

SCHWACHHAUSEN

Das Magazin für Bremens lebendige Mitte

Lesenswerte

100%

Schwachhausen

Große Gefühle

Die Hochzeitsfotografin Alexandra Gor

GUTES FÜR KÖRPER UND SEELE

Mit Yoga & Pilates zu mehr Wohlbefinden

MAJLOUNGES ZAHNMEDIZIN

Gehen innovative Behandlungswege

ERLEBNIS LOKALPOLITIK

Freiwilliges Politisches Jahr im Ortsamt



PERSÖNLICHKEITEN
AUS SCHWACHHAUSEN



Für ihr unermüdliches und sehr erfolgreiches Engagement
erhielt Beate Alefeld-Gerges am 4. Oktober die höchste
Auszeichnung, die die Bundesrepublik für Verdienste um
das Gemeinwohl vergibt

BEATE ALEFELD-GERGES

Gründerin von Trauerland

TEXT | ANKE JUCKENHÖFEL FOTOS | JÖRG KLAMPÄCKEL, TRAUERLAND

Auf dieses Gespräch freue ich mich sehr! Schon einmal durfte ich Beate Alefeld-Gerges treffen, die Gründerin von Trauerland. Heute geht es um sie als Persönlichkeit, und ich habe viele Fragen. Einen Raum für trauernde Kinder zu schaffen, das war bereits 1999 ihre Idee, die dann auch zur Gründung des Vereins führte. Es war in Deutschland damals ein einzigartiges Projekt, das mittlerweile einige Nachahmer gefunden hat. Die Pionierin Beate Alefeld-Gerges, die heute pädagogische Leiterin und Vorstand von Trauerland ist, hat dafür persönlich und auch mit ihrem Verein schon zahlreiche Würdigungen erhalten: Darunter die „GOLDENE BILD der FRAU“ im Jahr 2013 und der renommierte „NordWest Award“ 2014. Und jetzt das Bundesverdienstkreuz! Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier zeichnete am 4. Oktober im Schloss Bellevue 30 Bürgerinnen und Bürger mit dem Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland aus. Darunter auch Beate Alefeld-Gerges, die damit die höchste Anerkennung erhielt, die die Bundesrepublik für Verdienste um das Gemeinwohl vergibt.

**Frau Alefeld-Gerges, wie schön, Sie wieder zu treffen!
Wie war denn Ihr Treffen mit dem Bundespräsidenten?**

Es war wirklich ein toller Tag! Schon tags zuvor durften wir Schloss Bellevue besichtigen, das war sehr beeindruckend und man gab sich alle Mühe, für uns eine Wohlfühlatmosphäre zu schaffen. Der Tag der Verleihung war dann sehr aufregend – ich war die Erste, die geehrt wurde, damit auch das „Vorbild“ für die Nachfolgenden. Und das war ein sehr illustrierter Kreis, darunter beispielsweise Arved Fuchs und die Schauspielerin Christiane Paul. Herr Steinmeier gab sich große Mühe mit jedem Einzelnen, bei der Verleihung und auch auf der nachfolgenden großen Feier, wo er zwei Stunden blieb und mit jedem von uns ins Gespräch kam. Auch Frau Steinmeier war sehr interessiert an der Arbeit von Trauerland, stellte viele Fragen. Ich war unglaublich nervös, konnte die Feierlichkeiten aber auch genießen. Und das zusammen mit meinem Mann und meiner Tochter sowie den Menschen, die mich vorgeschlagen hatten.

Gab es viele Reaktionen auf Ihre Auszeichnung?

Ich habe mich sehr gefreut, dass das Thema „salonfähig“ wird, einen Platz bekommt, gesehen wird! Und ja, im Nachlauf zeigte sich durch die Rückmeldungen aus anderen Städten, dass es Trauerland durchaus einen Kick gegeben hat. Aber auch mir gibt es wieder zusätzlich Kraft, weiterzumachen.

Schon im Jahr 1999 haben Sie Trauerland gegründet. Was war damals ausschlaggebend, sich für dieses Projekt so unermüdlich zu engagieren?

Von 1996 bis 1997 ließ ich mich zunächst zur Trauerbegleiterin ausbilden und stellte fest, dass keine Anlaufstellen für betroffene Kinder existierten. Initialzündung für die Gründung von Trauerland war dann das folgende sechsmonatige Praktikum im Dougy Center in Portland, Oregon, im Früh-





Ein Gegenüber zu haben, mit dem man reden, sich austauschen und seine Sorgen teilen kann, ist in den Jugendtrauergruppen das Hauptbedürfnis der Teilnehmer

jahr 1999. Dort wurde schon seit 1986 mit trauernden Kindern gearbeitet – mit einem freien Konzept, das die Kinder dort abholt, wo sie stehen. Für die Idee konnte ich einige Freunde begeistern, und direkt nach meiner Rückkehr gründeten wir dann im Herbst 1999 das Zentrum für trauernde Kinder und Jugendliche.

Sicher war und ist Ihre Arbeit mit großem persönlichem Einsatz verbunden.

Ja, das ist definitiv so.



Wie findet Ihre Familie das?

Mein Mann und meine Tochter unterstützen mich immer, denn sie wissen, dass die Arbeit mir sehr am Herzen liegt. Mein Mann, der in einem anderen Bereich arbeitet, versteht das gut, denn auch er liebt seinen Beruf. Meine Tochter ist jetzt 12 Jahre alt und verbrachte früher viel Zeit mit mir zusammen bei Trauerland. Ich freue mich immer, wenn ich sehe, dass sie sensibilisiert ist, wunderbar mit betroffenen Kindern umgehen kann. Das wünsche ich mir generell, dass man mit dem Thema Trauer und Tod natürlich umgeht.

Ist es nicht manchmal auch ein bisschen viel Trauer für Sie?

Ja, an manchen Tagen nimmt man das auch mit. Natürlich auch abhängig davon, wie es einem selbst gerade geht. Ich habe gelernt, auf mich zu achten, nehme mir auch mal einen freien Tag. Es gab auch schon Zeiten, in denen ich mich fragte, wie ich weitermachen soll.

Finden Sie denn auch einen Ausgleich zu Ihrer Tätigkeit?

Viel Sport ist für mich ein guter Ausgleich. Und auch meine Familie ist meine Kraftquelle. Dadurch, dass ich jeden Tag mit dem Tod zu tun habe, schätze ich das Leben sehr und kann die guten Tage, die Gesundheit, sehr genießen.

In den Kindertrauergruppen gibt es wenige Regeln, die Kinder bestimmen, was sie brauchen: Spielen, lesen, einfach mit Menschen zusammen sein, die einen verstehen



Zeit zum Trauern ist in der Trauerarbeit sehr wichtig

Sowohl Sie als auch Trauerland waren nicht immer Schwachhauser...

Ich bin gebürtige Bremerin, bin es auch abgesehen von meinem USA-Aufenthalt immer geblieben. Schon meine Großeltern waren Bremer. Vor über 20 Jahren bin ich aus Horn nach Schwachhausen gezogen, es ist einfach wunderschön hier und ich liebe den Bürgerpark. Auch Trauerland ist umgezogen, von Kattenturm nach Schwachhausen. Das war ein großer Schritt für uns. Die meisten Menschen, die zu uns kommen, haben durch die zentrale Lage jetzt viel kürzere Wege. Und auch Seminarbesucher, die zum Teil aus ganz Deutschland kommen, können uns nun viel einfacher erreichen. Außerdem ist Schwachhausen ein Stadtteil, in dem viele Menschen leben, die uns unterstützen.

Wie kann man Trauerland denn unterstützen?

Es ist in den letzten zwei Jahren schwieriger geworden, finanzielle Unterstützung zu finden. Denn es gibt einfach sehr viel mehr Projekte, die um Gelder werben. Als Verein, der seine Arbeit zum größten Teil über Spenden finanziert, bedeutet es für uns jedes Jahr aufs Neue eine enorme Anstrengung, unsere kostenfreien Hilfsangebote finanziell abzusichern und weiter anbieten zu können. Es wäre wunderbar, wenn wir als Bremer Verein noch mehr Bremer Firmen als feste Partner hätten, die uns verlässlich und nachhaltig unterstützen. Aber auch jede Einzelspende ist wichtig und willkommen – und natürlich auch jedes neue Vereinsmitglied sowie jeder, der sich ehrenamtlich bei uns engagieren möchte.



Tagespflege

Stiftungsresidenz Marcusallee

Montag – Freitag
8:30 – 16:30 Uhr

Marcusallee 39
Tel. (0421) 23850

www.bremer-heimstiftung.de

Jetzt
kostenlosen
Schnuppertag
vereinbaren!

Medizin am Mittwoch
 im Winter 2018

Operation Naturheilkunde Diagnose Rehabilitation Medikament
 Prävention Alternative Behandlung MRT Dem
 Sicher sein Inkontinenz CTG gesund beraten Körper
 Stress bewältigen unterstützen Mit Bewegung gesund bleib
 Den Rücken stärken Krebs EKG heilen Diagnose
 Behandlung fit bleiben Therapie Naturheilkunde
 Medikament Operation Risiken minimiere

Seminare rund um die Gesundheit im St. Joseph-Stift

Arthrose – Therapien der Naturheilkunde
 17. Januar um 18 Uhr
 Dr. C. Müller, Leitung Klinik für Naturheilverfahren

Kinästhetik – „Pflege zuhause erleichtern“
 18. Januar um 17 Uhr
 R. Wolf, Kinaesthetics Trainerin

Behandlungsmöglichkeiten bei Beckenbodenschwäche – Was kann ich selbst tun?
 7. Februar um 17 Uhr
 Dr. S. Gaiser und Dr. K. Volkmer, Leitung Beckenbodenzentrum; A. Krüger Tiefenbach, Physiotherapeutin

Der Eintritt ist frei.
Anmeldung unter (0421) 347-1936 oder mam@sjs-bremen.de

Krankenhaus St. Joseph-Stift (Haupteingang Schubertstraße)
 Schwachhauser Heerstr. 54 | 28209 Bremen | www.sjs-bremen.de



Einen Raum für trauernde junge Menschen zu schaffen, ist das Hauptanliegen von Beate Alefeld-Gerges, der Gründerin von Trauerland

Ganz aktuell ist Ihr Buch „Trauerarbeit mit Jugendlichen“ erschienen, das Sie zusammen mit Stephan Sigg verfasst haben.

Ja, es wurde im September veröffentlicht. Uns war es wichtig, dieses Buch zu schreiben, weil sich viele Menschen im Umgang mit trauernden Jugendlichen hilflos fühlen und die Jugendlichen dadurch oft ein wenig auf der Strecke bleiben. Sie fallen häufig nicht auf, auch wenn sie in Wirklichkeit Unterstützung brauchen. Schon im Jahr 2014 haben wir ein neues Konzept für Jugendliche und junge Erwachsene erarbeitet. Im Gegensatz zu den Kindertrauergruppen, in denen das freie Spiel im Vordergrund steht und sich die Trauer oft im Tun zeigt, haben Jugendliche oftmals andere Bedürfnisse. Viele Jugendliche möchten mit einem Gegenüber über ihre Trauer reden. Sie genießen es, in der Gruppe nicht cool sein zu müssen. Sie werden verstanden und können sich austauschen. Sie möchten auch oft an den Themen arbeiten, die sie beschäftigen. In den Jugendgruppen steht jedes Treffen unter einem besonderen Thema. In den Gruppen leisten wir viel Erinnerungsarbeit, machen uns auf zu Imaginationsreisen. Und die Jugendlichen lernen, was sie tun können, wenn es ihnen schlecht geht.

Verraten Sie uns Ihre Wünsche für Trauerland?

Davon habe ich viele: Einer ist die Sensibilisierung der Gesellschaft für die Bedürfnisse trauernder junger Menschen, denn immer noch ist das Thema Tod und Trauer häufig mit Tabus belegt. Dabei muss man die Trauer zulassen dürfen, auch das Weinen und die Wut. Menschen, die das aushalten können, sind wichtig für die Betroffenen! Ganz konkret bieten wir ab Januar auch in Oldenburg eine Trauergruppe für Jugendliche an, sind mit unseren Plänen für die Trauerarbeit mit Jugendlichen noch nicht am Ende. So wünschen wir uns beispielsweise noch weitere Folgeangebote. Dazu das Thema „Flüchtlinge“, da müssen wir sehen, was wir machen können. Und ganz allgemein wünschen wir uns mehr finanzielle

Sicherheit, um ohne Sorgen und mit Sicherheit schon im Januar für das laufende Jahr planen zu können, unsere Projekte nachhaltig ausrichten und neue Ideen weiterentwickeln zu können.

Und was wünschen Sie persönlich für sich?

Ich bin sehr glücklich! Das steht und fällt mit der Gesundheit, deshalb wünsche ich mir, gesund zu bleiben!

Vielen Dank für das Gespräch!

Seit 18 Jahren begleitet Trauerland Kinder und Jugendliche, die einen nahestehenden Menschen verloren haben. Das für die Betroffenen kostenfreie Hilfsangebot umfasst Trauergruppen für Kinder und Jugendliche, moderierte Angehörigengruppen, einen Trauertreff für junge Erwachsene, Einzelberatungen, telefonische Beratungssprechzeiten und Kriseninterventionen in akuten Notsituationen. Der gemeinnützige Verein wurde 1999 von Beate Alefeld-Gerges gegründet und begann seine Arbeit mit einer Mitarbeiterin und drei Kindern. Heute bieten die insgesamt 13 Trauergruppen in Bremen und Oldenburg Platz für 175 Betroffene aus der gesamten Nordwestregion. Die Arbeit des Vereins wird fast ausschließlich über Spenden finanziert. Neben den 18 Mitarbeitern engagieren sich derzeit rund 120 Menschen ehrenamtlich für Trauerland. Namhafte Persönlichkeiten wie Thomas Schaaf, Sabine Postel und Bärbel Schäfer sind zudem als Botschafter für den Verein aktiv. Weitere Informationen unter

www.trauerland.org

Spenden für Trauerland:

IBAN DE11 2905 0101 0017 1999 77, Sparkasse Bremen