

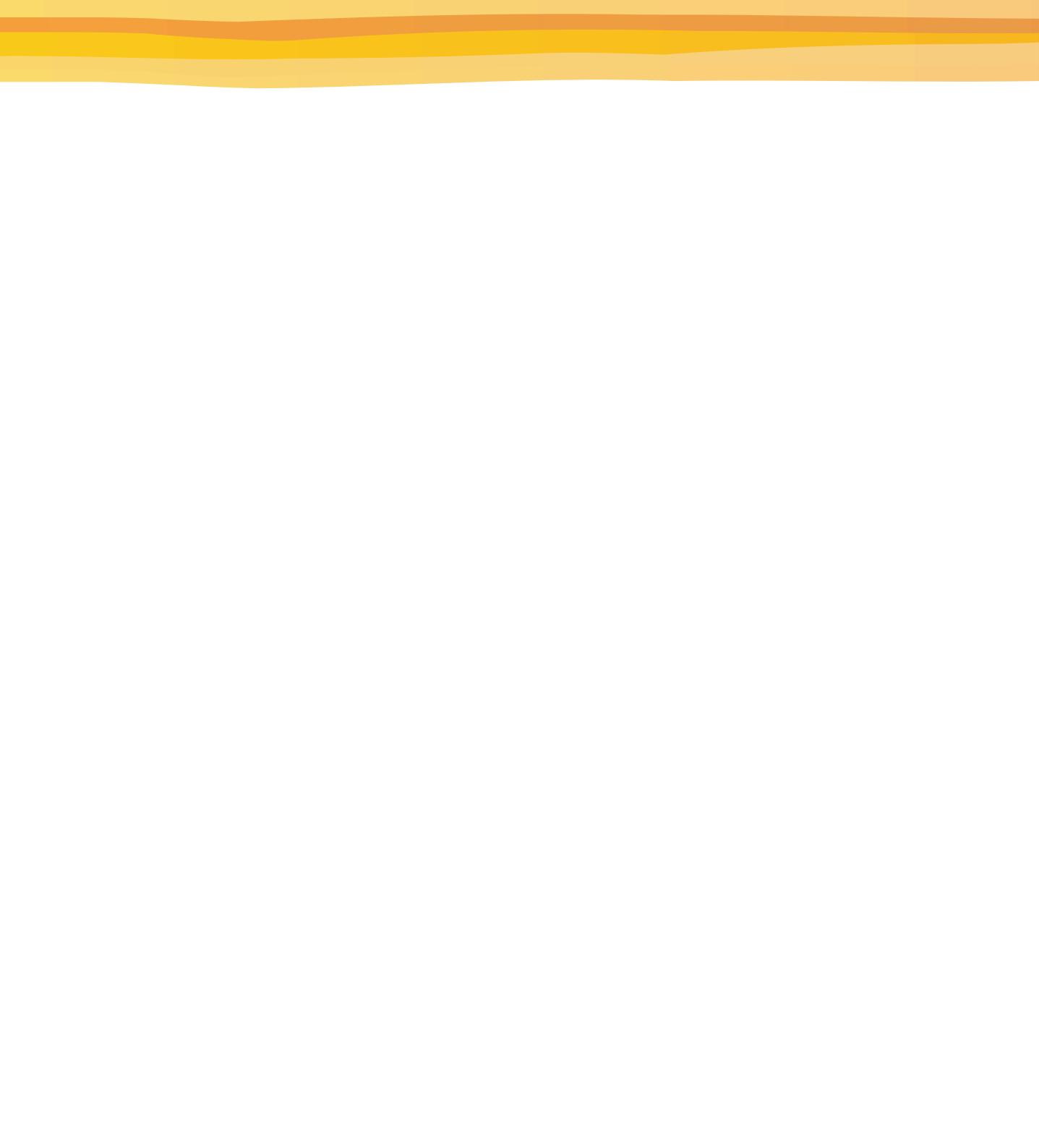
# Opa wird bald sterben

*Palliativpflege in der Familie*



**Mehr Zeit  
für Kinder**

*Ein Ratgeber des  
Mehr Zeit für Kinder e. V.*



# Opa wird bald sterben

*Palliativpflege in der Familie*



*Ein Ratgeber des  
Mehr Zeit für Kinder e. V.*

## **Inhalt**

### **Kindergeschichte**

Opas Krankheit kann nicht wegoperiert werden 6

Hilfe für die ganze Familie 9

Ein schützender Mantel gegen Schmerzen und Sorgen 11

Niemand hat Schuld 13

Gemeinsam den Augenblick genießen 16

Lachen ist wichtig – auch wenn wir traurig sind 18

»Wenn ich an dich denke, bist du bei mir« 21

### **Elternratgeber**

Krankheit und Sterben gehören zum Leben –  
auch für Kinder 24

Kinder wollen verstehen 25

Den gemeinsamen Tagen mehr Leben geben 28

Raum fürs Zuhören, für Fragen und Gespräche 30

Was Mama macht, das mach' ich auch – Gefühle teilen 33

Abschied nehmen 36

Informationen 37

Mit freundlicher Unterstützung von:

**B|BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

## **Liebe Eltern,**

wenn ein geliebter Mensch schwer krank ist und bald sterben wird, bringt uns das an emotionale Grenzen. Wir möchten nicht, dass der kranke Angehörige leidet, und haben den Wunsch, noch viel lebenswerte Zeit mit ihm zu verbringen. Das ist Erwachsenen und Kindern wichtig.

Die Palliativmedizin ermöglicht es heute vielen unheilbar kranken Menschen, die letzten Wochen oder Monate ihres Lebens zu Hause zu verbringen: Umgeben von der Familie und eingebettet in die medizinische und pflegende Fürsorge von Fachkräften, die alles dafür tun, dass es den Patienten so gut wie irgend möglich geht.

Dennoch sind Eltern oft verunsichert, inwieweit sie ihr Kind mit der Krankheit und dem Sterben des Opas oder der Oma konfrontieren können. Sie fragen sich zum Beispiel: Wie viel kann ich ihm zutrauen? Oder: Wie werde ich den Anliegen meines Kindes und gleichzeitig den Bedürfnissen des Patienten gerecht?

Die Kindergeschichte im ersten Teil des Buches zeigt Kindern, aber auch Eltern und Großeltern: Wir sind mit unserer Situation nicht alleine. Sie bietet Familien Identifikationsmöglichkeiten, Erklärungsansätze und Gesprächsanlässe – auch wenn die Worte fehlen. Der Ratgeber im zweiten Teil richtet sich mit praxisorientierten Hintergrundinformationen und Tipps an Erwachsene.

Wir wünschen uns, dass dieses Buch Familien in Zeiten, in denen ihre gewohnte Welt ins Wanken gerät, Anhaltspunkte und Unterstützung bei der Suche nach Antworten gibt.

Ihr

*Mehr Zeit für Kinder e. V.*

# Opas Krankheit kann nicht wegoperiert werden



Julia und Ben beeilen sich nach der Schule: »Opa Justus kommt wieder nach Hause. Endlich!« Er war im Krankenhaus – wie schon öfter in den letzten Monaten.

»Opa?« Die Kinder stürmen in das Haus, in dem sie mit den Eltern und den Großeltern wohnen. Oma und Opa leben im Erdgeschoss, Mama, Papa, Julia und ihr großer Bruder Ben genau oben drüber. Die Eltern arbeiten tagsüber, aber Oma und Opa haben viel Zeit für die Enkel. Julia liebt Omas Schoko-kuchen – und Opas alte Bücher. Daraus liest er ihr oft vor.

Als Opa nicht antwortet, läuft Ben schnurstracks auf den Dachboden: »Opa Justus, bist du da?« Nein, die Spielzeugeisenbahn, die der Großvater aufgebaut hat, parkt immer noch im Bahnhof – wie vor ein paar Wochen. Da waren Ben und Opa zum letzten Mal hier, um die Miniaturstadt rund um die Eisenbahn auszubauen. Seither hatte Opa nicht mehr die Kraft, die Stiege bis unters Dach zu erklimmen.

»Oma, wann kommt Opa denn nun?«, fragt der 9-Jährige ungeduldig, als er in die Küche geht. Mama und Papa sind auch da. Mama sagt: »Wir haben heute Nachmittag frei, um Opa aus dem Krankenhaus abzuholen.«

Was die Erwachsenen sonst noch sagen, können Ben und Julia nicht verstehen. Denn sie reden ganz leise. Julia wundert sich, dass die Eltern und Oma dabei so traurig aussehen. Denn sie könnte vor Freude zerplatzen, wenn sie an Opa Justus' Rückkehr denkt. Um die Zeit zu überbrücken, bis er wieder da ist, malt die 6-Jährige ein »Willkommen!«-Plakat.

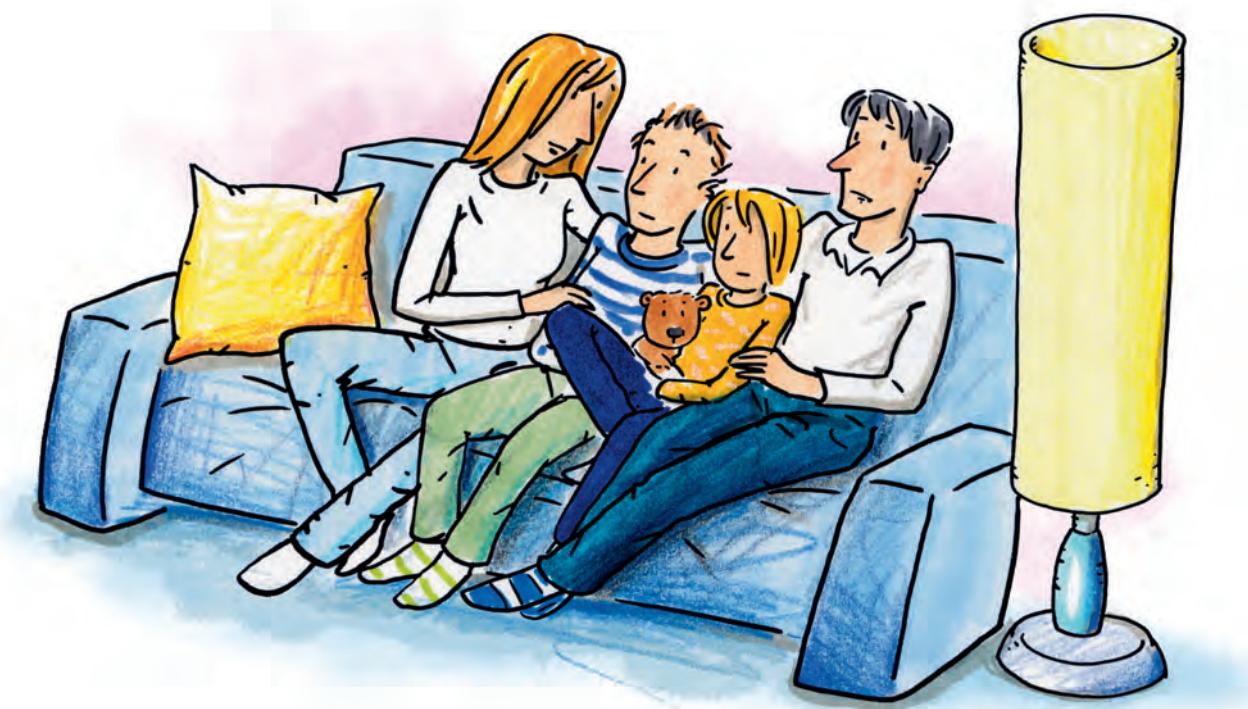
Opa lächelt, als er es sieht. Er ist immer noch ganz blass um die Nase und setzt sich gleich in seinen gemütlichen Plüschsessel. »Nach meiner Blinddarmoperation habe ich mich auch noch eine Weile ausgeruht, bis ich wieder spielen konnte«, tröstet Ben.

Der Großvater sagt nichts dazu. Erschöpft schließt er die Augen. Julia hat eine Idee: »Oma, du kochst Opa einfach die Gemüsesuppe, die du mir auch immer machst, wenn ich krank bin. Danach geht es ihm bestimmt wieder gut!« Die Großmutter wischt sich ein paar Tränen aus den Augen. »Oma, was hast du?«, will Ben wissen. »Oma und Opa brauchen ein wenig Ruhe«, antwortet Mama an ihrer Stelle. Die Eltern bitten die Kinder, mit nach oben zu kommen.

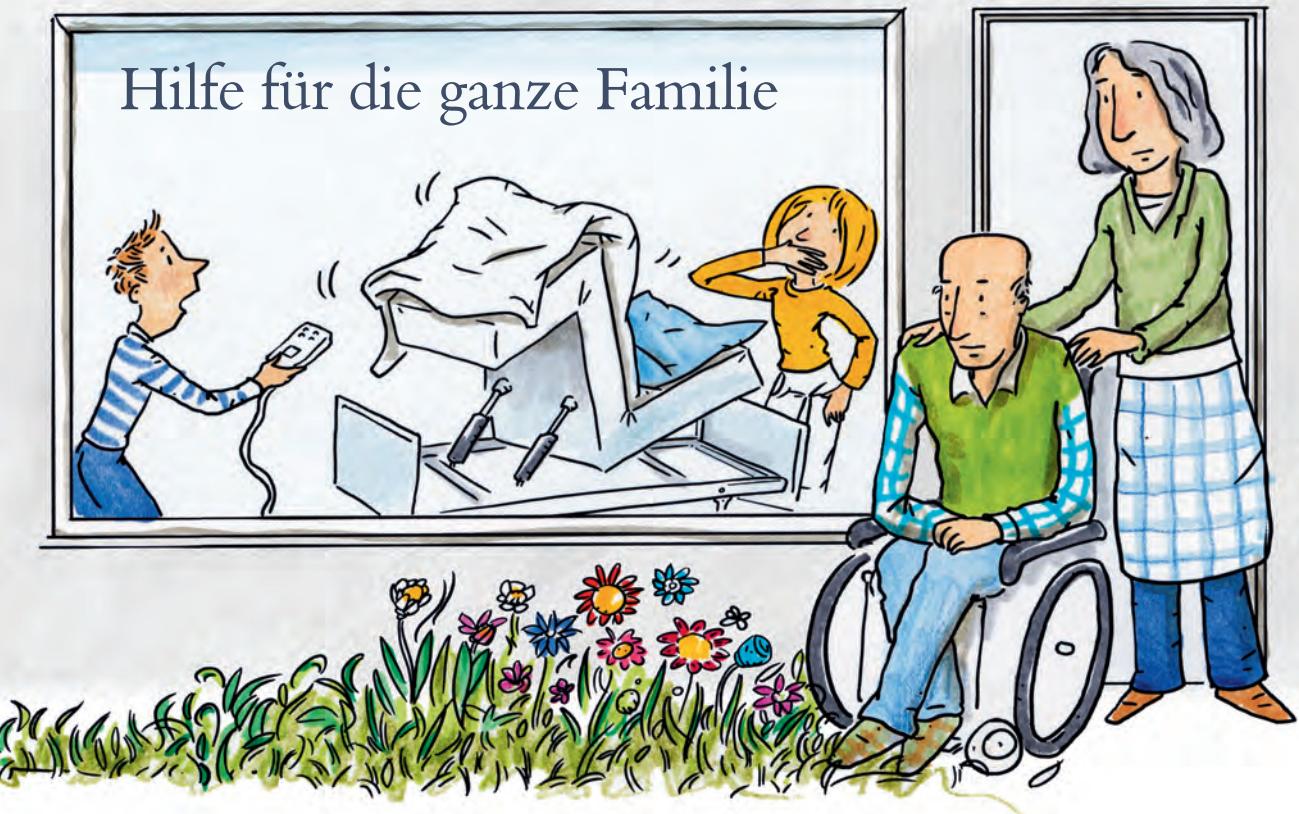


Im Wohnzimmer setzen sich alle gemeinsam auf das große Sofa. Mama nimmt Julias Hand und sagt: »Omas Gemüsesuppe kann Opa nicht gesund machen.« »Er hat eine Krankheit, die leider auch nicht wegoperiert werden kann wie dein entzündeter Blinddarm«, wendet sich Papa an Ben. »Warum?«, wollen die Kinder wissen. »Opa hat Krebs. Das ist eine Krankheit, die viel schwieriger zu behandeln ist.«

Ben hat schon von dieser Krankheit gehört. Die Mutter seines besten Freundes Lukas hatte sie auch. Sie war lange krank, wurde aber wieder gesund. Auch Julia macht sich keine allzu großen Sorgen. Sie sagt zu Ben: »Wenn Opa nicht durch Omas Suppe gesund wird, dann eben durch seine Medizin.«



# Hilfe für die ganze Familie



Doch Opas Krankheit wird nicht besser. Das Laufen fällt ihm immer schwerer.

Als die Kinder eines Mittags zu den Großeltern zum Essen kommen, staunen sie.

Im Wohnzimmer steht ein Bett. Es ist Opas neues Bett. Er sagt: »Wenn ich hier liege,

kann ich trotz meiner Krankheit viel Zeit mit euch, Mama, Papa und Oma verbringen.

Und euch sogar beim Spielen im Garten zuschauen.«

Ben entdeckt sofort die Fernbedienung, mit der sich das neue Bett von Kopf bis Fuß nach oben und unten fahren lässt: »So kommt Opa viel leichter rein und raus«, sagt Oma. Bei schönem Wetter schiebt sie Opa in einem Rollstuhl auf die Terrasse. Es tut ihm gut, die Sonne auf seiner Haut zu spüren. »Schön, wieder zu Hause zu sein«, lächelt Opa und drückt fest Omas Hand.



Bei schlechtem Wetter schaut sich Opa Justus mit den Enkeln auch gerne die Videos von den Familienfesten an, an die sich alle so gerne erinnern. An manchen Tagen und in vielen Momenten braucht der Großvater aber auch einfach nur Ruhe – und die Hilfe von Menschen, die sich gut mit seiner Krankheit auskennen.

Der Hausarzt der Familie besucht den Großvater regelmäßig, um ihn zu untersuchen. Unterstützt wird er von einem weiteren Arzt und einer Krankenschwester. Beide sind Experten für die Medizin, die Opa braucht, damit er so wenig Schmerzen wie möglich hat.

Oma, Opa, Mama und Papa können das Expertenteam Tag und Nacht anrufen, wenn sie Hilfe brauchen. Denn Opas Krebs kann große Schmerzen machen. Wenn sich der Großvater wieder wohler fühlt, geht es auch seiner Familie besser.

# Ein schützender Mantel gegen Schmerzen und Sorgen

Am Wochenende zieht Julia ihr Hosenbein hoch und zeigt auf das große Kinderpflaster am Knie: »Wenn ich groß bin, will ich auch eine Expertin werden«, sagt sie. »Aha«, staunt Mama. »Welche denn?« »Na, eine Kinderärztin. Als ich von der Schaukel gefallen bin und mein Bein so weh getan hat, hat mir meine Kinderärztin Medizin und ein Kinderpflaster drauf gemacht. Und heute ist alles wieder gut. Wenn Opas Arzt ihm Medizin gibt, lacht er auch wieder.«

Mama lächelt: »Opas Arzt ist zwar auch ein Experte, aber ein anderer als deine Kinderärztin. Er kennt sich besonders gut mit Schmerzen aus, die leider nicht von selbst wieder weggehen wie die an deinem Knie. Die Medizin, die er Opa gibt, wirkt eher wie ein schützender Mantel. Aber dieser unsichtbare Mantel hält nicht Kälte oder Regen ab, sondern schlimme Schmerzen.«





### Ein ganz besonderes Team

Der Arzt und die Krankenschwester, die sich mit der Behandlung von Opas Schmerzen so gut auskennen, werden auch Palliativteam genannt. Das Wort »palliativ« kommt vom lateinischen »palliare« und heißt übersetzt »mit einem Mantel bedecken«. Der »Mantel« aus Medizin und umsorgender Pflege lindert Schmerzen und kann ihnen auch vorbeugen.

So ganz versteht Julia das zwar noch nicht, aber sie findet es gut, dass es so einen Mantel gibt. So kann Opa zum Beispiel kleine Briefe schreiben, wenn ihm sein Arm nicht weh tut. Dazu bringt Julia manchmal ihre handliche Schultafel mit. Das mögen beide.

Arzt und Krankenschwester haben für Oma, Mama, Papa und die Kinder auch viele nützliche Tipps, wie sie Opa am besten helfen können, wenn es ihm nicht so gut geht. Zum Beispiel, wenn er viel husten muss und deshalb schlecht Luft bekommt.

Die nette Krankenschwester zeigt Ben, wie er den Rollstuhl am besten schiebt. So können Enkel und Opa noch einige von den Dingen tun, die sie auch früher gerne gemeinsam unternommen haben.

Beide sind gerne im Garten, um nachzuschauen, ob das Gemüsebeet, das sie im letzten Jahr angelegt haben, schon erste Früchte trägt.



# Niemand hat Schuld

»Opa, wir spielen Federball«, ruft Julia an einem sonnigen Tag. Dem Großvater ist trotz des schönen Wetters kalt. Er schaut den Kindern lieber vom Wohnzimmer aus beim Spielen im Garten zu. »So langsam könnte Opa schon wieder gesund werden«, sagt Julia ungeduldig zu ihrem Bruder. »Bei all der Medizin, die er genommen hat.« Sie seufzt: »Mit Opa macht es viel mehr Spaß, Federball zu spielen.«

Julia hat auch keine Lust, zu Tante Anna zu gehen, wenn Opa schläft und Oma keine Zeit für sie hat. So wie am nächsten Tag, als sie ihrem Cousin Felix beim Fußballspielen in Tante Annas Hof ganz schön auf die Nerven geht. »Das ist zu langweilig. Komm wir gehen zu uns in den Garten. Da hat mein Opa eine Torwand aufgebaut«, überredet die 6-Jährige den Cousin schließlich.

Oma wundert sich, als sie die Kinder im Garten sieht. »Macht bitte nicht so viel Lärm«, ermahnt sie die beiden. »Opa schläft!« Doch die Kinder schießen immer fester auf die Torwand – und daneben. Bis Julia das Küchenfenster trifft ...



Die Großmutter ist gerade im Wohnzimmer, um nach Opa zu schauen, als sie das laute Klimmen hört. Die Kinder rennen sofort ins Haus. Oma beruhigt Opa. Er ist wach geworden und atmet schwer. »Das wollte ich nicht!«, weint Julia.

Oma bleibt ruhig. Sie lagert Opas Kopf hoch, öffnet die Fenster und holt Opas Beatmungsgerät, das er von seinen Helfern bekommen hat. Oma gibt Opa auch ein Medikament, das der Arzt verschrieben hat. Er bekommt schnell wieder besser Luft, aber Julia fühlt sich schuldig.

Als die Eltern am Abend mit den Kindern in der Küche sitzen, sprechen sie die 6-Jährige auf ihren Kummer an. »Wird Opa jetzt wegen mir sterben?«, platzt es aus ihr heraus. »Nein«, beruhigt Papa. »Du hättest nicht einfach bei Tante Anna weglauen dürfen, und wir ärgern uns auch, dass du die Scheibe zerbrochen hast. Aber das ist nicht daran schuld, dass Opa keine Luft bekommt.« »Niemand kann etwas dafür, dass er immer schwächer wird«, bekräftigt Mama. »Es ist seine Krankheit, die Opa nicht mehr gesund werden lässt.«



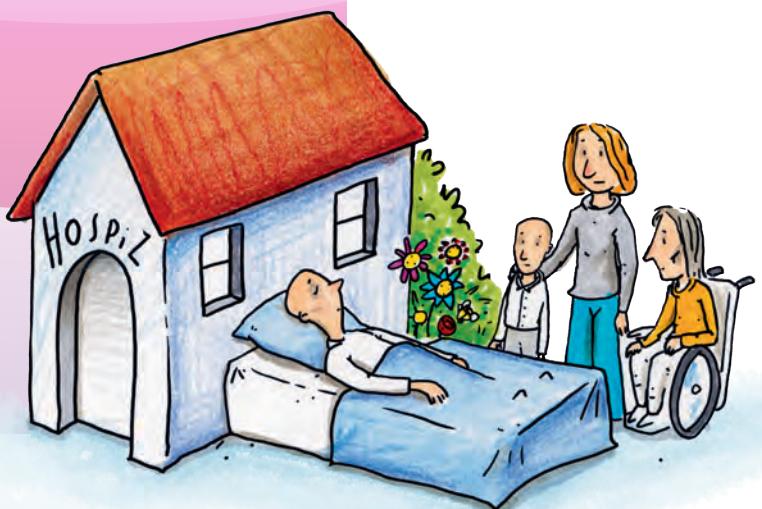
Das versteht Julia nicht: »Wenn ich Medizin nehme, werde ich wieder gesund. Warum Opa nicht?« Mama sagt, dass er eine andere Krankheit hat als die, die Julia kennt: »Es ist eine Krankheit, an der Menschen, die dann meistens älter sind, auch sterben können. So wie Opa.«

Doch daran will Julia nicht denken. Auch wenn Opa schwächer wird: Er freut sich doch oft wie früher, wenn sie ihm lustige Geschichten aus der Schule erzählt. »Die Medikamente, die Opa bekommt, können seine Schmerzen zwar für eine Weile wegzaubern, aber seine Krankheit nicht heilen«, erklärt Papa. Die Eltern versichern den Kindern, es werde alles dafür getan, Opas Schmerzen zu lindern und ihm noch viele Dinge zu ermöglichen, die ihm Freude machen.

### Damit jeder Tag so schön wie irgend möglich ist

Wer krank ist, wünscht sich, keine Schmerzen zu haben. Denn wenn uns etwas weh tut, fühlen wir uns nicht wohl. Wer so krank ist, dass er nicht mehr gesund wird, braucht oft noch viel mehr, damit die Zeit, die ihm mit lieben Menschen bleibt, so unbeschwert wie möglich ist. Das können zum Beispiel Gespräche über die eigenen Sorgen sein oder auch entspannende Körperübungen und Massagen.

Palliativstationen in Krankenhäusern und sogenannte Hospize sorgen dafür, dass Schwerstkranke das bekommen, was sie brauchen. Und das kann ganz unterschiedlich sein. Menschen, die lieber zu Hause bleiben wollen und können, bekommen diese Unterstützung von Teams mit vielen Helfern in den eigenen vier Wänden. Ihre Familien natürlich auch.

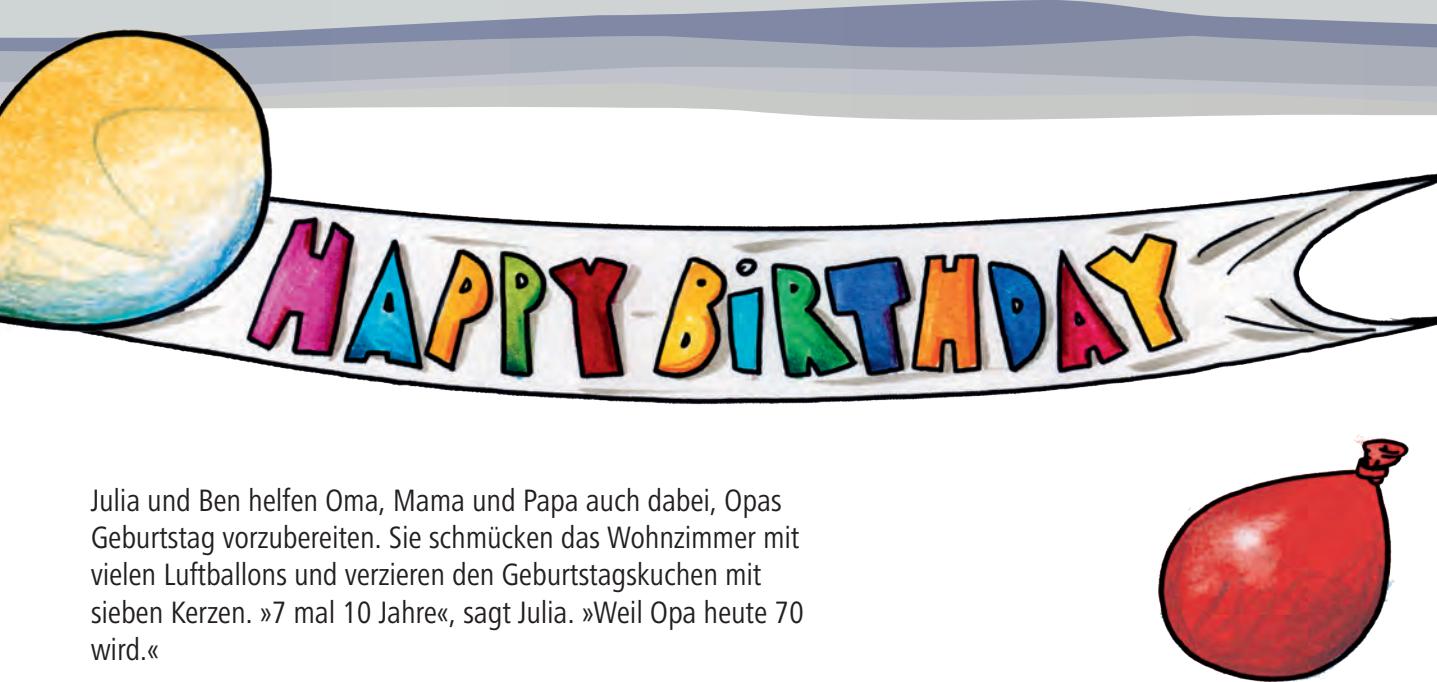




## Gemeinsam den Augenblick genießen

Auch Julia möchte Opa eine Freude machen. Mama schlägt ihr vor: »Du hast es doch immer so gerne gehabt, wenn Opa dir aus seinen schönen Büchern vorlas. Jetzt kannst du selbst kleine Geschichten lesen. Wenn Opa nicht zu müde ist, freut er sich bestimmt zu hören, wie gut du das kannst.« Das lässt sich Julia nicht zweimal sagen. Und wenn sie mal über einen Buchstaben stolpert, hilft Opa ihr gerne weiter.

Ben hat mit Papa auf dem Dachboden weiter an der Miniaturstadt gearbeitet. Beide haben darüber einen kleinen Film gedreht, über den sich Opa sehr freut: »Den neuen Bahnhof habt ihr genauso gebaut, wie ich ihn mir vorgestellt habe.« An guten Tagen verbringt Ben auch weiterhin Zeit mit Opa im Garten: Schließlich soll er ihm zeigen, welche Pflanzen er bei Hitze besonders oft gießen oder bei Kälte abdecken muss. Denn der Enkel hat Opa Justus versprochen, dass er sich immer um die Pflanzen kümmern wird.



# HAPPY BIRTHDAY

Julia und Ben helfen Oma, Mama und Papa auch dabei, Opas Geburtstag vorzubereiten. Sie schmücken das Wohnzimmer mit vielen Luftballons und verzieren den Geburtstagskuchen mit sieben Kerzen. »7 mal 10 Jahre«, sagt Julia. »Weil Opa heute 70 wird.«

Opa geht es an diesem Tag ziemlich gut. Er freut sich über die Bilder, die Julia ihm gemalt hat, und den neuen ICE-Zug, den Ben mit Papa für die Spielzeugeisenbahn gekauft hat. »Sollen wir dir helfen?«, fragen die Enkel wie aus einem Mund, als Opa die Geburtstagskerzen auspusten will. Der Großvater ist dankbar dafür, weil er nicht mehr tief Luft holen kann. Gemeinsam gelingt es allen dreien blitzschnell.





## Lachen ist wichtig – auch wenn wir traurig sind

Nach seinem Geburtstag gibt es immer mehr Tage, an denen Opa so schwach ist, dass er nur ausruhen will. Die Mitarbeiter des Pflegedienstes, die seine Verbände und Pflaster wechseln, helfen Opa jetzt auch jeden Tag beim Waschen und Anziehen.

Oma lässt oft leise Opas Lieblingsmusik laufen und hält einfach nur seine Hand. Julia hat mit Mama einen kleinen Brunnen gekauft, der im Wohnzimmer den Duft von Lavendel verbreitet. Opas Krankenschwester, die sich nicht nur mit Medizin auskennt, hat Julia gesagt: »Dieser Duft hilft deinem Opa, gut zu schlafen.«

Ben ist sehr traurig darüber, dass Opa immer schwächer wird. Er sieht, wie Mama heimlich weint. Der 9-Jährige räumt auf, deckt den Tisch, bringt den Müll runter oder spült Geschirr ab, um die Mutter aufzuheitern.

Wenn Ben beim Spielen laut mit seinen Freunden lacht, hat er ein schlechtes Gewissen. »Darf ich das, wenn Opa todkrank ist und alle traurig sind?«, fragt er sich.

Papa fällt auf, dass Ben immer weniger spricht. Er besucht Opa auch nur noch selten. Als beide wieder an der Miniaturstadt basteln, spricht Papa ihn darauf an: »Ich bin traurig, dass Opa so krank ist und an seiner Krankheit sterben wird. Manchmal bin ich sogar richtig wütend. Geht es dir auch so?«

Ben ist erleichtert zu hören, dass er mit seinen Gefühlen nicht alleine ist. »Gegen Traurigkeit und Wut gibt es kein Zaubermittel«, sagt Papa. »Es tut uns aber gut, diese Gefühle rauszulassen und sie genauso wie Fröhlichkeit und Lachen miteinander zu teilen.«



Der 9-Jährige erzählt dem Vater, dass er sich gar nicht mehr traut, richtig zu lachen. Er kommt sich dann schlecht

vor, wenn er Mama weinen sieht. »Aber Mama lacht doch auch, wenn sie mit uns spielt oder sich mit ihren Freundinnen trifft,« erwidert Papa. »Wer den ganzen Tag nur weint oder nur fröhlich wäre, würde ja vor Traurigkeit oder vor Lachen platzen.«

Papa wuschelt Ben durchs Haar: »Ein bisschen ist das wie mit den Blumen in unserem Garten. Schau mal nach draußen. Siehst du, wie schön sie blühen? Gäbe es den ganzen Tag nur Regen, wäre das nicht möglich. Die Blumen brauchen auch viel Sonne, um zu wachsen.«

Ben fällt ein Stein vom Herzen, als er das alles hört. Vor allem als Mama, die schon eine Weile zugehört hat, sagt: »Opa freut sich am meisten, wenn wir glücklich sind – selbst wenn er es nicht mehr zeigen kann. Und Papa und ich sind am glücklichsten, wenn wir Julia und dich fröhlich sehen.«



Papa hängt noch am Nachmittag einen Boxsack im Flur auf. Dort können sich alle austoben, wenn sie wütend oder traurig sind. Julia nutzt die Gelegenheit als Erste, nachdem sie sich wieder einmal mit Cousin Felix gestritten hat.

Wenn Ben sieht, dass Mama traurig ist, greift er jetzt nicht mehr gleich zum Geschirrtuch, sondern nimmt die Mutter in den Arm: Das tut beiden gut. Genauso wie der Familienausflug auf die Eisbahn, bei dem alle viel lachen: Papas Pirouetten-Versuche sehen doch zu lustig aus. Er selbst lacht übrigens am meisten, als er dabei wieder mal auf dem Po landet.

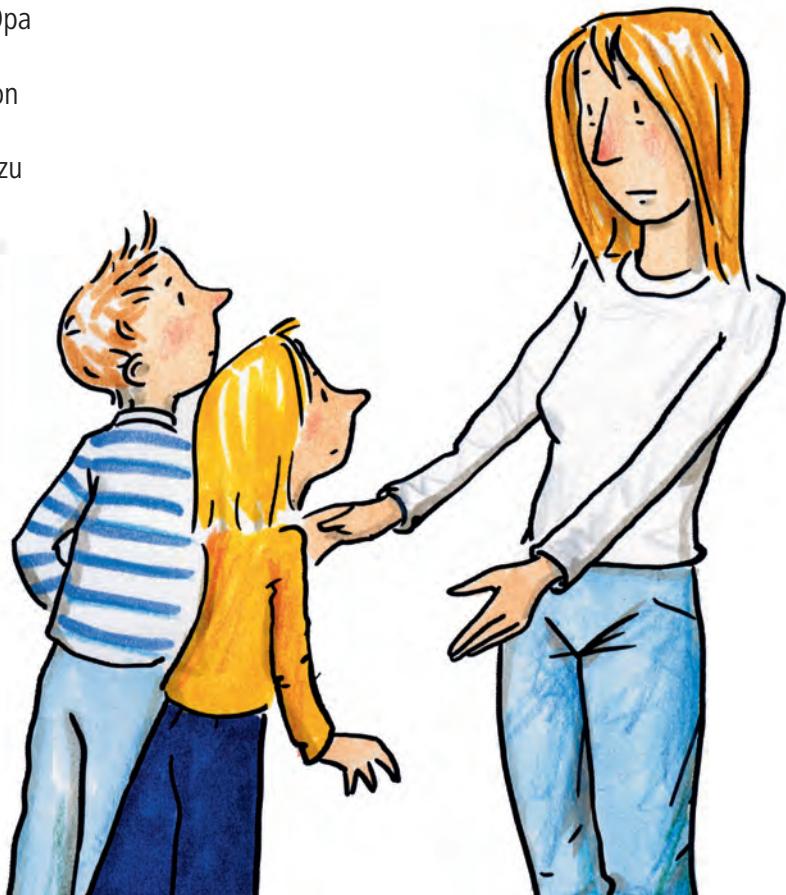
Ben besucht Opa nun wieder häufiger. Auch wenn ihn das manchmal traurig macht. Vor allem freut er sich aber, dass er gerade jetzt mit ihm zusammen sein kann.

Mama hat sich ein paar Tage Urlaub genommen. Sie möchte so viel wie möglich bei Opa sein und auch Oma unterstützen.

Als Ben und Julia freitags aus der Schule kommen, umarmt Mama beide ganz fest: »Opa ist heute Morgen gestorben«, sagt sie traurig. Julia kann sich noch gar nicht richtig vorstellen, was das bedeutet. »Wo ist Opa jetzt?«, fragt sie.

Die Mutter erklärt den Kindern, dass der Großvater noch in seinem Bett im Wohnzimmer liegt. »Papa kommt auch gleich. Dann können wir uns alle gemeinsam von Opa verabschieden.« »Kommt Opa Justus dann wie Opa Franz auf den Friedhof?«, will Julia wissen. Sie möchte den Großvater schon noch einmal sehen, fürchtet sich aber ein bisschen, wenn sie daran denkt, dass er nie wieder zu ihr zurückkehren wird.

## »Wenn ich an dich denke, bist du bei mir«



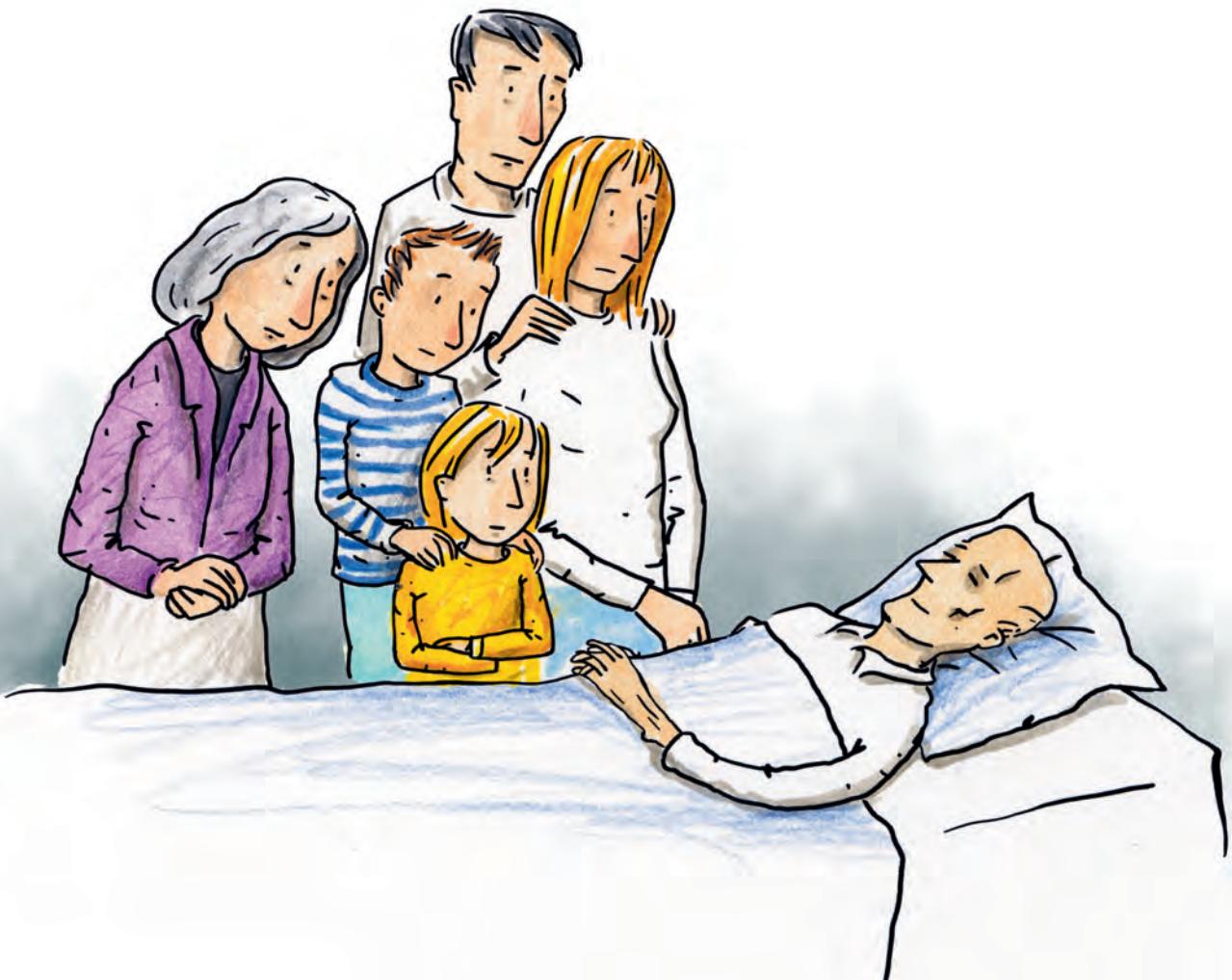
Ben beschäftigt noch etwas anderes. Er hat in der Schule gehört, dass Menschen, die gestorben sind, nicht mehr atmen, ganz blass sind und sich kalt anfühlen, wenn wir sie berühren. »Ist das bei Opa auch so?«, fragt Ben. »Ja«, antwortet Mama. »Er spürt jetzt auch keine Kälte oder Wärme und keine Schmerzen mehr.« Sie drückt Julias Hand und nickt ihr zu: »Es stimmt. Opa Justus wird auf dem Friedhof beerdigt, so wie Opa Franz.«

Opa Franz ist Papas Vater. Er starb, als Papa noch sehr jung war. Der Vater hat den Kindern viel von ihm erzählt und ihnen Bilder und Filme gezeigt. »Ich mag sein Lachen«, sagt Julia immer, wenn Papa von Opa Franz spricht. Obwohl sie ihn nie gesehen hat, kommt es ihr vor, als würde sie Opa Franz gut kennen. Besonders gut gefällt Julia der Erinnerungsstein, den Papa für ihn bemalt hat. Er bewahrt ihn auf seinem Schreibtisch auf. »Aber eigentlich brauche ich den Stein gar nicht, denn Opa Franz lebt in meinem Herzen weiter«, hat der Vater ihr erklärt.

Hand in Hand betreten die Kinder mit Mama und Papa das Wohnzimmer der Großeltern. Opa Justus liegt mit gefalteten Händen und geschlossenen Augen in seinem Bett. Ben streichelt ihm über die Hand. Julia möchte den Großvater, der sich überhaupt nicht mehr bewegt, einfach nur anschauen. Mama schlägt vor, mit Opas Lieblingslied von ihm Abschied zu nehmen: »Das hat er sich gewünscht.«



Die Familie stellt sich im Kreis um das Bett und hält sich an den Händen. Gemeinsam stimmen alle das kleine Lied an. Julia kuschelt sich an Oma und sagt: »Ich werde einen Erinnerungsstein für Opa bemalen. Wir legen ihn dann in den Garten zu seinen Lieblingsblumen. Auch wenn wir den Stein eigentlich gar nicht brauchen.« Die 6-Jährige zwinkert Papa zu und zeigt auf ihr Herz. »Denn weil wir immer an Opa denken, bleibt er auch immer hier drin.« Oma gibt ihr unter Tränen lächelnd einen dicken Kuss.



# Elternratgeber

## Krankheit und Sterben gehören zum Leben – auch für Kinder

Statistisch gesehen werden wir immer älter, die meisten Menschen leben zunehmend gesundheitsbewusst. Viele fühlen sich selbst in hohem Alter noch fit und jünger als die Senioren früherer Jahrzehnte. Über Themen wie Krankheit und Tod denkt niemand gerne nach.

Umso einschneidender trifft es uns, wenn ein naher Angehöriger schwer erkrankt und stirbt. Das löst nicht nur tief greifende Gefühle aus, sondern auch einfühlsam zu lösende Fragen: Wie begegnen wir dem Sterbenden? Was können wir für ihn tun? Wie können wir seinen Wunsch erfüllen, die ihm verbleibende Lebenszeit bei bestmöglicher Lebensqualität zu Hause zu verbringen? Und auch: Wie gehen wir mit den eigenen Gefühlen um?

Bei der Beschäftigung mit diesen und anderen, zum Teil sehr persönlichen Anliegen kommen die Sorgen und Gefühle von Kindern häufig zu kurz.

Mögliche Folge: Sie leiden gleichermassen unter dem nahenden Verlust des Angehörigen und dem Schweigen der Eltern.

Zu verstehen, was mit Oma oder Opa passiert, Abschied nehmen zu können und zu trauern, ist auch für Kinder wichtig. Und zu wissen, Mama ist nicht traurig, weil wir uns gestritten haben, sondern weil Opa todkrank ist, nimmt unbegründete Sorgen und Ängste. Denn gerade jüngere Kinder beziehen Reaktionen der Eltern, die sie nicht verstehen können, auf das eigene Verhalten.

Wissen, Verstehen und Verständnis gibt Kindern in Zeiten, in denen ihre gewohnte Welt ins Wanken gerät, mehr Sicherheit und stärkt gleichzeitig den Zusammenhalt der Familie. Dieser Ratgeber bietet Eltern und anderen Bezugspersonen in Situationen, die auch Erwachsene an emotionale Grenzen bringen, alltagsnahe Hilfestellung. Unter anderem, wenn es darum geht, auf die Anliegen von Kindern altersgerecht einzugehen, das angemessene Verhältnis zwischen Nähe und Distanz zu finden und auch belastenden Gefühlen den nötigen Raum zu geben, um leichter mit ihnen umgehen zu können.



# Kinder wollen verstehen

Kinder erleben und erfahren ihre Welt mit allen Sinnen. Sie wollen sehen, hören und fühlen, um das, was sie noch nicht kennen, zu verstehen. Diese Sinneserfahrungen sind häufig stärker als Worte. Wenn die Mutter sagt: »Es geht mir gut!«, dabei aber traurig aussieht, spüren schon die Kleineren: »Hier stimmt etwas nicht.«

Auch die Reaktionen der Eltern auf das Sterben eines geliebten Menschen nehmen Kinder wie kleine Seismographen wahr. Selbst wenn Mama und Papa sich bemühen, die eigenen Ängste, Sorgen und ihre Traurigkeit zu verheimlichen.

Eltern verstecken unangenehme Wahrheiten und Gefühle, um ihre Kinder vor Leid zu schützen. Oft bereitet den Mädchen und Jungen aber gerade dieses Verhalten mehr Sorgen als der offene, kindgemäße Umgang mit schweren Krankheiten und ihren Folgen in der Familie.



Darf die Enkelin die schwer kranke Oma auf einmal nicht mehr wie gewohnt sehen, verursacht das Unsicherheit und Unverständnis: »Wenn ich krank bin, freue ich mich, wenn Oma kommt und sich um mich kümmert. Und du, Mama, bist doch jetzt viel öfter bei ihr!« Diese Widersprüche kann das Kind nur schwer in seine Erfahrungswelt einordnen.

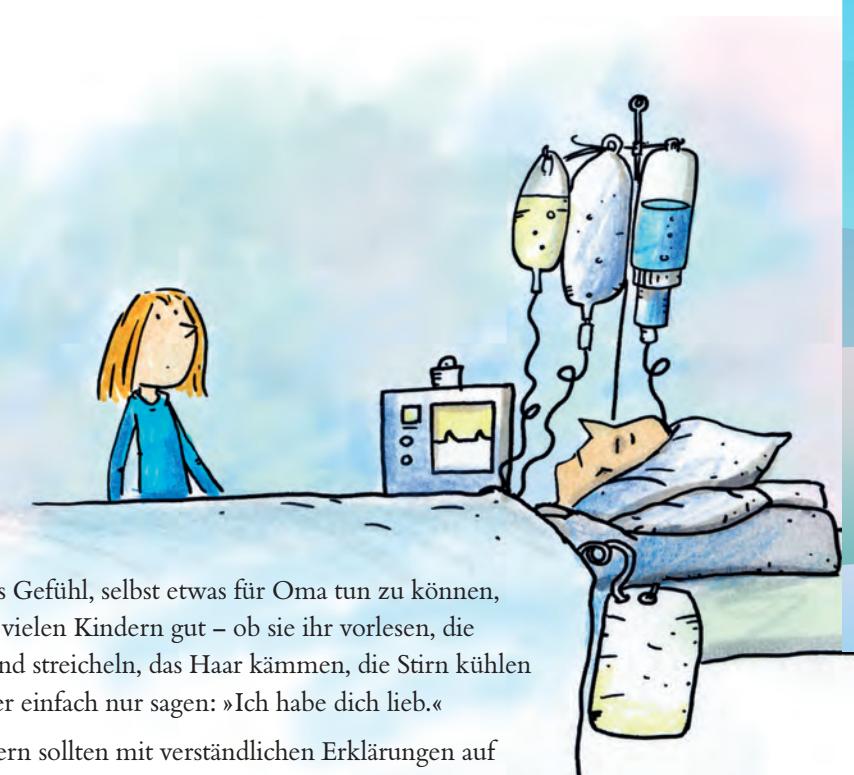
Die kranke Oma zu sehen und mit ihr – wenn auch anders als früher – Zeit zu verbringen, kann Kindern beim Verstehen helfen. Denn natürlich wollen sie wissen: »Was hat Oma denn?« oder: »Warum weint Mama heimlich?«

## Gut zu wissen

*Ein Kind bestmöglich vor Leid zu schützen, bedeutet nicht, schmerzliche Erfahrungen aus seinem Leben auszuklammern. Stirbt ein nahestehender Mensch, ist das gar nicht möglich. Die Trauer über die dauerhafte Trennung lässt sich nicht »wegtrösten« wie Papas vorübergehende Abwesenheit auf einer Geschäftsreise. Traurige Erfahrungen zu bewältigen und in der Familie mit ihnen umgehen zu lernen, macht auch Kinder stärker.*

### Tipp für Eltern

*Das Kind sollte wissen:  
»Wenn Opa mich nicht  
sehen möchte oder kann,  
heißt das nicht, dass er  
mich nicht lieb hat. Es  
geht ihm einfach nicht  
gut.« Denn auch wenn  
Opas Krankheit eine  
ganz andere ist als die Er-  
krankungen, die sie kennt,  
hat die Enkelin schon die  
Erfahrung gemacht: »Ich  
hätte so arg Bauchweh  
oder Fieber, dass ich mich  
nur ausruhen wollte.«*



Das Gefühl, selbst etwas für Oma tun zu können, tut vielen Kindern gut – ob sie ihr vorlesen, die Hand streicheln, das Haar kämmen, die Stirn kühlen oder einfach nur sagen: »Ich habe dich lieb.«

Eltern sollten mit verständlichen Erklärungen auf den Besuch im Krankenhaus oder auch zu Hause vorbereiten. Vor allem wenn sich Omas Aussehen oder Verhalten durch die Krankheit verändert hat oder wenn sie über medizinische Geräte versorgt wird, die auf Kinder Furcht einflößend wirken können. Mama sagt zum Beispiel: »Weil Opa nach dem Essen so viel Bauchweh hat, bekommt er seine Nahrung jetzt über einen Schlauch in den Bauch.« Oder Papa erklärt: »Manchmal bekommt Oma schlecht Luft. Die Maske, die sie dann aufsetzt, hilft ihr beim Atmen.«

Kind ist jedoch nicht gleich Kind: Wollen Mädchen oder Jungen Opa oder Oma von selbst nicht besuchen, ist das ebenfalls zu akzeptieren.

Patentrezepte für den Umgang zwischen todkranken Familienangehörigen und Kindern gibt es nicht. Alter und Reifegrad des Kindes sowie die individuelle Situation der Familie spielen bei der Beantwortung der Frage »Was kann ich meinem Kind zutrauen?« eine wichtige Rolle.

Wenn Kinder die kranken Großeltern nicht besuchen wollen oder können, tut es beiden gut, sich auch auf Distanz nah zu bleiben. Über Briefe, Zeichnungen, ein kleines Kuscheltier, das die Oma trösten soll, und auch per Telefon, Skype oder über einen kleinen Handyfilm. Machen Sie Ihrem Kind Vorschläge. Der »Draht« zu Opa verbindet auch gedanklich mit Mama, die gerade wenig Zeit für den Sohn oder die Tochter hat, weil sie sich in den letzten Tagen und Wochen so viel wie möglich um den kranken Vater kümmern will.

Entscheidende Orientierungshilfen bei dem »Ob, Wann und Wie oft« sind immer die Bedürfnisse von Patienten und Kindern: Wenn beide den Wunsch haben, Zeit miteinander zu verbringen, können ihnen die gemeinsamen Minuten oder Stunden noch viele Glücksmomente bereiten. Der Kontakt mit Kindern ist vergleichsweise unbeschwert: Denn sie sind meist unbefangener, verschwenden weniger Gedanken an morgen und konzentrieren sich lieber auf das Hier und Jetzt mit Oma, als Erwachsene es tun. Und wenn Enkel und Enkelin mit Opa auch nicht mehr herumtollen können wie früher, macht doch das Kuscheln und Vorsingen weiter Freude.



# Den gemeinsamen Tagen mehr Leben geben

Dem schwer kranken Angehörigen zu helfen und seine letzte Lebensphase so lebenswert wie möglich zu gestalten, tröstet und bereitet ihm und der Familie noch wertvolle gemeinsame Zeit. In vielerlei Belangen hilfreiche Unterstützung bietet die Palliativmedizin. Sie geht mit ihren breitgefächerten Angeboten über den medizinischen Bereich hinaus und wird international auch Palliative Care genannt. Das kommt aus dem Englischen und heißt übersetzt »ummantelnde Fürsorge«.

Die Palliativmedizin beinhaltet neben individuell abgestimmter Schmerztherapie für Schwerstkranke und Sterbende nach Wunsch und Bedarf auch psychologische, soziale und spirituelle Unterstützung sowie Ratschläge für die gesamte Familie. Oberstes Prinzip ist: Nicht dem Leben mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben geben. Denn die Palliativmedizin kann nicht heilen: Sie lindert und beugt Schmerzen so weit wie möglich vor und bessert Krankheitssymptome, wie zum Beispiel Atemprobleme. Das gibt auch den gemeinsamen Tagen der Familie »mehr Leben«.



Palliativteams, bestehend aus Fachärzten, Fachpflegekräften und auch Sozialarbeitern, unterstützen Schwerstkranke und Sterbende sowie ihre Angehörigen mit Rat und Tat: auf spezialisierten Krankenhausstationen sowie ambulant in Pflegeheimen und natürlich in der eigenen Wohnung. Denn auch Patienten, die in der letzten Phase ihres Lebens zu Hause bleiben möchten und können, sollen die bestmögliche, auf die eigene Situation abgestimmte Versorgung erhalten – rund um die Uhr. Hierzu arbeiten die Palliativfachkräfte mit Pflegediensten, Psychologen, Physiotherapeuten, Seelsorgern und geschulten ehrenamtlichen Hospizmitarbeitern zusammen. Manchmal sind auch alle Teil eines Teams.

Die Fachleute aus der Palliativ- und Hospizarbeit beantworten auch organisatorische Fragen, die für die Familie in ihrer besonderen Situation wichtig sind: »Wie können wir in die Pflege eingebunden werden?« »Wo benötigen wir Unterstützung?« Und: »Von wem bekommen wir sie?« Sie kennen sich zum Beispiel auch damit aus, wie viel Nähe oder Abstand dem Patienten und den großen und kleinen Angehörigen in welchen Phasen der Erkrankung gut tut. Kinder, die danach fragen, erfahren: Das kann ich noch mit Opa machen ..., aber der Spaziergang um die Ecke würde ihn doch zu sehr anstrengen.

Genussvolle Momente, Lachen und so viel Leben wie möglich mit allen Sinnen spüren: Das alles hat in der ganzheitlichen Betreuung, die Palliativ- und Hospizdienste gemeinsam mit den Angehörigen leisten, einen wichtigen Platz: Entspannende Musik, Klangtherapie, Massagen, stimmungsanregende Aromatherapien und gute Gespräche sind nur einige Beispiele, die dazu beitragen.

Hospiz- und Palliativdienste beraten und begleiten die Familie bei Fragen um Krankheit, Sterben, Tod und Trauer – sogar über den Tod des Patienten hinaus. So zum Beispiel auch, wenn es der Familie schwerfällt, die Trauer eines Kindes oder eines Erwachsenen alleine aufzufangen.

### Was ist eigentlich ein Hospiz?

Genau genommen heißt das Wort Hospiz, das aus dem Lateinischen kommt, »Herberge«. Stationäre Hospize geben unheilbar kranken Menschen, deren Behandlung außerhalb des Krankenhauses erfolgen kann, die nicht zu Hause gepflegt werden wollen oder können, in den letzten Wochen oder Monaten ein neues Zuhause. Im Sinn der Palliative Care ist es auf umsorgende Pflege und größtmögliche Lebensfreude ausgerichtet.



# Raum fürs Zuhören, für Fragen und Gespräche

Wenn Oma, Opa oder andere nahestehende Menschen todkrank sind und sterben, ruft das bei Kindern Fragen hervor. Werden sie nicht geäußert oder beantwortet, malen sich vor allem die Kleineren Dinge aus, die für sie schwerer zu ertragen sind als die Wahrheit.

Mangelndes Wissen sorgt bei jüngeren Kindern, die noch davon überzeugt sind, mit ihren Gedanken ganze Berge versetzen zu können, leicht für unbegründete Schuldgefühle: »Wird Oma nicht wieder gesund, weil ich ihr bei einem Streit etwas Böses gewünscht habe?« Oder: »Warum lacht Mama nicht mehr wie früher? Hat sie sich so schlimm über meine schlechte Note in Mathe geärgert?«

Kinder brauchen Antworten. Das Was, Wie, Wo und »Wie lange« von Eltern-Kind-Gesprächen ist abhängig vom Alter, der Reife, den Erfahrungen und der Lebenssituation der Kinder. Die Jüngeren sind mit einem Zuviel an Information schnell überfordert und schalten dann ab.

Zuhören ist für Eltern meist noch wichtiger als Reden. Mit ihren Fragen zeigen Kinder, was ihnen gerade jetzt auf der Seele liegt – direkt und indirekt. Fragt der Sohn den hustenden Vater zum Beispiel: »Wirst du wie Oma sterben?«, steckt vermutlich die Furcht dahinter, auch Papa nicht mehr wiederzusehen. Denn er ist ja krank, wenn auch anders als Oma. Kurze, verständliche und situationsbezogene Antworten können unnötige Ängste abbauen. Zum Beispiel: »Es gibt unterschiedliche Krankheiten – ganz viele, die geheilt werden können, und andere wie Omas, an der Menschen manchmal auch sterben. Ich werde mithilfe meiner Medizin in ein paar Tagen wieder gesund.«

Erfahren Kinder, dass Menschen an Krankheiten sterben, sollten sie auch wissen, dass es Unterschiede zwischen schweren und leichten Krankheiten gibt, die jeder immer wieder einmal durchlebt. Ob es die fiebrige Halsentzündung ist oder ein Magen-Darm-Infekt. Und selbst schwerere Krankheiten, die mit Krankenhausaufenthalten verbunden sind, können geheilt werden. So wie Bens Blinddarmentzündung durch eine Operation und der Krebs, an dem die Mutter seines Freundes Lukas litt, durch eine längere medizinische Behandlung.

### Tipp für Eltern

*Achten Sie auch auf unausgesprochene Anliegen. Die »Körpersprache« kann so manchen Kummer verraten, den das Kind nicht direkt äußert. Dazu gehören Verhaltensauffälligkeiten, Schlafstörungen und Beschwerden wie häufiges Bauchweh oder Übelkeit.*





### Tipp für Eltern

Umschreiben Sie »Sterben« und »Tod« nicht mit aus dem Alltag vertrauten Begrifflichkeiten wie »einschlafen« oder »auf die Reise gehen«. Das könnte bei Kindern Befürchtungen wecken wie: »Wache ich morgen nicht mehr auf?« oder »Mama, kommst du von deiner Geschäftsreise nie mehr zurück?«.

Gute Zuhörer geben auch immer wieder Raum und Gelegenheit für Fragen. Ermutigen Sie Ihre Kinder nachzuhaken, wenn sie etwas wissen wollen. Zeigen Sie Interesse für das, was ihnen auf dem Herzen liegt, für ihre Vorstellungen und Fantasien. Das ist die beste Basis für Gespräche. Auch wenn es um »schwierige« Themen wie das Sterben und den Tod geht, über die sogar Erwachsene nicht alles wissen können.

Geschichten wie die von Julia, Ben und ihrem Opa im Buch schaffen Identifikationsmöglichkeiten für Kinder, die in einer ähnlichen Situation leben, und natürliche Anlässe, über die eigenen Gefühle zu sprechen. Sie zeigen auch: »Ich bin mit meinen Erfahrungen nicht alleine.«

Pädagogen raten, Kinder möglichst zeitnah auf den bevorstehenden Tod eines geliebten Menschen vorzubereiten. Dazu braucht es nicht viele Worte. Kinder zeigen, was und wie viel sie wissen möchten und was sie am meisten bedrückt. Verbergen Sie dabei Ihre eigenen Gefühle nicht: Eltern dürfen auch traurig sein und weinen. Sie sind die größten Vorbilder der Kleinen. Kinder schauen sich den Umgang mit Verlust und Trauer bei Mama und Papa ab und leben ihn zum Teil bis ins Erwachsenenalter.

# Was Mama macht, das mach' ich auch – Gefühle teilen

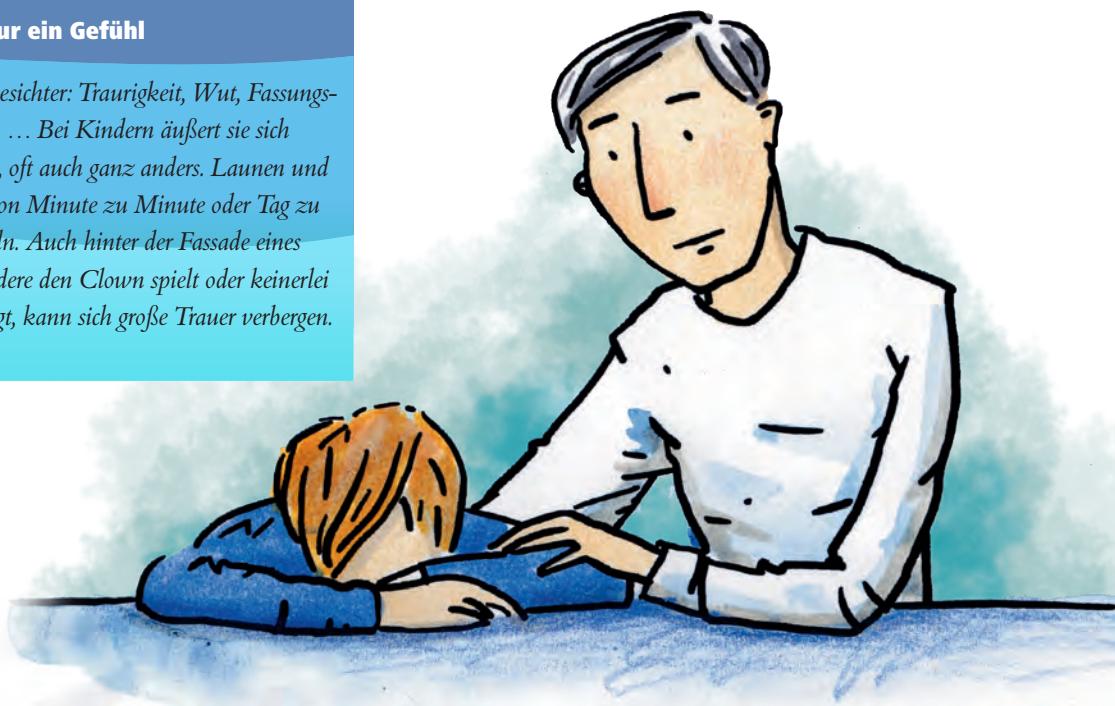
Trauer beginnt nicht erst mit dem Tod eines geliebten Menschen, sondern bereits mit dem Wissen, dass er sterben wird. Das spüren auch Kinder.

Um Gefühle verarbeiten zu können, müssen wir sie zulassen und ihnen – ähnlich wie offenen Fragen – Raum und Ausdrucksmöglichkeiten geben. Das gilt für die ganze Familie. Psychologen und Pädagogen wissen: Traurigkeit, Kummer und Ängste, die wir verdrängen oder in uns hineinfressen, bahnen sich gerade bei Kindern noch viele Jahre später verstärkt ihren Weg.

Starken Gefühlen Ausdruck zu geben, erleichtert. Wenn Mama und Papa ihre Trauer nicht verdrängen oder »verstecken«, fällt es auch Kindern leichter, ihren Emotionen freien Lauf zu lassen. Gefühle zu teilen, auch selbst trösten zu können, stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl. Und das ist für Kinder in traurigen Momenten mindestens ebenso wichtig wie in frohen Zeiten: »Wir sind nicht alleine – und als gutes Team immer füreinander da.«

## Viel mehr als nur ein Gefühl

*Trauer hat viele Gesichter: Traurigkeit, Wut, Fassungslosigkeit, Lethargie ... Bei Kindern äußert sie sich besonders vielfältig, oft auch ganz anders. Launen und Gefühle können von Minute zu Minute oder Tag zu Tag schnell wechseln. Auch hinter der Fassade eines Kindes, das für andere den Clown spielt oder keinerlei Gefühlsregung zeigt, kann sich große Trauer verbergen.*



## Im Gleichgewicht bleiben: in der Familie entspannen

Alleine oder in der Familie – es gibt viele Möglichkeiten, den Gefühlen Luft zu machen: Ben und Julia zum Beispiel nutzen ihren Boxsack, wenn sie wütend sind und sich mal richtig abreagieren wollen. Selbst ohne Worte können wir mit Musik, Tanzen oder dem Malen in dunklen und hellen Farben gut zum Ausdruck bringen, wie wir uns gerade fühlen. Beim Laufen, Fahrradfahren oder Schwimmen setzen wir auch Glückshormone in Bewegung.

Sind die Gefühle aus dem Gleichgewicht geraten, sollte der Anspannung die nötige Entspannung folgen. Manche finden sie beim (gemeinsamen) Lesen in einem schönen Buch oder bei einem Ratespiel, andere setzen zum Beispiel auf Yoga.



## So viel Alltag wie möglich

In einer Zeit, in der das gewohnte Leben auf den Kopf gestellt scheint, ist so viel »Alltag« wie möglich besonders wichtig. Ob Schule, Sportverein oder auch das Spielen mit Freunden: Hier ist für Kinder alles, wie es immer war: Das bietet ihnen nicht nur Ablenkung, sondern auch Halt und Sicherheit.

Kinder brauchen Spiel und Spaß für eine gesunde Entwicklung. Versichern Sie ihnen, dass sie kein schlechtes Gewissen haben müssen, wenn sie froh sind. Im Gegenteil: Auch die Erwachsenen – ob gesund oder krank – freuen sich, wenn die Kinder glücklich sind.

Gewohnte Regeln und Familienrituale wie die Vorlesegeschichte vor dem Zubettgehen oder das gemeinsame Kochen am Wochenende zeigen: Durch Opas Krankheit verändert sich zwar einiges, aber vieles bleibt weiterhin gleich. Auch das bietet Orientierung. Wenn Mama weniger Zeit hat, weil sie sich um Oma kümmert, hören die Kinder Papa abends bestimmt genauso gerne beim Vorlesen zu. Und wenn er statt Mamas leckerer Pizza am Samstag lieber selbst gemachte Hamburger brät, sind kleinere und größere Kinder beim Zubereiten und Essen garantiert mit genauso großer Begeisterung bei der Sache.

Ganz wichtig: Mama und Papa brauchen auch Zeit für sich selbst. Tanken Sie Kraft, indem Sie sich um die eigenen Bedürfnisse kümmern: ob bei einem Wellnessbad oder einem Abend mit Freunden. Nehmen Sie die Unterstützung von Verwandten, Freunden und Nachbarn zur Entlastung und Bewältigung des eigenen Alltags an. Ihr Kind freut sich bestimmt auch, wenn es mit dem Freund von nebenan zur Schule oder zum Training fährt oder mit Tante und Cousine einen Ausflug in den Freizeitpark macht.

Hilfreich ist es auch, Lehrer, Erzieher und Eltern von Freunden über die schwere Erkrankung und den (bevorstehenden) Tod eines nahestehenden Angehörigen zu informieren. Sie können das Verhalten des Kindes dann besser einschätzen, den Eltern Auffälligkeiten mitteilen und das Mädchen oder den Jungen bei Bedarf auch »auffangen«.

#### **Tipp für Eltern**

*Wenn der eigene Vater oder die Mutter stirbt, sind auch Erwachsene so sehr mit ihrem Leid beschäftigt, dass nicht immer die gewünschte Zeit und Aufmerksamkeit für die Tochter und den Sohn bleibt. Dann ist es gut, wenn Kinder einen vertrauten Ansprechpartner haben, an den sie sich mit ihren Fragen und Kümmernissen wenden können.*



## Abschied nehmen

Stirbt ein geliebter Mensch, wollen selbst Erwachsene das oft nicht wahrhaben – auch wenn der Vater oder die Mutter vorher lange krank war. Viele versuchen, ihre Gefühle mit Aktivitäten zu betäuben.

Trauerexperten wissen: Um mit dem Verlust leben und den Schmerz verarbeiten zu können, ist es wichtig, den Tod zu begreifen und zu akzeptieren. Jüngere Kinder können das noch nicht von alleine. Ein ungeduldiges »Und wann kommt Opa wieder?« ist deshalb nicht ungewöhnlich. Gemeinsam mit der Familie Abschied zu nehmen, kann Kindern helfen zu begreifen. Dieser Abschied ist – wie bei Julia und Ben – zum Beispiel am Sterbebett möglich, im Bestattungsinstitut oder bei der Beerdigung auf dem Friedhof.

Wenn Sie Ihren Kindern vorschlagen, sich gemeinsam von Oma zu verabschieden, ist auch hier wichtig: Bereiten Sie sie darauf vor, dass Oma jetzt anders aussieht, sich anders anfühlt, sich nicht mehr bewegen kann ... Sagen Sie ihnen, was auf einer Beerdigung geschieht. Beantworten Sie alle Fragen und akzeptieren Sie auch ein »Nein«, wenn das Kind nicht mitkommen möchte.

### Tipp für Eltern

*Ganz gleich, in welcher Form es Abschied nimmt: Das Kind sollte immer eine vertraute Person an seiner Seite haben, an die es sich mit seinen Fragen, Gefühlen und gegebenenfalls Rückzugswünschen wenden kann.*



Eltern kennen ihre Kinder am besten. Wenn sie glauben, dass ihr Kind das alles noch nicht verstehen kann, mit einem persönlichen Abschied überfordert wäre oder wenn sie selbst ihn gar nicht möchten, gibt es auch hier Möglichkeiten, über kleine Geschenke gedankliche Brücken zu bauen: Das kann zum Beispiel ein Bild oder ein selbst bemalter Stein sein, den die Enkelin Opa mit in den Sarg gibt oder aufs Grab legt. Auch selbst gemalte oder gebastelte Erinnerungsstücke für zu Hause zeigen in Zeiten des Abschieds: »Wir bleiben im Herzen verbunden.«

# Informationen

## Hintergrund: die Pionierin

Cicely Saunders bereitete in den 1960er Jahren den Weg für die moderne Hospiz- und Palliativbewegung. 1968 gründete die Krankenschwester, Sozialarbeiterin und Ärztin in London das „St. Christopher's Hospice“ für schwerstkranke Menschen, die keine Aussicht auf Heilung hatten. Der Leitgedanke „Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben, sondern den Tagen mehr Leben“, blieb nicht auf einen Ort der menschlichen und medizinischen Fürsorge beschränkt. Er prägt heute international das Engagement von Menschen, die stationär und ambulant in Hospizarbeit und Palliativmedizin tätig sind.

Die englische Pionierin machte deutlich: Das Leben mit all seiner Qualität steht im Mittelpunkt der palliativen Behandlung. Dem einzelnen Menschen sollte es bis zum Schluss so gut wie irgend möglich gehen. In die ganzheitlichen Betrachtungen wurden von Anfang an auch die Familien mit der nötigen Unterstützung einbezogen.

Cicely Saunders starb 2005 im Alter von 87 Jahren in dem von ihr gegründeten Hospiz. Ihre Idee ist heute lebendiger denn je.

## Wer hilft, wenn wir zu Hause Unterstützung brauchen?

Der Anspruch auf eine spezialisierte ambulante Palliativversorgung ist seit dem Jahr 2007 in § 37b SGB V (Sozialgesetzbuch) gesetzlich verankert. Diese Leistung für Schwerstkranke in der letzten Lebensphase bedarf der ärztlichen Verordnung. Betreuende Ärzte, Krankenkassen und Hospiz- und Palliativverbände (siehe Internetadressen) geben unter anderem auch weiterführende Informationen zu Möglichkeiten und Angeboten.

## Internetadressen zu Palliativmedizin und Palliativversorgung

Deutscher Hospiz- und PalliativVerband e. V.  
(DHPV):  
**www.dhpv.de**

Deutsche Gesellschaft für Palliativmedizin e. V.  
(DGP):  
**www.dgpalliativmedizin.de**

Fachwissen Palliative Care –  
B. Braun Melsungen AG:  
**www.palliativecare.bbraun.de**

Wegweiser Hospiz und Palliativmedizin  
Deutschland (mit Adress-Suchmaschine):  
**www.wegweiser-hospiz-palliativmedizin.de**

## Literatur zum Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

*Mechthild Schroeter-Rupieper:*

### **Für immer anders**

Das Hausbuch für Familien in Zeiten der Trauer  
und des Abschieds.  
Schwabenverlag

*Petra Hinderer, Martina Kroth:*

### **Kinder bei Tod und Trauer begleiten**

Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen  
für Kindergarten, Grundschule und zu Hause.  
Ökotopia Verlag

### **Das Online-Familienhandbuch des Staatsinstituts für Frühpädagogik**

(beantwortet mit Fachbeiträgen umfassend Fragen  
zur kindlichen Entwicklung und Erziehung – auch  
zu den Themen Sterben, Tod und Trauer):  
[www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de)

# Impressum

**Herausgeber:**

Mehr Zeit für Kinder e. V.

Fellnerstr. 12

60322 Frankfurt

**Geschäftsführerin:** Simone Linden

**Projekt- und Redaktionsleitung:** Katrin Bunk

**Autorin:** Gabi Winter

**Illustration und Grafik Design:** Tobias Borries

© Mehr Zeit für Kinder e. V., Mai 2013

**[www.mzfk.de](http://www.mzfk.de)**



Mehr Zeit  
für Kinder

# Opa wird bald sterben

*Palliativpflege in der Familie*



*Ein Ratgeber des  
Mehr Zeit für Kinder e. V.*