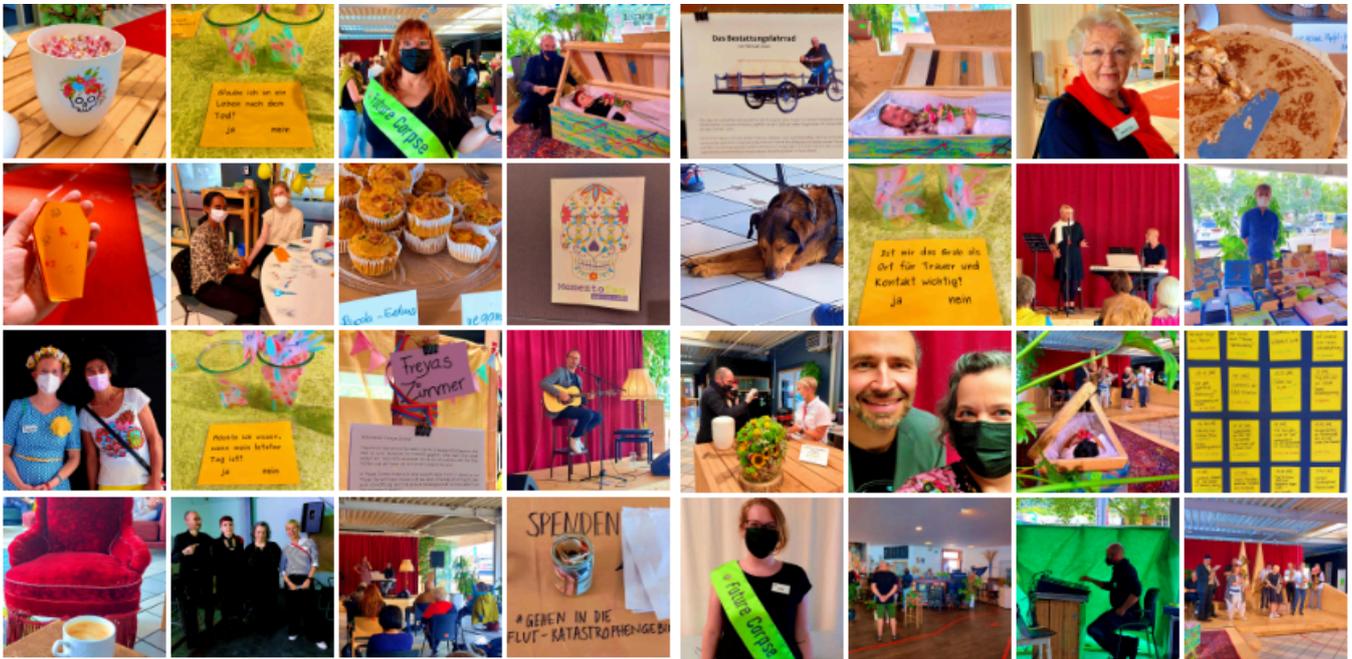


# Tag des guten Sterbens

[www.tagdesgutensterbens.de](http://www.tagdesgutensterbens.de)



Als "bunter Aktionstag für die ganze Familie"  
konzipiert und organisiert von Tina Damm.

Am 8.8.2021 gemeinsam mit Claudia Jäckel im 4.500  
Quadratmeter großen WandelWerk Köln durchgeführt.

## PRESSESPIEGEL



Tina Damm (l.) und Claudia Jäckel nehmen den Tod nicht schwerer als er ist.  
Foto: Kulturkommando Köln

# Keine Angst Der „Tag des guten Sterbens“ soll dem Tod den Schrecken nehmen

Von Diana Hass 03.08.21 07:11



**Köln** - Der Titel ist so ungewöhnlich wie das Programm. Beim Tag des guten Sterbens steht der Tod im Mittelpunkt. Allerdings nicht nur angsteinflößend, schwarz und traurig, sondern bunt und facettenreich. Am kommenden Sonntag, 8. August, gibt es im Wandelwerk in Nippes Konzerte, Filme, einen Clown zur Kinderbelustigung, gemeinsames Sargbasteln, Kaffee und Kuchen, Vorträge, Beratungen, Ausstellungen, Fragerunden – und, wer's mag, auch Probeliegen im Sarg.

## Tabuisierung verstärkt Schmerz, Einsamkeit und Verlust

Die Kulturwirtin und Sängerin Tina Damm brennt regelrecht dafür, das Thema Tod aus der Tabu-Zone zu holen. „Als meine Mutter vor rund 15 Jahren starb, habe ich erlebt, wie sprachlos auch Freundinnen waren“, erzählt die 49-Jährige. Die Tabuisierung verstärkt Schmerz, Einsamkeit und Verlust. „Dabei gehört der Tod doch zum Leben. Wir machen ihn so schlimm, weil wir ihn verdrängen“, findet Damm. Dass man auch relativ entspannt und locker über ihn plaudern kann, erfuhr sie damals in so genannten „Death Cafés“ in Paris.

---

## Aus dem Programm

Die Veranstaltung beginnt mit einem Mittagstisch um 12 Uhr. Die Frage „Wie geht eigentlich Bestattung“ behandelt Claudia Jäckel ab 14.15 Uhr im Roten Salon. Um 15 Uhr tritt Ex-Wise-Guys-Mitglied Eddi Hüneke auf, gegen 18.30 Uhr spielt die Marchingband „Blechkasten“, um 19.30 Uhr beginnt der Einlass für eine Abendveranstaltung mit dem bekannten Kriminalbiologen Mark Benecke.

Er zeigt seinen Film „Schweinchen“. „Wegen der Unwetterfolgen hat eine Tattoo-Künstlerin absagen müssen, wir suchen jetzt mit Hochdruck nach Ersatz“, sagt Initiatorin Tina Damm.

Tag des guten Sterbens, Sonntag, 8. August ab 12 Uhr, Wandelwerk, Liebigstraße 201, Der Eintritt ist frei.

[www.tagdesgutensterbens.de](http://www.tagdesgutensterbens.de)

---

Mit dem Tag des guten Sterbens möchte Tina Damm Anregungen geben, Ängste nehmen und Menschen zusammenbringen. Der Aktionstag ist bewusst locker gehalten. „Wer tiefer einsteigen will, kann das aber auch“, sagt die untriebige Kölnerin. Die Ausstellung mit Zeugnissen einer Totgeburt geht sicher unter die Haut. Von praktischem Wert können die Informationen über Sterbebegleitung, Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht sein.

## „Eine Veranstaltung mit viel Woman-Power“

Rund 20 Mitwirkende konnte Tina Damm von ihrer Idee begeistern. Sie alle unterstützen die nicht-kommerzielle Veranstaltung unentgeltlich. Darunter sind viele Frauen. „Eine Veranstaltung mit viel Woman-Power“, nennt Damm den Tag des guten Sterbens. Mit im Boot ist auch die Bestatterin Claudia Jäckel. „In meiner täglichen Arbeit erlebe ich regelmäßig, wie wichtig es ist, einige Dinge schon vor dem Ernstfall besprochen und geklärt zu haben. Das ist für alle Beteiligten eine unheimliche Erleichterung“, sagt Jäckel.

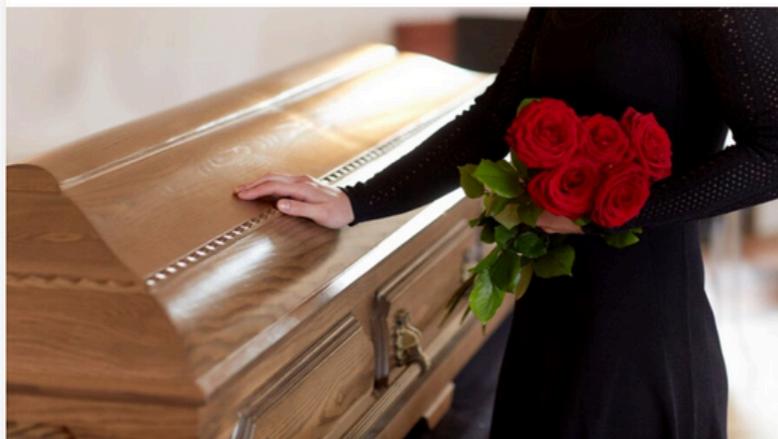
Passend scheint auch der Veranstaltungsort. Die Tage des Wandelwerks, einer multifunktionalen Aktionsfläche im ehemaligen Toyota-Autohaus, sind gezählt. „In neun Wochen ist hier Ende. Das Wandelwerk ist sehr vergänglich“, sagt Damm.

## DOMRADIO.DE

08.08.2021 "Tag des guten Sterbens" ermutigt zum lebendigen Umgang mit dem Tod

### Sterben in die Mitte des Lebens

Wenn es ein gutes Leben gibt, gibt es auch ein gutes Sterben? Ein Aktionstag in Köln möchte den Umgang mit dem Tod enttabuisieren. Nicht nur für Angehörige wird ein lebendiger Raum geschaffen, der alle Sinne berührt.



Abschied nehmen am Sarg / © Syda Productions (11 shutterstock)

Probeliegen im Sarg

## „Tag des guten Sterbens“ soll den Tod aus der Tabuzone holen

Von [Alexandra Ringendahl](#)

06.08.2021, 15:12 Uhr

Lesezeit 3 Minuten



Die Organisatorinnen Tina Damm und Claudia Jäckel.

Copyright: Damm

**Köln** – Jeder Kölner kennt den Tag des guten Lebens. Der autofreie Tag, an dem sich die Nachbarschaft eines Veedels mit vielen kreativen Aktionen ihrer Lebendigkeit versichert. Den Tag des guten Sterbens dagegen, den gibt es an diesem Sonntag zum ersten Mal in Ehrenfeld. Terminlich angelehnt an den jährlich am 8. August stattfindenden Memento Tag, der die Themen Sterben, Tod und Vergänglichkeit wieder mehr ins gesellschaftliche Bewusstsein bringen will.

Genau das ist auch das Ziel der Macherinnen des Tags des guten Sterbens: „Wir möchten Tod und Sterben aus der Tabuzone rausholen und darüber ins Gespräch kommen“, erzählt Tina Damm von Kulturkommando Köln, die das Event gemeinsam mit der Bestatterin, Trauer- und Sterbebegleiterin Claudia Jäckel organisiert hat.

Dabei soll es keineswegs nur traurig zugehen, sondern humorvoll, facettenreich und informativ: Die Palette der Angebote am Tag des guten Sterbens reicht von Probeliegen im Sarg über Informationen zu nachhaltigen Bestattungen, Beratungen zu Vorsorgevollmacht und Bestattungsvorsorge bis zu einer Trauerbar. Aber auch Konzerte, Ausstellungen und Gesprächsangebote etwa zum Thema Nahtoderfahrungen sind Teil des Programms. Auch eine Ärztin des Palliativnetzwerks ist vor Ort und informiert darüber, wie gutes Sterben mit medizinischer Begleitung gelingen kann.

## Stargast ist Mark Benecke

Höhepunkt ist dann am Abend als Abschluss die Vorführung des Films „Schweinchen“ mit dem Kriminalbiologen Mark Benecke, alias Doktor Made. Auch eine Ärztin des Palliativnetzwerks ist vor Ort und informiert darüber, wie gutes Sterben mit medizinischer Begleitung gelingen kann. Die Veranstaltung findet am Sonntag ab 12 Uhr im Ehrenfelder Wandelwerk in der Liebigstraße. In dem leer stehenden knapp 5000 Quadratmeter großen alten Autohaus, das sich Transformationszentrum für den sozial-ökologischen Wandel nennt, werden mit vielen Projekten und Veranstaltungen Visionen für die menschengerechte Stadt von Morgen entwickelt.



*Auch der Kriminalbiologe Mark Benecke, alias Dr. Made, ist dabei.*

„Mein Hauptanliegen ist, zu informieren und den Menschen die Angst zu nehmen“, sagt Bestatterin Jäckel. Sie ist unter anderem mit einem Vortrag zum Thema „Beerdigung wie geht das?“ vertreten. Außerdem informiert sie über die verschiedenen Bestattungsarten. Ihrer Erfahrung als Bestatterin nach, ist es wichtig, sich schon zu Lebzeiten damit auseinanderzusetzen, was man im Hinblick auf sein Lebensende für sich selber will. „Kinder haben oft Hemmungen, ihre betagten Eltern zu dem Thema zu befragen und die Eltern ihrerseits wollen die Kinder schonen. Am Ende spricht dann keiner.“

# Probeliegen im Sarg

Der „Tag des guten Sterbens“ sollte die Angst vor dem Thema Tod nehmen

VON HANS PETER BRODÜFFEL

Johannas Kopf ruhte auf einem weißen Kissen, bis zur Brust lag die 18-jährige unter einer dünnen Decke in der gleichen Farbe. Unter ihren zusammenliegenden Händen ein Strauß aus künstlichen roten Rosen. „Ich habe mich ganz entspannt bei diesem besonderen Erlebnis gefühlt“, erzählte die junge Kölnerin nach dem Ausstieg aus dem Sarg, dessen Deckel wahlweise halb oder ganz geschlossen werden konnte.

## „Restasche als blauer Diamant am Ring“

Das Probeliegen im Sarg war die Attraktion am „Tag des guten Sterbens“ in der Wandel-Halle in Neuhrenfeld. „Humor und unkonventionelle Aktionen wie das Probeliegen in Sarg, das man anschließend auf Instagram posten kann, senken die Schwelle sich mit dem Tod zu befassen“, sagte Bestatterin Claudia Jäckel.



**Aus Pilzgeflecht** besteht ein Sarg aus den Niederlanden. Der Verstorbene soll Teil der Natur werden. Foto: Nabil Hanano

„Wir wollen dem Thema die Angst nehmen, Tod und Sterben aus der Tabuzone holen. Das Thema steht wie ein Elefant im Raum, aber alle ducken sich weg.“ Jäckel hatte den Tag gemeinsam mit Tina Damm vom Kulturkommando Köln organisiert.

Ines Schulze-Schlüter fand

das Sargliegen zuerst ein wenig gespenstisch. „Aber dann habe ich es als weich und angenehm empfunden.“ Die Diplom-Kauffrau aus Weidenpesch trägt eine Restasche ihrer verstorbenen Mutter allgegenwärtig – und zwar als herzförmiger blauer Diamant an ihrem Ring. Bei der Diamantbestattung in der

Schweiz wurde die Asche der Verstorbenen in einem mehrmonatigen komplexen Prozess mit sehr hohem Druck und Temperatur in einen Diamanten umgewandelt.

## „Sei nicht neidisch, Du nimmst nichts mit“

An einer Stellwand konnten sich Besucherinnen und Besucher über neue nachhaltige Bestattungen informieren. So über den Bio-Sarg aus den Niederlanden, der aus Pilzgeflecht besteht. Mit dem Pilzsarg soll der Körper des Verstorbenen ökologisch korrekt zurück in den Kreislauf der Natur gegeben werden.

Bei Marie Loick und Martina Sadouki konnte man sich bis zu drei Meter lange Erinnerungsketten mit Wimpeln in den Lieblingsfarben Verstorbener nähen lassen. Gleich daneben gab eine Wand Raum für das schriftliche Hinterlassen von Gedanken zum Sterben. Ein Beispiel: „Sei nicht neidisch. Du nimmst nichts mit.“

KölnerWochenspiegel



## Den Tod mehr ins Leben beziehen Mehr Normalität für die Themen Tod, Trauer und Sterben



Die beiden Organisatorinnen, die den Aktionstag „Tag des guten Sterbens“ ins Leben gerufen hatten, ergänzten sich gut: Bestatterin Claudia Jäckel (sitzend im Sarg) und Kulturwirtin Tina Damm.

Foto: at

## Probeliegen im Sarg „Tag des guten Sterbens“ soll den Tod aus der Tabuzone holen

Von Alexandra Ringendahl >



Die Organisatorinnen Tina Damm und Claudia Jäckel. Foto: Damm



Tag des guten Sterbens mit Mark & Ines 🍷



Dr. Mark Benecke's Official Youtub...  
145.000 Abonnenten

Abonnieren

👍 343



🔗 Teilen

⬇️ Herunterladen



Zum Ansehen des Beitrags einfach auf das Foto klicken