

Ich weiß
jetzt wie

13

Heike Wolter
Regina Masaracchia

Oma

war
die Beste!



edition
riedenburg

Das Kindersachbuch zum Thema
Sterben, Trösten und Leben

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Das vorliegende Buch enthält am Ende kommerzielle Werbung, diese ist in der Fußzeile klar
als „Werbung“ gekennzeichnet. Die Auswahl der Werbung obliegt dem Verlag und ist vom
redaktionellen Inhalt des Buches sowie der Meinung der Autoren unabhängig.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Pflegefachpersonal, Ärztin/Arzt oder Apotheker/in.

1. Auflage April 2011
© 2011 edition riedenburg
Verlagsanschrift Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet www.editionriedenburg.at
E-Mail verlag@editionriedenburg.at

Lektorat Dr. Caroline Oblasser
Satz und Layout edition riedenburg
Herstellung Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-902647-19-1

Inhalt

Sterben, Trösten, Leben	5
<hr/>	
Oma war die Beste!	6
<hr/>	
Zur Erinnerung an Oma und Opa	42
Hilfreiche Tipps	44
Glossar für Eltern	46
Wichtige Adressen	48
Nachwort	49
Die Autorinnen	50

Sterben, Trösten, Leben

Auch heute, wo Familien kleiner werden und Großeltern oft nicht mehr im Haus oder in der gleichen Stadt wohnen, haben viele Kinder unabhängig von der Entfernung eine ganz besondere und enge Beziehung zu Oma und Opa.

Diese sind enge Vertraute, manchmal Freunde, Spielkameraden und nicht zuletzt ein Symbol für die eigene Geschichte. Oma und Opa sind alt mit allem, was dazu gehört – nicht mehr ganz flink, dafür aber geduldig; nicht unbedingt auf dem neuesten Stand, aber voller Geschichten aus einer anderen Zeit.

Dass Oma oder Opa sterben, ist eine Erfahrung, die viele Kinder machen. Abgesehen vom Tod eines Haustiers ist es sogar der Anlass, bei dem Kinder häufig zum ersten Mal ganz unmittelbar mit dem Sterben konfrontiert werden. Und obwohl sie theoretisch ganz genau wissen, dass man nun mal stirbt, wenn man ganz alt ist, merken sie doch, welche große Lücke der Tod hinterlässt.

So geht es auch Elias und Malin. Ihre Oma Hanni ist schon alt und stirbt schließlich. Traurig sein und getröstet werden, stehen bleiben und weiter gehen, zweifeln und vertrauen – all das wird zu einer wichtigen Erfahrung.

Gute Gespräche, sei es aus aktuellem Anlass oder einfach so,
wünschen die Autorin & die Illustratorin
Heike Wolter & Regina Masaracchia

Für
Oma Lotte & Opa Erwin



Hallo!

Ich heiße Elias, bin sieben Jahre alt und gehe in die zweite Klasse. Am liebsten fahre ich mit meinem Fahrrad oder lese, das kann ich nämlich schon gut. Bei uns hat sich im letzten Jahr einiges verändert, denn wir sind in eine andere Stadt gezogen, ins Haus von Oma Hanni und Opa Walter. Das ist toll! Ich sehe meine Großeltern jetzt jeden Tag. Leider geht es Oma in der letzten Zeit nicht so gut und Mama und Papa meinen, sie braucht ein wenig Hilfe von uns.

Da sind meine Schwester Malin, die fünf Jahre alt ist, und ich genau die Richtigen. Wir wissen nämlich genau, wie man Oma eine Freude macht. Meine Eltern heißen Anne und Tobias und auch sie tun alles für Oma und Opa! Dann haben wir noch eine Schwester, Lilly, aber sie ist nicht mehr bei uns. Sie ist ein Sternkind, weil sie schon als Baby gestorben ist. Als das passiert ist, waren Oma und Opa immer für uns da und haben viel mit Malin und mir unternommen.



Oma Hanni und Opa Walter sind Mamas Eltern. Deshalb freut sich Mama auch ganz besonders, dass wir in einem Haus wohnen. Wir sind zu Oma und Opa gezogen, um alle nah beisammen zu sein. Mama meint, es ist jetzt ein bisschen wie früher. Ich finde es auch prima, denn bei Oma und Opa dürfen wir manchmal Dinge machen, die eigentlich nicht erlaubt sind, und außerdem hat Oma viel Zeit und Opa immer tolle Ideen.

Das sind wir

Opa
Walter

Oma
Hanni

Papa
Tobias

Mama
Anne



Elias

Malin

Dann klingelt es an der Tür. „Guten Abend!“, begrüßt uns Schwester Katrin. Sie kommt jeden Tag am Morgen und am Abend, um nach Oma zu schauen. Mama hat mir erklärt, dass Katrin bei einem Hilfsdienst arbeitet. Das bedeutet, dass Katrin nachsieht, ob Oma auch keine Schmerzen hat, sich mit ihr unterhält und ihr beim Anziehen hilft. Manchmal spielt sie auch Memory mit Oma. Sie sagt, das hilft ihr. Und wenn Opa, Mama oder Papa erzählen wollen, wie es ihnen selbst geht, dann hört Katrin zu.



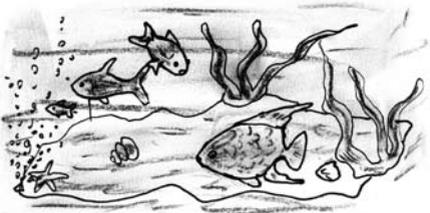
Lautstark begrüßt Omas Wellensittich Putzi Schwester Katrin. Ob er wohl auch einmal von ihr gewaschen werden möchte?

Mama sagt, dass Katrin da ist, tut Oma und uns allen gut. Das stimmt: Als ich einmal traurig war, weil es Oma gar nicht gut ging, hat Katrin mich getröstet. Sie hat auch für Malin und mich eine Patin organisiert. Das war eine Frau, die mit uns einen Spaziergang zum Spielplatz gemacht hat, als Mama, Papa, Oma und Opa ein langes Gespräch mit Omas Arzt hatten.

Katrin kümmert sich darum, dass wir nicht so traurig sind, und dass Oma bei uns bleiben kann. Egal wie alt Oma auch ist, wenn sie nicht mehr alles alleine machen kann. Und wenn wir Katrin mal ganz dringend brauchen, dann ist sie immer erreichbar. Sogar mir hat sie ihre Telefonnummer gegeben und gesagt: „Elias, wenn du gar nicht weiter weißt und denkst, dass du mit niemandem reden kannst, dann rufst du mich einfach an! Abgemacht?“



Katrin ist Palliativpflegerin → und kommt zu Oma nach Hause. Sie kann Oma zwar nicht heilen, denn Oma ist schon sehr alt, aber sie pflegt Omas Körper, begleitet sie in ihrem Leben und hört ihr zu. Als Pflegerin besucht Katrin Menschen, die bald sterben. Sie kümmert sich in dieser schwierigen Zeit auch um alle anderen Familienmitglieder und ermutigt sie, vor dem Pflegen ihrer lieben Angehörigen keine Angst zu haben.



Einige Tage später wache ich morgens auf. Die Sonne blinzelt ein kleines bisschen hinter den grauen Herbstwolken hervor. Ich erinnere mich daran, dass wir heute einen Ausflug ins Aquarium machen wollten.

Rasch springe ich aus dem Bett und laufe die Treppen hinunter. „Komisch, ist noch niemand in der Küche?“, denke ich mir. Es ist viel stiller als sonst.

Als ich in unser Wohnzimmer komme, merke ich gleich, dass irgendetwas anders ist als sonst. Mama rührt traurig im Kaffee, Papa telefoniert leise und hat Malin auf dem Bein sitzen. Selbst Opa ist da, aber er sitzt seltsam zusammengesunken auf dem Sofa.

Mir wird ganz mulmig. Da nimmt mich Opa auch schon in den Arm und sagt: „Oma ist heute Nacht gestorben, Elias. Oma ist tot.“

„Nein! Das kann überhaupt gar nicht sein!“, protestiere ich. „Oma wollte nämlich unbedingt, dass ich ihr von den Fischen im Aquarium erzähle!“

Dann fange ich an zu weinen. Opa weint auch, und Mama auch. Papa beendet sein Telefonat und guckt ganz verzweifelt.



Am liebsten würde ich Oma fragen, was wir jetzt tun sollen.

Aber Oma lebt ja nicht mehr.



Nach dem Tod von Oma / Opa → werden sich Erwachsene in der ersten Zeit vielleicht anders als sonst verhalten. Auch sie sind sehr traurig und vermissen Oma / Opa, so wie du auch. Du kannst Mama und Papa trotzdem alle Fragen stellen, die dich interessieren. Und wenn du einen Wunsch hast, wie es dir besser gehen würde, dann erzähle ihn deinen Eltern!

Der Rest des Tages ist schrecklich langweilig, obwohl viele Leute kommen, um Oma noch ein letztes Mal zu sehen. Sie sagen zum Beispiel „Herzliches Beileid!“, doch ich verstehe gar nicht, was das bedeutet.



Die Nachbarin, Frau Pichler, meine Patentante Julia mit ihrer Familie und Papas Bruder Matthias mit seiner Frau sind auch da. Mama kocht für alle Kaffee und schreibt viele Dinge auf, an die sie noch denken muss.

Ich weiß nicht, was ich machen soll und ich möchte auch gar keinen sehen. Ich will nicht essen, nicht spielen, nicht mal rausgehen. Aber von den Erwachsenen hat auch keiner Zeit.

Papa telefoniert immerzu. Er sagt, er müsse irgendwas organisieren. Und Opa hat heute auch keine Lust, etwas mit mir zu machen. Er meint, ich solle nach Malin schauen, die in ihrem Zimmer mit Puppe Moni Sterben spielt.

Das finde ich aber doof, ich bin sowieso schon so traurig.

Also lege ich mich auf mein Bett und denke darüber nach, wo Oma jetzt wohl ist.

Ist sie vielleicht mit unserer Schwester Lilly zusammen?

Ich würde ja gern fragen, aber alle sind beschäftigt.



Was geschieht nach dem Tod? → Darüber haben die Menschen ganz verschiedene Ansichten. Niemand weiß ganz sicher, was nach dem Tod passiert. Was glaubst du, wo deine Oma / dein Opa nun ist? Male oder beschreibe diesen Ort!



Eine ganze Woche ist seit Omas Tod vergangen. Heute findet auf dem Friedhof Omas Beerdigung statt.



Als wir in die Friedhofshalle kommen, steht Omas Sarg schon da. Mama hat mir erklärt, dass Oma in diesem Sarg liegt. Oben drauf ist eine rote Rose und davor liegt ein Kranz mit einer Schleife, auf der „Unserer geliebten Oma“ steht.

Ganz viele Verwandte und Bekannte stehen um Omas Sarg herum. „Hallo, Katrin!“, freue ich mich, als ich Omas Pflegerin sehe. Einige von den Leuten, die da sind, habe ich aber noch nie gesehen. „Hat Oma diese fremden Leute gekannt?“, möchte ich von Opa wissen. „Ja, Elias“, antwortet Opa. „Sie wollen sich von Oma verabschieden.“

Dann spielt eine traurige Musik und eine Frau tritt vor. Sie erzählt viel über Oma, aber lauter Dinge, die gar nicht wichtig sind. Von Omas Lachen und ihrer warmen Omahaut sagt sie nichts.

Später geht die Frau mit uns nach draußen zu Omas Grab. Dort ist ein großes Loch. An zwei dicken Seilen wird Omas Sarg von vier großen Männern ganz langsam nach unten gelassen. Viele Leute weinen und ich fasse mit einer Hand Opa und mit der anderen Hand Mama an. Papa passt auf, dass Malin nicht hinunter fällt.

Als alle Leute gegangen sind, wird das ganze Grab zugeschaufelt.

Nun ist Oma wirklich weg. Aber wo?



Wenn jemand gestorben ist → gibt es eine Beerdigung. Das heißt, dass sein Körper oder seine Asche in ein Grab gelegt wird. Damit man weiß, wer in welchem Grab zu Hause ist, kommt oben drauf ein Grabstein. Normalerweise stehen darauf der volle Name und das Geburts- und das Sterbedatum. Am Grabstein oben kannst du die Daten für deine verstorbene Oma oder deinen verstorbenen Opa dazuschreiben, wenn du möchtest.

Die Autorinnen



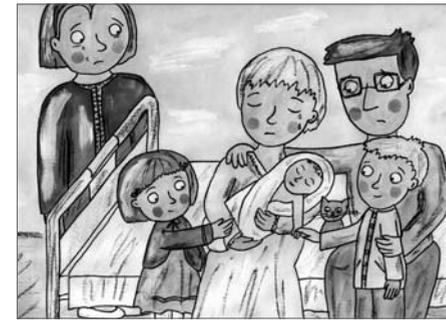
Dr. phil. Heike Wolter, verheiratet, fünf Kinder, davon ein Sternenkind. Historikerin, Gymnasiallehrerin und Lektorin. Autorin u.a. von „Lilly ist ein Sternenkind“ (Band 11) sowie dreier Erinnerungsalben für verstorbene Kinder sowie des Buches „Meine Folgeschwangerschaft“ nach dem Verlust eines Kindes zur Vorbereitung auf die nächste Schwangerschaft sowie Bewältigung der bisherigen, oftmals traumatischen Erfahrungen (sämtliche Titel erschienen bei der edition riedenburg).

Website: www.heikewolter.de
E-Mail: buch@heikewolter.de



Regina Masaracchia, verheiratet, 3 Kinder. Examierte Krankenschwester, Still- und Laktationsberaterin IBCLC. Studium der Germanistik, Grundschulpädagogik und Italienisch in Berlin. Freiberufliche Tätigkeit als Stillberaterin, Illustratorin und Autorin von Fachartikeln, Stillfachbüchern sowie Kinder- und Kurzgeschichten. Verfasserin der beiden erfolgreichen Bücher „Gestillte Bedürfnisse - Glück für Mutter und Kind“, ein Still-, Schlaf- und Trageratgeber, und „Gesplante Gefühle. Lippen-, Kiefer- und Gaumenspalten: ein Elternratgeber“, beide Oesch-Verlag.

Website: www.masaracchia.de/regina
E-Mail: regina.masaracchia@libero.it



Ich weiß jetzt wie! Band 11 Lilly ist ein Sternenkind

Lilly, die kleine Schwester von Elias und Malin, soll bald geboren werden. Alle erwarten sie schon sehnsüchtig und bereiten viele Dinge für sie vor. Doch dann kommt es ganz anders - Lilly stirbt völlig unerwartet. Mama weint oft, und auch Papa ist unendlich traurig. Ebenso geht es Elias und Malin, denn sie hatten sich schon so sehr auf das süße Familienmitglied gefreut! Im Krankenhaus lernen die beiden das tote Baby kennen und erhalten eine Gelegenheit, sich ganz persönlich von ihrer Schwester zu verabschieden. Oma und Opa sind in dieser schwierigen Zeit eine wichtige Stütze für sie. Elias und Malin haben nämlich viele Fragen über das Leben und Sterben, sie wollen aber auch fröhlich sein. ~ In diesem Kindersachbuch wird der Trauer von Geschwistern eines ‚Sternenkindes‘ genügend Raum gegeben und auch der Alltag nach einem Verlust berücksichtigt. Nützliche Tipps und ein Adressteil informieren und helfen betroffenen Eltern und Angehörigen, denn verwaiste Geschwister sind oft doppelt belastet - durch den Tod des Babys und die Trauer der Eltern.

Heike Wolter • Regina Masaracchia (Illustrationen)

Lilly ist ein Sternenkind

Das Kindersachbuch zum Thema
verwaiste Geschwister

Reihe „Ich weiß jetzt wie!“, Band 11
ISBN 978-3-902647-11-5
edition riedenburg, Salzburg
Im Buchhandel in D, A, CH

Heike Wolter: Erinnerungsalben für verstorbene Kinder

„So klein Du auch warst, Du hast tiefe Spuren in unseren Herzen hinterlassen. Dein kurzes Dasein hat uns für immer verändert. Wir vermisse Dich sehr, und sind doch glücklich über das große Geschenk, das Du bist. Wir fragen uns, wer Du gewesen wärest, und wissen doch, wer Du bist. Danke für den kurzen Moment, den Du mit uns geteilt und in dem Du unsere Leben bereichert hast.“

Die Erinnerungsalben von Heike Wolter bieten Platz für schriftliche Aufzeichnungen und Fotos sowie weitere Erinnerungstücke eines einzigartigen kleinen Menschen. Aus der Erfahrung, nur ein handelsübliches Babyalbum für die besonderen Erinnerungen an ihre verstorbene Tochter zu finden, ist die Idee zu diesen Büchern geboren. Jedes Erinnerungsalbum begleitet verwaiste Eltern fehlgeborener, still geborener oder früh verstorbener Kinder auf dem langen und oft schweren Weg der Trauer. Die Alben helfen dabei, ein ganz und gar unfassbares Schicksal anzunehmen, und lassen auch Verwandte und Freunde zu Wort kommen. Alle Erlebnisse rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach können in den Erinnerungsalben für immer in einem stilvollen Rahmen aufbewahrt werden.

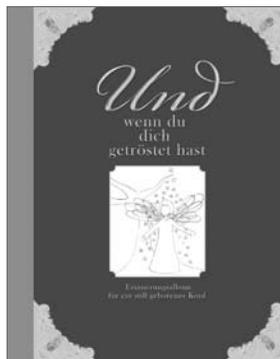
Aus dem Inhalt: Die Schwangerschaft mit Dir • Dein Tod • Deine Geburt • Erinnerungen an Dich • Abschiednehmen • Deine Familie und Deine Freunde • Unsere Gedanken und Gefühle • Deine Jahrestage • Unsere Hoffnungen und Träume • Trauer und Gedenken • Tagebuch

**Erinnerungsalben von Heike Wolter • je 100 Seiten • Hardcover • 17 x 22 cm
edition riedenburg, Salzburg • Im Buchhandel in Deutschland, Österreich und der Schweiz**



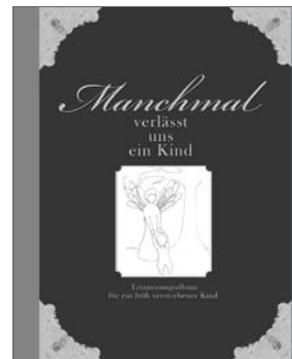
Egal wie klein und zerbrechlich

Erinnerungsalbum für ein fehlgeborenes Kind
ISBN 978-3-902647-38-2



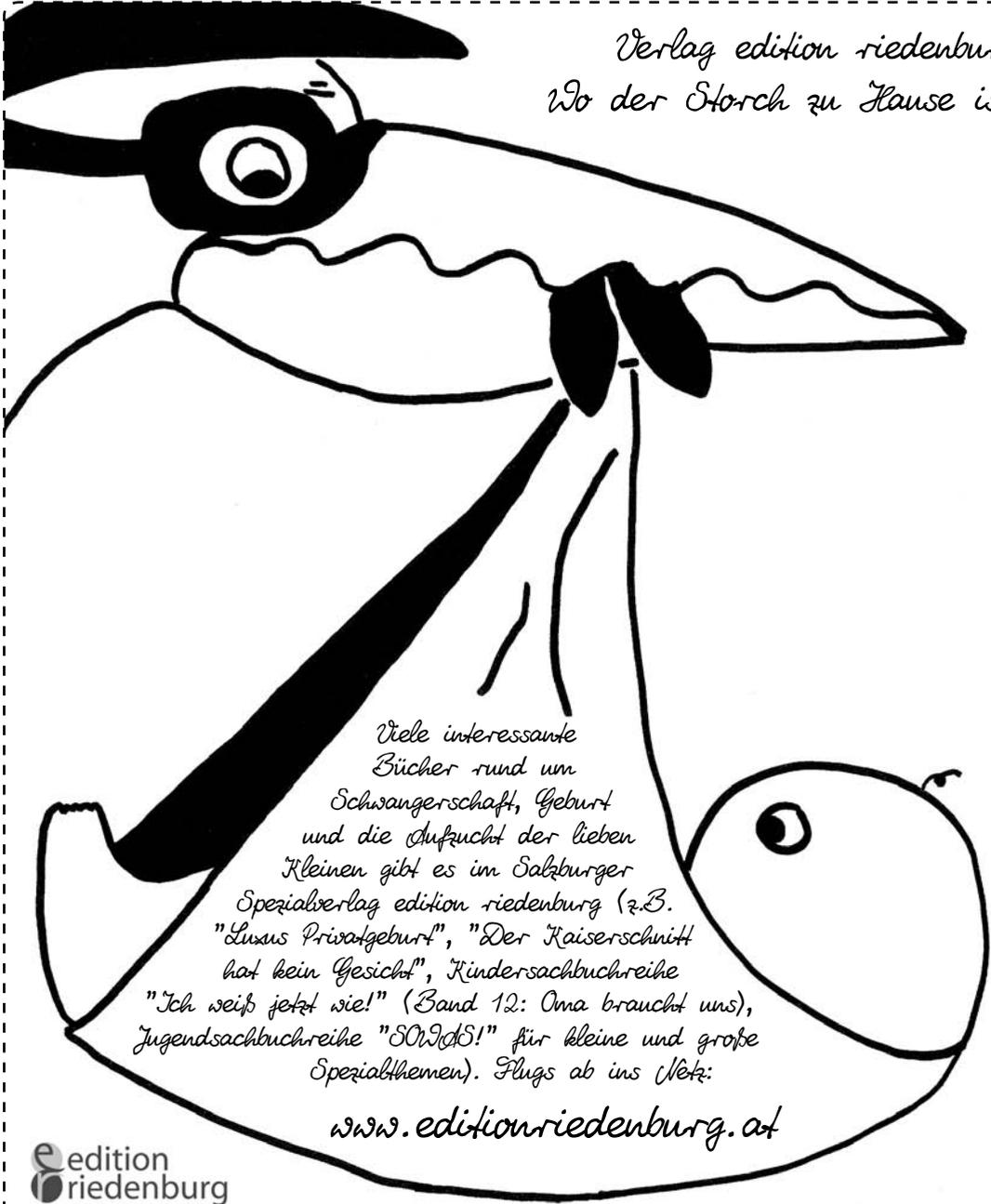
Und wenn du dich getröstet hast

Erinnerungsalbum für ein still geborenes Kind
ISBN 978-3-902647-39-9



Manchmal verlässt uns ein Kind

Erinnerungsalbum für ein früh verstorbene Kind
ISBN 978-3-902647-40-5



Verlag edition riedenburg
Wo der Storch zu Hause ist.

Viele interessante
Bücher rund um
Schwangerschaft, Geburt
und die Aufzucht der lieben
Kleinen gibt es im Salzburger
Spezialverlag edition riedenburg (z.B.
"Luxus Privatgeburt", "Der Kaiserschnitt
hat kein Gesicht", Kindersachbuchreihe
"Ich weiß jetzt wie!" (Band 12: Oma braucht uns),
Jugendsachbuchreihe "SOJA!" für kleine und große
Spezialthemen). Flugs ab ins Netz:

www.editionriedenburg.at

Ich weiß jetzt wie !

Ich weiß
jetzt wie

13

Die Kindersachbuchreihe für Kinder bis ins Grundschulalter,
ihre Eltern, Verwandten, Freunde, Erzieher und Lehrer.
Zum Lesen, Schauen und Schmökern.

Mit zahlreichen Bildern und kindgerechten Erklärungen sowie
weiterführenden Informationen für die Großen.

Oma Hanni ist alt. Sie liegt im Bett und spricht mit ihrem Enkelsohn Elias über das Sterben und Leben. Elias will nicht, dass seine Oma stirbt, denn er hat sie doch so lieb. Aber Oma sagt, dass das Sterben zum Leben dazugehört. Elias beschließt, seiner Oma ein ganz besonderes Andenken zu gestalten, und auch Oma Hanni übergibt Elias ein wichtiges Geschenk. Einige Tage später stirbt Oma Hanni und die ganze Familie ist furchtbar traurig. Alle trösten sich gegenseitig, und Elias lernt in vielen Gesprächen, dass die Menschen ganz unterschiedliche Vorstellungen davon haben, was nach dem Tod geschieht. Mit der Zeit können auch Elias, seine Schwester Malin und die anderen wieder fröhlich sein, mit Oma im Herzen. Und schließlich überrascht Mama die ganze Familie mit einer wundervollen Neuigkeit. ◊ In diesem Kindersachbuch findet die Kindertrauer um verstorbene Großeltern Platz und generelle Fragen über das Leben und Sterben werden angesprochen. Nützliche Tipps und ein Adressteil informieren und helfen betroffenen Familien.



Über die Autorinnen

Dr. phil. Heike Wolter ist Mutter von fünf Kindern, davon ein Sternkind. Sie arbeitet als Lehrerin, Lektorin und Autorin und hat bei der edition riedenburg bereits die Bücher „Lilly ist ein Sternkind“ (Band 11), „Meine Folgeschwangerschaft“ sowie drei Erinnerungsalben für verwaiste Eltern veröffentlicht.

Regina Masaracchia ist Mutter von drei Kindern und Still- und Laktationsberaterin IBCLC. Sie schreibt innovative Stillbücher, Fachartikel für Zeitschriften und ist die Illustratorin der Reihe „Ich weiß jetzt wie!“.

Weitere ausgewählte Bände der Reihe „Ich weiß jetzt wie!“



ISBN 978-3-902647-19-1



9 783902 647191

edition
riedenburg
editionriedenburg.at