

## JULIA - IMMER DAS POSITIVE SEHEN!



Julia heute: eine glückliche, gesunde und verheiratete Frau, die anderen Betroffenen mit ihrer Geschichte Mut macht.

### Liebe Julia, möchtest du dich kurz vorstellen?

Hallo, ich bin Julia, bin 24 Jahre alt und wohne in Spremberg. Ich bin seit März verheiratet und bin ausgebildete Friseurin.

### In dieser Rubrik lassen wir immer junge Erwachsene zu Wort kommen, die als Kinder oder Jugendliche an Krebs erkrankt waren. Kannst du uns etwas über deine Erkrankung erzählen?

Ich war 2006 an Akuter Lymphatischer Leukämie erkrankt und wurde im Uniklinikum Dresden behandelt. Seit 2008 bin ich geheilt.

### Wie blickst du heute auf die Behandlungszeit zurück?

Ich habe durchweg positive Erinnerungen an die Behandlungszeit, weil die Schwestern und Ärzte mir und meiner Familie sehr viel Unterstützung während dieser Zeit gegeben haben.

### Durch den Sonnenstrahl haben wir eine Schlafmöglichkeit für meine Mama bekommen.

Und wir hatten immer die Möglichkeit mit jemandem zu reden, wenn wir das

Bedürfnis hatten und Hilfe brauchten.

### Gibt es ein besonderes Erlebnis, an das du dich aus der Klinikzeit erinnerst?

Definitiv der Besuch der Mediclowns jeden Donnerstag. Das war tatsächlich das Highlight jeder Woche, weil man abschalten und die ganze Therapie und alles ausblenden und einfach lachen und Kind sein konnte.

### Und ansonsten die Musik- und Kunsttherapie vom Sonnenstrahl, an die ich viele tolle Erinnerungen habe.

### Was hast du mit der Musiktherapeutin gemacht?

Wir haben Musik gemacht. Wir haben eigene Lieder komponiert. Ich habe später erfahren, dass mein Lieblingslied in der Musiktherapie „Arielle“ war. Aber daran kann ich mich selbst nicht mehr erinnern. Ich war ja erst 7 Jahre alt.

### Gibt es auch negative Erinnerungen an die Zeit?

Ja, natürlich. Aber darüber möchte ich gar nicht zu viel erzählen, weil es mir wichtige ist, über positive und stärkende Sachen zu sprechen, um anderen Mut zu machen.

### Hast du einen Tipp, was hilft in schwierigen Zeiten?

An den guten Dingen festzuhalten, nach vorn zu schauen und die Stärke der Familie aufzunehmen und zu kämpfen. Denn die kleinen Erfolge machen den Weg. Ich hatte ein Kuschelkissen mit kleinen Teddybären und Blumen, das habe ich immer dabei gehabt. Das hat mir geholfen, weil ich was zum Festhalten hatte. Und natürlich hat mir meine Mama sehr viel geholfen. Sie war immer bei mir und für mich da. Und dass meine Großeltern und liebe Freunde meiner Eltern mich viel besucht haben. Selbst wenn es mir nicht so gut ging, hat mir das Freude und Abwechslung gebracht.

### Hattest du auch nach Therapieende noch Einschränkungen oder Spätfolgen?

Ja, ich habe immer noch Spätfolgen. Ich habe bis heute mit Gelenkschmerzen zu tun. Die sind manchmal einfach da und dann muss ich Schmerztabletten nehmen. Ansonsten bin ich aber völlig gesund und fit. Bei meiner Arbeit als Friseurin schränkt mich das zum Glück nicht ein, das schaffe ich körperlich richtig gut.

### Hast du auch nach der Therapie Angebote des Sonnenstrahl e. V. genutzt?

Ja. Ich war viele Jahre in den Sommercamps. Angefangen 2013 bis 2015 war ich mit in Beckerwitz an der Ostsee. Dort haben wir viele schöne Unternehmungen gemacht, die immer unter bestimmten Mottos standen. Das diente der Selbst- und Teamstärkung. Man bekam viele Gelegenheiten über sich und seine Vergangenheit zu sprechen und sich mit anderen Patienten oder Geschwisterkindern auszutauschen. Ich habe viele Freunde gefunden, mit denen ich bis heute in Kontakt stehe. 2016 und 2018 waren wir am Chiemsee im Camp. Das war auch echt toll. 2016 mussten wir eine Zeitreise in die Vergangenheit machen, damit die ganze Gruppe wieder zueinander findet, nachdem es Streit gegeben hat. Wir haben gelernt, Schlechtes hinter uns zu lassen und sind neu und offen in die letzten Tage gestartet. Bei dieser Zeitreise ist das Auto im Schlamm stecken geblieben und die ganze Gruppe hat mit angefasst, um es rauszuschieben. Das war ein besonderes Erfolgserlebnis und wir hatten danach eine wirklich gute Rest-Zeit.

### Als Familie waren wir auch oft bei den Familienfahrt-Wochenenden in Sayda dabei.

Dort gab es immer die Möglichkeit sich mit anderen Familien auszutauschen, was das ganze Jahr über so passiert ist. Wir haben andere wiedergetroffen, die wir aus der Klinik kannten. Und wir konnten mit den Psychologen und

Sozialarbeitern des Vereins einfach darüber sprechen, wie es uns so geht. Sayda liegt total schön im Grünen. Während der Wochenenden konnten wir einfach total abschalten, den Alltagsstress vergessen und die Zeit als Familie zusammen genießen.

### Hast du Pläne für die Zukunft?

Ja. Ich möchte mit meinem Mann gern eine Familie gründen. Und ich möchte ein bisschen was von der Welt sehen und viele tolle Erinnerungen sammeln.

### Was ist dir heute wichtig im Leben?

Dass man sich nicht über alles ärgert und sich runterziehen lässt. Und dass man am Ende des Tages immer etwas Positives sieht, auch wenn vielleicht was Schlechtes passiert ist. Ich nehme schlechte Erlebnisse als Erfahrungen, aus denen man lernen kann, um daran zu wachsen und es beim nächsten Mal besser zu machen.

### Wie geht es dir heute? Spielt die Krebserkrankung in deinem jetzigen Leben eine Rolle?

Nein, überhaupt gar nicht.

### Das hab ich völlig hinter mir gelassen, weil ich in die Zukunft nach vorne schauen möchte.

### Herzensangelegenheit

## AUF EIN SECHSTES MAL: „LAUF FÜR DAS LEBEN“

Am 21.09.2023 fand am Johann-Gottfried-Herder-Gymnasium Schneeberg zum sechsten Mal unser „Lauf für das Leben“ statt, zu dem wir auch die anderen Schulen der Bergstadt Schneeberg und die Kinder einer KITA begrüßen konnten. Bereits im Vorfeld hatten fleißige Helfer\*innen an allen teilnehmenden Schulen, in der KITA sowie bei ortsansässigen Unternehmen Spendengelder für den großen Tag gesammelt, um sie dann schließlich an den Verein Sonnenstrahl e. V. zu übergeben.

Als der Tag endlich gekommen war, fanden sich alle Teilnehmer\*innen im Stadion in Schneeberg ein, um bei bestem Wetter, toller Musik und mit großem Einsatz für krebserkrankte Kinder und deren Familien und für die eigene Gesundheit zu laufen. Bereits am Morgen hatten Klassen und Kurse verschiedene Stände aufgebaut. Es gab leckeren Kuchen und herzhaften Speisen, der Kunst- und Trödelmarkt lud zum Stöbern ein und die Schüler\*innen unserer Oberstufe organisierten Spiele und viel Spaß für ihre jüngeren Mitschüler\*innen. Und wer gerade keine Schicht an seinem Stand hatte oder seine Runden lief, der fand sich an der Bahn wieder und feuerte die Läufer\*innen kräftig an.

Natürlich waren wir nach unserem Lauf erschöpft, aber nach einer süßen Banane und etwas Wasser hatten wir noch genug Energie, um die begehrte Hüpfburg auszuprobieren und die Musik- und Tanz-Acts der Mitschüler\*innen zu bestaunen.

Am Ende der Veranstaltung wurden noch Trikots mit Unterschriften der Handballer des EHV Aue sowie der Fußballer des FC Erzgebirge verlost und schließlich alle Spendengelder übergeben. Wir konnten es kaum fassen, dass wir die

unglaubliche Summe von 11.337 Euro an den Sonnenstrahl überreichen konnten!

Es ist ein wunderschönes Gefühl zu wissen, wie sehr man den betroffenen Kindern und ihren Familien mit diesem Geld helfen kann. Wir alle haben zusammen bewiesen, dass an unseren Schulen auch das Hauptfach MENSCH unterrichtet wird.



## Jeder Einzelne ist ein Tropfen, gemeinsam sind wir ein Meer.

Tine Wolf, Klasse 9a, Johann-Gottfried-Herder-Gymnasium Schneeberg



Der Sonnenstrahl bedankt sich mit einem großen DANKESCHÖN an alle Beteiligten des Spendenlaufs „Lauf für das Leben“!