Einblick in das Vereinsgeschehen 2014

Mit unserem Jahresrückblick möchten wir Sie auch in diesem Jahr über das Geschehen und die Aktivitäten des Sterntaler e.V. informieren.

22. Therapeutische Segelfreizeit auf der Fortuna

In diesem Jahr verbrachten 16 junge Patienten zwei besondere Wochen auf der „Fortuna“ und kehrten glücklich und gestärkt zurück. Nachfolgend ein Beitrag aus dem Schiffsalltag:

Abwasch auf der „Fortuna“

Heißer Wasserdampf steigt aus der Spülschüssel. Ein Teller nach dem anderen wandert durch das Wasser, durch abtrocknende Kinderhände und wird wieder im Schrank verstaut. Dicke Wassertropfen sammeln sich an der Decke und fallen herunter. Manchmal schwappt ein bisschen Wasser von der Spüle auf den Boden und bildet kleine Pfützen, in denen Brotkrümel und kleine Gemüsestücke vom Vortag treiben. Auf dem Tisch ein riesengroßer Berg von Geschirr: Messer, Gabeln, Schüsseln, Becher, Kannen verschmiert mit Milch, Joghurt, Kakao. Die Abtrockentücher werden nasser, das Spülwasser kälter.

Auf dem Gasherd klappert schon der nächste Wasserkessel mit kochendem Wasser – bleibt zu lange unbemerkt und das Wasser schwimmt zusammen mit einem Brei aus Rührei, Zwieback und Teekrümeln über den Herd. Im Eimer auf dem Boden treibt eine schwarze Brühe aus Abwaschwasser und Kaffeesatz, die ein bisschen über den Rand schwappt, als sie den Niedergang zum Ausschütten hochgehievt wird. Die Getreidemühle dröhnt, die Kinder schreien. Es klebt. Am Boden. An den Händen. An den Füßen. Am ganzen Körper. Schweiß mischt sich mit Abspülwasser als ich mir die Haare mit aufgequollenen Händen aus dem Gesicht streiche – ein Traum!

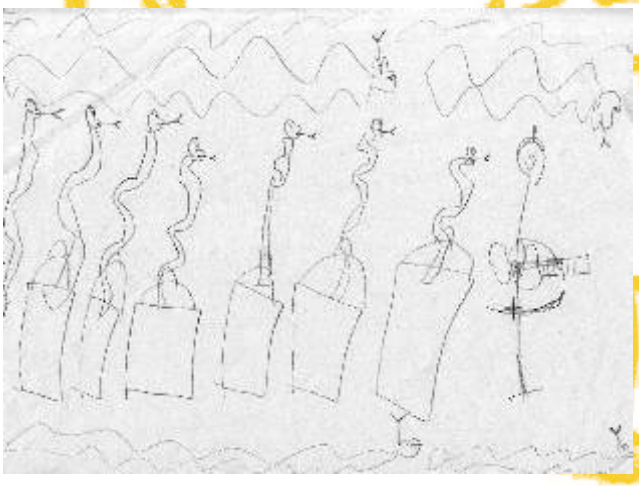
Und es ist nicht gelogen, wenn ich sage, dass ich mir in diesem Moment keinen besseren Ort der Welt vorstellen könnte.

Danke, Fortuna, für diese Momente, in denen es einfach nur darum geht zusammen Leben zu leben!

Caro

Giyas Ventil für Kummer und Schmerz - ein Bericht aus der Musiktherapie

Giya ist fünf Jahre alt und kommt aus Georgien. Er leidet an akuter lymphatischer Leukämie. Für seine Chemo-Blöcke kommt er nach Herdecke, er versteht kein deutsch, die Kultur ist ihm vollkommen fremd. Die sprachliche Brücke baut seine Schwester auf, die eigens für die Behandlung ihres kleinen Bruders ihr Studium unterbrochen hat und englisch mit mir spricht.
Giya wirkt anfangs oft traurig und erschöpft. Doch die Musik durchbricht seine Isolation. Ich komme zu ihm ans Bett, bringe viele Instrumente mit, musiziere mit ihm, begleite ihn auf der Gitarre. Giya wirkt in diesen Momenten wacher und ist zugänglich. Oft zeigt er mir Filme von seiner Schwester auf dem Handy, in denen sie Lieder aus seiner Heimat singt und spielt. Wir spielen die Lieder nach, Giya greift zu immer neuen Instrumenten, probiert sich aus, lässt seinen angestauten Gefühle freien Lauf - die Musik ist sein Ventil für Schmerz und Kummer. Wir erfinden eigene Lieder und obwohl wir nicht die gleiche Sprache sprechen, suchen wir unsere eigenen Laute, mit denen wir uns Geschichten von Piraten, Cowboys und Vampiren erzählen. Giya und ich lachen sehr viel zusammen, auch seine Mutter beginnt zu singen, die Schwester tanzt. Das Krankenzimmer ist erfüllt von freudiger Lebendigkeit.
Giya nimmt die Musiktherapiestunden häufig auf Band auf, um die Musik und Erlebnisse mit ihr immer greifbar zu haben. Inzwischen ist Giya nach erfolgreicher Therapie wieder zu Hause. Zum Abschied hat er mir ein Bild gemalt: eine Frau mit der Gitarre, die gegen bedrohlich zischende Schlangen anspielt.



Constance Boyde
Musiktherapeutin

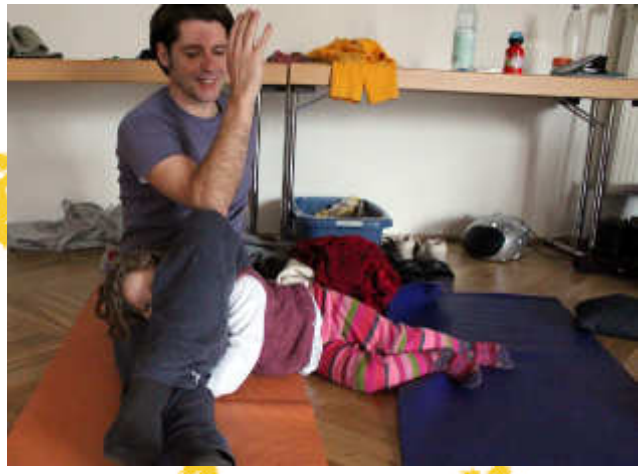
Guru Guru Wahe Guru Guru Ram Das Guru*
Yoga mit verwaisten Eltern!

Dieses Herz öffnende Mantra war der Mittelpunkt des diesjährigen Wochenendes mit Eltern und Geschwistern von verstorbenen Kindern.
Die Yoga-Lehrerin Brigitte Menzel führte uns in kleine Yoga-Übungen ein und begleitete uns durch das gesamte Wochenende.
Nach dem an diesem Freitagabend die Zimmer bezogen und die ersten Begrüßungen erfolgt waren, haben wir uns alle in einem schönen großen, mit Blumen geschmückten Raum getroffen. Prof. Dr. Längler sagte ein paar einleitende Worte, um den Wochenendablauf zu erklären.

Danach gestalteten wir ein kleines Glas mit Seidenpapier. Dabei kamen das erste Kennenlernen und die ersten Gespräche gut in Gang. Dieses gemeinsame Ankommen mit dem gleichzeitigen Umgehen mit schönen Farben und dem angenehmen Material ist für uns immer wieder ein Erlebnis. Die Eltern und Geschwister der verstorbenen Kinder wollen über ihr verstorbenes Kind sprechen. Beim gemeinsamen Tun fällt es keinem schwer.
Sie tauschen sehr schnell Gedanken, Erlebnisse und Stimmungen aus. In dieser Umgebung darf jeder so entscheiden, wie es für ihn gerade richtig und gut ist. Dieses "Es darf alles sein und es muss nichts sein" entspannt die Eltern und auch die Geschwister. Oft sind im Alltag alle so eingespannt, dass sie die Gedanken an ihr totes Kind nicht zulassen wollen oder können. Hier in diesem Rahmen dürfen und wollen sie es zulassen. Da die verwaisten Eltern auch oft Reaktionen ihrer Umwelt und ihrer Mitmenschen ertragen müssen, dürfen sie hier ihre Herzen öffnen und keiner wertet oder bewertet ihre Worte oder Gesten.

In die fertig gestalteten Gläser kam ein Teelicht. Nach und nach wurden die farbigen Lichter in die Mitte unseres Stuhlkreises gestellt. Entweder wurde über das verstorbene Kind erzählt oder aber es wurde dabei auch einfach mal nur geschwiegen. Jeder so wie er wollte oder konnte. Hier wird nichts erwartet - und das tut gut!
Nun wurden wir von Brigitte Menzel in das Singen des Herz öffnenden Mantras eingeführt. Wir saßen alle im Kreis, legten beide Hände übereinander in Herznähe und hielten die Augen geschlossen. Durch diese stille und innige Haltung war sich jeder selber sehr nahe, aber auch dem verstorbenem Kind sehr verbunden. Nach einem zaghaften Beginn wurden die Stimmen langsam klarer und lauter. Auch wenn manche Träne leise geweint wurde, kam jeder glücklich, gelöst und erholt aus dieser Stimmung zurück.
Der Abend klang langsam und gemütlich mit vielen kleinen Einzel- und Gruppengesprächen aus.
Der Samstag begann mit belebenden und befreienden Atemübungen. Nun wurde Yoga gemacht. Alle Eltern und Kinder gingen offen und neugierig an diese neuen Erfahrungen heran.
Brigitte führte uns liebevoll und ruhig durch die Stunde. Wir lernten nun, uns zu entspannen, hielten uns für Minuten in den verschiedenen Asanas und wurden in einer anschließenden Phantasiereise in einen Wald gelockt.
Danach kamen alle einmal durchbewegt und erholt in den Tag zurück.
Die Eltern konnten in der anschließenden Gesprächsrunde über ihre Gefühle, Geschichte und Erinnerungen mit einander reden. Die Kinder spielten, bastelten und sangen im Nebenraum. Räumlich getrennt, gab es aber ähnliche Inhalte bei den Gesprächen. Auch die Kinder möchten von ihren Geschwistern erzählen. Sie haben eigene Erinnerungen oder kennen Szenen aus den Erzählungen der Eltern.
Der große Spaziergang am Samstagnachmittag an der Hohensyburg führte uns auch zu der alten Kirche mit dem verwunschenen Friedhof.
Meditativ formten wir mit geschlossenen Augen aus Ton eine kleine Kugel. Aus dieser Kugel wurde langsam ein Herz. Diese vielen unterschiedlichen Herzformen legten wir zu einem Kreis. So ergaben sie eine wunderbare Verbundenheit.
Der Abend stand wieder ganz im Zeichen von Yoga-Übungen. Brigitte Menzel gestaltete es so, dass alle einen Nutzen daraus ziehen konnten.

Auch die Kinder haben wieder gut mitgemacht. Es ist erstaunlich, wie konzentriert sie dabei waren. Oft waren sie auch erstaunt und lachten über die Drehungen und Dehnungen, die ihre Eltern dabei durchführten.



Zum Ende des Tages sangen wir wieder gemeinsam das Mantra. Diese vielen Stimmen von Männern, Frauen und Kindern schafften eine besonders schöne Atmosphäre.
Leichte Yogaübungen am Sonntagmorgen weckten unseren Körper und unseren Geist. Nun kamen Farben ins Spiel. Hier waren dann auch die Kinder wieder mit dabei. Es wurde gemalt. Das Umgehen mit Farben löst innere Verspannungen, und jeder kann sich einfach auf sein Bild konzentrieren und die Farben wirken lassen. Es entstanden kleine Kunstwerke, die ohne Wertung gemeinsam betrachtet wurden. Die Bilder zeigten die jeweilige Stimmungen, eine Erinnerung oder einen Wunsch!
Diese beeindruckenden Bilder wurden im Abschlussgespräch mit einbezogen.
Das nun mittlerweile sehr geliebte Herz-Mantra sangen wir noch einmal vor der Abreise. Es begleitete uns auf dem Heimweg mit dem Wunsch, im nächsten Jahr wieder in die Wittbräucke zu kommen.
Dieses Wochenende zeigte uns wieder einmal, dass die Eltern und Kinder diese Treffen dazu nutzen, um ein ganz besonderes Zeitfenster für sich zu haben. Herausgeschnitten aus dem Alltag, nehmen sie sich bewusst Zeit für das verstorbene Kind. Die Bedeutung der Achtsamkeit, des Achtens auf sich selbst zum Kraft schöpfen, wurde mithilfe der Yoga Übungen vertieft.
Es fand wieder viel Austausch in Gesprächen statt. Wir haben den Rahmen geschaffen, aber brauchten wenig Anleitung geben.

Für uns drei ist es immer wieder ein bereicherndes Wochenende. Auch wir gehen gestärkt daraus hervor und können uns so wieder von Herzen den Kindern im GKH widmen.

Prof. Dr. med. Alfred Längler, Monika Jamnig, Ulli Kleinrath

**Das Mantra GURU RAM DAS kommt aus dem Kundalini Yoga.*
Bedeutung: Staunen und Freude liegt in der Erkenntnis der Dinge, erreicht durch die Hingabe zum Unendlichen.
Wirkung: Dies ist ein kraftvolles Heilmantra für das Herzchakra. Wenn du in einer schwierigen mentalen oder körperlichen Verfassung bist, kann diese Meditation Dinge klären. Das Mantra schafft inneren Frieden.

Sterntaler-Lauf am 28. September 2014

Unter dem Motto „Laufen für den guten Zweck“ starteten bei strahlendem Sonnenschein 761 gut gelaunte Sportlerinnen und Sportler beim 14. Sterntaler-Lauf am Gemeinschaftskrankenhaus. Von zahlreichen Besuchern angefeuert, wurden sie auf die Strecke geschickt.

PIDO, das Maskottchen der DEW 21, sorgte für viel Spaß, vor allem bei den „Kleinen“.
Startgelder, Spenden und der Verkauf von Kuchen, Würstchen und Getränken brachten wieder einen guten Umsatz. Mit Unterstützung der Sponsoren, Herdecker Sportvereine und ehrenamtlichen Helfer war es wieder eine sehr schöne und erfolgreiche Veranstaltung.

Ein Klavier für die Station 8 Ost

10.11.2014

Lieber Sterntaler,
wir möchten uns herzlich für die großzügige Spende von 500,-€ bedanken, die uns ermöglichte ein Klavier für die Station 8Ost anzuschaffen. Es macht uns viel Spaß und Freude unseren therapeutischen Alltag mit Musik zu beleben. Das Klavier ist eine Bereicherung für die Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen.

Danke schön

Die Station 8Ost

Auch hier konnte der Sterntaler e.V. in 2014 helfen:

Förderung der künstlerischen Therapien, Kostenübernahme für Reittherapie, Unterhaltung des Therapeutischen Gartens „Avalon“, Einrichtung der Ausbildungsstation für junge Ärzte in der Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin, Begleitstudium anthroposophischer Medizin, finanzielle Unterstützung der Diabeteskurse für Schulkinder, Kleinkinder und Jugendliche, finanzielle Unterstützung des Frühchentreffs, Abendkreis mit Musik auf der Station 6 West, Foto-Dokumentation von Kindern mit Krebserkrankungen, Bereitstellung des Sterntaler-Busses, Elternbibliothek.

Sterntaler-Vorstand für drei weitere Jahre gewählt

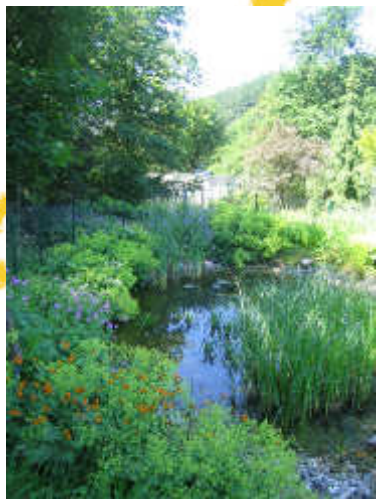
Im Rahmen der Mitgliederversammlung im Oktober 2014 wurde der Sterntaler-Vorstand für drei weitere Jahre im Amt bestätigt. Der Verein kann 2015 auf eine 25jährige Vereinsgeschichte zurückblicken.
Ohne diejenigen Menschen, denen das Schicksal kranker Kinder und deren Familien nicht gleichgültig ist, hätte er seine Aufgaben in dem erreichten Umfang nicht wahrnehmen können. Der Vorstand dankt allen, die den Sterntaler in den vergangenen Jahren ideell, finanziell und durch persönliches Engagement unterstützt haben und blickt erwartungsvoll neuen Aufgaben entgegen.

Gudrun Dannemann

Horst Dannemann

Bernd Schädel

Sterntaler e.V.
Gemeinnütziger Verein zur Förderung erweiterter Therapieformen für krebskranke, chronisch erkrankte und frühgeborene Kinder

c/o Gemeinschaftskrankenhaus
Gerhard-Kienle-Weg 4, 58313 Herdecke
Telefon / Fax 02330 / 623809
info@sterntaler-ev.de
www.sterntaler-ev.de
Spendenkonto:
IBAN DE49 4505 1485 0009 1032 50
BIC WELADED1HER

Impressionen aus dem Therapeutischen Garten Avalon