

herzblatt



3.2025

Leben mit angeborenem Herzfehler | Deutsche Herzstiftung e. V.

**Rat & Tat:
vorausschauend
die Versorgung
planen**

Palliativkonzepte

Lebensqualität bis zuletzt

Porträt

Der Windsurfer

Forschungsförderung

Nachsorge nach Fontan-OP



Naturforscher ganz im Element – Abenteuerwochenende für die Familie!

Jedes Jahr organisiert die Kinderherzstiftung eine besondere Freizeit für Familien mit herzkranken Kindern – ein langes Wochenende voller Abenteuer, Begegnungen und gemeinsamer Erlebnisse.



Die nächste Familienfreizeit der Kinderherzstiftung findet 2026 wieder über Christi Himmelfahrt im Kolping-Feriendorf Herbstein statt. Wer dabei sein möchte oder Fragen hat, kann sich gerne per E-Mail an kinderherzstiftung@herzstiftung.de wenden.

Wir freuen uns schon jetzt auf ein Wiedersehen – mit alten Bekannten und neuen Familien, die Teil dieses besonderen Erlebnisses werden möchten!

Um Christi Himmelfahrt war es wieder so weit: 13 Familien mit insgesamt 31 Kindern versammelten sich im Kolping-Feriedorf Herbstein im mittelhessischen Vogelsbergkreis. Unter dem Motto „Rettung der vier Elemente“ erwartete die Teilnehmenden eine fantasievolle Reise durch Feuer, Wasser, Erde und Luft.

Wie die Freizeit aus Sicht der Kinder und Familien verlief, schildert Elena – große Schwester eines Herzkindes, langjährige Teilnehmerin und seit drei Jahren engagierte Teamerin.

Der Anreisetag

Alle Familien trudelten nach und nach in Herbstein an. Die Mädchen und Jungen waren aufgeregt und konnten es kaum erwarten, die anderen Familien und Kinder kennenzulernen. An den Türen der Häuser hingen farbige Briefumschläge mit einer herzlichen Begrüßung und Informationen über die bevorstehenden Aktivitäten. Abends standen erst einmal Kennenlernspiele auf dem Programm. Sortieren nach der Größe oder nach dem Anfangsbuchstaben des Vornamens sowie gegenseitige Vorstellung in seiner Gruppe. Die Kinder fanden schnell neue Freunde, während die Erwachsenen sich über ihre Erfahrungen mit dem Leben mit einem herzkranken Kind austauschten.

Eine Gute-Nacht-Geschichte – passend zum Thema – durfte natürlich nicht fehlen! Sie handelte von den vier Elementen. Anschließend konnten die Familien den Abend in der Bodega mit Spielen und Gesprächen ausklingen lassen, während einige Unermüdlische noch die eine oder andere Partie Tischtennis spielten.

Tag 1

Um die vier Elemente zu retten, musste erst einmal den Insekten geholfen werden. Alle Familien machten sich auf den Weg in den Wald, um dafür Naturmaterialien zu sammeln. Aber wofür bloß? Wir bauten den Insekten ein Hotel! (Eine Anleitung zum Bau eures eigenen Insektenhotels findet ihr in dieser Ausgabe auf Seite 36.) Die Kinder waren begeistert und sammelten eifrig Zweige, Blätter, Steine und alles, was sie an Baumaterial finden konnten. Danach ging es an das Bauen der Insektenhotels. Doch während der Aktion platzte „die große Dunkelheit“ hinein, behauptete, die Elemente geklaut zu haben und verschwand. Die Dunkelheit war unheimlich und ließ die Kinder zunächst erschrocken zurück. Doch kurz darauf erschien die Beschützerin der Elemente und bat alle um Hilfe, um Erde, Luft, Wasser und Feuer zu retten. Zunächst galt es jedoch, die Insektenhotels fertigzustellen. Die Familien arbeiteten alle gemeinsam: eine wunderbare Gelegenheit für die Eltern, zusammen mit ihren Kindern etwas über die Natur zu lernen.



Tag 2

Morgens machten sich die Kinder ganz ohne Mütter und Väter auf den Weg, um verschiedene Trainingsaufgaben zu bewältigen. Dies war wichtig, um die vier Elemente retten zu können. Versteckte Gegenstände im Wald finden und die eigene Schrittweite messen – all dies haben die Kinder ohne Probleme geschafft. Anschließend wurden noch Stöcke für das Stockbrot gesucht.

Am Nachmittag wurde es dann ernst – die Elemente mussten an vier verschiedenen Stationen gerettet werden:

1. Erde: Mit einer Augenbinde griffen die Kinder in Fühlsäckchen und mussten erraten, was sich darin befand. Zum Schluss kam der Schlamm! Eine willkommene Gelegenheit, sich Naturschminke zu machen.

2. Luft: Auf einem Tisch war ein Labyrinth aufgemalt. Am Anfang des Labyrinths lag ein Wattebausch. Dieser wurde im Team mit Luftpumpen durch das Labyrinth gepustet, bis er schließlich am Ende des Tisches in den Becher fiel.

3. Wasser: Mit einem Schwamm wurde Wasser aufgesogen und durch einen Parcours in einen Behälter gebracht. Gar nicht so einfach, wenn man sich selbst nicht bewegen darf!

4. Feuer: Am Feuerplatz konnte selbst Feuer gemacht werden. Es gab zwei Möglichkeiten: mit einer Lupe oder mit einem Feuerstahl. Mit der Lupe bündelte man das Sonnenlicht und „zielte“ auf einen Wattebausch, um diesen zu entzünden. Beim Feuerstahl strich man mit einem Metallgegenstand über den Feuerstein, wodurch Funken entstanden.

An jeder Station gab es dann einen seltsamen Zettel. Was der wohl zu bedeuten hatte? Alle Kinder versuchten, das Rätsel erfolgreich zusammensetzen. Und siehe da: Ein vergrabener Schatz mit Diamanten und einer Botschaft wurde gefunden. Diese Botschaft wies auf ein Lagerfeuer mit Stockbrot am Abend hin.

Vor dem Feuer überraschten die Eltern ihre Kinder mit einem Theaterstück über die Rettung der vier Elemente. Und wirklich alle Eltern haben mitgemacht!

Am Abend versammelte sich dann die ganze Naturforschergemeinschaft um das Lagerfeuer, grillte Stockbrot und sang Lieder: eine perfekte Gelegenheit, den Tag Revue passieren zu lassen und die neuen Freundschaften zu festigen.





Abreisetag

Nach dem Frühstück ging es schon zum letzten Treffen und zur Abschiedsrunde. Gemeinsam sangen alle ein Lied. Als Dank für die gelungene Rettung der vier Elemente erhielten die Kinder eine Urkunde und einen farbigen Diamanten aus der gefundenen Schatzkiste.

Zum Abschluss gab es noch eine Runde Menschenmemory. Das geht folgendermaßen: Jeder sucht sich einen Partner, legt gemeinsam einen passenden Begriff über die Elemente fest, verteilt sich im Raum und setzt sich auf den Boden. Anschließend erraten vier Kinder, die zuvor nicht im Raum waren, die beiden zusammengehörenden Partner. Gewonnen hat der Ratefuchs mit den meisten Pärchen.

Und damit endete die Familienfreizeit der Kinderherzstiftung 2025. Auch wenn beim Abschied ein paar Tränen flossen, blieb vor allem eines: die Vorfreude auf das nächste Jahr. Neue Freundschaften, gemeinsames Lachen, Abenteuer im Wald und abendliche Lagerfeuer – all das hat wieder gezeigt, wie wertvoll diese Zeit für Familien mit herzkranken Kindern ist.

Elena, 18, Schwester eines Herzkindes und Teamerin



Ein Dankeschön – im Zeichen der vier Elemente

Feuer stand in diesen Tagen für das Engagement und die Leidenschaft, mit der unsere Co-Teamerinnen Beate und Elena die Familienfreizeit begleitet haben. Mit ihrer Wärme haben sie dafür gesorgt, dass sich alle willkommen und gesehen fühlten.

Wasser symbolisiert die Fürsorge und die fließende Zusammenarbeit, die wir von allen Seiten erfahren durften. Unser Dank gilt dem gesamten Team des Kolping-Feriendorfs Herbstein, das uns mit reibungsloser Organisation, freundlicher Betreuung und leckerer Verpflegung durch das Wochenende getragen hat.

Erde steht für die Stabilität, auf der unsere Freizeit ruht – ermöglicht durch die großzügige Unterstützung unserer Spenderinnen und Spender. Sie haben den festen Boden geschaffen, auf dem diese besondere Zeit überhaupt erst wachsen konnte.

Und Luft? Sie steht für die Leichtigkeit, die Freude und das gemeinsame Lachen, das uns verbunden hat. Dafür danken wir allen Familien, die mit Offenheit, Mut und Vertrauen dabei waren – und diese Freizeit zu dem gemacht haben, was sie war: ein unvergessliches Erlebnis für Groß und Klein.