

Sarah Benz, Katrin Trommler:

Sarggeschichten : warum selbstbestimmtes Abschiednehmen so wichtig ist

„Der Tod gehört zum Leben dazu“, so sagt man. Dennoch verdrängen die meisten von uns den Gedanken an den eigenen Tod und an den unserer Liebsten. Die Autorinnen sind seit ihrer Kindheit Freundinnen und haben sich mehrfach von Menschen in ihrem engen Umfeld verabschieden müssen. Diese Erfahrung hat die beiden zu ihrem Youtube-Kanal „Sarggeschichten“ animiert, aus dem dann dieses Buch entstand. Neben den sehr persönlichen biografischen Geschichten finden wir Informationen um alle Fragen rund um das Sterben. Wie kann man Abschied nehmen zuhause, im Krankenhaus oder im Hospiz? Was passiert, wenn der Tod eintritt? Wie kann man eine Beerdigung gestalten? Wie kann ich anderen Trost spenden? „Wie kann man Kindern in ihrer Trauer helfen“ ist genauso Thema wie „Was passiert nach einem plötzlichen Tod?“ Auch die Zeit nach der Beisetzung wird beleuchtet; der Verstorbene soll einen Platz in unserem Leben behalten.

Mit Abbildungen, wichtigen Infos und klaren Handlungsanweisungen zeigen die Autorinnen, was alles möglich ist und gestaltet werden kann, wenn ein Mensch stirbt und bestattet wird - und das sehr anschaulich und kurzweilig.

Empfohlen von Heike Schniedermeier