

Sie treffen uns an der Trost- und Trauerbank ...



© Elke Helberg, Ambulanter Hospizdienst Alpha

Im November 2020 verschenkten Ehrenamtliche an der Trost- und Trauerbank auf dem Neumündener Friedhof in Hannoversch Münden Zeit und Trosttexte, waren ansprechbar und sprachen an, boten Raum, Geleit und Informationen. Seit April diesen Jahres wird das Projekt fortgeführt: jeden Donnerstag von 16:00 bis 17:30 Uhr.

Die Corona Pandemie hat unser aller soziales Leben wesentlich verändert. Seit mehr als einem Jahr müssen Menschen zum Schutze der Allgemeinheit ihre Kontakte einschränken. Die Kontaktbeschränkungen erschweren auch Trauernden die gewünschten und notwendigen Begegnungen. Die Ausgestaltung von Trauerfeiern und Beisetzungen bedarf neuer, veränderter Formate, da das herkömmliche gemeinsame Abschiednehmen mit unbegrenzter Personenzahl seit Monaten unmöglich ist: eine sehr schwierige Situation für Hinterbliebene, die vorrangig und unbedingt

Beistand und Unterstützung in ihrer Trauer und Betrübnis und der veränderten Lebenswirklichkeit benötigen. Unterstützende Angebote wie Trauergespräche, Trauergruppen und Trauercafés können nicht oder nur sehr eingeschränkt durchgeführt werden.

*Der Kummer, der nicht spricht, nagt
leise an dem Herzen, bis es bricht.*

Shakespeare, Macbeth, IV. Akt

Kummer und Trauer benötigen Raum, Zeit und Ausdruck. Die Trost- und Trauerbank setzt ein Zeichen, macht Trauer öffentlich sichtbar. Seit November 2020 steht eine Trost- und Trauerbank auf dem Neumündener Friedhof unter Lebensbäumen als Anlaufpunkt für Trauernde. Sie ist ein verlässliches, niedrighschwelliges und zusätzliches Angebot, wo ohne Terminabsprache, auf Wunsch anonym, unabhängig von der Weltanschauung über all das, was bewegt und beschwert, gesprochen oder auch geschwiegen werden kann. Geschulte Ehrenamtliche hören zu, leisten Beistand und sind absichtslos zur Stelle. Der Trost steht im Vordergrund: Leid und tiefe Betrübnis mittragen, aushalten und Aufrichtung und innere Festigkeit wiederfinden.

*„Wir freuen uns, dass wir Sie in Ihrer Arbeit, die auch uns
ein Anliegen ist, etwas unterstützen konnten.“*

Kommunale Dienste Hann. Münden

Bei den Kommunalen Diensten der Stadt Hannoversch Münden fragten wir an, ob die Möglichkeit gegeben sei, auf einem der städtischen Friedhöfe eine Trost- und Trauerbank zu installieren. Die Antwort war wohlwollend und positiv. Nach Ortsterminen und Gesprächen über Erreichbarkeit und Nutzung fand sich schnell der geeignete Platz für die Bank. Die Kommunalverwaltung bot an, eine Bank zur Verfügung zu stellen und aufzubauen.

Die Idee, mit der Trost- und Trauerbank ein zusätzliches Angebot für Trauernde ins Leben zu rufen, fand bei den sieben Ehrenamtlichen sehr großen Anklang und Zustimmung. Mit viel Engagement wurden Trosttexte ausgewählt, relevante Inhalte diskutiert, der Name gefunden und ein „Dienstplan“ gestaltet. Das Vorhaben war, erste Erfahrungen mit der Trost- und Trauerbank in der Woche vor dem Totensonntag 2020 zu sammeln und ab dem Frühjahr 2021 regelmäßige, verlässlich wiederkehrende Termine einzurichten.

Die Öffentlichkeit wurde durch Pressemitteilungen, Plakate, Flyer an ausgewählten Orten, Homepages der Beratungsstelle ALPHA und der Stadtverwaltung Hann. Münden und durch die Kirchengemeinden informiert.

Unser „Probelauf“ fand im November 2020 statt. Die Bereitschaft, tägliche Dienste in der Woche vor dem Totensonntag zu übernehmen, war überaus groß. Montag bis Samstag standen jeweils für zwei bis vier Stunden zwei Ehrenamtliche für Gespräche und Geleit zur Verfügung, ausgestattet mit Trosttexten, Informationsmaterialien, Sitzkissen und „Nervennahrung“. Am Totensonntag wurde eine Andacht zum Gedenken der im Jahr 2020 Verstorbenen an der neuen Trost- und Trauerbank gefeiert. Die Namen der Verstorbenen wurden verlesen, Kerzen für sie angezündet und zu den Gräbern getragen.

Sowohl das Angebot in der Woche vor dem Totensonntag als auch die Gedenkandacht wurden dankend angenommen. Der Resonanz war durchgängig positiv. Es fanden kürzere und ausführliche Gespräche statt, geplante und

auch spontane, die teilweise in unserer Beratungsstelle fortgeführt wurden.

Die Entscheidung, das Angebot im Jahr 2021 wieder aufzunehmen, fiel leicht und war schnell getroffen. In diesem Jahr stehen acht Ehrenamtliche für die Dienste auf dem Neumündener Friedhof zur Verfügung. Inhaltliche Fragen wurden im Vorhinein gemeinsam diskutiert und anhand gesammelter Erfahrungen ein neuer „Dienstplan“ entwickelt. Die Ehrenamtlichen werden fortan einmal wöchentlich, am Donnerstagnachmittag zwischen 16:00 und 17:30 Uhr, zu zweit auf dem Friedhof präsent sein.

„Es hat mir sehr gutgetan, über meine Trauer zu sprechen.“

Anonyme Friedhofsbesucherin

Für den 15. April 2021 war der Neustart geplant: donnerstags zwischen 16:00 und 17:30 Uhr treffen Sie Ehrenamtliche an der Trost- und Trauerbank. Die anfängliche Unsicherheit, ob Friedhofsbesucher*innen Kontakt suchen und wünschen, ob sich Gespräche entwickeln werden, wich der Gewissheit: das Angebot erfährt viel Zustimmung und wird als bedeutsam und notwendig gelobt. Die Möglichkeit sich jemandem anzuvertrauen wird genutzt, weil es so dringend und wesentlich ist, den eigenen Gefühlen Ausdruck zu verleihen.

Der Förderpreis 2020 der Deutschen Hospizstiftung ist für uns eine sehr große Wertschätzung und Anerkennung unserer Arbeit und stimmt uns dankbar und froh.

Kontakt

Elke Helberg

Diplom-Sozialpädagogin/-Sozialarbeiterin, Koordinatorin
ALPHA ambulanter Hospizdienst des Ev.-luth. Kirchenkreises
Münden

alpha.muenden@evlka.de

www.beratungsstelle-alpha.org

Dass wir das Leben wieder leise lernen

Wege durch die Trauer gemeinsam gehen – Konzeption eines Trauerseminars in sieben Einheiten, Schriftenreihe Trauer Praxis | Band 2

Heinke Geiter, Theologin und Seelsorgerin leitet seit vielen Jahren Trauergruppen und hat aus diesen Erfahrungen ein besonderes Trauerseminar entwickelt. Es entstand ein Konzept der Trauerbegleitung, das bewusst vom christlichen Glauben her nach Wegen der Trauerbegleitung fragt.

Das Seminar teilt sich in sieben Einheiten, in sich abgeschlossen und variabel einsetzbar, mit praktischen Anregungen und Beispielen, die nicht als fertiges Rezept verstanden werden sollen. Es geht vielmehr darum, sich auf andere einzulassen, sie in ihrer Trauer ernst zu nehmen und ihnen zu helfen, einen eigenen Weg zu finden.

Bestellungen: www.hospiz-verlag.de oder Telefon 0 8581/960 50



Dass wir das Leben wieder leise lernen
Schriftenreihe Trauer Praxis | Band 2
Heinke Geiter, 221 S., Ludwigsburg 2014,
der hospiz verlag, ISBN: 978-3-941251-67-0
Preis: EUR 29,90 (D) / EUR 30,90 (A)