

HANDLUNGSHILFE  
WAS IST ZU TUN BEI ...?  
„TODESFALL“

- SCHNELLE UNTERSTÜTZUNG FÜR BETROFFENE:  
DIE WICHTIGSTEN INHALTE AUF EINEN BLICK -



Im Folgenden finden Sie zur Orientierung eine Übersicht der Handlungshilfe „Todesfall“:

1. Welche **ersten Schritte** sind bei einem Todesfall zu berücksichtigen?
2. Wo finde ich wichtige **Informationen und Ansprechpartner**<sup>1</sup> zum Thema?
3. Was hilft mir bei der **Trauerbewältigung**?
4. Wo finde ich **Hilfen zur Trauerbewältigung**?
5. Die **wichtigsten Begriffe** auf einen Blick.

(Die Begriffe, die fortlaufend erwähnt sind und im Abschnitt 5 näher erläutert werden, sind *kursiv* gedruckt)

## 1 WELCHE ERSTEN SCHRITTE SIND BEI EINEM TODESFALL ZU BERÜCKSICHTIGEN?

Nach einem **Todesfall** muss einiges geklärt und organisiert werden. Dokumente müssen zusammengestellt und vorgelegt werden. Bestattung und Trauerfeier müssen geplant werden. Hier finden Sie **nützliche Informationen**, die Ihnen in dieser schwierigen Zeit helfen können.

### Vor der Beerdigung und der Trauerfeier:

Was ist wichtig?	Wer hilft?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bestatter</b> auswählen. Zur eigenen Entlastung ist es ratsam, ein Bestattungsinstitut aufzusuchen, das Formalitäten klärt.</li> </ul>	Angehörige und Freunde, Internetseiten zum Vergleich von Bestattungsunternehmen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einen <b>Termin für die Beisetzung</b> festlegen.</li> </ul>	Angehörige, Freunde und das Bestattungsunternehmen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Beantragung der Sterbeurkunde</b> beim Standesamt des Sterbeortes (grundsätzlich wird die Urkunde vom Bestattungsunternehmen beantragt).</li> <li>• Die Sterbeurkunde können Verwandte, aber auch nicht-eheliche oder gleichgeschlechtliche Lebenspartner beantragen.</li> <li>• Für den <b>Antrag der Sterbeurkunde</b> werden folgende <b>Dokumente</b> benötigt: Personalausweis des Beantragenden, Sterbefallanzeige des Krankenhauses, Totenbescheinigung des Arztes und die Geburts- bzw. Heiratsurkunde des Verstorbenen.</li> </ul>	Standesamt, Bestattungsunternehmen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Adressen für Anschriften der <b>Trauerbriefe und Einladungen</b></li> </ul>	Angehörige und Freunde

<sup>1</sup> Zu Gunsten der einfacheren Lesbarkeit wird nur die männliche Form verwendet, die weibliche Form ist dabei selbstverständlich mit eingeschlossen.

zusammenstellen und bestellen (Trauerbriefe bzw. Beerdigungseinladungen können auch vom Bestattungsinstitut gedruckt werden).	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Zeitungsinserat</b> bzw. <b>Traueranzeige</b> schalten, wenn gewünscht.</li> </ul>	Angehörige, Freunde, Bestattungsunternehmen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bestattungsform</b> bestimmen (z .B. Erd-, Feuer- oder Seebestattung).</li> </ul>	Angehörige oder (schriftlich festgehaltene) Wünsche des Verstorbenen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Pfarramt</b> informieren (falls kirchlicher Beistand erwünscht).</li> </ul>	Pfarrsekretariat
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Trauergespräch</b> mit dem Pfarrer oder dem Trauerredner vereinbaren.</li> </ul>	Pfarrer, Pfarrsekretariat
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratung beim Erwerb einer Wahl- oder Reihengrabstätte.</li> </ul>	Bestatter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Für die <b>Trauerfeier</b> sind einige organisatorische Dinge zu erledigen: Dekoration für die Trauerfeier in der Kapelle bestellen, Grabschmuck für die Trauerhalle und das Grab bei Gärtnerei bestellen (Kränze, Sarggebinde und Blumen), musikalische Begleitung für die Trauerfeier organisieren, ggf. Reservierung einer Gaststätte und ein <b>Kondolenzbuch</b> organisieren.</li> </ul>	Bestatter
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Testament beim Nachlassgericht</b> eröffnen (innerhalb von 36 Std.).</li> </ul>	Nachlassgericht
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benachrichtigung der <b>Lebens- oder Unfallversicherung</b> (möglichst innerhalb von 24 Stunden, nachzulesen im Versicherungsschein) .</li> </ul>	Angehörige, Freunde
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benachrichtigung der <b>Krankenkasse</b>.</li> </ul>	Angehörige, Freunde

### Auch *nach* der Trauerfeier ist noch einiges zu organisieren:

Was ist wichtig?	Wer hilft?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Rentenanspruch</b> geltend machen (<b>Überbrückungsgeld</b>).</li> </ul>	Bundesversicherungsanstalt Berlin oder die Landesversicherungsanstalt
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlegen einer <b>Akte mit wichtigen Dokumenten</b> wie Sterbeurkunde, Grabnutzung und -pflege und Abrechnung.</li> </ul>	Angehörige, Freunde
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Wichtige Abmeldungen und Anschreiben</b> im Sterbefall: Arbeitgeber, Banken, Krankenkassen, Einwohnermeldeamt, Finanzamt, Gewerkschaft, GEZ, Erbschein, Internet, Telefon, Handy, Kabelfernsehen, Abos, Kirche, Parteien, Rentenstelle, Zusatzrenten, Stadtwerke, Energieversorger, Steuerberater, Vereine und Verbände, Vermieter, Versicherungen, Post, Auto und KFZ-Versicherung.</li> </ul>	Angehörige, Freunde
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Danksagungskarten</b> verschicken und/ oder eine Danksagung per Zeitungsinserat aufgeben.</li> </ul>	Angehörige, Freunde

- Nach etwa sechs Monaten einen Auftrag für die **Grabeinfassung** und den **Grabstein** beim Bestattungsunternehmen/Steinmetz abgeben.

Bestattungsunternehmen

## 2 WO FINDE ICH WICHTIGE INFORMATIONEN UND ANSPRECHPARTNER ZUM THEMA?

Schriftliche Informationen, persönliche Beratung und Adressen zum Thema Todesfall finden Sie generell bei Ihrer Krankenkasse, bei der Stadtverwaltung (z. B. Sozialamt, Pflegebüro, Bürgerbüro etc.) und gemeinnützigen Verbänden/ Wohlfahrtsverbänden (z. B. Caritas, Diakonisches Werk etc.). Darüber hinaus können die folgenden Ansprechpartner Sie unterstützen. Telefonnummern und Adressen dazu finden sich jeweils im örtlichen Telefonbuch oder im Internet.

Thema	Ansprechpartner
Informationen rund um das Thema <b>Beisetzung</b>	Diese finden Sie in Internetportalen <a href="http://www.bestattungen.de/">http://www.bestattungen.de/</a>
Adressen von <b>Bestattungsunternehmen</b>	<a href="http://www.bestatter.de/bdb2/pages/trauerfall/bestattungsunternehmen.php">www.bestatter.de/bdb2/pages/trauerfall/bestattungsunternehmen.php</a> <a href="http://www.bestattungen.de/">www.bestattungen.de/</a>
<b>Hospizsuche</b>	Ein Hospiz ist eine Einrichtung zur Trauer- und Sterbebegleitung. Menschen, im Sterben werden hier umfassend medizinisch versorgt und die Angehörigen einbezogen und ganzheitlich unterstützt. Für viele Menschen ist die Inanspruchnahme eines Hospizes, in dem die Angehörigen individuell versorgt werden und in Ruhe aus dem Leben treten können, eine große Erleichterung und Unterstützung. <a href="http://www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de/">www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de/</a> ; <a href="http://www.alpha-nrw.de">www.alpha-nrw.de</a> Auch die Stadtverwaltung ist oftmals behilflich bei der Suche.
<b>Nachlassgerichte</b>	Nachlassgerichte sind Abteilungen der Amtsgerichte. Ihr jeweiliges Amtsgericht finden Sie vor Ort. Auch Stadtverwaltungen geben Auskünfte dazu.
Ausführliche Informationen rund um die <b>Bestattung</b>	<a href="http://www.bestattungsplanung.de/">www.bestattungsplanung.de/</a>

## 3 WAS HILFT MIR BEI DER TRAUERBEWÄLTIGUNG?

*Jahr für Jahr sterben mehr als 850.000 Menschen in Deutschland. Der Tod tritt oft unerwartet auf und nimmt den Angehörigen einen geliebten Menschen. Es ist der Augenblick, der das Leben verändert und plötzlich ist nichts mehr so, wie es war.*

**\*Erinnerungen sind kleine Sterne, die tröstend in das Dunkel unserer Trauer leuchten.\***

Trauer und die Bewältigung eines Verlustes benötigen Zeit und Geduld. Dabei geht jeder Mensch ganz unterschiedlich mit der eigenen Trauer um und entwickelt individuelle Strategien zur Bewältigung des Verlustes eines geliebten Menschen. Daher können auch die Trauerzeiten und Gefühlszustände bei verschiedenen Menschen ganz unterschiedlich sein. In der Zeit des Verlustes und der Trauer ist es ganz besonders wichtig, dass Sie auf sich selbst achten, für sich sorgen und sich

etwas Gutes tun. Nehmen Sie sich Zeit und strukturieren Sie sich jeden Tag neu, denn jeder Tag ist anders.

Im Nachfolgenden finden Sie eine Übersicht über die verschiedenen Trauerphasen, die jeder Mensch durchläuft. Dabei dauert jede Trauerphase bei jedem Menschen unterschiedlich lange. Die Trauerphasen mit den Gedanken und Gefühlen erklären den Ablauf eines Trauerprozess und sollen Sie unterstützen, Ihre Gedanken und Gefühle zu verstehen und Möglichkeiten aufzeigen, sich den Alltag zu strukturieren und Hilfen zu holen.

Trauerphasen ( nach V. Kast)	Gefühle, Gedanken, Reaktionen
<p><b>1. Trauerphase:</b> Nicht-wahrhaben-wollen</p>	<p>Der Verlust und Tod eines Menschen schockiert immer. Der Verlust ist noch nicht greifbar und Verzweiflung und Hilflosigkeit herrschen vor. Man kann es nicht glauben und ist erstarrt, verstört. Der Tod hat etwas Überwältigendes und alles gerät außer Kontrolle. Viele Menschen reagieren mit raschem Pulsschlag, Schwitzen, Übelkeit und motorischer Unruhe. Die Traurigkeit und ein Gefühl der Leere überwiegen.</p> <p><u>Hilfen</u> in dieser Phase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lassen Sie sich bei alltäglichen Besorgungen unterstützen.</li> <li>• Umgeben Sie sich mit Freunden und Verwandten, um nicht alleine zu sein.</li> <li>• Lassen Sie alle Gefühle zu (beim Trauern ist alles erlaubt!).</li> <li>• Versuchen Sie regelmäßig zu essen und zu schlafen.</li> <li>• Vermeiden Sie möglichst Alkohol und Tabletten.</li> </ul>
<p><b>2. Trauerphase:</b> Aufbrechende Emotionen</p>	<p>Alle Gefühle kommen in dieser Phase zum Ausdruck: Leid, Schmerz, Wut, Zorn, Traurigkeit. Fragen, wie „Warum hat es mich getroffen?“ gehen Trauernden durch den Kopf. Wut gegenüber den Verstorbenen tritt zutage: „Warum hast Du mich verlassen?“ und Schuldgefühle kommen auf „Hätte ich es verhindern können?“.</p> <p><u>Hilfen</u> in dieser Phase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lassen Sie Ihre Gefühle zu und</li> <li>• lenken Sie sich <u>nicht</u> von Schuldgefühlen und Konflikten ab.</li> <li>• Holen Sie sich Ansprechpartner und Menschen zum Zuhören und reden Sie sich die Gefühle von der Seele.</li> <li>• Nehmen Sie sich kleine Aktivitäten vor mit und ohne Begleitung.</li> <li>• Körperliche Aktivitäten helfen bei dem Umgang mit starken Gefühlen und bieten einen Ausgleich.</li> </ul>
<p><b>3. Trauerphase:</b> Suchen und sich-trennen</p>	<p>Jeder Verlust führt auch dazu, dass wir auf die Suche nach dem Verlorenen gehen. Wir suchen nach Gewohnheiten, nach Erinnerungen, nach gemeinsamen Orten und Erlebnissen, nach bekannten Gesten, Gesichtszügen, auch in anderen Menschen. Die Erinnerung an gemeinsame Erlebnisse und schöne Zeiten hilft bei der Trauerarbeit. Bei inneren Zwiegesprächen entsteht ein neues und enges Begegnungsgefühl. Im Laufe des Prozesses des Suchens, Findens und sich Wiedervereinens gibt es den Moment, an dem der Trauernde sich</p>

	<p>entschließt, wieder in die Zukunft zu schauen und „Ja“ zum Weiterleben zu sagen. Je mehr wir finden, desto eher und leichter kann die Loslösung sein. Die Phase beinhaltet aber auch schmerzhaftes Suchen und Verzweiflung.</p> <p><u>Hilfen</u> in dieser Phase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haben Sie Geduld mit sich selbst und nehmen Sie sich Zeit für Erinnerungen.</li> <li>• Tauschen Sie sich mit Angehörigen über den Verstorbenen und die Erlebnisse aus.</li> <li>• Orientieren Sie sich neu, wenn Sie das Gefühl haben, es ist Zeit dafür.</li> <li>• Lassen Sie sich nicht zur Akzeptanz drängen.</li> <li>• Holen Sie sich bei starken, schmerzlichen Verlustgefühlen und Hoffnungslosigkeit Hilfe bei Selbsthilfegruppen, Ihrem Arzt des Vertrauens oder einer Beratungsstelle.</li> </ul>
<p><b>4. Trauerphase:</b> Neuer Selbst- und Weltbezug</p>	<p>Es kehrt Ruhe und Frieden nach der Loslösung ein. Es ist nun wieder an der Zeit, neue Pläne zu schmieden und Perspektiven zu entwickeln. Der Trauerprozess verändert Menschen und hinterlässt Spuren im Erleben und im Umgang mit Verlusten und bei der Sicht auf das Leben. Der Verstorbene lebt in Erinnerungen und im Herzen weiter.</p> <p><u>Hilfen</u> in dieser Phase:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akzeptieren Sie neue Perspektiven und gehen Sie neue Schritte.</li> <li>• Knüpfen Sie wieder Kontakte und aktivieren Sie Ausgleichsaktivitäten und Hobbies.</li> <li>• Erledigungen, die Sie in der vorherigen Trauerzeit nicht geschafft haben, können nun aufgenommen werden.</li> <li>• Gestalten Sie Bereiche Ihres Lebens behutsam und neu (Veränderungen z. B. in der Wohnung oder andere).</li> </ul>

### Der Umgang mit Trauer:

Der Weg durch die Trauer bis zu einem neuen Gleichgewicht kann in Einzelfällen bis zu drei bis fünf Jahren dauern. In der ersten Zeit können Sie starke Gefühlsschwankungen haben und auch außergewöhnliche Bedürfnisse haben (wie z. B. das Radio laufen zulassen oder mit dem Verstorbenen sprechen, um die Einsamkeit nicht zu spüren).

Gehen Sie einfachen Bedürfnissen nach. Planen Sie die Wochenenden mit Aktivitäten und Ruhephasen und nehmen Sie Hilfe von Freunden und Familie an. Wenn möglich regeln Sie in der ersten Trauerzeit nur das Nötigste und vermeiden sie große Veränderungen.

Ein Tagebuch hilft Ihnen, Ihre Gedanken und Gefühle zu sortieren und die Tagesstruktur festzulegen. Auch Trauer Selbsthilfegruppen helfen, sich mit Gleichgesinnten in geschützten Bereichen auszutauschen. Wichtig ist in dieser Zeit, dass Sie sich um Ihren Körper und Ihre grundsätzlichen Bedürfnisse kümmern.

## Ein Trauertagebuch

### Tag X

1. Wie haben Sie in der Nacht geschlafen?  sehr gut  gut  schlecht

Gründe:

2. Was nehmen Sie sich heute für den Tag vor? **für den Körper:** **für die Seele:** **für den Beruf:**

3. Andere Aktivitäten, die Sie sich vornehmen?

4. Fazit am Abend:  
Wie war Ihr Tag?

### Tag Y ....

### Beispiel z.B.

1. Wie haben Sie in der Nacht geschlafen?  sehr gut  gut  schlecht

Gründe:

*z.B. schlechte Träume, spät eingeschlafen*

2. Was nehmen Sie sich heute für den Tag vor? **für den Körper:** **für die Seele:** **für den Beruf:**

*z.B. einen Spaziergang am Abend/ein Bad in der Wanne* *z.B. Telefonat mit einer Freundin* *z.B. bei den Projektplanungen auf das Team zurückgreifen*

3. Andere Aktivitäten, die Sie sich vornehmen? **einkaufen**

4. Fazit am Abend:  
Wie war Ihr Tag? *z.B. Gut, alles geschafft auf der Arbeit. Gespräch tat mir gut und der Spaziergang im Park war erholsam. Das Einkaufen habe ich auf Morgen verschoben (war mir zu viel).*

## 4 WO FINDE ICH HILFEN ZUR TRAUERBEWÄLTIGUNG?

Schriftliche Informationen, persönliche Beratung und Adressen zum Thema Todesfall finden Sie generell bei der Stadtverwaltung (z.B. Sozialamt, Pflegebüro, Bürgerbüro etc.) und gemeinnützigen Verbänden/ Wohlfahrtsverbänden (z.B. Caritas, Diakonisches Werk etc.). Darüber hinaus können die folgenden Ansprechpartner Sie unterstützen. Telefonnummern und Adressen dazu finden sich jeweils im örtlichen Telefonbuch oder im Internet.

Thema	Ansprechpartner
Informationen zur <b>Hospizarbeit</b>	Ansprechstellen im Land NRW zur Pflege Sterbender, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung (ALPHA-Rheinland), Internet: <a href="http://www.alpha-nrw.de">www.alpha-nrw.de</a>
Beratung zur <b>Trauerbegleitung</b>	Ev. Konferenz für Familien- und Lebensberatung e.V.: <a href="http://www.ekful.de">www.ekful.de</a> Fachverband für psychologische Beratung und Supervision, Internet: <a href="http://www.evangelische-beratung.info/">www.evangelische-beratung.info/</a>
<b>Hospizsuche</b>	<a href="http://www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de/">www.wegweiser-hospiz-und-palliativmedizin.de/</a> ; <a href="http://www.alpha-nrw.de">www.alpha-nrw.de</a>

	Auch die Stadtverwaltung ist oftmals behilflich bei der Suche
<b>Trauerbegleitung</b>	Bundesverband Trauerbegleitung e.v. <a href="http://www.bv-trauerbegleitung.de">www.bv-trauerbegleitung.de</a>
<b>Telefonseelsorge</b>	bundesweite Telefonseelsorge, 24h rund um die Uhr, kostenlos: <a href="http://www.sorgentreff.de/krisentelefon.shtml">www.sorgentreff.de/krisentelefon.shtml</a> 0800-111 0 111 0800-111 0 222  Kinder- und Jugendnotdienst, rund um die Uhr, 24h, Kostenlos 0800-47 86 111  Die Nummer gegen Kummer, das Kinder- und Jugendtelefon 0800-111 0 333
<b>Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche</b>	<a href="#">Trauerbegleitung Johanniter für Kinder und Jugendliche</a>
<b>Selbsthilfenetz für Trauergruppen</b>	<a href="http://www.selbsthilfenetz.de">www.selbsthilfenetz.de</a>

## 5 DIE WICHTIGSTEN BEGRIFFE AUF EINEN BLICK

Nachfolgend finden Sie eine kurze Übersicht über die wichtigsten Begriffe zum Thema Todesfall. Weitere detaillierte Begrifflichkeiten zum Thema Bestattung können sie in Ihrem Bestattungsunternehmen erfragen oder z. B. im Internet nachschlagen.

Begriff	Erläuterung
<b>Bestattungskosten</b>	Die Bestattung sollte sorgfältig geplant werden, damit alle Kosten im Blick sind. In der Regel haben die Angehörigen 36 Stunden nach dem Todesfall Zeit, ein Bestattungsunternehmen auszuwählen. Neben den Kosten für den Bestatter, fallen Kosten für den Steinmetz, die Friedhofsgebühren und die Trauerfeier an. Vergleichen Sie die Preise der verschiedenen Bestattungsarten (Erd-, Feuer-, Seebestattung etc.).
<b>Bestattungspflicht</b>	Bestattungspflicht ist die Pflicht der nächsten/nahen Angehörigen des Verstorbenen, nach dem Tod des Verwandten dafür zu sorgen, dass eine ordnungsgemäße Bestattung durchgeführt wird. Die Angehörigen sind verpflichtet für die Leichenschau, die Ausstellung der Todesbescheinigung und die Bestattung innerhalb der gesetzlichen Fristen zu sorgen.
<b>Bestattungsunternehmen</b>	Gesetzlich muss ein Bestattungsunternehmen bei einem Todesfall beauftragt werden. Das Bestattungsunternehmen stellt alle Dienstleistungen zur Versorgung des Toten bereit. Dazu gehören die Überführung des Leichnams, die hygienische Versorgung und die Bestattungsformen (Sarg, Urne etc.). Auch für die Durchführung der Trauerfeier kann der Bestatter beauftragt werden. Bestimmte Leistungen, wie z.B. Trauerschmuck, werden von Fremdanbietern eingekauft. Prüfen Sie, welche Leistungen vom Bestatter selbst



	übernommen werden und welche Leistungen sie zusätzlich berechnen oder in Auftrag geben müssen. Grundsätzlich berät der Bestatter Sie kompetent in allen Fragen rund um die Bestattung.
<b>Bestattungsverfügung</b>	Die Bestattungsverfügung wird zu Lebzeiten festgelegt und bestimmt durch Festlegung des Willens der Person, was nach dem Versterben mit dem Körper des Toten geschehen soll (Bestattungsart). Die Bestattungsverfügung sollte gemeinsam mit den Angehörigen möglichst handschriftlich verfasst und bei den Angehörigen/Vertrauenspersonen aufbewahrt werden. Die Bestattungsverfügung erleichtert den Angehörigen die Aufgabe, alle Wünsche des Verstorbenen zu erfüllen.
<b>Erbschein</b>	Der Erbschein ist ein amtliches Dokument, welches feststellt, wer Erbe ist und welche Verfügungsbeschränkungen im entsprechenden Fall für den Erbe bestehen. Der Erbschein ist beim Nachlassgericht anzufordern.
<b>Hospiz</b>	Ein Hospiz begleitet medizinisch und psychologisch sterbende Menschen und deren Angehörige. Für viele Menschen ist die Inanspruchnahme eines Hospizes, in dem die Angehörigen individuell versorgt werden und in Ruhe aus dem Leben treten können, eine große Erleichterung und Unterstützung.
<b>Kondolenzbuch</b>	Die Trauer um einen Menschen lässt sich in Trauerbriefen oder Trauerkarten ausdrücken. Auf einer Trauerfeier steht ein Kondolenzbuch den Angehörigen und Trauergästen zur Verfügung, in dem Worte und Gedanken an den Verstorbenen als auch die Trauernden gerichtet werden können. Das Kondolenzbuch erinnert später an die Beisetzung und trägt dadurch zur Trauerbewältigung bei.
<b>Nachlassgericht</b>	Nachlassgericht sind Abteilungen der Amtsgerichte. Ihr jeweiliges Amtsgericht finden Sie vor Ort. Auch Stadtverwaltungen geben Auskünfte dazu.
<b>Seelsorge</b>	Ratsuchende und Trauernde können sich an die Seelsorge wenden. Seelsorger sind kirchlich eingebunden und stehen Menschen in schwierigen Lebenslagen bei. Sie nehmen sich Zeit für die Sorgen und Nöte und helfen bei Lösungsfindungen. Seelsorge kann persönlich über kirchliche Einrichtungen oder auch anonym über die Telefonseelsorge erfolgen. Diese steht kostenfrei, 24 Stunden rund um die Uhr, zur Verfügung: 0800/111 0 111 und 0800/111 0 222
<b>Sterbebegleitung</b>	Die Sterbebegleitung leistet Sterbenden und ihren Angehörigen in den letzten Wochen, Tagen und Stunden Beistand. Sie beginnt bei der Mitteilung der Diagnose durch den Arzt und endet nach Versterben des Menschen. Sterbebegleitung kann sowohl durch pflegendes Personal, Angehörige und Freunde als auch ehrenamtliche und speziell ausgebildete Personen erfolgen.
<b>Sterbeurkunde</b>	Die Sterbeurkunde bescheinigt den Tod eines Menschen, sowie den Ort und den Todeszeitpunkt. Die Sterbeurkunde wird in Deutschland durch



	die Standesämter ausgestellt und wird später für die Beantragung eines Erbscheins beim Nachlassgericht benötigt. Grundsätzlich erledigt die Beantragung der Sterbeurkunde der Bestatter. Für die Beantragung wird der Totenschein, Personalausweis, Geburtsurkunde und Heiratsurkunde benötigt.
<b>Totenschein</b>	Ein Arzt stellt nach gründlicher Untersuchung den Tod, die Todesursache, Todesart, Ort und Zeitpunkt des Todes mit Personalien des Toten einen Totenschein aus.
<b>Testament einreichen</b>	Alle Unterlagen, die in Bezug auf eine testamentarische Erklärung des Verstorbenen hinweisen, müssen beim Nachlassgericht eingereicht werden. Eine Zurückhaltung von Testamenten ist strafbar.
<b>Trauerbegleitung</b>	Eine Trauerbegleitung ist ein wichtiger Bestandteil der Trauerbewältigung und kann sowohl durch Familienangehörige oder Freunde als auch durch professionelle Helfer erfolgen. Der Austausch über die Trauer und die Emotionen hilft den Hinterbliebenen in der schwierigen Zeit, den Verlust zu akzeptieren und zu bewältigen. Auch Selbsthilfegruppen leisten dazu einen erheblichen Beitrag.
<b>Überbrückungsgeld</b>	Das Überbrückungsgeld ist eine dreimonatige Rentenfortzahlung, die bei der Rentenversicherungsstelle beantragt werden kann („Sterbevierteljahr“) und bis Ende des dritten Kalendermonats nach dem Sterbemonat ausgezahlt wird. Sie gehört zur Witwenrente und kann nur an die Witwe/den Witwer ausgezahlt werden.

## Hinweis zum Dokument:

Die LoS!-Handlungshilfe „Todesfall“ ist im Rahmen des Projektes LoS! (Lebensphasenorientierte Selbsthilfekompetenz - Entwicklung eines ganzheitlichen und lebensphasenorientierten Angebotes zum Erhalt von Beschäftigungs- und Leistungsfähigkeit) durch das Institut für gesundheitliche Prävention (IFGP) entwickelt worden. Das Projekt wird im Rahmen der Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert (Laufzeit: 2011-2013). Nähere Informationen zum Projekt finden sich unter [www.ifgp.de](http://www.ifgp.de) und 02506 300280.