



Trauernde Kinder Schleswig-Holstein

# STERNENPOST

Veröffentlicht durch den Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.

Ausgabe 1-2023



**Liebe Leser\*innen der Sternenpost, liebe Freund\*innen und Förder\*innen,**

*es ist bereits wieder ein halbes Jahr vergangen seit unserer letzten Sternenpost. Viel ist in dieser Zeit passiert, von dem wir gerne berichten möchten. Neben dem Relaunch unseres neuen Logos und unserer Homepage, hat sich auch personell etwas verändert.*

*Seit Mai verstärke ich nun das Team im administrativen Bereich und bin hauptsächlich für die Öffentlichkeitsarbeit und das Fundraising zuständig. Mein erstes, großes Event liegt bereits hinter mir. So durfte ich im Juni unsere Sternwächterinnen und Sternwächter auf einer Veranstaltung begrüßen und einen sehr informativen Abend mit ihnen verbringen. An dieser Stelle möchte ich mich gerne für den herzlichen Empfang und die tatkräftige Unterstützung des ehrenamtlichen Teams bedanken. Danke, dass ihr uns immer zur Seite steht. Ich freue mich sehr Teil des Teams zu sein und blicke freudig auf zukünftige gemeinsame Aktionen, Feste, kommende Veranstaltungen und den gemeinsamen Austausch. Herzliche Grüße und viel Freude beim Lesen der neuen Sternenpost!*

*Caroline Krüger*

## Altbewährtes in neuem Design

Wenn Sie diese Sternenpost in den Händen halten, werden Sie feststellen, dass sie etwas anders aussieht als vorher – Woran liegt das? Was ist passiert? Vor 19 Jahren wurde Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e.V. gegründet. Seitdem besteht unser Logo, unser Corporate Design. In diesen 19 Jahren ist viel passiert, die Welt hat sich verändert, die Gesellschaft hat sich verändert. So war es auch für uns Zeit, unsere Außen- und unser Logo etwas anzupassen. Mit dem neuen Erscheinungsbild möchten wir an die Vergangenheit und die letzten 19 Jahre anknüpfen, daher wurde unser Logo nicht komplett erneuert, sondern nur das vorhandene Design gestalterisch überarbeitet und modifiziert.

Die augenscheinlichste Veränderung ist die Art und die Anordnung der weiterhin bestehenden fünf Personen. Handelte es sich vormals um drei Kinder und zwei Erwachsene, sind es nun drei große und zwei kleine Menschen, die sich an den Händen halten, wobei die Großen die Kleinen einrahmen und jede Person jemanden an der Seite hat. Keiner steht allein. Die Arme der dargestellten Personen sind das verbindende Element. Herausgelöst ergeben sie eine Wellenform. Die Welle symbolisiert hierbei den Fluss, die Bewegung und die Entwicklung – alles fließt und verändert sich. Die Arme und Hände der

großen Personen sind eher passiv, aber offen und nicht fordernd. Die Kinder hingegen greifen zu den angebotenen Händen. Symbolisch steht das für das Angebot: „Nimm unsere Hand/unsere Hilfe, wenn du möchtest. Niemand wird gezwungen, aber wir sind da, wenn du es willst.“

Die Farben im Logo sind klarer herausgearbeitet. Es handelt sich um die Farben des Regenbogens. Die Farbe Grün steht wie bei einem Regenbogen im Zentrum und symbolisiert Wachstum, Veränderung und Hoffnung. In der Trauer ist der Regenbogen ein wichtiges Symbol der Hoffnung und des Mutes. Er spendet Trost und zeigt eine bunte Vielfalt der Trauergefühle.

Als Bogen verbindet er Trauernde und Menschen, die sie begleiten.

Sie sehen, vieles hat sich verändert, doch ist auch viel Altbewährtes geblieben. Mit neuem Design blicken wir gemeinsam mit Ihnen in die Zukunft. Wir bedanken uns sehr herzlich bei Nicole Weber von Rot-Stich Grafik-Design, die sich so intensiv mit unserer Arbeit beschäftigt und diese neue Gestaltungslinie für uns erarbeitet hat. Dank einer großzügigen Förderung des Unternehmens Adobe konnten wir die Neugestaltung unserer Internetseite zusammen mit der Erstellung eines neuen Corporate Designs realisieren. Klicken Sie sich gerne einmal auf [www.trauernde-kinder-sh.de](http://www.trauernde-kinder-sh.de). ★





**Lisa Glindemann engagiert sich seit zwei Jahren ehrenamtlich im Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein und begleitet regelmäßig und zuverlässig eine Kindertrauergruppe.**

**Warum engagierst du dich ehrenamtlich?**

*Weil ich davon überzeugt bin, dass Gesellschaft durch Gemeinschaft funktioniert. Ich habe schon lange nach einem Ehrenamt gesucht.*

*Als ich den Verein im Rahmen meiner Ausbildung kennengelernt habe, war für mich sofort klar: ich möchte gerne ein Teil dieser wertvollen Arbeit sein. Und dann wurde es ganz schnell zu einer Herzenssache.*

**Was beinhaltet Dein Engagement in der Kindertrauergruppe?**

*Wir begleiten Kinder in unseren Gruppen, die um einen verstorbenen Menschen trauern. Durch immer wiederkehrende und gleichbleibende Rituale schaffen wir Struktur und Sicherheit. Im Freispiel ist dann vom Kreativangebot bis hin zum Toberaum alles dabei und jedes Kind kann sich ganz individuell nach seinen/ihren Bedürfnissen richten. Wir bieten einen geschützten Raum und eine achtsame Begleitung.*

*Die Kinder entscheiden, was sie brauchen und was ihnen gut tut und finden so ihren eigenen Weg durch die Trauer.*

**Was macht Dein Engagement mit dir?**

*Vor ein paar Wochen hatten wir unseren Ehrenamtlichen-Tag. Als Einstieg haben wir alle ein Wort mitgebracht, welches für jede/n von uns für unser Ehrenamt steht. Mir sind viele dieser Worte in Erinnerung geblieben: Wertschätzung, Vielfalt, Freude, Besonnenheit, Energie, Passion, Dankbarkeit, Gemeinschaft. Diese Worte geben einen kleinen Einblick, eine Idee von dem, wie sich mein/unser Ehrenamt anfühlt. Egal in welchem Kontext ich gerade im Verein bin, ich gehe immer glücklicher nach Hause.*

**Was wünschst du bezogen auf das Thema Engagement?**

*Ehrenamt ist Zeit und Energie. Aber es ist auch so viel mehr als das. Es ist ein Miteinander und kein Nebeneinander. Es ist Gemeinschaft und kein Alleinsein. Es ist tragen und getragen werden. Ich glaube, dass viele Menschen eine Hürde damit verbinden sich wirklich zu engagieren. Aber ich glaube auch, dass wenn man das Privileg und die Kapazitäten hat, dann sollte man diesen Schritt gehen und einen Beitrag leisten. Man muss keine besonderen Fähigkeiten haben. Manchmal reicht auch einfach Zeit. So können wir gemeinsam nur gewinnen. ★*



## Familiennachmittag Wohlder Erlebnishof

Am letzten Osterferientag durften wir gemeinsam mit 21 Kindern und 16 Erwachsenen den Wohlder Erlebnishof besuchen. Wir haben den ganzen Nachmittag auf dem Hof verbracht, dabei waren das Spielen bei bestem Sonnenschein auf der großen Wiese sowie das große Trampolin und die Spielkutsche mit Holzpferd hoch im Kurs. Die Erwachsenen konnten sich bei Kaffee und Kuchen kennenlernen und hatten Gelegenheit, sich auch außerhalb unserer Trauergruppen auszutauschen. Wer sich traute, durfte die Tiere des Hofes bei einer Führung mit Bärbel Müller näher kennenlernen. Es gab Pferde, Minischweine, Hühner und Damwild aus nächster Nähe zu bestaunen und teilweise auch zu streicheln. Die Rückmeldung einer 9-Jährigen: „Besonders süß fand ich den Hasen, den wir streicheln durften, der war so flauschig.“ Für die Hungrigen gab es noch Hot-Dogs und der Tag endete mit Lagerfeuer und Stockbrot. Ein rundum gelungener Feriennachmittag! Ein großes Dankeschön geht hiermit an Bärbel Müller und ihre Familie für die Einladung und den tollen Nachmittag auf ihrem Hof. ★



## Ein besonderer Tag für unser ehrenamtliches Team

Mit dem ersten Frühlingssonnenschein hat sich das ehrenamtliche Team an einem Samstagnachmittag auf dem Anscharcampus in Kiel in großer Runde getroffen. Zur Begrüßung wurden alle eingeladen sich mit einem Wort vorzustellen, welches sie mit ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit verbinden. Danach war die Aufregung vor dem „Kreativ-Workshop“ groß. Nachdem uns Lisza Clausen (Lieschen's Atelier) aber sehr anschaulich Techniken der Aquarellmalerei erklärte, war ein Durchatmen zu spüren und alle wurden sichtlich entspannter und ließen sich mit jedem Pinselstrich mehr auf den Workshop ein. So entstanden viele tolle Bilder, die am Ende bestaunt werden konnten. Bei Kaffee und Kuchen im Café Dreimaster ließen wir den schönen Tag gemeinsam ausklingen. Wir sind dankbar so ein tolles Team zu haben! ★



## Willkommen 2023 – Unser Neujahrsempfang im musiculum



Endlich konnten wir wieder gemeinsam in ein neues Jahr starten. Nach längerer Pause fand unser Neujahrsempfang mit unseren Ehrenamtlichen, Mitgliedern und Fördernden dieses Mal im Saal des musiculums in Kiel statt. Wir haben uns sehr gefreut, dass so viele Menschen gekommen sind. Es war ein schöner Abend mit vielen Begegnungen und Gesprächen, Informationen über unsere Arbeit und einem Einblick in den Ablauf der Trauergruppen von Enken Landgrebe und Lara Kleiner-Schimmelpfennig aus unserem hauptamtlichen Team, einer musikalischen Einstimmung von Thomas Henningsen auf der Handpan und tollem und emotionalem Gesang von Lanya Al Gumur.

Besonders gefreut haben wir uns, neue Sternwächterinnen und Sternwächter begrüßen zu können, die unsere Arbeit ver-

lässlich finanziell unterstützen, und Uwe Wehking zu danken, der sich seit der Gründung im Jahr 2004 im organisatorischen Bereich des Vereins engagiert hat. Schließlich konnten wir auch verkünden, dass unsere überarbeitete Internetseite online ist und wir unsere Gestaltungslinie etwas verändert haben. Jonas, unser „Model“ für den neuen Flyer und für das Startbild unserer Homepage, war der Stargast des Abends. Lieben Dank an dieser Stelle auch an Pat Scheidemann für die jetzt schon langjährige fotografische Begleitung des Vereins.

Es war ein sehr schöner Abend und wir danken allen, die gekommen sind und denen, die den Abend mit gestaltet haben. ★



### ÜBER UNS

Trauernde Kinder Schleswig-Holstein ist ein als gemeinnützig anerkannter, eingetragener Verein, der im Jahr 2004 gegründet wurde.

#### Was bieten wir an?

- **Ehrenamtlich begleitete Gruppentreffen** für Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 18 Jahren, die den Tod eines nahestehenden Menschen betrauern.
- **Begleitete Erwachsenen-Trauergruppen** für die Bezugspersonen der Kinder (zeitgleich).
- **Persönliches Erstgespräch** für betroffene Familien Einzelberatung für Kinder, Jugendliche und Familien
- **Beratung für pädagogisches Fachpersonal** aus Kindertagesstätten, Schulen und pädagogischen Einrichtungen
- **Unterstützung** im akuten Trauerfall

#### Wie finanzieren wir uns?

Die Arbeit des Vereins finanziert sich aus Mitgliedsbeiträgen und Spendengeldern. Es fallen regelmäßige Ausgaben für Räume, Heizkosten, Fachpersonal, Kerzen, Bastelmaterial, Fortbildungen u. v. m. an.

#### Trauergruppe für Kinder (4–13 Jahre)

alle zwei Wochen montags, mittwochs und donnerstags von 16.30 bis 18.00 Uhr

#### Trauergruppe für Jugendliche (14–18 Jahre)

alle 2 Wochen dienstags 16.15–18.15 Uhr  
Anmeldung erforderlich. Einzelberatung nach Terminabsprache auch kurzfristig möglich!

## „Wir am Klinthof“ – Song zum Abschluss des Familienwochenendes im Februar

Wie schön, dass wir wieder einmal mit einigen Familien aus unseren Trauergruppen ein Wochenende Anfang des Jahres auf dem Klinthof in Heidmühlen verbringen konnten. In der dunklen Jahreszeit, die für einige Familien besonders herausfordernd ist, kann es besonders wichtig sein, Gemeinschaft und Zusammenhalt zu erfahren.

Am Freitag trafen die Familien gegen 18 Uhr am Klinthof ein und wurden von zwölf Ehrenamtlichen sowie Enken Landgrebe und Lara Kleiner-Schimmelpfennig aus unserem hauptamtlichen Team begrüßt.

Nachdem alle ihre Zimmer bezogen hatten, fand ein erstes Treffen im „Glitzerraum“ statt. Beim Kennenlern-Bingo hatten alle viel Spaß. Im Anschluss gab es dann die Möglichkeit eine Kerze für die verstorbene Person, für einen Wunsch oder für sich selbst anzuzünden. Dieses Ritual aus den Trauergruppen, sowie die Herzrunde durften natürlich auch beim Familienwochenende nicht fehlen. Neben einigen Angeboten und den gemeinsamen Mahlzeiten gab es immer Zeit für einen Spaziergang, zur Entspannung oder um miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Workshopangebote für Groß und Klein von der Kunsttherapeutin Kristine Strelow

prägten den Samstag. Die Familien konnten auf unterschiedliche Weise kreativ werden und eine Traumreise zu einem „schönen Ort“ gestalten, Lampions bemalen und Klappbilder mit Farbe machen, wobei so viele tolle unterschiedliche Motive entstanden sind.

Am Sonntag stand Musik auf dem Programm: Unsere Botschafterin MayaMo und ihre Teampartnerin Barbara Schröder haben gemeinsam mit uns ein „Klinthof-Familienwochenende-Lied“ geschrieben: *Wir am Klinthof!* Ein toller Text wurde gemeinsam entwickelt, der zum Abschluss sogar zweistimmig erklang und von einer Rhythmusgruppe auf den am Vortag verzierten Cajatons begleitet wurde.

Zum Abschluss des Familienwochenendes haben wir gemeinsam auf das Wochenende zurückgeblickt – wieder mit einem aus den Gruppen vertrauten Element: dem Holzherz. Es wird herumgereicht und dabei erzählt man, was man erlebt hat und mit welchen Eindrücken und Gefühlen man nach Hause geht. Eine sehr emotionale Runde voller Dankbarkeit und etwas Wehmut war das!

Es war für alle ein schönes, intensives Wochenende. Vielen Dank an unser tolles, ehrenamtliches Team, das dieses Wochenende beglei-

tet hat und auch an das Team vom Klinthof. Von ganzem Herzen bedanken wir uns auch bei allen, die mit ihrer Geburtstagsspende für Hartmut Niesing, unserem ehemaligen Vorstandsmitglied, dieses Wochenende für die Kinder und ihre Zugehörigen aus unseren Trauergruppen möglich gemacht haben. ★



## WIR DANKEN ALLEN SEHR HERZLICH,

die unsere Arbeit durch eine Spende, durch Zeit und Engagement unterstützen. Jeder Beitrag – egal ob klein oder groß – ist wichtig, damit wir Kinder und Jugendliche, die unsere Hilfe brauchen, auf ihrem Trauerweg begleiten können.

## Kicken für den guten Zweck

Am 26.02.23 lud die E-Jugend des MTV Dänischshagen die Mannschaften des Umlands zum Hallenturnier. Die Kinder hatten gemeinsam mit ihrem Trainer Willem Herrmann entschieden, die Erlöse des Turniers einem guten Zweck zukommen zu lassen, anstatt wie sonst üblich die Mannschaftskasse zu füllen oder kleine Plastikpokale für alle Turnierteilnehmer\*innen zu sponsern. So wurden die Startgelder und die Erlöse aus dem Kioskverkauf, den die Eltern mit Waffeln, Kuchen und Laugengebäck bestückt hatten, dem Verein Trauernde Kinder Schleswig-Holstein überreicht. Wir danken den Kindern und Eltern der E-Jugend und Willem für die tolle Geste und die Superspende in Höhe von 578 Euro! ★

## Philipp läuft: Spendenlauf in Heikendorf

Heikendorf im Dezember 2022, bewölkt, -2°C. Um Punkt 10 Uhr startete Philipp Zahrt, begleitet von einem vierköpfigen Unterstützungsteam, seinen Spendenlauf.

Gespannt wurde der Lauf verfolgt und begeistert zu jeder weiteren gelaufenen Runde applaudiert. Unter einem eigens dafür aufgestellten Pavillon wurden frisch gegrillte Bratwurst sowie warme und kalte Getränke (gegen eine Spende) angeboten und sehr gerne angenommen. Wir waren mit einem kleinen Info-Stand vor Ort und konnten viele interessante Gespräche führen.

Philipp hatte sich zum Ziel gesetzt, wie im vergangenen Jahr, 12 Runden zu schaffen. Eine große Herausforderung bei eisiger Kälte und glattem Untergrund. Doch es wurden unglaubliche 13 Runden – Glückwunsch, neuer Rekord. Es kam die überwältigende Spendensumme von 5.000 Euro für unsere Gruppenräume zusammen. Herzlichen Dank an dich lieber Philipp und an alle, die diese fantastische Aktion unterstützt haben! ★



## Topkauf Buck mit Top Spenden für unsere Arbeit

Seit 12 Jahren steht eines unserer Spendenhäuser bei Topkauf Buck am Westring gut sichtbar an der Kasse – ein Familienbetrieb seit über 20 Jahren. Andrea und Ronald Buck betreiben das kleine Geschäft mit Unterstützung ihrer Tochter Vanessa. Es ist 10 Uhr an einem Freitag und ein Kommen und Gehen im Geschäft. Die Menschen erledigen ihren Wochenendeinkauf, geben Pakete und Päckchen ab, kaufen Getränke und Brötchen und die Kinder kommen mit ihrem Taschengeld, um sich ein Eis oder Süßigkeiten zu kaufen. Viele stecken ein paar Cent oder auch mal einen Euro in das Spendenhaus. Manchmal fragen die Leute, wofür die Spenden sind. „Einmal habe ich mich länger mit einem Kunden über die Arbeit des Vereins unterhalten. Er war so berührt, dass er nach kurzer Zeit wiederkam und sein gesammeltes Klein-



geld von zuhause geholt hat.“ erzählt Ronald Buck. „Die Kundschaft ist am Ende des Jahres immer schon gespannt, wieviel denn wohl zusammengekommen ist.“ ergänzt Andrea Buck. Und das ist so einig in den 12 Jahren! Von Jahr zu Jahr hat sich die Spendensumme erhöht. In 2023 knackt Familie Buck zusammen mit ihrer Kundschaft die 20.000 Euro-Marke. Unglaublich! Wir freuen uns so sehr über diese regelmäßige Unterstützung unserer Arbeit und danken allen, die in den letzten 12 Jahren ihren Teil zu dieser tollen Spendensumme beigetragen haben. Ein lieber Dank geht natürlich ganz besonders an Familie Buck, die nicht nur das Spendenhaus an der Kasse aufstellt, sondern sich mit unserer Arbeit beschäftigt und mit den Kundinnen und Kunden darüber ins Gespräch kommt, wenn es die Zeit erlaubt. ★

## Treffen der Sternwächter\*innen



Unter dem Motto „Sternwächter\*in meets Ehrenamt“ haben wir unsere Gruppenräume geöffnet und konnten zahlreiche Sternwächterinnen und Sternwächter begrüßen. Nach den neuesten Informationen aus unserem Verein, durften wir einen neuen Sternwächter in unseren Reihen willkommen heißen. Die Peter Jensen Stiftung wird uns für die nächsten drei Jahre zur Seite stehen. In einem Interview des ehrenamtlichen Teams konnten die Sternwächterinnen und Sternwächter einen ersten Eindruck von der Arbeit bei uns gewinnen, bevor sie dann inhaltlich weiter eingetaucht sind und unsere Gruppenräume erfahren und erleben konnten. In einer Art „Speed-Dating“ wurde jeder Raum/ jede Station durch ein ehrenamtliches Teammitglied besetzt und die Sternwächterinnen

und Sternwächter konnten sich so direkt im Dialog von der Arbeit in unserem Verein berichten lassen, Fragen stellen und Symbole und Rituale kennenlernen.

Genauso wie im Abschlusskreis in unseren Trauergruppen haben wir eine Fragekarte aus dem Choco-Hopper-Spiel gezogen und die Karte reihum gegeben. „Was fällt dir ein, wenn du das Wort Licht hörst?“ Nun durften alle, die es wollten, etwas dazu sagen und dann die Karte weitergeben. Im Anschluss hatten wir noch Gelegenheit, weiter in die Thematik einzusteigen und im direkten Gespräch von unserer Arbeit zu berichten. Alles in allem war es für uns ein sehr schöner und bereichernder Abend. Lieben Dank an alle für dieses großartige Engagement für unsere Arbeit. Wir freuen uns auf das nächste Treffen im Herbst und danken unserem engagierten Team für die tolle Unterstützung. ★



★ [www.trauernde-kinder-sh.de](http://www.trauernde-kinder-sh.de) ★



Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V.  
Lerchenstraße 19a • 24103 Kiel • Telefon: 0431-260 20 51 • [info@trauernde-kinder-sh.de](mailto:info@trauernde-kinder-sh.de)  
Telefonische Sprechzeiten: montags bis donnerstags von 10 bis 12 Uhr  
Auflage: 1.000 Stück, 24. Ausgabe • Layout: [www.rot-stich.de](http://www.rot-stich.de)  
Redaktion und Fotos: Trauernde Kinder Schleswig-Holstein e. V., Pat Scheidemann  
Möchten Sie die Sternenpost abbestellen? Schreiben Sie uns einfach eine Mail.

### SPENDENKONTEN:

★  
Kieler Volksbank  
IBAN DE18 2109 0007 0062 7117 09  
BIC GENODEF1KIL  
★  
Förde Sparkasse  
IBAN DE71 2105 0170 1400 0610 89  
BIC NOLADE21KIE

WER DER TRAUER RAUM GIBT, SCHAFFT PLATZ FÜR DAS LACHEN.