

RATGEBER

# BESTATTUNG HOHENADL



---

## **Bestattungsunternehmen Hohenadl GmbH**

Augsburger Straße 4a  
86899 Landsberg am Lech

Auflage 2023 ©Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert. Eine Haftung bleibt jedoch grundsätzlich ausgeschlossen. Änderungen werden jederzeit vorbehalten. Sämtliche Inhalte sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck oder anderweitige Publizierung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. Alle Angaben sind ohne Gewähr.

---

# SOFORTMASSNAHMEN IM STERBEFALL



- Bei einem Trauerfall zu Hause: Hausarzt oder Notarzt zur Ausstellung des Totenscheins verständigen**
- Angehörige und Vertraute verständigen**
- Bestatter Ihres Vertrauens kontaktieren**
- Arbeitgeber / bei Selbstständigen Kunden informieren**
- Für das Standesamt zur Ausfertigung der Sterbeurkunden benötigte Dokumente zusammenstellen. Die Übersicht zu den Dokumenten finden Sie auf der dritten Seite**

---

# BESTATTUNGSARTEN

## **Erdbestattung:**

Die Erdbestattung ist in der christlich geprägten Welt die traditionelle Bestattungsart. Nach einer Trauerfeier, die christlich aber auch weltlich geprägt sein kann, wird der Verstorbene im Beisein seiner Angehörigen im Sarg in die Erde geführt. Bei der traditionellen Erdbestattung ist die Grabstelle immer auf einem städtischen-, gemeindlichen- oder kirchlichen Friedhof.

## **Feuerbestattung:**

Die Feuerbestattung ist eine sehr traditionelle Form der Bestattung, die in vielen Kulturen vorkommt. Von der Naturgewalt des Feuers verspricht man sich Reinigung und Erlösung. In unserer Kultur und Zeit wird der Verstorbene in einem Krematorium verbrannt.

## **Seebestattung:**

Unter der Seebestattung versteht man die Beisetzung der Totenasche auf hoher See. Sie gehört zu den Alternativbestattungen und ist eine weitere Möglichkeit neben herkömmlichen Bestattungen auf dem Friedhof.

## **Naturbestattung:**

Bei der Naturbestattung findet die Asche des Verstorbenen letzte Ruhe zwischen den Wurzeln eines Baumes. Dieser Baum steht in einem Bestattungswald. Der Gedanke sich nach seinem Tod in einem Wald begraben zu lassen ist vor allem für die Menschen attraktiv, die sich zu Lebzeiten gern in der Natur aufhielten.

## **Tree of Life:**

Die naturnahe Tree of Life Bestattung ist eine Alternative zur herkömmlichen Erd- oder Feuerbestattung auf dem Friedhof. Ein junger Baum, der Tree of Life, nimmt über seine Wurzeln die Asche des Verstorbenen auf. Danach wird er den Hinterbliebenen übergeben. Diese pflanzen den Erinnerungsbaum an einem Ort ihrer Wahl.

## **Oase der Ewigkeit:**

Die Oase der Ewigkeit ermöglicht es den Hinterbliebenen von Verstorbenen, entweder die Urne zur persönlichen Abschiednahme nach Hause zu bekommen oder sie an einem alternativen Ort in der Schweiz beizusetzen.



---

# BEURKUNDUNG

**Diese Dokumente werden im Original benötigt. Sind die Unterlagen nicht auffindbar, helfen wir Ihnen gerne bei deren Beschaffung**

- **Für Ledige:** Personalausweis und Geburtsurkunde des Verstorbenen
- **Für Verheiratete:** Familienstammbuch bzw. Heiratsurkunde, Personalausweis und Geburtsurkunde des Verstorbenen
- **Für Verwitwete:** Familienstammbuch bzw. Heiratsurkunde, Personalausweis und Geburtsurkunde des Verstorbenen, Sterbeurkunde des Ehepartners
- **Für Geschiedene:** Familienstammbuch bzw. Heiratsurkunde, Scheidungsurteil mit Rechtskraftvermerk, Personalausweis und Geburtsurkunde des Verstorbenen
- **bei eingetragenen Lebenspartnerschaften:** Lebenspartnerschaftsurkunde
- **bei nicht-deutschen Staatsbürgern oder bei deutschen Staatsbürgern, die im Ausland geboren wurden:** zusätzlicher Pass des Verstorbenen und Kopie des Ausweises des Ehepartners

---

# ÜBERSICHT DER TÄTIGKEITEN

<b>Behörden &amp; Institutionen Anschrift</b>	<b>Telefon</b>	<b>kontaktiert</b>
Arzt:		
Bestattungsinstitut:		
Friedhofsverwaltung:		
Standesamt:		
Kirche:		
Krankenkasse:		

---

# ÜBERSICHT DER TÄTIGKEITEN

Arbeitgeber:		
Rentenversicherung:		
Lebens-/ Sachversicherung:		
Kreditinstitute:		
Vermieter:		
Stadtwerke Gas-Wasser- Strom:		
Telefongesellschaft:		

---

# ÜBERSICHT DER TÄTIGKEITEN

Rundfunk (GEZ):		
Zeitung / Zeitschrift:		
Notar / Rechtsanwalt:		
Nachlassgericht:		
Finanzamt:		
Social Media:		
Sonstiges:		





# FORMALITÄTEN

## Renten - Krankenkassen - Versicherungen - Post

- Rentenvorschuss für Witwen/ Witwer beim Rentenservice der Deutschen Post beantragen
- Witwen- / Witwerrente beim Rentenversicherungsträger beantragen
- Witwen- /Witwerrente abmelden
- Beamtenversorgung: Antrag der Versorgungsbezüge bei der zuständigen Dienststelle und der Zusatzversicherung im Öffentlichen Dienst
- Krankenkasse abmelden **Beachten Sie:** besteht für Angehörige Versicherungsschutz, ist die Fortführung mit der jeweiligen Krankenkasse unverzüglich zu klären
- Versicherungen wie z.B. Kfz-, Hausrat-, Haftpflicht-, Unfall- oder Rechtsschutzversicherung umschreiben bzw. kündigen
- Mit Sterbegeldkassen, Sterbegeldversicherungen und/oder Lebensversicherungen abrechnen
- Versorgungs-, Sozialamt informieren
- Nachsendeantrag bei Post stellen

## Mitgliedschaften - Abonnements

- Zeitungen / Zeitschriften abbestellen
- Mitgliedschaften kündigen
- Soziale Netzwerke bei Facebook etc. kündigen oder löschen
- Digitaler Nachlass wie Online-Konten oder Verträge regeln
- Nachlass / Finanzen
- Testament im Original (sofern vorhanden) dem zuständigen Nachlassgericht aushändigen bzw. Aushändigung veranlassen (zuständig ist das Amtsgericht am Wohnort des Verstorbenen)
- ggf. Erbschein beim zuständigen Nachlassgericht beantragen (kostenpflichtig)
- Bankkonten kündigen oder umschreiben
- Daueraufträge bei Banken und Sparkassen kündigen oder umschreiben
- Verbindlichkeiten und Fälligkeiten von Zahlungen beachten
- ggf. Steuerberater, Notar und/oder Rechtsanwalt einschalten
- Meldung beim Finanzamt und Erstellung einer Steuererklärung
- ggf. Wohnung kündigen oder Mietvertrag umschreiben

---

# TRAUERFEIER / BEERDIGUNG

HOHENADL BIETET IHNEN:

## **Kompetente und individuelle Beratung, Betreuung und Begleitung**

- Persönlicher Ansprechpartner/ Berater
- telefonische Erreichbarkeit rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr
- Vorbereitung, Organisation und Begleitung der gewünschten Bestattungsart
- Aufzeigen der Möglichkeiten für die individuelle Gestaltung der Abschiednahme und der Trauerfeierlichkeiten im Sinne des Verstorbenen und der Angehörigen

## **Qualifizierter Abhol- und Überführungsdienst**

- Abholung rund um die Uhr
- Überführungen regional, national und international
- moderne und gepflegte Bestattungsfahrzeuge



---

# TRAUERFEIER / BEERDIGUNG

## Ausstattung ( Sarg / Urne )

- breitgefächertes Sortiment europäischer & regionaler Firmen in jeder Preisklasse

## Hygienische & Kosmetische Versorgung

- bei Unfällen, Infektionen, Wundversorgung

## Stille Abschiednahme

- auf Wunsch Aufbahrung zu Hause oder in unseren Räumlichkeiten bei freier Zeit- und Terminwahl

## Individuelle Trauerfeier

- in der Aussegnungshalle des Friedhofs
- Alternative Trauerfeiern

## Terminabsprachen

- Beantragung und Zuleitung der Sterbeurkunden
- Einholung der erforderlichen Genehmigungen (z.B. bei Feuerbestattungen)
- Erledigung anfallender Behördengänge, z.B. Polizei, Konsulat, Zoll

## Individuelle Trauerkorrespondenz

- Gestaltung und Aufgabe von Traueranzeigen (Zeitung)
- Gestaltung und Druck von Trauerkarten sowie Sterbe- und Erinnerungsbilder

## Blumenservice

- Bestellung des gewünschten Blumenschmucks und Koordination der termingerechten Anlieferung

## Dekorationservice

- Gestaltung der individuellen Dekoration in der Trauerhalle / an der Grabstätte

## Musikservice

- Beratung zu passender Trauermusik, Vermittlung von Künstlern

## Kondolenzservice

- Kondolenzdiener / Kondolenzbuch

---

# TRAUERHILFE & TRAUERBEGLEITUNG

## PHASEN DER TRAUER

Die bekannte Schweizer Psychologin Verena Kast beobachtet im Trauerprozess vier verschiedene Phasen. Sie werden auch als „Phasen der Trauerbewältigung“ bezeichnet und oft dazu herangezogen, um den typischen Ablauf von Trauerarbeit zu beschreiben. Je nach Ausgangssituation und psychischer Beschaffenheit des Trauernden kann der Prozess genau so verlaufen wie hier dargestellt. Es ist jedoch auch möglich, dass der Betroffene Probleme entwickelt und die Trauerbewältigung zum Stagnieren kommt.

### **1. Die Phase des Nicht-Wahrhaben-Wollens**

Der Trauernde steht wie unter Schock und will nicht wahrhaben, dass ein Todesfall eingetreten ist.

### **2. Die Phase der aufbrechenden Emotionen**

Nach wenigen Stunden oder Tagen brechen Emotionen wie Wut, Verzweiflung, Schmerz und Zorn auf. Auch Schuldgefühle und die Frage nach dem Warum plagen viele Trauernde. Je nachdem, wie eng die Beziehung zum Verstorbenen war, kann diese Phase Wochen, Monate oder sogar Jahre dauern.

### **3. Die Phase des Suchens und Sich-Trennens**

In dieser Phase findet eine innere Auseinandersetzung mit dem Verstorbenen statt. Trauernde suchen Orte der Erinnerung auf und lassen gemeinsame Erlebnisse Revue passieren.

### **4. Die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs**

In der letzten Phase tritt die Trauer allmählich in den Hintergrund. Der Todesfall ist akzeptiert und die Trauernden beginnen, ihr Leben wieder selbst zu gestalten.

---

# TRAUERHILFE & TRAUERBEGLEITUNG

## SYMPTOME DER TRAUER

Der Verlust eines geliebten Menschen stellt für den Körper eine extreme Stresssituation dar. Er kann darauf mit krankheitsähnlichen Symptomen reagieren. Zu den typischen Beschwerden während der akuten Trauerzeit zählen zum Beispiel:

- Innere Unruhe
- Schlaflosigkeit
- Antriebslosigkeit
- Konzentrationsstörungen
- Appetitmangel oder Heißhunger
- Depressive Verstimmungen

Zusätzlich können Stresssymptome wie Kopfschmerzen, Sodbrennen, Herzrasen, Bluthochdruck, Schwindel oder Asthma auftreten. Medikamente zur Linderung der Beschwerden sollten Sie allerdings nur für kurze Zeit einnehmen. Greifen Sie stattdessen lieber zu beruhigenden pflanzlichen Alternativen, in diesem Fall helfen Baldrian, Melisse, Hopfen und Johanniskraut.

## WAS HILFT BEI TRAUERBEWÄLTIGUNG?



Jeder Mensch trauert anders und alle Menschen brauchen unterschiedlich viel Zeit, um einen Verlust zu verarbeiten. Wichtig ist, dass Sie die Trauer uneingeschränkt zulassen. Machen Sie sich bewusst, dass Trauern ein notwendiger Heilungsprozess für die Seele ist. Es ist gesund und sollte nicht unterdrückt werden. Sie können selbst den Prozess der Trauerbewältigung unterstützen und beschleunigen. Aktive Trauerarbeit hat viele Gesichter. Die folgenden Verhaltensweisen können Ihnen dabei helfen, Ihren Verlust zu verarbeiten und seelisch zu heilen.

---

### **Lassen Sie die Trauer zu**

Dieser bereits genannte Punkt ist sehr wichtig. Wenn Sie Ihre Emotionen deckeln, unterdrücken Sie auch den Heilungsprozess. Lassen Sie negative Gefühle wie Schmerz und Verzweiflung zu und schämen Sie sich nicht, Ihre Trauer zu zeigen. Tränen reinigen die Seele und können Sie von großen Belastungen befreien.

### **Sprechen Sie über die Trauer**

Reden Sie mit Menschen, die Ihnen nahestehen, über Ihre Gefühle. Es wird Sie befreien. Es tut gut, sich anderen mitzuteilen und es kann Ihren großen Schmerz lindern.

### **Schreiben Sie auf, was Sie bewegt**

Wenn es Ihnen schwerfällt, mit anderen über Ihre Trauer zu reden, können Sie sich schriftlich ausdrücken. Schreiben Sie ein Tagebuch oder verfassen Sie einen Brief an den Verstorbenen. Teilen Sie alles mit, was Sie bewegt und aufwühlt. Es spielt keine Rolle, wenn es niemand liest. Sie tun dies nur für sich.

### **Lenken Sie sich ab**

Wenn Sie zum Grübeln neigen und Ihre Gedanken den ganzen Tag um den Verstorbenen kreisen, kann Ihnen Abwechslung guttun. Manche Menschen stürzen sich in die Arbeit, andere treiben Sport, treffen Freunde oder erledigen Aufgaben, die sie seit Langem vor sich hergeschoben haben. Neben der Ablenkung wird es Ihnen abends auch leichter fallen, einzuschlafen.

### **Tun Sie sich etwas Gutes**

Gönnen Sie sich etwas, das Ihnen normalerweise Freude macht. Es braucht nur eine Kleinigkeit zu sein, doch sie kann Ihnen helfen, Kraft zu tanken. Ein Spaziergang, ein Restaurantbesuch, eine Massage oder eine Shoppingtour sind kleine Schritte auf dem Weg zurück in ein selbstständiges, selbstbestimmtes Leben.

### **Lernen Sie aus der Trauer**

Sogar aus dem Verlust eines geliebten Menschen können viele Trauernde etwas Positives ziehen. Die schmerzhafteste Erfahrung zeigt ihnen, dass Abschiednehmen zum Leben gehört. Vielleicht bedauern Sie, dem Verstorbenen manches nicht mehr gesagt oder wichtige Angelegenheiten nicht rechtzeitig geregelt zu haben? Manche Menschen ändern ihre Gewohnheiten nach der Erfahrung des Todes und sie beginnen, das Vorhandene mehr wertzuschätzen. Werden Sie sich klar darüber, was Ihnen am meisten bedeutet und geben Sie den wichtigen Dingen mehr Platz in Ihrem Leben.

### **Nehmen Sie Hilfe in Anspruch**

Wenn Sie sich mit Ihrer Trauer alleingelassen fühlen und nicht wissen, an wen Sie sich wenden können, finden Sie professionelle Hilfe bei speziell dafür ausgebildeten Trauerpsychologen und qualifizierten Trauerbegleitern.

---

# Depressionen erkennen

Manchen Menschen ist es nicht möglich, die Trauer alleine zu bewältigen. Ihnen droht die Gefahr einer Depression. Ob sich ein Mensch noch im gesunden Trauer- und Heilungsprozess befindet oder aber an einer Depression leidet, ist oft nur schwer zu erkennen, da die Anzeichen für beides leicht verwechselt werden können. Die oben beschriebenen Symptome treten sehr ähnlich auch bei einer Depression auf.

Grundsätzlich lässt sich eine Depression daran erkennen, dass das seelische Erleben dauerhaft von Gefühlen wie Niedergeschlagenheit, Trostlosigkeit oder emotionaler Erstarrung geprägt ist. Im Gegensatz zum Trauerprozess ebbt der Schmerz nicht wieder ab und Betroffene finden es unmöglich, positive Emotionen zu erleben.

- Die Situation wird als ausweglos empfunden.
- Ihre Gedanken drehen sich unablässig um sich selbst.
- Betroffenen leiden unter einem verminderten Selbstwertgefühl.

Wenn Sie diese Symptome an sich feststellen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen. Depressionen sind eine ernsthafte Erkrankung und können behandelt werden.

## Professionelle Trauerhilfe

An folgende Stellen können Sie sich wenden, wenn Sie oder Menschen, die Ihnen nahestehen, Unterstützung bei der Trauerbewältigung brauchen:

- **Gute Trauer** Trauerbegleitung im gesamten Bundesgebiet ([www.gute-trauer.de](http://www.gute-trauer.de))
- **Bundesverband Trauerbegleitung e. V.** Ausgewählte Trauerbegleitender nach Bundesländer ([bv-trauerbegleitung.de](http://bv-trauerbegleitung.de))
- **Lavia – Institut für Familientrauerbegleitung und Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und Familien** ([www.familientrauerbegleitung.de](http://www.familientrauerbegleitung.de))
- **TelefonSeelsorge** Persönlicher Beistand rund um die Uhr 0800/111 0 111



**Tel: 08191/39465**

**[www.bestattungen-hohenadl.de](http://www.bestattungen-hohenadl.de)**