

Jahresbericht 2023



Infostand von Leben nach Krebs! e.V. bei der erfolgreichen Spendenaktion der Berliner Eisbären „**Pink in the Rink**“ am **29. Oktober 2023**

Herausgeber

Leben nach Krebs! e.V.

c/o Sabine Schreiber
Chausseestraße 110
10115 Berlin

www.leben-nach-krebs.de

info@leben-nach-krebs.de

Amtsgericht Charlottenburg VR 34065 B
IBAN DE12 1001 0010 0858 1281 02
Steuernummer 27/671/56818

Stand: 10/2024

Inhaltsverzeichnis

Seite 4:	1.0	Einleitung
	1.1	Das gesellschaftliche Problem
Seite 5:	1.2	Unser Lösungsansatz, Ziel und Zielgruppe
	2.0	Vereinsreform: (Wie) Geht es weiter?
	3.0	Selbsthilfe
Seite 6:	3.1	Monatliche Treffen
Seite 7:	3.2	Persönliche Beratung
	3.3	Gruppe U30 und Krebs
Seite 8:	3.3.1	Selbsthilfetreffen der U30 und Krebs
Seite 9:	3.3.2	Persönliche Beratung der U30 und Krebs
	3.4	Veranstaltungen zum Thema Wiedereinstieg ins Arbeitsleben
Seite 10:	3.4.1	Zurück ins Arbeitsleben nach Krebs (ZinsA): Workshop-Reihe mit KOBRA
Seite 11:	3.4.2	„Ich bin wieder da - (Wieder-)Eingliederung in den Beruf nach einer Krebserkrankung“: Veranstaltungsreihe der Berliner Krebsgesellschaft
	4.0	Öffentlichkeitsarbeit
	4.1	Veröffentlichungen
Seite 12:	4.2	Berichterstattung in den Medien
	4.3	Website
Seite 13:	4.4	Social Media
Seite 14:	5.0	Interessenvertretung
	5.1	Mitwirkung an CARES-Studie
Seite 15:	5.2	Mitwirkung im Patientenbeirat der Charité
Seite 16:	5.3	Unterstützung der Kampagne „Right To Be Forgotten“
	5.4	Mitarbeit und Vorträge auf Veranstaltungen Dritter
Seite 17:	5.5	Pink in the rink
Seite 18:	6.0	Der Verein
	6.1	Leitbild und Arbeitsweise
	6.2	Arbeitsstrukturen
	6.3	Mitglieder
	6.4	Vorstand
Seite 20:	6.5	Personal
	6.6	Fortbildungen
Seite 21:	6.7	Finanzen
Seite 23:		Fazit & Ausblick auf 2024
		Dankesworte zum Schluss
Seite 24:		Anhang
	Tabelle	Erfahrungen und Fähigkeiten der Vorstandsmitglieder

1.0 Einleitung



Selbsthilfe hilft – davon sind wir überzeugt

Dass sich der Austausch innerhalb von Selbsthilfegruppen positiv auf die Gesundheit auswirkt, ist wissenschaftlich erwiesen.

Doch der Selbsthilfe haftet oft ein verstaubter Ruf an. Das gängige Bild einer Selbsthilfegruppe ist immer noch, dass Teilnehmende im Stuhlkreis sitzen und sich über ihre Probleme ausheulen. Bei **Leben**

nach Krebs! e.V. legen wir viel Wert darauf, dieses antiquierte Bild zu ändern.

Unserer gesamten Arbeit liegt das Ziel zugrunde, Empowerment, Selbstbestimmung und Teilhabe von Krebsüberlebenden im erwerbsfähigen Alter zu stärken.

1.1 Das gesellschaftliche Problem

Heute überleben doppelt so viele Krebspatient*innen ihre Tumorerkrankung wie noch vor 20 Jahren.

Zwar steigen infolge des medizinischen Fortschritts sowohl die Heilungschancen als auch das progressionsfreie Überleben fortgeschritten Er-

krankter, mit den körperlichen und psychischen Spätfolgen werden die Überlebenden jedoch meist allein gelassen: Über ein Drittel der Krebspatient*innen findet nicht wieder zurück ins Arbeitsleben, insbesondere auch, weil die erforderlichen Strukturen bisher fehlen.¹

¹ Mehnert A (2011) Rückkehr zur Arbeit bei Patienten mit einer Krebserkrankung. FORUM – die onkologische Fachzeitschrift der Deutschen Krebsgesellschaft 26, 23–26.

1.2 Unser Lösungsansatz, Ziel und unsere Zielgruppe

Leben nach Krebs! e.V.

verfolgt das übergeordnete Ziel, die soziale Teilhabe von Krebsüberlebenden bzw. Menschen mit Krebs im erwerbsfähigen Alter zu erhöhen. Um dieses Ziel zu erreichen, haben wir uns folgende Aufgaben gestellt:

1. Wir unterstützen Betroffene im Rahmen der **Selbsthilfe**.
2. Wir informieren die breite **Öffentlichkeit** mit Hilfe der Medien über die Herausforderungen von Krebsüberlebenden.
3. Durch den Austausch mit **Entscheidungsträgern** arbeiten wir mit an der strukturellen Verbesserung der Situation für die Betroffenen.

2.0 Vereinsreform: (Wie) Geht es weiter?

Unser Verein wird als kompetente Interessenvertretung wahrgenommen, ist in der Fachwelt und bei Betroffenen bekannt und hat bundesweit einen guten Ruf. Uns erreichten bereits Anfang des Jahres 2023 erste Anfragen zur Kooperation, bspw. zur Entwicklung einer Langzeitnachsorge für Krebsüberlebende des Krebszentrums Frankfurt und Hausärzt*innen. Darauf sind wir stolz und allen engagierten Mitstreiterinnen und Mitstreitern sehr dankbar.

Auch unsere beiden Selbsthilfegruppen „Leben nach Krebs!“ und „U30 und Krebs“ sind aktiv und deren Angebote werden gut angenommen. Wir haben engagierte Mitwirkende in diversen Studien und Projekten wie CARES, „Wieder da“, dem Patientenbeirat der Charité sowie bei der Durchführung unserer jährlichen ZinsA-Reihe (Zurück ins Arbeitsleben nach Krebs). Zuverlässige Spender sowie Unterstützer geben uns den notwendigen finanziellen Rückhalt für die Ausübung unserer Vereinsaktivitäten.

Trotz der vielen positiven Faktoren war eine Neuorientierung notwendig. Zwei Vorstandsmitglieder waren bereits im Jahr 2022 ausgeschieden. 2023 spitzte sich die personelle Situation weiter zu. Im Mai 2023 haben wir uns deshalb an die Mitglieder

gewandt, um sie über die Situation zu informieren und mit ihnen mögliche Optionen zu diskutieren. Den Veränderungsprozess haben wir deutlich mit dem Titel „Vereinsreform“ überschrieben und eine Workshopkette initiiert, um den Prozess gemeinsam zu gestalten.

Das zur Fortführung der Vereinsarbeit identifizierte Ziel, mindestens ein oder zwei neue Vorstandsmitglieder zu finden, wurde im Herbst dank eines Zufalls zumindest teilweise erreicht. So traf Sabine ihren ehemaligen Kollegen Oliver in ihrer unmittelbaren Nachbarschaft. Nach einigen Treffen erklärte sich der zuvor lokalpolitisch engagierte Politologe bereit, für den Vorstand, insbesondere die finanziellen Belange (Prokura), zu kandidieren. Er wurde auf der Mitgliederversammlung im November einstimmig als Erster Vorsitzender in den Vorstandsvorsitz gewählt. Er ist mit Sabine, die nun als Stellvertretende Vorsitzende agiert, in engem Kontakt und beide treffen sich regelmäßig, um die Übergabe der Finanzaufgaben Schritt für Schritt zu organisieren.

3.0 Selbsthilfe

Selbsthilfegruppen leisten nachweislich einen „eigenständigen, professionell nicht ersetzbaren Bei-

trag zur Gesundheitsförderung und Krankheitsbewältigung“². Das Verständnis der anderen für die

² Borgetto B, von dem Knesebeck O (2009) Patientenselbsthilfe, Nutzerperspektive und Versorgungsforschung. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz 52(1):21-29.

eigenen Herausforderungen zu erfahren, ist sehr befreiend und erleichternd. Wenn man sieht, dass es anderen ähnlich geht, kann man die eigene Situa-

tion viel besser akzeptieren. Und nach der Akzeptanz kommt die Aktivität.³

3.1 Monatliche Treffen

Dank des großen persönlichen Einsatzes unseres Eventteams haben wir unsere monatlichen Selbsthilfetreffen weiterhin angeboten. Dabei sind wir nach Ende der Pandemie wieder verstärkt zu Präsenztreffen zurückgekehrt. In insgesamt 28 Veranstaltungen stellten wir gemeinsam mit der „U30 und Krebs“ ein vielfältiges Programm für unsere Selbsthilfeabende zusammen (zu den Veranstaltungen der U30 siehe **Kapitel 3.3.1**).

Thematische Treffen der Gruppe „Leben nach Krebs!“

- **Altern Krebspatienten schneller?** Vortrag und Diskussion, Präsenzveranstaltung, im Februar, Referentin PD Dr. Mareike Frick, Charité

- **Patientenverfügung – Was ist das? Wie geht das?** Vortrag, Präsenzveranstaltung, im März, Referentin Dipl.-Psych. Karin Hellriegel, Zentralstelle Patientenverfügung, Humanistischer Verband Berlin-Brandenburg KdöR

Offener Austausch der Gruppe „Leben nach Krebs!“

sieben Treffen in Präsenz im Januar, April, Juni, Juli, September, November, Dezember

Monatliche Mittagessen für Mitglieder

Die monatlichen Mittagessen mit Mitgliedern und vereinzelt Gästen fanden seit diesem Jahr abwech-



Beim Picknick im Berliner Tiergarten am 3. Juni 2023
Foto: Leben nach Krebs! e.V.

³ siehe: Schreiber S., Goss S. (2019) Geheilt doch nicht gesund. Psychosoziale, medizinische und systembedingte Herausforderungen nach Krebs. FORUM – die onkologische Fachzeitschrift der Deutschen Krebsgesellschaft 34, 185–188.

sind virtuell und in Präsenz statt. Sie stärkten die Gemeinschaft unter den Vereinsmitgliedern und boten für Gäste einen zusätzlichen Anreiz, dem Verein beizutreten.

Sportangebot

Unser 2020 aus der Not der Pandemie geborene (kostenpflichtige) **Online-Sportkurs** erfreute sich weiter großer Beliebtheit und wurde auch 2023 erfolgreich fortgesetzt. Gemeinsam mit Trainerin Bea blieben wir mit einer Mischung aus Kraft- und Dehnübungen dem Kursmotto getreu „**in Bewe-**

gung“. Wer mal schnuppern möchte, meldet sich einfach mit Verweis auf den Kurs „In Bewegung bleiben“ bei bea@wandelmutig.com.



In Bewegung bleiben

Foto: LnK! e.V.

3.2 Persönliche Beratung

Wir berieten bei Anfragen, insbesondere von Neubetroffenen, in der Regel per E-Mail.

Themen waren u.a. **der Umgang mit Fatigue, Frühberentung, Wiedereinstieg ins Arbeitsleben**. Zusätzlich boten die Kooperation mit der Berliner Krebsgesellschaft im Projekt „Ich bin wieder da!“ sowie die Workshop-Module im Rahmen der

ZinsA-Reihe Möglichkeiten, unseren bisher erworbenen Erfahrungsschatz einem breiteren Publikum zu vermitteln (siehe auch Kapitel 3.4).

Weiterhin luden wir alle Interessierten zu unseren Selbsthilfeabenden und den Mittagessen für Mitglieder ein.

3.3 Gruppe U30 und Krebs

Gerade in jungen Jahren ist es schwierig, allein mit der Diagnose Krebs umzugehen. Viele fühlen sich von ihrem bisherigen persönlichen Umfeld (Freund*innen, Angehörige, Kolleg*innen) missverstanden und allein gelassen. Genau hier setzt unsere Gruppe „U30 und Krebs“ an. **Wir wollen einen Raum schaffen, in dem über diese Gefühle und Gedanken offen kommuniziert werden kann und idealerweise auch Gleichgesinnte gefunden werden können.**

Unser Jahr 2023 begann mit dem zweiten Versuch, Unterstützung im Bereich Social Media zu bekommen. Über „kleinanzeigen.de“ kontaktierte uns Wolfgang (18, aus Bayern) und bot uns seine Hilfe an. Seitdem kümmert er sich darum, im Namen von „U30 & Krebs“ aktiv in der **TikTok**-Welt präsent zu sein. Dank ihm haben wir eine Reichweite von knapp 2000 Menschen erreicht, die sich unsere Bei-

träge anschauen. Diese geben u.a. Tipps zu Themen wie **Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich im Studium, Blutspende, Kinderwunsch, Reha für U30-Jährige** etc. Unser Account bei X (vormals Twitter) besteht zwar noch, wird aber aufgrund der kritischen Entwicklung dieser Plattform nicht mehr aktiv genutzt.

Wir haben uns im Jahr 2023 natürlich auch wieder in Präsenz getroffen – und das dreimal: zum Brunch im Februar, zum Picknick im Mai und zum Weihnachts-Gin Ende November.

Unsere Website hat Arndt etwas überarbeitet. Da wir uns hauptsächlich online treffen, war eine Adresse nicht mehr nötig.

Insgesamt näherte sich der Altersdurchschnitt der Teilnehmer*innen immer mehr der 30. Leider ka-

men auch keine jüngeren Mitglieder dazu. Trotz sich wiederholenden Erinnerungen und Einladungen zu den Organisationstreffen gibt es auch hier keinen Zuwachs. Es ist daher für uns immer schwieriger,

die Interessen der U30er vertreten zu können. Darum steht die Zukunft der Gruppe in Frage. Das Jahr 2024 wird entscheiden, wie es mit „U30 & Krebs“ weitergeht.

3.3.1 Selbsthilfetreffen der U30 und Krebs

Zu unseren Online-Treffen kamen jeden Monat zwischen drei bis acht Teilnehmer*innen. Die Themen sind in der folgenden Tabelle aufgelistet. Oft haben sich neue Themen aus den Gesprächen ergeben.

Unsere zweite Gruppe – der **Lesezirkel** – hat sich aufgrund einer zu geringen Anzahl an Mitgliedern nach der Sommerpause aufgelöst.

19. Januar 2023	Austausch zum Thema „ Kommunikation mit Nichtbetroffenen “, online, Moderation: selbst
26. Januar 2023	Online-Lesekreis (online), Moderation: selbst
16. Februar 2022	Austausch zum Thema „ Nebenwirkungen und Langzeitfolgen von Krebs und der Therapie “ online, Moderation: selbst
22. Februar 2023	Online-Lesekreis , Moderation: selbst
26. Februar 2023	offener Austausch , Präsenz-Treffen in Berlin
16. März 2023	Austausch zum Thema „ Wie gehe ich damit um, wenn andere Krebs bekommen? “ (online), Moderation: selbst
23. März 2023	Online-Lesekreis , Moderation: selbst
20. April 2023	Austausch zum Thema „ Die Zukunft mit oder nach Krebs “ (online), Moderation: selbst
27. April 2023	Online-Lesekreis , Moderation: selbst
18. Mai 2023	Austausch zum Thema „ Papierkram mit Krebs - habe ich nicht schon genug zu tun?! “, online, Moderation: selbst
25. Mai 2023	Online-Lesekreis (online), Moderation: selbst
4. Juni 2023	offener Austausch , Präsenz-Treffen in Berlin
15. Juni 2023	Austausch zum Thema „ Wie hast du deine Therapie erlebt? “, online, Moderation: selbst
22. Juni 2023	Online-Lesekreis , Moderation: selbst
20. Juli 2023	Austausch zum Thema „ Nebenwirkungen der Krebstherapie und -diagnose “, online, Moderation: selbst
17. August 2023	Austausch zum Thema „ Was machst du, damit es dir gut geht? “, online, Moderation: selbst
21. September 2023	Austausch zum Thema „ Wie spreche ich über meine Diagnose im Studium und Beruf “, online, Moderation: selbst
19. Oktober 2023	Austausch zum Thema „ Abhängigkeit von Ärzt*innen – Was hat die Gesundheitskrise mit mir/dir zu tun? “, online, Moderation: selbst
16. November 2023	Austausch zum Thema „ Wie wird Krebs in den Medien dargestellt? “, online, Moderation: selbst
25. November 2023	offener Austausch , Präsenz-Treffen in Berlin
21. Dezember 2023	Austausch zum Thema „ Dating mit Krebs “, online, Moderation: selbst

Im September gab es – zusammen mit „Junge Erwachsene“ (SEKIS) – einen **Filmdreh** zum Thema Selbsthilfe. Mit der Projektleiterin Anne Saskia Schubert besteht ein gutes Kontaktverhältnis. Ein Selbsthilfe-Wochenende sollte im August 2023

stattfinden, wurde dann aber doch ins Jahr 2024 verschoben. Generell soll es dabei darum gehen, sich mit anderen Gruppenleitern auszutauschen und sich zusammen für mehr Aufmerksamkeit und Interesse zu engagieren.



Foto: SEKIS/Jörg Farys 09/23 (<https://www.sekis-berlin.de/selbsthilfe/junge-selbsthilfe/>)

3.3.2 Persönliche Beratung der U30 und Krebs

Trotz der aktiven Darstellung unserer Gruppe bei TikTok, Instagram, X und Facebook sind leider immer weniger neue Teilnehmer*innen zu unseren Online-Gruppentreffen gekommen. Zum Glück

haben wir ein paar Mitglieder, die regelmäßig teilnehmen – und das nach wie vor deutschlandweit. Persönliche Beratung wurde nicht gezielt erfragt.

3.4 Veranstaltungen zum Thema Wiedereinstieg ins Arbeitsleben

Die Therapien sind geschafft und endlich kann es zurück ins Arbeitsleben gehen – ich bin wieder da, bereit für das Arbeitsleben. Oft ist diese Zeit der

Wiedereingliederung sehr positiv besetzt, denn während der Krankheitsphase haben sich die Betroffenen ja ein „normales“, gesundes Leben gewünscht.

Doch nun tauchen Fragen auf: **Bin ich überhaupt belastbar genug? Wie kommuniziere ich über das Thema Krebs bei der Arbeit?**

Der Wiedereinstieg ins Arbeitsleben ist seit Gründung unserer Selbsthilfe das zentrale, uns alle verbindende Thema. Um die sensible Phase der Orientierung und des Übergangs möglichst umfassend zu begleiten und Hilfestellung zu leisten, haben wir gemeinsam mit KOBRA die Workshop-Reihe „**Zurück ins Arbeitsleben nach Krebs**“ (**ZinsA**) entwickelt, die 2023 bereits in ihr zwölftes Jahr ging.

Darüber hinaus hat die Berliner Krebsgesellschaft unser Herzenthema im Jahr 2022 mit einer ei-

genen **Veranstaltungsreihe („Ich bin wieder da – (Wieder)Eingliederung in den Beruf nach einer Krebserkrankung“)** aufgegriffen, die aufgrund ihres Erfolges 2023 fortgesetzt wurde und bei der wir auch dieses Mal beratend und moderierend mitwirken konnten.

Wir sind froh und dankbar, hier mit unserem Expert*innenwissen in eigener Sache unterstützen zu können und dass Betroffene hierzu inzwischen mehr Austausch- und Beratungsmöglichkeiten finden.

3.4.1 Zurück ins Arbeitsleben nach Krebs (ZinsA): Workshop-Reihe mit KOBRA



Unsere Workshop-Reihe mit KOBRA haben wir 2023 in veränderter Form durchgeführt: erstmalig gab es Workshops über das ganze Jahr verteilt statt einer gebündelten Workshop-Reihe im Herbst. Erfreulicherweise gab es wieder viele Interessenten. Folgende vier Online-Workshops fanden seitens KOBRA Berlin statt:

- **Berufliche Ziele entwickeln – Wo stehe ich jetzt? Wo will ich hin?**
Donnerstag, 20. April 2023, 10 – 15 Uhr

- **Bewerbung mit eingeschränkter Belastbarkeit**
Donnerstag, 6. Juli 2023, 10 – 14 Uhr
- **Das Betriebliche Eingliederungsmanagement (BEM)**
Donnerstag, 12. Oktober 2023, 10 – 15 Uhr
- **Kommunikation der eingeschränkten Belastbarkeit**
Donnerstag, 19. Oktober 2023, 10 – 15 Uhr

3.4.2 „Ich bin wieder da – (Wieder-)Eingliederung in den Beruf nach einer Krebserkrankung“: Veranstaltungsreihe der Berliner Krebsgesellschaft

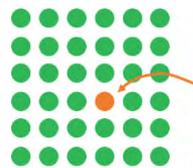
Die im Jahr 2022 von der Berliner Krebsgesellschaft ins Leben gerufene Veranstaltungsreihe „Ich bin wieder da – (Wieder-)Eingliederung in den Beruf nach einer Krebserkrankung“, wurde 2023 fortgesetzt.

Von März bis November waren Betroffene an sechs Terminen kostenfrei zu einem niedrigschwelligen, einstündigen Online-Meeting per Zoom eingeladen. Im Frühjahr und im Herbst wurden jeweils drei Termine angeboten, die sich mit der beruflichen (Neu-)Orientierung nach der längeren Krebserkrankung, den möglichen Schritten bei der beruflichen Rückkehr und der Kommunikation der Erkrankung und den vielleicht vorhandenen Einschränkungen beschäftigten.

Neben einem kurzen orientierenden Vortrag war das Hauptanliegen der Veranstaltungsreihe, Zeit für einen angeleiteten Austausch und individuelle

Fragen zum jeweiligen Themenschwerpunkt zu geben.

Die Veranstaltungen waren am **28. März, 25. April, 30. Mai, 19. September, 31. Oktober** und **28. November 2023**. Leben nach Krebs! e.V. hat die Reihe begleitet und war bei den Terminen mit jeweils ein oder zwei Referentinnen als Co-Moderator vertreten. Anne Katrin, Claudia, Antje und Sabine wirkten als LnK!-Vertreterinnen zu zweit in wechselnden Kombinationen an den Veranstaltungen mit.



„Ich bin wieder da.“

Wiedereinstieg in den Beruf nach einer Krebserkrankung.

4.0 Öffentlichkeitsarbeit



4.1 Veröffentlichungen

Mit Freude berichten wir an dieser Stelle über die Veröffentlichung des Berichts „**Berufstätige Tumorpatient*innen – Hürden und Belastungen beim Wiedereinstieg oder Verbleib am Arbeits-**

platz“ an der Hochschule Esslingen, der seit 2023 **online** verfügbar ist.

Das von der Deutschen Krebsgesellschaft geförderte Forschungsprojekt war auf die freiwillige

Teilnahme von Betroffenen angewiesen und so hatten auch wir 2020 auf die Umfrage der Hochschule Esslingen zum Thema Wiedereinstieg in das Arbeitsleben nach Krebs aufmerksam gemacht.

Das Forschungsteam hat sich bei allen Teilneh-

mern ausdrücklich für ihre Mitwirkung unter den schwierigen Bedingungen der Pandemiezeit bedankt.

4.2 Berichterstattung in den Medien

Die mediale Berichterstattung ist eine weitere wichtige Säule unserer Öffentlichkeitsarbeit.

Dank der Mitwirkung von Vorstands- und Vereinsmitgliedern entstanden auch 2023 Beiträge, in denen wir die Perspektive unserer Zielgruppe zu verschiedenen Themen dargestellt und unsere Erfahrungen geteilt haben, zum Beispiel:

- **Leben? Leben!** Ausgabe 03/2023, **Rubrik „Aus der Selbsthilfe“**. Im Artikel wurden die verschiedenen Selbsthilfe-Angebote (auch der U30) sowie die ZinsA-Workshops und unsere Kooperationen mit dem Patientenbeirat der Charité, die CARES-Studie u.a. vorgestellt.

- Redaktionsnetzwerk Deutschland: **„Der lange Kampf nach dem Krebs“**, von Birk Grüling, 17. Januar 2023

20 WISSENSCHAFT Dienstag, 17. Januar 2023



Der lange Kampf nach dem Krebs

Auch wenn sie den Tumor besiegt haben, leiden viele Menschen unter den Folgen der Erkrankung. In der Medizin blieb die Zeit nach dem Krebs trotzdem viele Jahre unbeachtet. Doch Betroffene brauchen viel Unterstützung

F Von Birk Grüling
Darauf kommt immer mehr Patien-
ten und Patientinnen, die langem
eine Krebsbehandlung überlebt und
ihren Tumor gut in Schach ge-
halten werden.
„Lange“ gilt das Hauptpro-
blem der Heilung des Krebses. In-
zwischen ist Leben nach der Thera-
pie und das Herz ebenso schädigen
von Nerven, Augen und Ohren. Bei
der Bestrahlung von Tumoren wird
auch das umgebende Gewebe ge-
schädigt.
„Nachsorge ist nicht nur
ein medizinisches Problem.“
Diese Erfahrung musste auch
Marie Müller machen. „Früher
dachte ich, wenn ich diese Krebs-
behandlung überlebt habe, ist alles
über das Leben wieder“, sagt sie. Vor
allem die Wiedereingliederung in
den Beruf gestaltet sich schwen-
ger als gedacht. Es nach Streit mit

4.3 Website

In unserem **Blog** berichteten wir über aktuelle Angebote und Projekte, um unsere Zielgruppe auf dem Laufenden zu halten. Besonders freuen wir uns darüber, wenn Betroffene und Mitglieder des Vereins unseren Blog mit einem persönlichen Beitrag bereichern. In diesem Jahr hat uns unser Mitglied Bettina mit einem **Gedicht über Fatigue** sehr berührt.

Die Fatigue – eine ausgeprägte Form der Erschöpfung während oder nach der Krebstherapie – macht uns Betroffenen das Leben manchmal ganz schön schwer. Einige von uns können deshalb nicht mehr arbeiten oder ihren familiären Verpflichtungen nachgehen. Für andere ist es ein tägliches Abwägen, wie sie die wenigen Kräfte einteilen.

Bettina, selbst von Fatigue nach Krebs betroffen, beschreibt ihr Leben mit Fatigue so:

„Durch die vielfältigen Einschränkungen, die mir das Fatigue-Syndrom beschert, fühle ich mich oft wie in ein zu enges Korsett gezwängt. Um meinen Alltag gut bewältigen zu können, muss ich eine Fülle von Einflüssen bedenken. Und wenn ich eine Unternehmung plane, wird es erst recht kompliziert, da schon der Weg zu einer Veranstaltung eine große Hürde darstellen kann. Wie oft sehne ich mich nach Leichtigkeit? Einfach mal so richtig unbeschwert sein! Da hilft nur, mich auf den Moment einzulassen, den ich jetzt gerade erlebe, mich in ihn einzuschwingen wie in einen Tanz. So kann das Jetzt zum Geschenk werden und ich spüre Lebensfreude auch mit Fatigue.“

Wir danken Bettina für ihre Offenheit und möchten ihr Gedicht „Grenzenlos“ gerne auch in diesem Bericht veröffentlichen.

>>>

Grenzenlos

*Einfach loslaufen
ohne zu fragen,
ob der Weg zu weit sein wird
und die Kraft ausreichen wird.
Wie schön wäre das!*

*Einfach in die Arbeit stürzen
ohne zu fragen,
ob die Belastung zu hoch sein wird
und die Energiespeicher leerlaufen werden.
Wie schön wäre das!*

*Einfach ein Fest feiern
ohne zu fragen
ob die Flut der Reize zu groß sein wird
und die Filter überlastet sein werden.
Wie schön wäre das!*

*Einfach ins Auto setzen
ohne zu fragen
ob die Strecke zu lang sein wird
und die Konzentration genügen wird
Wie schön wäre das!*

*Einfach tanzen
alle Fesseln loslassen
für einen Augenblick
voller Freiheit und Glück.
Wie schön ist das!*

© Bettina

4.4 Social Media

Unsere **Facebook-Seite** mit über 1100 Follower*innen war ein Ort für Information und Austausch unter Betroffenen, Angehörigen und Interessierten

im deutschsprachigen Raum. Wir nutzten sie auch in diesem Jahr, um unsere Leser*innen auf neu veröffentlichte Blogbeiträge, interessante Veranstaltungen

gen und themenbezogene Medienbeiträge aufmerksam zu machen. Parallel sind wir seit kurzem auch auf **LinkedIn** und **Instagram** vertreten.

Einmal monatlich versenden wir unseren **Leben nach Krebs!-Newsletter** an Interessierte und berichten über unsere Aktivitäten und Veranstaltungen, inspirieren und pflegen den Kontakt mit betroffenen und interessierten Leser*innen.

Einen regen Austausch untereinander pflegten wir auch in 2023 in unseren informellen Chatgruppen bei Threema. Der Kanal ermöglicht die schnelle, unkomplizierte Abfrage zu Themen wie Haushaltshilfe, Zuverdienst bei Frührente oder auch Hinweise zu Veröffentlichungen und Vereinsaktivitäten. Das vorhandene Schwarmwissen beeindruckt immer wieder und stärkt den Zusammenhalt.

Die „**U30 und Krebs**“ hat ihre Aktivitäten in den Sozialen Medien 2023 weiter gepflegt. Sie ist auf folgenden Plattformen vertreten:

- **Instagram**
- **Facebook**
- **TikTok**
- **X**
- **Telegram**
 - „Willkommensgruppe U30 und Krebs“, *offene Gruppe*
 - „U 30 und Krebs (Hauptgruppe)“, *geschlossene Gruppe*

5.0 Interessenvertretung

5.1 Mitwirkung an CARES-Studie

Seit 2021 sind wir bei der **CARES-Studie** als Konsortialpartner und Patient*innenvertretung beteiligt und haben unsere Mitarbeit auch 2023 fortgesetzt. CARES (Cancer rehabilitation support by cancer counseling centers) ist eine von der Deutschen Rentenversicherung Bund geförderte Studie, die durch verschiedene Beteiligte umgesetzt und bundesweit in Krebsberatungsstellen durchgeführt wird. Teilnehmende Stakeholder sind

- die Forschungsstelle für Gesundheitskommunikation und Versorgungsforschung am Universitätsklinikum Bonn (CHSR) – Leitung der Studie
- die Deutsche Krebsgesellschaft e.V. (DKG) – Leitung der Studie
- die Bundesarbeitsgemeinschaft für ambulante psychosoziale Krebsberatung e.V. (BAK)
- die Arbeitsgemeinschaft für Soziale Arbeit in der Onkologie der Deutschen Krebsgesellschaft (ASO)
- die Deutsche Vereinigung für Soziale Arbeit im Gesundheitswesen (DVSG)
- wir, die Interessenvertretung und Selbsthilfe für Krebsüberlebende im erwerbsfähigen Alter „Leben nach Krebs!“ e.V.

Im Rahmen der CARES-Studie wurden 2022 – auch mit unserer Beteiligung – erfahrene Beratende zu Be-

rufslots*innen ausgebildet, um eine intensiviertere Beratung in Krebsberatungsstellen anbieten zu können. Nun soll innerhalb der Studie untersucht werden, inwiefern Ratsuchende dieses Unterstützungsangebot als hilfreich erlebten. Dazu wurden in mehreren Befragungswellen sowohl die Ratsuchenden als auch die Beratenden befragt. Die Zwischenergebnisse wurden mit den Konsortialpartner*innen besprochen und das weitere Vorgehen abgestimmt. Auch an dieser Stelle konnten wir unsere Expertise und langjährige Erfahrung gut einbringen. Im Verlauf der Studie zeigte sich, dass für die Gewinnung von Ratsuchenden, die Beratungsprozesse selbst sowie für die Datenerhebung eine längere Studiendauer benötigt wurde. Das Studienteam hat bei der Deutschen Rentenversicherung Bund deshalb einen Antrag zur zeitlichen Verlängerung gestellt.

Zudem wurde aufgrund der vorliegenden Daten und Zwischenergebnisse bei CARES von der Deutschen Krebsgesellschaft ein Antrag für ein **Forschungsprojekt ab 2024** gestellt, bei dem auch Leben nach Krebs! e.V. beratend beteiligt ist. Thema dabei sind die berufs- und anforderungsspezifischen Unterschiede bei der Rückkehr in den Beruf nach Krebs.

Unser LnK!-Team für CARES besteht aus Claudia, Antje, Sabine und Anke.

Claudia wirkte im Rahmen von CARES gemeinsam mit der Versorgungsforscherin Clara Breidenbach von der DKG an einem Podiumsgespräch in der Berlin-Brandenburgischen Akademie der Wissenschaften auf der German Cancer Survivors Week mit (Foto rechts). Thema der Session: **Versorgungsforschung für Menschen mit Krebs: Die CARES-Studie**

Im Zuge unserer Zusammenarbeit beim CARES-Projekt konnte die **DKG erstmals als Spenderin** für LnK! e.V. gewonnen werden.



5.2 Mitwirkung im Patientenbeirat der Charité

Als Interessenvertretung von Krebsüberlebenden im erwerbsfähigen Alter arbeiten wir seit Anfang 2021 auch im **Patient*innenbeirat des Charité Comprehensive Cancer Center (CCCC)** mit. Gemeinsam mit acht weiteren Vertreter*innen regionaler bzw. bundesweiter Selbsthilfegruppen, Verbänden und Stiftungen bilden wir eine Brücke zwischen Patient*innen, Behandelnden und Forschenden des CCCC.

Unser Ziel ist, zu einem besseren Verständnis untereinander beizutragen. Wir beraten die Entscheidungsträger des CCCC in gesundheitsbezogenen und strategischen Fragen und bringen uns als Forschungspartner*innen beratend in klinische Studien und wissenschaftliche Projekte ein. Außerdem unterstützen wir im Patientenbeirat die Antragstellung zur Gründung eines **Nationalen Tumor Centers (NCT)** in Ber-

lin, um die Versorgung der Patient*innen zu verbessern.

Vom 15. – 17. September 2023 fand in Heidelberg das **Treffen der NCT-Patientenbeirat*innen** statt, an dem Claudia für Leben nach Krebs! teilnahm, netzwerken und sich fortbilden konnte.

Vereinsseitig arbeitet neben der offiziell benannten Sabine Christina und Claudia im Trioteam mit, um die Interessen von Krebsüberlebenden kontinuierlich zu vertreten.

Ein weiteres wichtiges Ziel der **Nationalen Dekade gegen Krebs** ist es, die **Beteiligung von Patientinnen und Patienten auch in der Krebsforschung auszubauen**. Bisher waren sie noch zu wenig einbezogen. Bei der Patientenbeteiligung innerhalb der Forschung geht es auch darum, dass Betroffene in allen Phasen der Forschung – das bedeutet von der Formulierung der Fragestellung bis zur Verwertung der Ergebnisse – eingebunden werden. Ihre Wünsche, Erfahrungen und Meinungen sollen gehört und berücksichtigt werden. So lernen die Forschenden eine andere Sichtweise auf ihr Forschungsfeld kennen und erhalten wertvolle Einblicke in die Bedürfnisse, Sorgen und Nöte von denjenigen, zu deren Wohl sie forschen. Im Juni 2023 bildete sich aus Mitgliedern des CCCC Patient*innenbeirats zu diesem Zweck der **Patientenforschungsrat**, indem der Fokus auf Forschung und Patienten liegt. Hier wirkt seit Herbst 2023 Claudia im Berliner Zweig für unseren Verein mit.



Flyer des Patientenbeirats NCT Berlin
Foto: LnK!

5.3 Unterstützung der Kampagne „Right To Be Forgotten“

Im Dezember 2022 wurden wir für das europaweite Projekt „**Right To Be Forgotten**“, bei dem es um das „Recht auf Vergessenwerden“ von Krebspatient*innen geht, angefragt.

Nach derzeitiger Praxis bleibt jede Krebserkrankung über die Heilungsbewährung hinaus ein Leben lang auf dem Papier bestehen. Dadurch werden **Überle-**

bende zum Beispiel beim Abschluss von Versicherungen, bei der Vergabe von Krediten und bei der Verbeamtung benachteiligt. In einigen EU-Ländern wie den **Niederlanden**, Portugal oder Spanien besteht das „Recht auf Vergessenwerden“ für ehemals an Krebs Erkrankte bereits. In Deutschland leider noch nicht – wir verfolgen weiterhin die Aktivitäten und diesbezüglichen Entwicklungen.

5.4 Mitarbeit und Vorträge auf Veranstaltungen Dritter

Auf Veranstaltungen Dritter berichten wir von unseren Herausforderungen und tauschen uns mit Entscheidungsträger*innen aus, um diese für die Bedürfnisse von Krebsüberlebenden im erwerbsfähigen Alter zu sensibilisieren und langfristig zu einer strukturellen Verbesserung beitragen zu können.

Am 3. Juni 2023 sprachen Claudia und Clara Breidenbach von der **Deutschen Krebsgesellschaft** auf der Auftaktveranstaltung der **German Cancer Survivors Week** in Berlin darüber, welche Beratungsmöglichkeiten wir brauchen, damit der **Wiedereinstieg ins Arbeitsleben** gelingen kann. Claudia berichtete über ihre persönlichen Herausforderungen beim Wiedereinstieg sowie über die Beteiligung von Leben nach Krebs! als Partner der **CARES-Studie (siehe Kapitel 5.1)**, die Clara Breidenbach dem Publikum vorstellte. Wer nicht live dabei war, kann sich die Aufzeichnung **online** anschauen.



Claudia und Versorgungsforscherin Clara Breidenbach im Gespräch bei der German Cancer Survivors Week
Foto: LnK! e.V.

Im Rahmen des von der **Deutschen Krebshilfe** geförderten Forschungsprojektes „**Entwicklung und Evaluation einer Online-Intervention für in der Onkologie tätige Behandler*innen zur Kommunikation mit ihren Patient*innen über psychische Belastungen infolge einer Krebserkrankung (OK-psych)**“ wird ein kompaktes **Onlinetraining** für in der Onkologie tätige Pflegenden und Ärzt*innen entwickelt.

Ziel seitens der Ärzte und Therapeuten ist es, mit den Patient*innen klarer über Ängste und Belastungen, die mit einer Krebserkrankung verbunden sein können, zu sprechen. Dafür werden praxisnahe Beispiele vermittelt und Reaktionen auf schwierige Gesprächssituationen geübt. Wir als betroffene und erfahrene Patient*innen, die die Zeiten der Diagnose und Behandlung weitgehend hinter uns gebracht haben, waren eingeladen, uns über die Teilnahme an Fokusgruppen einzubringen. Fragestellungen waren dabei unsere eigenen herausfordernden Erfahrungen, Wünsche und Verbesserungsmöglichkeiten in der Kommunikation mit Ärzt*innen und Pfleger*innen zu reflektieren und mitzuteilen.

Wichtig war es uns, v.a. folgende Themen zu vermitteln:

- **Abgrenzung von Fatigue und Depressionen**
- **Gesprächspartner auf Augenhöhe zu sein und mit unseren Bedenken ernstgenommen zu werden**

- **Wichtigkeit der Empathie und des sich Zeitnehmens der Behandelnden gegenüber ihren Patient*innen**

Von unserer Seite haben Heike, Christina und Claudia teilgenommen und viele Verbesserungsvorschläge eingereicht.

Am **2. Mai 2023** fand bei unserem **Kooperationspartner Vivantes Brustzentrum Klinikum Am Urban ein Überwachungsaudit der Deutschen Krebsgesellschaft** statt, das auch von der Presse und dem Bundesgesundheitsminister Karl Lauterbach begleitet wurde. Regelmäßig werden Spitzenzentren der Krebsmedizin überprüft, um weiterhin

qualitativ hochwertige Medizinleistungen zu erbringen und einen Überlebensvorteil für Patient*innen zu gewährleisten. Als Selbsthilfevertreterin war Johanna dabei, berichtete über unsere Arbeit für (ehemalige) Krebspatient*innen und stand der Auditorin Rede und Antwort.

Am **6. Dezember 2023** waren wir im Online-Netzwerk **„FSH Onliner“** der Frauenselbsthilfe Krebs mit einem Experten-Vortrag und anschließender Diskussion zum Thema **„Zurück ins Arbeitsleben nach Krebs“** als Referenten zu Gast.

5.5 „Pink in the Rink“

Seit Jahren spielen die Eisbären Berlin ihre Heimspiele im Oktober in Pink und sammeln bei der Aktion **„Pink in the Rink“** Spenden für fünf Berliner Organisationen, die Betroffene im Kampf gegen den Krebs unterstützen. Auch Leben nach Krebs! war in diesem Jahr wieder mit dabei. Die Eisbären haben unseren Verein auf ihrer **Website** sowie im **Spieltagsheft** vorgestellt.

Beim großen Finale der Spendenaktion am 29. Oktober 2023 waren wir mit einem Infostand live vor Ort und haben in den Pausen beim Spendensammeln und Verkauf von speziellem „Pink in the Rink“-Merchandise unterstützt. Außerdem konnten wir über unsere Arbeit und Selbsthilfe-Angebote informieren. Und natürlich haben wir die Eisbären Berlin kräftig im Spiel gegen die Straubing Tigers angefeuert und uns sehr über den 3:2 Sieg der Eisbären gefreut.

Am 18. November 2023 haben sich Johanna und ihr Sohn dann dick eingepackt und sind zur Mercedes-Benz Arena gefahren, um Leben nach Krebs! bei der **offiziellen Scheckübergabe** der Spendenaktion Pink in the Rink zu vertreten. Fans und Spieler haben die bisherige Rekordsumme getoppt und für die fünf Berliner Organisationen insgesamt 42750 Euro gespendet. Das sind fast 15000 Euro mehr als im Vorjahr. Einen Teil dieser Summe hat auch unser Verein als Spende erhalten.

Wir sind zutiefst dankbar für die überwältigende Großzügigkeit der Eisbären-Community. Diese Spende hilft uns, uns auch weiter für die Interessen von Krebsüberlebenden im erwerbsfähigen Alter einzusetzen.



Pink in the Rink 2023: Johanna und ihr Sohn freuen sich riesig bei der Scheckübergabe

Foto: ©City-Press Berlin GmbH

6.0 Der Verein

6.1 Leitbild und Arbeitsweise

Um Krebsüberlebenden eine höhere gesellschaftliche Teilhabe zu ermöglichen, haben wir oft einen sehr hohen Anspruch an uns und unsere Arbeit. Gleichzeitig werden viele von uns immer wieder mit ihrer eigenen eingeschränkten Belastbarkeit bzw. begrenzten Kapazitäten konfrontiert und müssen ihren Anspruch an die Realität anpassen. Absagen gehören zu unserem Arbeitsalltag. Die teils fragile gesundheitliche Situation einiger von uns federn wir durch solide Arbeitsstrukturen ab, um einen kontinuierlichen Arbeitsfluss zu gewährleisten. Verantwortung verteilen wir auf mehrere Schultern und sichern so auch einen nachhaltigen **Wissenstransfer**. Fällt jemand aus, übernehmen

die Kolleg*innen aus dem Trioteam. Dabei behandeln wir uns stets mit Verständnis und Mitgefühl. Diese Arbeitsweise haben wir offiziell zu unserer Organisationskultur erklärt und das Leitbild des „**Achtsamen Miteinander Arbeitens (AMA)**“ entwickelt: Wir begegnen einander mit Respekt und Wertschätzung und achten jeweils auf unsere eigenen Ressourcen und die unserer Kolleg*innen. Dieses Verständnis für die eingeschränkte Belastbarkeit bzw. limitierte Kapazitäten trägt zu einer hohen Motivation und enger Verbundenheit untereinander bei.

6.2 Arbeitsstrukturen

Unsere Vereinstätigkeit ist in vier Bereiche strukturiert:

1. **Selbsthilfe**
2. **Geschäftsführung**
3. **Öffentlichkeitsarbeit**
4. **Interessenvertretung**

Organisatorisch haben wir jedem Bereich Arbeitsgruppen zugeordnet, in denen die jeweiligen The-

men gebündelt werden. Für alle Arbeitsgruppen haben wir **Trioteams** gebildet, die gemeinsam die Steuerung übernehmen. Seit der Pandemie erfolgt die Zusammenarbeit überwiegend virtuell. In Telefonaten und Videokonferenzen können wir uns regelmäßig austauschen, diskutieren und die Arbeit des Vereins im Interesse unserer Zielgruppe weiter fortsetzen.

6.3 Mitglieder

Unsere Mitgliedschaft wächst kontinuierlich. Im Jahr 2023 sind sieben neue Mitglieder eingetreten, darunter zwei Fördermitglieder. Zwei Mitglieder sind leider verstorben, ein Mitglied ist ausgetreten.

Mit Stand 31.12.2023 waren wir insgesamt:

- **75 Mitglieder**, davon
- **13 Fördermitglieder** und
- **zwei Ehrenmitglieder**.

6.4 Vorstand

Die Führung von Leben nach Krebs! liegt in den Händen unseres Vorstands, dessen Mitglieder, teils erwerbstätig, teils frühberentet, **ehrenamtlich** für den Verein arbeiten. Einige Vorstandsmitglieder,

darunter Sabine Schreiber und Claudia Mohr, sind von Anfang an dabei. Sie haben vor zwölf Jahren die Selbsthilfe, vor acht Jahren den Verein aufgebaut und ihn zu dem gemacht, was er heute ist.

Gleichzeitig freuen wir uns, dass immer wieder neue Mitglieder dazukommen und bereit sind, sich im Vorstand für unsere Zielgruppe, die Krebsüberlebenden im erwerbsfähigen Alter, einzubringen. Anna und Johanna bereichern unseren Vorstand nun schon seit drei Jahren. Die Mischung aus Beständigkeit und Erneuerung hält uns auf Kurs und sorgt dafür, dass wir unsere bewährte Arbeit fortführen können.

Ende 2023 ging eine Ära zuende und Oliver übernahm nach acht Jahren die Position des **Ersten Vorstandsvorsitzenden** von Sabine. Oliver ist gebürtiger Berliner, Politologe und Vater einer 19-jährigen Tochter. Beruflich war er u.a. als Arbeitsvermittler des JobCenters Mitte und in der politischen Weiterbildung tätig. In der Wahlperiode 2016–21 leitete er den Ausschuss Soziale Stadt und für Bürger*innenbeteiligung der Bezirksversammlung Berlin Mitte. In der Mitgliederversammlung im November 2023 wurde Oliver einstimmig zum neuen Vorstandsvorsitzenden gewählt.

Sabine danken wir an dieser Stelle von Herzen für alles, was sie für den Verein getan hat. Wir sind

sehr froh, dass sie ihre Fähigkeiten und Erfahrungen weiterhin als stellvertretende Vorsitzende einbringen wird.

Anne Katrin hat nicht mehr für den Vorstand kandidiert. Wir danken Anne Katrin ebenso herzlich für ihr langjähriges Engagement. Auch sie wird uns weiterhin unterstützen, etwa in der Rolle der Pressesprecherin des Vereins und im ZinsA- sowie „Wieder da“-Team.

Der neue Vorstand setzt sich seit der Mitgliederversammlung nun aus Oliver als Vorstandsvorsitzendem, Claudia und Sabine als Stellvertreterinnen, und Anna und Johanna als Beisitzerinnen zusammen. Alle Vorstandsmitglieder sind sehr motiviert und ergänzen sich mit ihren verschiedenen Erfahrungen und Fähigkeiten: **siehe Tabelle 1.**



Wechsel an der Vorstandsspitze: nach acht Jahren übergibt Sabine 2023 den Staffelstab an Oliver

Foto: LnK!

6.5 Personal

Alle für den Verein arbeitenden Personen – ob im Vorstand, als Minijobber, Honorarkraft oder ehrenamtlich – sind selbst Betroffene und kennen die Herausforderungen, nach bzw. mit einer Tumorerkrankung zu leben. Sie bringen vielfältige Erfahrungen aus ihrer beruflichen Expertise mit. Alle arbeiten im **Homeoffice** – die Minijobber und Honorarkräfte im Rahmen der gesetzlichen Möglichkeiten mit flexiblen Arbeitszeiten.

2023 gab es im Finanzteam **personelle Veränderungen**. Nach knapp vier Jahren hat Katharina K. ihren Minijob in der Buchhaltung und Verwaltung des Vereins zum 31. Oktober beendet. Wir danken ihr für ihre langjährige Unterstützung und wünschen ihr für ihren weiteren beruflichen und persönlichen Lebensweg alles Gute.

Katharina B., die dem Vorstand bereits seit 2022 als **Honorarkraft** in der Geschäftsführung des Vereins assistierend zur Seite steht, wird ihr Aufgabenspektrum künftig erweitern und unterstützt den Vorstand seitdem in allen Finanz- und Verwaltungsfragen. Wir danken ihr von Herzen.

Ein großer Dank geht auch an unseren **Tech** Mirco, der sich weiterhin in bewährter Weise um die Website, das Setzen des monatlichen Newsletters sowie im Helpdesk um alle aufkommenden IT-Fragen kümmert.

Darüber hinaus unterstützten auch im Jahr 2023 viele Ehrenamtliche, zum Beispiel **Antje, Bettina, Christina, Christine, Susannah, Heike, Sabrina** und **Romy**, die Vereinstätigkeit. Wir sind dankbar für ihr hohes Engagement und ihren Einsatz. Ohne ihre wertvolle Arbeit hätten wir viele Projekte nicht umsetzen können.

Dasselbe gilt für das engagierte Organisationsteam der „**U30 und Krebs**“ um **Arndt, Katrin, Caro** und **Larissa**, die sich für die unter dreißigjährigen Betroffenen einsetzen und dafür sorgen, dass sie mit ihren eigenen Themen Raum und Gehör finden.

6.6 Fortbildungen

Da alle Mitwirkenden unterschiedliche Kompetenzen, Erfahrungen und Fähigkeiten mitbringen, ergänzen wir uns gut. Gleichzeitig eint uns alle der Wunsch, uns weiterzuentwickeln und fortzubilden. Folgende Fortbildungen haben wir 2023 besucht:

- **„Umgang mit Angst“**, am 25./26. März 2023, Dresden, Claudia
- **„Vertiefungskurs Kommunikation“**, von 12. – 14. Mai 2023 in Göttingen, Claudia

Das bis zur Mitgliederversammlung 2023 aktive Vorsitzteam bestehend aus Sabine, Anne Katrin und Claudia hat 2023 ein **Coaching der Schmid Stiftung** erhalten, um die Vereins- und Führungs-

aufgaben weiterhin im Team gut und professionell auszufüllen. Themen waren hier u.a. Selfcare und Strukturen innerhalb unserer Organisation zu schaffen.



6.7 Finanzen

Wir finanzieren uns ausschließlich über **Mitgliedsbeiträge, Spenden, institutionelle Förderungen** und **Projektförderungen**. Dabei orientieren wir uns an den strengen **Bewilligungskriterien der Deutschen Krebshilfe** und schließen eine finanzielle Unterstützung von Pharmaunternehmen aus.

Nachdem wir im Jahr 2022 aus verschiedenen, im Jahresbericht 2022 näher erläuterten Gründen, einen Verlust i.H.v. 3.801,13 Euro ausweisen

mussten, war das Jahr 2023 in finanzieller Hinsicht ein erfreulicheres und erfolgreicherer Jahr. Unser geplantes Haushaltsvolumen belief sich auf 16.582,40 Euro. Da die Einnahmen dank großzügiger Spenden 1.600,34 Euro über dem geplanten Betrag lagen und die Ausgaben 205,80 Euro darunter, erreichten wir zum Jahresende 2023 einen Überschuss i.H.v. 1.806,14 Euro.

Zu den Einnahmen:

Bezeichnung	Plan 2023	Ist 2023	Differenz	Bemerkungen
Institutionelle Förderung	760,00 €	756,00 €	-4,00 €	BKG
Mitgliedsbeiträge	696,00 €	705,00 €	9,00 €	58 Ordentliche Mitglieder
Förderbeiträge	1.230,00 €	990,00 €	-240,00 €	13 Fördermitglieder
Pauschalförderung	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Projektförderung	3.600,00 €	3.600,00 €	0,00 €	Cares aus 2022, BKG-Projekt „Wieder da“
Finanzkosten	0,00 €	21,12 €	21,12 €	Erstattungen der Bank nach Fehlbuchungen
Veranstaltungen	0,00 €	50,00 €	50,00 €	Rückzahlung Kautions
Umbuchungen	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Spenden	10.296,40 €	12.060,62 €	1.764,22 €	Eisbären, DKG, betterplace, gooding, Privat, Fundraising allgemein
Zinsen	0,00 €	0,04 €	0,04 €	
Summe	16.582,40 €	18.182,74 €	1.600,34 €	

Unsere Haupteinnahmequellen im Jahr 2023 waren die langjährige institutionelle Förderung der Berliner Krebsgesellschaft, die Beiträge unserer Mitglieder und Fördermitglieder und die Einnahmen aus Projektförderungen, darunter die noch ausstehenden 3.000 Euro für ein Projekt aus

2022. Weiterhin durften wir uns über großzügige private Spenden, darunter eine unerwartete hohe Nachlassspende, sowie die Großspende der Eisbären Berlin freuen. Zudem spendete uns die Deutsche Krebsgesellschaft erstmals einen größeren Betrag.

Zu den Ausgaben:

Bezeichnung	Plan 2023	Ist 2023	Differenz	Bemerkungen
Ausstattung/ Geräte	900,00 €	1.021,64 €	-121,64 €	Hardware, Software, Nutzungslizen- zen (z.B. Zoom)
Büromaterial	110,00 €	119,34 €	-9,34 €	Kopien, Büroartikel
Ehrenamtspauschale	1.440,00 €	1.490,00 €	-50,00 €	4 EAP für besondere Verdienste
Fachliteratur	70,00 €	78,70 €	-8,70 €	Fachbücher, Zeitschriften
Fahrt- und Transport- kosten	100,00 €	142,40 €	-42,40 €	Fahrtkosten, Übernachtung, Veran- staltung, Transportkosten
Finanzkosten	300,00 €	285,80 €	14,20 €	Kontoführung
Fortbildung	450,00 €	0,00 €	450,00 €	Kongress, Seminar, Coaching
Webhosting und E-Mail	850,00 €	828,37 €	21,63 €	Website Hosting, Mail/ Kalender/ Domain, Virenschutz
Miete	0,00 €	0,00 €	0,00 €	Büro, Raum für Treffen
Mitgliedsbeiträge	0,00 €	0,00 €	0,00 €	Dachverbände
Öffentlichkeitsarbeit	3.800,00 €	3.893,50 €	-93,50 €	Pflege Website, Plakate, Flyer, Rat- geber
Personal	7.502,40 €	7.467,40 €	35,00 €	Buchhaltung & Assistenz GF
Porto	150,00 €	167,69 €	-17,69 €	Postwertzeichen, Postdienst- leistungen
Rücklagenzuführung	0,00 €	0,00 €	0,00 €	freie, zweckgebundene
Steuern	0,00 €	0,00 €	0,00 €	KESt
Telefon/-fax	180,00 €	167,76 €	12,24 €	Festnetz, Mobil, externe Faxe
Veranstaltungen	150,00 €	200,00 €	-50,00 €	Klausurtagung, Honorar, Fahrtkosten für Referenten, Präsente
Umbuchungen	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Vereinskosten	500,00 €	489,00 €	11,00 €	Kassenprüfung, Versicherung, BGW, Steuerberatung
Vorstandskosten	0,00 €	0,00 €	0,00 €	VS, Aufwandsentschädigung
Zuwendungen	80,00 €	25,00 €	55,00 €	Geschenke
Sonderausgaben/ Sonstiges	0,00 €	0,00 €	0,00 €	
Summe	16.582,40 €	16.376,60 €	205,80 €	

Überschuss/Verlust + 1.806,14 €
**Rücklagenzuführung/
-entnahme** 0,00 €

Auf der Ausgabenseite schlagen, wie in den meisten Organisationen, die Kosten für Personal am meisten zu Buche. So beliefen sich die kumulierten Ausgaben für die Buchhaltung, die Assistenz der Geschäftsführung, die technische Betreuung im Bereich Öffentlichkeitsarbeit und die Kosten für die Auszahlung von Ehrenamtszuschüssen für besondere Verdienste im Ehrenamt auf 12.557,40 Euro. Insgesamt konnten wir dank des verantwortungsvollen Umgangs aller Beteiligten mit den uns zur Verfügung gestellten Geldern unter unseren geplanten Ausgaben bleiben.

Wir sind dankbar, dass wir das Jahr trotz hoher Inflation und einem Wirtschaftsklima, in dem mit großzügigen Spenden keineswegs fest gerechnet werden kann, finanziell gut überstanden haben. Mit unseren Rücklagen i.H.v. 5.500 Euro haben wir ein kleines Polster, um unerwartete Durststrecken zu überstehen und so sehen wir dem kommenden Jahr 2024 optimistisch entgegen.

Unseren diesjährigen Geldgebern danken wir an dieser Stelle ausdrücklich für die Unterstützung!

Fazit & Ausblick auf 2024

Das Jahr 2023 war ein aufregendes Jahr. Aufgrund unserer angespannten Personalsituation und notwendigen Vereinsreform mussten wir 2023 schweren Herzens die Beteiligung an einigen angefragten Projekten und Studien absagen.

Die Betroffenheit und der Kampfgeist, die wir im Rahmen der Workshops zur **Vereinsreform** spürten, gab uns den Rückenwind, um nicht aufzugeben. Es lässt uns positiv in die Zukunft blicken, dass wir mit Oliver einen neuen Mitstreiter mit

Verantwortungsbereitschaft gewinnen konnten.

Wir sind insgesamt zuversichtlich, dass wir den Verein erhalten und stabilisieren können, um unsere Arbeit weiterhin engagiert und mit voller Kraft fortsetzen und in Zukunft wieder mehr Zusage und Beteiligungen an Veranstaltungen aussprechen zu können.

Dankesworte zum Schluss

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Mitgliedern, Kooperationspartner*innen und Spender*innen für die Unterstützung und gelungene Zusammenarbeit. Nur gemeinsam können wir so viel bewirken und zur höheren Teilhabe von Krebsüberlebenden beitragen. **Dabei gilt ein ganz spezieller Dank den Eisbären Berlin, der Deutschen Krebsgesellschaft, der Berliner Krebsgesellschaft und allen privaten Spender*innen sowie langjährigen Fördermitgliedern.**

DKG
KREBSGESELLSCHAFT



 Berliner
Krebsgesellschaft e.V.
Durch Wissen zum Leben

Anhang

Tabelle 1 Erfahrungen und Fähigkeiten der Vorstandsmitglieder

Oliver Kociolek	Vorsitzender ²	Politikwissenschaftler, Finanzverantwortlicher, Kontakt zur Politik
Sabine Schreiber	Vorsitzende ¹ Stellvertretende Vorsitzende ²	Kommunikationsexpertin, Aufbau und Pflege von Netzwerken, Organisation & Moderation von Veranstaltungen, Vorträge, Webdesign
Anne Katrin Hülsmann	Stellvertretende Vorsitzende ²	Kommunikationsexpertin, PR und Pressearbeit, Organisation und Moderation von Veranstaltungen, Vorträge, Kommunikation mit Kooperationspartnern
Claudia Mohr	Beisitzerin ¹ Stellvertretende Vorsitzende ²	Art Direction, Webdesign, Pressearbeit, Vorträge, Moderation, Aufbau von Netzwerken, Patientenvertretung, Social Media, Spezialisierung auf „Krebs und Beruf“
Anna M.	Beisitzerin	Veranstaltungsorganisation und Moderation, Webdesign, Zoomexpertin
Johanna W.	Beisitzerin	Organisation von Selbsthilfetreffen und -events, Moderation von Selbsthilfetreffen und Veranstaltungen, Beantwortung von Neuanfragen, Spezialisierung auf die Themen „Krebs und Familie“ und „Krebs und Selbständigkeit“

¹ bis zur Mitgliederversammlung 2023

² seit der Mitgliederversammlung 2023



Wir brauchen Eure Unterstützung!

Den Großteil unserer Arbeit leisten wir ehrenamtlich. Um Infomaterialien zu erstellen und Veranstaltungen zu organisieren brauchen wir Eure finanzielle oder sehr gern auch ideelle Unterstützung.

Banküberweisung:

Leben nach Krebs e.V.
IBAN: DE47 3702 0500 0001 7998 00
BIC: BFSW DE33 XXX (Bank für Sozialwirtschaft/Sozialbank)