

HERZENSZEIT – Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene trauern anders

Wie alles begann: Birgit Kuban, ausgebildete Krankenschwester, hat nach dem Wechsel ins Gemeinschaftshospiz Christophorus bei ihrer Arbeit bemerkt, dass die Betreuung der PatientInnen selbstverständlich den Lebenspartner einbezieht und hat sich gefragt: Wer kümmert sich um die Kinder? Wenn Kinder, Jugendliche oder junge Erwachsene ihre Mutter, ihren Vater, ein Geschwisterkind oder einen anderen ihnen nahestehenden Menschen verlieren, erleben sie Trauer auf ihre ganz eigene Weise. Da kann eine professionalisierte Sichtweise allen helfen.

Während Erwachsene oft mit der Begleitung eines sterbenden Menschen und ihrer eigenen Trauer sehr beschäftigt sind, entsteht häufig der Wunsch, Kinder und Jugendliche nicht mit dem Tod zu belasten. Junge Menschen spüren aber, dass sich etwas verändert und finden dann nicht den Raum, darüber zu sprechen.

„Kinder trauern anders“, sagt Birgit Kuban, „man nimmt dem Kind das Abschiednehmen“.

Sie machte eine Ausbildung zur Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche und Familien und hat zusammen mit Kollegen 2019 das Projekt ‚Abschiedsbegleitung für Kinder‘ ins Leben gerufen.

Im Zug der Professionalisierung wurde das Projekt unter dem Namen HERZENSZEIT neu aufgestellt und anlässlich des Deutschen Hospiztages am 14. Oktober 2025 der Presse und Öffentlichkeit vorgestellt. Ich war für das Kladower Forum bei der Veranstaltung dabei – und tief bewegt. Der Spandauer Bezirksbürgermeister Frank Bewig übernahm bei dieser Gelegenheit persönlich die Schirmherrschaft. Ein einzigartiges Angebot!



Bezirksbürgermeister Frank Bewig mit dem Geschäftsführer des Gemeinschaftshospizes Christophorus Sebastian Doppelstein

Foto: Designair André Kura

Besonders berührt haben mich die offenen und ehrlichen Schilderungen zweier Familien, die von ihren Erfahrungen mit dieser besonderen Form der Trauerbegleitung er-



körperorientierte
TraumaARBEIT

*„Trauma ist eine Tatsache im Leben.
Es muss jedoch kein lebenslanges Verhängnis sein.“
Peter A. Levine*

Elke Thiel

Heilpraktikerin für Psychotherapie
TraumaTherapeutin
Kompetenzpartnerin für Hochsensibilität
EMDR-Therapeutin
TOMATIS®-Practitioner

Schallweg 38a, 14089 Berlin
www.elkethiel-berlin.de
kontakt@elkethiel-berlin.de
030 33 85 22 19



zählten. Es wurde deutlich, wie viel Halt und Vertrauen durch diesen behutsamen Raum entstehen kann.

In Gruppen oder Einzelbegleitungen finden junge Menschen Raum zum Reden, Schweigen, Malen, Lachen oder einfach zum Dasein – ohne sich erklären zu müssen. Zu wissen, dass die anderen Ähnliches erlebt haben, schafft Vertrauen und Verbindung. Besonders eindrücklich ist die tiergestützte Trauerbegleitung: Mit Pferd Crumble und Hunden erfahren die Teilnehmenden Nähe, Trost und Stärkung – oft ganz ohne viele Worte. Auch Musik und kreative Ausdrucksformen gehören dazu und helfen, Gefühle zu zeigen und neue Kraft zu finden. Ein geschützter Raum, in dem alle Trost, Verständnis und Halt finden können. Gemeinschaft statt Einsamkeit.

Heute begleitet HERZENSZEIT rund 40 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene an drei Standorten – auf dem Campus Havelhöhe, am Brunsbütteler Damm und auf einem Pferdehof in Falkensee. Seit dem Start konnten bereits über 80 junge Menschen und mehr als 50 Familien unterstützt werden. Das Angebot ist spendenfinanziert.

Das Team besteht derzeit aus 2 hauptamtlichen Fachkräften und qualifizierten Ehrenamtlichen, zu denen eine 15-Jährige zählt, die selbst lange Zeit in einer Trauergruppe

betreut wurde und daher ganz genau weiß, wie sich die anderen fühlen und wie lang und schwer der Weg sein kann.

Ich möchte Sie alle auf dieses wertvolle Projekt aufmerksam machen – ein Angebot, das es direkt hier bei uns im Ort gibt. Wenn Sie selbst betroffen sind oder Menschen kennen, die einen schweren Verlust erlebt haben, erzählen Sie ihnen von HERZENSZEIT. Ich bin überzeugt, dass diese Begleitung helfen kann. Und wenn Sie sie selbst hoffentlich nie brauchen werden, ist es gut zu wissen, dass es sie gibt.

Weitere Informationen finden Sie auf der Projektwebsite www.herzenszeit.berlin und auf dem neuen Instagram-Kanal [@herzenszeit_berlin](https://www.instagram.com/herzenszeit_berlin), auf dem Einblicke in die Arbeit geteilt werden.

Brigitte Ahlfeldt



Herzenszeit-Team

Foto: Designair André Kura



Tel.: (0 30) 365 46 13

Kundendienst · Komplett-Sanierung · Alarmanlagen · E-Check · Torantriebe
Sprechanlagen · Rauchwarnmelder · Planung und Beratung

www.hermannelektro.de





Die Galerie Franka Löwe im Winter 2026

6. Februar 2026: Vernissage der Ausstellung „Fiat lux - cum arte!“

Eine erhellende Ausstellung mit Lichtkunst und Kunst im besonderen Licht in der dunklen Jahreszeit.

Adresse:

Galerie Franka Löwe
Sakrower Landstr. 59
14089 Berlin – Kladow

Kontakt:

www.frankaloewe.de
info@frankaloewe.de
+49 30 55 87 12 42

Öffnungszeiten:

Freitag und Samstag
15:00 bis 18:30 Uhr
und nach Absprache

NEUES ANGEBOT

Workshops für digitale Teilhabe und Selbstbestimmtheit.

Ab Januar 2026 veranstalten wir Workshops für mehr Lebenskunst und bessere Lebensqualität in der digitalen Welt.

Themenwelten:

- Sicherer stressfreier Umgang mit E-Mail, Internet & Digital-Apps
- Kreatives Arbeiten und Gestalten mit digitalen Werkzeugen
- Authentischer Internet-Auftritt mit Webseiten, Social Media & Co.

Alle Lern-Angebote finden in kleinem Kreis in entspannter Atmosphäre statt. Wir achten auf homogene Gruppen nach Erfahrung u. Interessen.

Mehr Infos oder Beratung gewünscht? Gerne!

Agentur Lebenskunst, Franciska Lion-Arend
kontakt@agentur-lebenskunst.de / +49 (0)30 89 644 533
www.agentur-lebenskunst.de



Techniken ändern sich, die Kunst bleibt dieselbe. (C. Monet)