (siehe Sozialgesetzbuch: § 74 SGB XII).

Eine kirchliche Trauerfeier verursacht keine Kosten!

Trauerfeiern für aus der Kirche Ausgetretene

Die Beerdigung von Menschen und die Begleitung von trauernden Angehörigen ist ein Grundanliegen der Kirche.

Wir respektieren grundsätzlich die Entscheidung eines Menschen.

In Absprache mit den Angehörigen kann geklärt werden, ob eine kirchliche Bestattung im Sinne des/der Verstorbenen ist.

Bestattung von Fehlgeburten, totgeborenen oder während der Geburt verstorbenen Kindern

Nicht jede Schwangerschaft endet mit der Freude einer glücklichen Geburt. War ein Kind nicht lebensfähig, weil es in einem frühen Stadium der Schwangerschaft zur Welt kam, ist es im Mutterleib oder während der Geburt verstorben, brauchen Angehörige einen Ort zum Trauern.

Auf vielen Friedhöfen unserer Seelsorgeeinheit gibt es Grabfelder für zu früh verstorbene Kinder.

Egal wann Ihr Kind verstorben ist, egal ob getauft oder ungetauft, Sie haben das Recht, Ihr Kind zu beerdigen.

Wir begleiten Sie auch auf diesem Weg.



Nach der Trauerfeier

Jahresgedenken

Monatlich werden in den Gottesdiensten unserer Pfarrgemeinden Jahresgedenken gefeiert, in denen die Namen der Verstorbenen verlesen werden. In allen Kirchen unserer Seelsorgeeinheit liegen Auferstehungsbücher aus, in denen die Verstorbenen verzeichnet sind.

Allerheiligen/Allerseelen

An Allerheiligen/Allerseelen gedenken wir in allen Pfarrgemeinden der Verstorbenen. Im ersten Jahr laden wir Sie persönlich zum Gottesdienst ein. In diesen Feiern werden die Namen der Verstorbenen des vergangenen Jahres verlesen. In einigen Gemeinden erhalten Sie das Sterbekreuz, das in der Kirche hing, an diesem Tag zum Mitnehmen.



Begleitung

Gespräche

Vielen Trauernden helfen Gespräche mit Menschen, die zuhören oder die ähnliches erlebt haben. Wir bieten Ihnen in der Seelsorgeeinheit Sigmaringen die Möglichkeit, Kontakt mit uns aufzunehmen und einen Gesprächstermin mit einer dafür geschulten Person zu vereinbaren. Wenden Sie sich dafür bitte an unsere Pfarrbüros oder an Gemeindeferentin Maritta Lieb. Natürlich können Sie sich auch jederzeit an alle Priester, Diakone und pastoralen Mitarbeiter*innen unserer Seelsorgeeinheit wenden. Alle Kontaktdaten finden Sie auf unserer Homepage www.kath-sigmaringen.de oder im Fidelisbrief.

Trauercafé

Ein zwangloses Treffen für Trauernde findet jeden zweiten Donnerstag im Monat im Café Freiraum in Laiz statt.

Ansprechpartnerinnen:
Trauerbegleiterin Xenia Krämer
(trauerbegleitung-x.kraemer@outlook.de)
und Jutta Eisele.



Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern

Sprechen, Zuhören, Schweigen und Anteil nehmen können Sie bei der Selbsthilfegruppe "Lichtblick-KonTiki" bei monatlichen Treffen (abwechselnd in Sigmaringen und Riedlingen). Nicht nur reden, sondern auch hin und wieder etwas gemeinsam unternehmen (Ausflüge, Feste, ...) sind Angebote, um sich mit der eigenen Trauer auseinanderzusetzen. Dazu werden ggf. Referent*innen eingeladen.

Ansprechpartner*innen:
Sandra Schmid (schmidbingen@web.de)
Arno Mayr (arno.mayr@gmx.de)



Gott erhellt mir meinen Weg;
er sorgt dafür,
dass ich sicher gehe;
er ist mein Ziel,
meine Geborgenheit,
ich gehe ohne Furcht.

Psalm 27,1

Herausgeber:

Römisch Katholische Kirchengemeinde Sigmaringen, Kirchberg 2, 72488 Sigmaringen, Juni 2021

Copyright:

Text, Bilder und Gestaltung: Gemeindereferentin Maritta Lieb, Kirchberg 2, 72488 Sigmaringen