

Winzer feiern Erfolge

Prämierung Für Kerner und Tauberschwarz gibt es Preise.

Region Der Deutsche Rotweinspreis gilt als renommierter Wettbewerb für einzelne Weine in Deutschland. Diesmal stellte eine 30-köpfige Jury 1437 Tropfen auf die Probe. In der Kategorie Lemberger gelang dem Bretzfelder Weingut Weibrecht mit seinem Lemberger trocken S 2020 der Sprung auf den zweiten Platz. Für den Hohenloher Betriebsgründer Richard und Sohn Simon, die in dem Sieben-Hektar-Öko-Gut die Qualität zusehends verfeinern, ein toller Erfolg. In der Kategorie Deutsche Klassiker überzeugt unter anderem das Taubertal: Jürgen Hofmann wird mit zwei Tauberschwarz-Weinen ausgezeichnet – aus Röttingen, wo er wohnt, und aus Markelsheim.

GRATULATIONEN



Samstag

Blaufelden Hermann Metzger in Engelhardshausen zum 85. Geburtstag.

Crailsheim Ulrike Else Freund in Westgartshausen zum 70. Geburtstag; Olga Riss zum 75. Geburtstag; Mikolaj Suchyta zum 80. Geburtstag.

Ilshofen Anneliese Pospichal zum 85. Geburtstag.

Obersontheim Andreas Berka zum 70. Geburtstag.

Schwäbisch Hall Roland Längst zum 87. Geburtstag.

Wolpertshausen Ruth Dreher zum 70. Geburtstag.

Zum Fest der goldenen Hochzeit gratulieren wir den Eheleuten **Karl** und **Susanna Nanaschi** in Gaildorf-Großaltdorf sowie **Michael** und **Helene Breckner**, geborene Zaharia, in Crailsheim recht herzlich und wünschen ihnen vor allem Gesundheit und alles Gute.

Bereits gestern feierte **Anna Schimmel** in Stimpfach ihren 90. Geburtstag. Herzliche Glückwünsche.

Sonntag

Blaufelden Rosemarie Hofmann in Niederweiler zum 80. Geburtstag; Stanislaw Boleslaw Bomba in Schuckhof zum 70. Geburtstag.

Crailsheim Karl Josef Uhl sowie Kordula Waizenhöfer, beide zum 70. Geburtstag.

Gaildorf Stefan Holzberger in Großaltdorf zum 80. Geburtstag; Gisela Knödler in Ottendorf zum 70. Geburtstag.

Frankenhardt Helmut Rief in Honhardt zum 75. Geburtstag.

Michelfeld Ursula Bauer zum 75. Geburtstag.

Obersontheim Andreas Laubert zum 70. Geburtstag.

Rot am See Karl Gottlob Bullinger zum 90. Geburtstag; Manfred Blümlsberger in Beimbach zum 80. Geburtstag.

Schwäbisch Hall Klavdiya Tmur in Hessental zum 84. Geburtstag.



Kathrin Benkenstein (35) begleitet Trauernde mit Empathie und den Kenntnissen aus ihrer persönlichen Erfahrung sowie ihrer Ausbildung. Sie setzt sich für eine offene Trauerkultur ein. Foto: Maria Friesen

Wege für eine offene Trauerkultur bereiten

Psychische Gesundheit Kathrin Benkenstein aus Kreßberg-Asbach hat sich nach dem Suizid ihres Vaters zur Trauerbegleiterin ausbilden lassen. Von Maria Friesen

Der Umgang mit Trauer steht oft im Schatten, wenn es um psychische Gesundheit geht. Kathrin Benkenstein hat sich dieser Aufgabe verschrieben. Die 35-jährige Betriebswirtin aus Kreßberg-Asbach, die bis vor Kurzem in der Schweiz als Unternehmensberaterin tätig war, arbeitet inzwischen als Trauerbegleiterin. Ihre Geschichte zeigt, wie lebenswichtig es ist, Raum für Trauer zu schaffen, sie nicht zu verdrängen. Trotz schwerer Verluste ließen sich Lichtblicke finden. Der Weg dorthin sei kein einfacher, aber gangbar.

Kathrin Benkensteins Vater nahm sich vor viereinhalb Jahren das Leben. Damit änderte sich ihr Leben schlagartig. Sie und ihre Schwester Nina standen vor einem Abgrund, der sich tief und dunkel vor ihnen auftat. „Damals war ich 30, meine Schwester 29 – und wir suchten verzweifelt nach Halt“, erinnert sie sich. Schließlich fanden sie in einer Selbsthilfegruppe für Suizidhinterbliebene in Ansbach die nötige Unterstützung. Dieses Erlebnis gab Kathrin Benkenstein den Anstoß, selbst eine solche Gruppe zu gründen. Heute führen sie und ihre Schwester, Nina Löchner, in Crailsheim die Gruppe „Ohne dich – Hilfe für Suizidtrauernde“.

Diese finde stetig größeren Zulauf.

Kathrin Benkenstein entschied sich nach dem Tod ihres Vaters, Trauerbegleiterin zu werden. „Viele Trauerbegleiter kommen aus der Kirche, dem Hospiz, der Bestattungsbranche – oder sie wurden wie ich, persönlich mit dem Thema konfrontiert.“ In ihrer Arbeit gehe es darum, Trauernden Werkzeuge an die Hand zu geben, damit sie ihren Verlust besser verarbeiten können.

„Wir suchten verzweifelt nach Halt.“

Kathrin Benkenstein über die Situation nach dem Tod ihres Vaters

„Der Weg der Trauer endet nie“, sagt Benkenstein. Sie hilft den Trauernden, die Erinnerungen an die Verstorbenen als Schatz zu betrachten, statt von den Erinnerungen an den Verlust in die Tiefe gezogen zu werden. Ein Thema ihrer Begleitung ist der Umgang mit Wut, insbesondere bei Suizid.

„Viele empfinden Wut auf den Verstorbenen, auf sich selbst oder auf das Schicksal“, erklärt sie. Kathrin Benkenstein ermutigt die

Trauernden, sich diesen Gefühlen zu stellen, statt sie zu unterdrücken. „Trauer ist eine natürliche Reaktion auf einen Verlust. Wird sie verdrängt, kann sie zu Depressionen führen und krank machen.“

Was die 35-Jährige auszeichnet, ist ihre Authentizität: „Die Menschen spüren, dass ich nicht nur aus der Theorie rede – ich habe es selbst erlebt.“ Sie möchte anderen das weitergeben, was sie selbst erfahren hat: Hoffnung und die Gewissheit, dass das Leben trotz des Verlustes wieder lebenswert werden kann. Sie warnt vor der Erwartung, dass es ein lineares Vorankommen gibt. „Manchmal fühlt sich Trauer an wie eine Spirale – man durchläuft Phasen immer wieder, und das ist normal.“ Ihre Aufgabe sieht sie darin, die Trauernden auf dem verschlungenen Weg zu begleiten.

Ergänzend zur Arbeit mit Einzelpersonen bietet Benkenstein auch Trauerbegleitung für Unternehmen an. Der Verlust eines Kollegen hinterlasse manchmal Unsicherheit oder Sprachlosigkeit bei den Kollegen. „Viele wissen nicht, wie sie reagieren sollen, sie sagen deshalb gar nichts.“ Doch genau das sei das Problem: Das Schweigen verstärkte das Gefühl der Isolation bei den Trauernden. Kathrin Benkenstein rät

zu Offenheit: „Es ist besser, ehrlich zu sagen, dass man nicht weiß, was man sagen soll, als gar nichts zu sagen.“

In Workshops versucht sie, die Gesellschaft für einen offenen Umgang mit Tod und Trauer zu sensibilisieren. Manchmal reichen kleine Gesten der Anteilnahme: „Ein Topf Suppe vor der Tür kann Trost und Hilfe spenden.“

„Viele wissen nicht, wie sie reagieren sollen, sie sagen deshalb gar nichts.“

Herzensthema ist für Benkenstein, Kindern einen guten Umgang mit Tod und Trauer beizubringen. „Wir haben verlernt, den Tod als Teil des Lebens zu akzeptieren.“ Oft würden Kinder aus Angst vor psychischen Schäden von Beerdigungen ferngehalten. Doch Benkenstein ist überzeugt, dass Kinder einen natürlichen Zugang zum Tod haben, wenn man ihnen den Raum gibt, diesen zu erfahren. „Gerade das Auslassen führt zu schaurigen Fantasien. Kinder haben oft viel weniger negative Assoziationen mit dem Tod als wir Erwachsene.“

Zur Person



FOTO: PRIVAT

Carolin Mayer

Der Förderverein Synagoge Michelbach gedenkt der Terrorakte des 9. November.

Wer sich für die mehrere Jahrhunderte umfassende Geschichte der jüdischen Gemeinschaften, generell der Jüdinnen und Juden in Hohenlohe interessiert, weiß um die Bedeutung des 9. Novembers. Die Reichspogromnacht war das Signal zum größten Völkermord in Europa. Synagogen brannten, Menschen jüdischen Glaubens wurden überfallen und misshandelt. Im Gedenken daran wird heute, Samstag, um 19.30 Uhr in der ehemaligen Synagoge Michelbach/Lücke – die als ältestes erhaltenes jüdisches Gotteshaus in Württemberg gilt –, zu einem ökumenischen Gottesdienst eingeladen. Organisiert wird die Gedenkveranstaltung vom Förderverein. Pfarrer Norbert Seibold führt durch den Gottesdienst, Dekan im Ruhestand Klaus Sanke hält die Predigt. Tobias Wolber begleitet den Gottesdienst am E-Piano.

Von großer Bedeutung

Carolin Mayer, Vorsitzende des Fördervereins, spricht über die Bedeutung dieses Tages: Die Erinnerung an die Reichspogromnacht und an die Deportation der jüdischen Mitbürgerinnen und Mitbürger dürfe nicht in Vergessenheit geraten.

Die Organisation dieser Veranstaltung ist kein Problem. An diesem Tag, dem 9. November, sagt sie, „wissen alle, was auf sie zukommt“. Auch der Gottesdienst selbst stelle organisatorisch keine allzu große Herausforderung dar. Eine Besonderheit ist, dass am Ende immer das Hoffnungslied „Freunde, dass der Mandelzweig“ von Schalom Ben-Chorin gesungen wird.

Carolin Mayer selbst kam damals zum Förderverein, weil sie von ihrem Vorgänger, Pfarrer Markus Hammer, gefragt wurde, ob sie den Vorsitz übernehmen wolle. Als Vorsitzende ist sie ganz selbstverständlich bei der Planung und Gestaltung der Veranstaltungen dabei. Zudem übernimmt sie Verwaltungsaufgaben und Öffentlichkeitsarbeit. jm

Beruf: evangelische Pfarrerin im Kirchenbezirk Crailsheim-Blaufelden, zurzeit in Elternzeit

Geburtsort: 25. Februar 1986

Bildungsweg: Studium in Weikersheim, Studium in Tübingen, Hermannstadt/Sibiru, Rumänien und Berlin.

Berufliche Laufbahn: 1. theologisches Examen in Tübingen, Vikariat in Höfen an der Enz, Dekanat Neuenbürg, Gemeindepfarrerin in Spielbach-Heiligenbrunn, Referentin beim Dekan in Blaufelden, jetzt bei der Dekanin in Crailsheim-Blaufelden

Familienstand: verheiratet, 2 Kinder
Hobbys: guten Kaffee rösten und trinken, „Gärtnern“, Waldspaziergänge.

UMFRAGE FACHKRÄFTETAGE

Welchen Beruf haben Sie erlernt? Arbeiten Sie noch in diesem Beruf oder haben Sie sich in der Zwischenzeit umorientiert?



Christine Fehlau (46)
Altenpflegerin aus Bühlertann
Eigentlich wollte ich schon immer als Altenpflegerin arbeiten, habe nach dem Abi aber erst eine Ausbildung zur Hauswirtschaftlerin gemacht. Vor etwa 20 Jahren habe ich umgesattelt und war zunächst als Hilfskraft in der Altenpflege tätig. Als meine Tochter erwachsen wurde, konnte ich mich weiterbilden. Seit sechs Jahren bin ich Fachkraft. jh



Peter Günther (50)
Hausmeister aus Satteldorf
Ich habe den Beruf des Zimmermanns erlernt und 18 Jahre lang ausgeübt. Heute bin ich Hausmeister, weil ich den Bau verlassen wollte. Man war immer bei Wind und Wetter draußen. Den Wechsel bereue ich nicht, aber ich finde es auch gut so, dass ich erst Zimmermann war, aufgrund der ganzen Erfahrung, die ich dadurch habe. jm



Beate Berwanger (46)
Schulsekretärin aus Kreßberg
Mein erster Beruf war Reiseverkehrskauffrau, da mir die Kombination aus Organisieren, ferne Länder, Menschen und Verkaufen gefallen hat. Aber während Corona war es schwer, den Beruf auszuführen, deswegen entstand der Wunsch in einen anderen Beruf zu wechseln. Ich wollte aber immer noch mit Menschen zu tun haben. jm



Jochen Schröder (63)
Konstrukteur aus Hall
Ich habe Maschinenbau studiert und mehr als 20 Jahre bundesweit als CAD-Konstrukteur gearbeitet. Mit einer sechs vorne im Alter bekommt man aber nur noch Jobabsagen. In den vergangenen drei Jahren habe mich bei den meisten Firmen in der Region beworben. Alle schreien nach Fachkräften, jemanden wie mich wollen sie aber nicht. kra



Sandra Tschernitsch (47)
Opernsängerin aus Hall
Ich bin freiberufliche Opernsängerin. Studiert habe ich an der Hochschule für Musik Detmold. Für mich stand schon früh im Jugendalter fest, dass ich das einmal machen möchte. Später habe ich auch begonnen, Unterricht zu geben. Heute reise ich weniger als früher und arbeite mehr als Gesangslehrerin. Das mache ich sehr gerne. kra

Am Wochenende finden in Ilshofen die Fachkräftetage statt. Einige unserer Befragten arbeiten heute in einem anderen Bereich, als sie gelernt haben.