

## Einblicke in das Vereinsgeschehen 2015

Auch in diesem Jahr möchten wir wieder über die vom Sterntaler e.V. geförderten Projekte sowie Aktivitäten berichten.

### Sterntaler-Segelfreizeit seit 1993 – also der 23. Törn!

Die nachfolgenden Beiträge lassen uns an den Eindrücken und Gefühlen einiger Mitsegler teilhaben:

„Zwei Wochen, vierzehn Tage, 336 Stunden können viel Zeit oder auch wenig Zeit sein. Sie sind immer das, was Du daraus machst. Mir sind oder waren sie zu kurz!“ (Nils)

„Du setzt Dich in Herdecke in den Bus und der Motor startet. In dem Moment, in dem der Bus losfährt, hast Du das Gefühl über eine Schwelle zu fahren. Sobald Du über die Schwelle gefahren bist, schaltest Du alles aus, was dahinter war und konzentrierst dich nur noch auf die zwei Wochen. Vor lauter Vorfreude sitzt du wie ein Honigkuchenpferd im Bus und kannst es kaum erwarten, endlich die Fortuna zu betreten. Und sobald du die Fortuna betrittst, könntest du schreien vor Freude.“ (Meike)

### Zusammen Spaß haben und anpacken



„Wir hatten sehr gutes Wetter in der ersten Woche. Viel Sonne und auch etwas Wind. Wir hatten sogar viel Zeit zum Baden.“ (Steffen)

„Dieses Jahr bin ich zum ersten Mal von der Ladeluke ins Meer gesprungen.“ (Christiane)

„Weil schon einige Kinder mehrmals mitgefahren waren, konnten wir an einem

ganz anderen Punkt anfangen, als in den anderen Jahren. Die Idee war, mit der Gruppe in die Tiefe zu gehen und die tieferen Zusammenhänge der Seefahrt zu beleuchten. (Carsten, der Fortuna Skipper)

### Therapeutisches Arbeiten



Meine erste Fortuna Reise: Ich stand vor dem Bus und sah Menschen Gott, was hatte ich für eine Angst, ihr könntet mich nicht mögen. Wer war ich denn schon? Ein kleiner hyperaktiver Hauptschüler. Aber es kam anders ... besser.

Mein letzte Reise: Ich sah euch am Bus und ich wußte, wir sind ein Team, eine Gruppe. Ich wusste, wer ich bin: ein großer, fast vernünftiger Junge, der auf dem Weg ist, sein Abi zu machen und dazu noch ganz gut Klavier spielt. Es wäre falsch zu sagen, es lag nur an den Fortuna-Fahrten, aber sie haben mir sehr geholfen, mich zu entwickeln, und meine Energie besser zu nutzen.“ (Nils)

„Es hat mir mega Spaß gemacht in Abbeloe Lagerfeuer zu machen und schwimmen zu gehen. In Sonderborg waren wir wandern und haben die Mühle angeschaut. .... Ich habe sogar einmal beim Segeln das Kommando angeben dürfen. .... Trotz, dass ich mal was vergessen habe und es dadurch Streit gab, na ja, es hat sich geklärt.“ (Alina)

### Entspannung



Es ist schön mit den neu gewonnenen Freunden am Hafen entlang zu gehen, mit ihnen Spaß zu haben oder etwas aus deren Leben zu erfahren. Man kann sich mit ihnen austauschen und der ein oder andere versteht einen sogar. ... Ich gehe mit einem Gefühl, mit dem ich auch gekommen bin: Freude und Trauer. So viel Spaß, wie ich in den letzten vierzehn Tagen hatte, hatte ich schon lange nicht mehr.“ (Marvin)

„Diese Erinnerungen, die einen noch ein Jahr später zum Lachen bringen, gerade dann, wenn es einem nicht gut geht, sind einfach unersetzlich“ (Janna)

„Ich habe einen Logbucheintrag über Quallen gemacht, weil es mir Spaß gemacht hat, darüber etwas zu erfahren.“ (Magdalena)

„Ich höre Ulli rufen und springe zum letzten Mal auf dieser Reise vom Klüverbaum ins Wasser. Dann mache ich mich auf den Weg in die Kombüse. Erschöpft, aber glücklich, fange ich an Zwiebeln zu schneiden und kurz darauf fließen die Tränen. Ich weiß nicht, ob es die Zwiebeln oder Glück sind, die mich zum weinen bringen. Auf jeden Fall ist es aber nicht Trauer. In diesem Moment bin ich völlig ausgefüllt von Glück und für diese Momente möchte ich euch allen danken. (Franzi)

## **Mail von Familie Osmond**

### **Christoph geht es besser!**

*Sehr geehrte Damen und Herren,*

*die letzten Tage habe ich an die deutlichen Fortschritte gedacht, Christophs Gesundheit betreffend. Deshalb wollte ich die Gelegenheit wahrnehmen und Ihnen diese Fortschritte zu schildern.*

*Nach jahrelanger Ärzteodyssee und bevor wir mit der Therapie anfangen, war Christoph sehr geschwächt, erschöpft, müde, krank. Im Schulunterricht schlief er zum Teil ein, sobald er von der Schule nach Hause kam ging er ins Bett und verblieb dort den ganzen Tag. ER schleppte sich zur Schule und zurück wie ein kleiner alter Mann.*

### **Sein liebster Aufenthaltsort war in seinem Bett.**

*Er hatte ständig Halsentzündungen, Haarausfall, Appetitlosigkeit, Schwäche, Kraftlosigkeit, Erschöpfung, Kopf-, Bauch-, Muskel- und Knochenschmerzen, Hautausschlag mit Juckreiz, rote dicke Striemen im Gesicht, Hitzewallungen, Herzrasen, Durchfall, Verstopfung, er verlor immer weiter an Gewicht, Schwellungen im Gesicht, z. T. so stark, dass die Lippe aufplatzte, Schlafstörungen, hatte einen Infekt nach dem anderen z.T. mehrere zur gleichen Zeit (selbst in den Sommermonaten).*

*Sobald er im Sommer an einer Bäckerei vorbeiging (offene Türen) war er sofort heiser und hatte Schwellungen im Gesicht. Wenn er an jemandem vorbeiging, der rauchte, ist er fast zusammengebrochen. Er reagierte auf Gerüche. Er konnte in keine Drogerien, Supermärkte etc. gehen. Er vertrug nur noch ganz wenig Lebensmittel, alles ohne Konservierungsstoffe und sogenannte E-Nummern, ei-, soja-, gluten-, milchfrei, ohne Gewürze. Nach dem "Genuß" von vielen Nahrungsmitteln oder aber unverträglichen Gerüchen (z.B. Parfüm, Deo, Autoabgase, etc.), fühlte er sich extrem kraftlos, die Nase schwoll zu, er konnte nicht mehr schlucken und fast nicht mehr atmen, Schwellungen im Gesicht, Muskelschmerzen, noch kraftloser, schlief ein, in jeder Situation und zu jeder Tageszeit. Er fehlte häufig wegen Krankheit in der Schule. Er vertrug hauptsächlich nur noch Reis und Reisprodukte (z.B. Reismilch). Nach der Ernährungsumstellung stabilisierte sich sein Gewicht und er fühlte sich etwas besser.*

### **Durch die Therapie hat Christoph deutlichst an Lebensqualität gewonnen.**

*Nach dem Schulunterricht ist er jetzt aktiv, zwar noch nicht wie ein gesunder Teenager, aber deutlich aktiver als zuvor. Er hat keinen Hautausschlag mehr, keine rote Striemen im Gesicht, keine Hitzewallungen, kein Herzrasen, die Schmerzen haben sich deutlich reduziert. Er kann jetzt ohne Reaktionen an einer offenen Bäckerei vorbeigehen.*

*Ein riesen Highlight für ihn war, als er plötzlich in Farbe und in 3D sehen konnte. Er kann sich deutlich besser bewegen, seine Muskeln sind weniger steif, er kann endlich wieder lachen.*

*Christoph hatte immer deutliche Probleme mit dem dichotischen Hören, das hat sich z.T. gebessert. Seit der vorletzten Therapie kann Christoph deutlich mehr Nahrungsmittel essen und es geht ihm danach noch immer gut.*

*Vor ein paar Wochen war Christoph beim Zahnarzt. Er hatte leider wieder Karies und bekam eine Spritze. Danach ging es ihm sonst immer tagelang körperlich sehr schlecht, diesmal hatte diese Spritze keine negativen Auswirkungen auf seinen Körper. Seine schulischen Leistungen haben sich verbessert, er kann sich jetzt im Unterricht länger konzentrieren. Er hat angefangen Bücher zu lesen. Er ist neugieriger und wissbegieriger geworden.*



Christoph und Dr. von Lorentz

**Wie Sie sehen, hat sich bei Christoph enorm viel zum Positiven geändert.**

*Nach den letzten Wendungen ist meine Hoffnung wieder erwacht, das Christoph vielleicht doch eines Tages ein (fast) normales Leben führen kann.*

*Wir möchten Ihnen von ganzem Herzen danken, dass Sie Christoph diese Therapie ermöglichen und verbleiben mit freundlichen Grüßen*

Brigitte und Christoph Osmond

## Musiktherapie für Colton

In diesem Sommer war Colton wieder für einen Therapieaufenthalt in Herdecke. Wie bereits in den vergangenen Jahren, freute sich er wieder auf das Musizieren mit seiner Therapeutin. Ziel war es, die Einsatzfähigkeit seines linken Armes und der Hand sowie auditive Wahrnehmung Aufmerksamkeit, Konzentration und Merkspanne zu verbessern.

Das Trommeln machte Colton großen Spaß, wobei der seine beeinträchtigte Hand engagiert einsetzte. Die Feinmotorik wurde beim Harfenspiel trainiert. Auch schärfte sich sein Klangsinn für die Improvisationen mit der Musiktherapeutin auf dem Metallophon und dem „Klangauge“, einer Art Steeldrum. Ferner erarbeitete mit ihr am Klavier kleine Stücke und Arrangements, die er mit erstaunlicher Konzentration interpretierte.

## Motorik und Musikalität



Nach gezielten Atemübungen gelang auch das Spiel auf Blasinstrumenten. Die größte Freude hatte er jedoch an dem großen Repertoire an Liedern, deren Texte er bald alle auswendig konnte und mit z.B. Rasseln und Kastagnetten musikalisch ausgestaltete.

## Einfach mal sein ...



Wir freuen uns sehr, dass Colton, den wir schon seit 2008 in seiner Krankengeschichte begleiten, auch in diesem Jahr wieder große Fortschritte gemacht hat.

## Wieder Vertrauen in den eigenen Körper finden

In diesem Jahr konnten wir drei Kindern durch die Übernahme der Kosten für Reittherapie helfen. Während seines zweimonatigen Therapieaufenthaltes in Herdecke bekam der 12-jährige Colton, der an den Folgen eines schweren Schädelhirntraumas nach einem Unfall leidet, Reittherapiestunden, die ihm zum einen sehr viel Freude machten, aber auch deutlich zur Verbesserung seiner Koordinationsfähigkeit, Motorik und Balance führten. „Colton hat dadurch ein besseres Körpergefühl. Wir wollen auf jeden Fall zuhause weitermachen“, betonte seine Mutter, die selber reitet und sich von der Hippo-Therapeutin anleiten ließ.

Längerfristig, d.h. seit Oktober 2014, übernimmt der Sterntaler e.V. die Kosten für das therapeutische Reiten der Geschwister Lisa (13) und Leon (6). Bei der Schülerin wurde 2012 Knochenkrebs diagnostiziert, worauf eine erfolgreiche Behandlung mit einer Chemotherapie in der Kinderklinik des

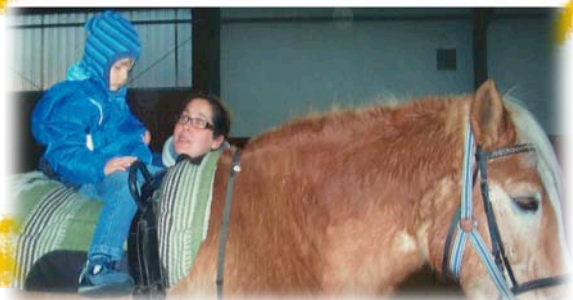
Gemeinschaftskrankenhauses folgte. Ihr kleiner Bruder kam bereits mit einer Behinderung zur Welt.

## Auf dem Rücken der Pferde ...



In Lisas Fall verordneten die Herdecker Krebspezialisten therapeutisches Reiten, da sie durch ihre Erkrankung nicht mehr so gut auftreten kann wie früher und manchmal Gleichgewichtsstörungen hat. Die sanften Bewegungen des Pferdes werden beim Gehen auf Lisas Becken und Wirbelsäule übertragen und ihr gesamter Bewegungsapparat muss sich neu einpendeln. So wird ihr Muskeltonus reguliert, sie verbessert ihr Gleichgewicht und bekommt insgesamt ein besseres Körpergefühl. Der Umgang mit dem Pferd tut auch ihrem Bruder Leon gut und hilft ihm, besser mit seiner Behinderung umzugehen.

## ... liegt das Glück dieser Erde



## **Bericht vom Wochenende für Angehörige verstorbener Kinder vom 23.01. bis 25.01.2015**

Es ist inzwischen schon eine langjährige Tradition, dass wir einmal im Jahr ein Wochenende für Eltern, Geschwister und andere Angehörige von verstorbenen Kindern Raum schaffen. Dieser „Raum“ ist sowohl ein physischer Raum (auch in diesem Jahr in der Jugendbildungsstätte Wittbräucke in Herdecke) als auch ein ideeller Raum. Für viele der Teilnehmer bedeutete auch dieses Wochenende wieder die Möglichkeit, sich aus dem Alltag herauszunehmen und eine gewisse Zeit dem teilweise schon vor vielen Jahren, teilweise vielleicht erst vor wenigen Monaten verstorbenen Kind, aber auch den eigenen Erinnerungen, Gefühlen, Ängsten etc. zu widmen.

In diesem Sinne trafen sich im Januar 2015 eine Gruppe von Menschen, deren Kind aus unterschiedlichen Gründen vor unterschiedlich langer Zeit verstorben ist. Das Motto des diesjährigen Wochenendes war „... auf dem Weg ...“

### **Spuren im Schnee ...**



Neben freien bzw. moderierten Gesprächsrunden, in denen einzelne Menschen von ihrem Weg des Umgangs mit der Trauer um das verlorene Kind berichteten bzw. sich gegenseitig austauschten, gab es Phasen der Ruhe und Entspannung, angeleitet durch Brigitte Menzel (Yoga-Lehrerin).

Die mit teilnehmenden Geschwisterkinder wurden unter der Anleitung von Monika Jamnig äußerst kreativ tätig und beschäftigten sich vor allem mit der Gestaltung von Deko-Objekten aus Naturmaterialien. Die Erwachsenen gaben ihren Gefühlen, Erlebnissen und Gedanken Ausdruck in sowohl plastischem Gestalten mit Ton als auch im Umgang mit Wasserfarben, angeleitet durch Ulli Kleinrath (Kunsttherapeut).

Ein zentrales Erlebnis für alle Teilnehmer war nach überraschendem Wintereinbruch mit heftigem Schneefall ein gemeinsamer Spaziergang auf den verschneiten, kaum sichtbaren Wegen im Schwerter Wald. Auf Initiative der Kinder entstand eine riesige Kugel, welche ihre Spuren wiederum auf dem Weg hinterließ und Anlass zu vielfältiger symbolischer Deutung noch vor Ort, aber auch in den nachfolgenden Gesprächen am Abend und am Folgetag gab.

Viele der Teilnehmer äußerten am Ende des Wochenendes, dass es ihnen sehr gut getan habe, sich in dieser geschützten Atmosphäre mit ihren eigenen Gedanken und Gefühlen, vor allem aber auch mit den Erinnerungen an das verstorbene Kind auseinanderzusetzen und gleichzeitig mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, in einen Austausch zu kommen.

**Prof. Dr. med. Alfred Längler**

## Auch beim letzten Sterntalerlauf lachte die Sonne

841 Sportler hatten sich zum 15. Sterntalerlauf angemeldet an, um bei strahlendem Sonnenschein für den guten Zweck an den Start zu gehen. Wie schon in den vergangenen Jahren, nahm sich Herdeckes Bürgermeisterin Dr. Strauss-Köster am Sonntagvormittag Zeit zur Begegnung mit den Sportlern und schickte sie per Startschuss auf die Strecke.

## Sammeln vor dem Start



Nach der vorliegenden Statistik haben innerhalb von 15 Jahren insgesamt 9.040 Menschen an der Laufveranstaltung teilgenommen, die einst mit gerade 80 Läufern begann.

Trotz des großen Erfolges lag am 27. September Wehmut in der Luft, denn der Sterntalervorstand hatte sich zugunsten der eigentlichen Vereinsarbeit schweren Herzens dazu entschließen müssen, die Laufserie mit dem 15. Lauf einzustellen. Die Vorbereitungen im Vorfeld einer Veranstaltung in der Größenordnung, zu der sich der Sterntalerlauf mit den Jahren entwickelt hat, sind derartig umfangreich, dass sie vom Sterntalerteam, auch mit Unterstützung aus Sportlerkreisen, nicht zu stemmen sind.

## Viele Teilnehmer – viele Pokale



Wir sind auf jeden Fall dankbar für die großartige Unterstützung durch unsere Sponsoren und die vielen ehrenamtlichen Helfer, die uns in den vergangenen Jahren mit Herzblut und Tatkraft zur Seite gestanden haben. Sie alle haben dazu beigetragen, dass sich die Sportler bei uns wohlfühlten und gerne immer wieder für den guten Zweck an den Start gingen.

## Ein herzliches Dankeschön

An dieser Stelle möchten wir uns – auch im Namen der kranken Kinder und deren Eltern - für alle Unterstützung und jede Spende bedanken. Sie ermöglichen damit auf vielfältige Weise Lichtblicke im Krankenhausalltag sowie in Krankengeschichten.

*Ihr Sterntalervorstand*

Sterntaler e.V.  
c/o Gemeinschaftskrankenhaus  
Gerhard-Kienle-Weg 4  
58313 Herdecke  
www.sterntaler-ev.de  
info@sterntaler-ev.de  
Telefon/Fax 02330-623809  
**Spendenkonto:**  
IBAN DE 49 4505 1485 0009 1032 50  
BIC WELADED1HER