

# Jahresbericht Stiftung Perspektiven 2023

---

## 1. Finanzielle Entwicklung im Jahr 2023

Die finanzielle Entwicklung der Stiftung für das Jahr 2023 wurde von einem großen Projekt geprägt, das wir beim Hilfswerk (Stiftung Fernsehlotterie) einwerben konnten und in enger Kooperation mit unserem Träger, der Stiftung Deutschen Leukämie- und Lymphomhilfe durchführen. In Rahmen der Förderung die über 3 Jahre geht, werden Eigenmittel von 53.000€ gefordert, die wir von der Stiftung Perspektiven auf das Projektkonto bei der Deutschen Leukämie- und Lymphomhilfe übertragen haben. Die Fördermittel der Frauenselbsthilfe Krebs Baden-Württemberg für die Durchführung von Workshops in BW oder Bayern und die Förderung der Stiftung der Berliner Sparkasse für die Durchführung eines Kommunikationstrainings wurden in 2023 ausgegeben.

Auch die Spenden haben sich positiv entwickelt. Insgesamt hatte die Stiftung einen Mittelzufluss von 36.845,85 €.

Ausgaben entstanden im Wesentlichen durch die Förderung der Tanzprojekte und die Online-Vorträge für Patienten sowie Personalkosten für die wissenschaftliche Unterstützung bei den Faktenblättern auf der Webseite (gesamt 107.816,70 €).

## 2. Kuratoriumssitzung

Die 7. Sitzung des Kuratoriums fand am 13. März 2022 als Videokonferenz statt. Anwesend waren 3 Kuratoriumsmitglieder (Prof. Dr. Jens Büntzel, Prof. Dr. Oliver Mücke und Frau Prof. Dr. Jutta Hübner) und als Vertreter der Treuhänderin Herr Michael Söntgen von der Stiftung Deutsche Leukämie- und Lymphomhilfe.

Das Kuratorium hat einstimmig das Protokoll der Sitzung aus dem Jahr 2022, den Jahresbericht 2022, den Jahresabschluss 2022 und den Haushaltsplan 2023 genehmigt.

Es wurde beschlossen die Tanzsportprojekte in Berlin und Saarbrücken sowie die Workshops fortzusetzen. Durch die Förderung des Hilfswerks können 2 Mitarbeiterinnen mit insgesamt einer ganzen Stelle eingestellt werden, um bei der Organisation, Bewerbung und Umsetzung der Angebote für Patienten zu helfen. Die erfolgreich etablierte online-Vortragsserie in Kooperation mit dem Hautkrebs-Netzwerk Deutschland sollte weiter ausgebaut werden.

Das Projekt zum Thema therapieinduzierte Polyneuropathie sollte weiterentwickelt werden.

### **3. Eigene Aktivitäten im Jahr 2023**

Durch die Förderung der Deutschen Hilfswerks stehen für 3 Jahre eine Vollzeitstelle verteilt auf 2 Mitarbeiterinnen zur Verfügung. Damit soll das Informationsangebot ausgebaut werden und v.a. weitere Selbsthilfegruppen gewonnen werden, in Kooperation mit uns Förderanträge zu stellen, um auf sie individuell zugeschnittene Workshops und andere Informationsprojekte zu entwickeln. Die Mitarbeiterinnen sind als Trainerinnen, Moderatorinnen und v.a. in der Ansprache und Abstimmung mit interessierten Gruppen und Partnern aktiv.

#### **Tanztraining für Patienten und Angehörige**

Der Schwerpunkt der eigenen Förderung im Jahr 2023 lag erneut bei den Workshops und dem Tanzsporttraining. In Berlin war leider ein Trainerwechsel erforderlich. Erfreulich ist, dass in Berlin mit einem der Sana-Kliniken ein finanziell unabhängiges Training durch die Trainerin akquiriert werden konnte, sodass der Präsenz- wie der digitale Kurs unabhängig weiter machen können und zum Jahreswechsel auf 2024 nur noch die Förderung in Saarbrücken (ebenfalls Präsenz und digital) erforderlich ist.

Erfolgreich liefen in 2023 wieder die Workshops, auch wenn die Resonanz an den unterschiedlichen Standorten sehr unterschiedlich war. Insgesamt fanden 15 Workshops mit 233 Teilnehmern statt. Damit konnte sowohl die Anzahl der Workshops wie die der Teilnehmer um ja ca. 50% gesteigert werden. Für einen Teil der Workshops gab es eine alleinige oder Ko-Finanzierung durch lokale oder regionale Partner (Frauenselbsthilfe Krebs Freiburg, Regensburg, Saarlouis, Haßloch und Herford; Fördervereine in Villingen-Schwenningen und Bad Homburg; freie Selbsthilfegruppe Muldental in Bad Lausick, Universitätsklinik Göttingen und Leipzig, Piushospital Oldenburg und Psychosoziale Beratungsstelle Wedel). Ein Workshop wurde in Berlin durch das Sana-Klinikum Friedrichshain finanziert. Aus diesem Projekt wurde die Weiterfinanzierung der Berliner Kurse entwickelt. Ergänzend übernahm die Stiftung Perspektiven die Kosten, die durch andere Spender/Geldgeber nicht gedeckt werden konnten.

Informationen zu den Workshops und dem regelmäßigen Tanztraining finden sich auf den Webseiten der Stiftung.

#### **Wissensportal und Faktenblätter**

Im Wissensportal wurden die Faktenblätter erneut aktualisiert und neue Themen hinzugefügt.

#### **Vorträge für Patienten**

Die Serie der Online-Vorträge wurde in 2023 fortgesetzt und um zahlreiche neue Themen erweitert:

1. Entscheidungsfindung
2. Rehabilitation
3. Fatigue (Erschöpfung) und was man dagegen tun kann
4. Resilienz - die Eigenschaft, die uns hilft, mit schwierigen Situationen fertig zu werden
5. Leitlinien, Tumorboard und Co: Woher kommt meine Therapieempfehlung?
6. Statistik - was bedeuten die Zahlen im Laborbefund und Arztbrief? Was ist häufig und was selten?
7. Lebensqualität - was ist das und wie messen Forscher oder Patienten sie?

8. Schlaf
9. Träume
10. Langzeitfolgen nach einer Krebserkrankung - Therapie beendet, Krebs geheilt und trotzdem...
11. Trauer - wie damit umgehen?
12. Spiritualität - eine versteckte Ressource?
13. Mangelernährung ist nicht gut - aber was kann man dagegen tun?
14. Diagnose Krebs: und plötzlich erscheint alles unsicher

Weiterhin finden die Vorträge zweimal wöchentlich statt. Mittlerweile sind 10 Referenten im Einsatz. Insgesamt hatten wir 2194 Zuhörer. Die Finanzierung erfolgte durch eine Kooperation mit dem Hautkrebs-Netzwerkes Deutschland e.V. durch eine Projektförderung der Techniker Krankenkasse und wurde auch durch die Spende der Vortragshonorare an die Stiftung durch einige Referenten ermöglicht. Mit Beginn des Förderprojektes PERSPEKTRUM wurde die Moderation durch eine Mitarbeiterin übernommen

Informationen zu den Vorträgen finden sich auf den Webseiten der Stiftung. Auf einer neu gestalteten Seite finden sich neben den Themen und Daten auch kurze Einleitungstexte und schrittweise werden Kurzfassungen der Inhalte der Webinare eingestellt.

## **Kommunikationsseminar**

Die Sparkassenstiftung Berlin hat ein Kommunikationstraining für Patienten und Angehörige finanziert. In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft Prävention und Integrative Onkologie in der Deutschen Krebsgesellschaft wurde parallel ein Seminar für Ärzte, Pflegekräfte und Angehörige anderer Berufsgruppen angeboten. Die Teilnehmer trafen sich zunächst getrennt 4 mal digital und erarbeiteten Strategien für verschiedene Kommunikationssituationen:

- Einfach erklären – Fragen stellen
- Raum geben und nehmen für Entscheidungen
- Kommunikation – Zuhören und Werte
- Gespräche in besonderen Situationen

Die Online-Seminare behandelten jeweils das gleiche Thema einmal aus der Perspektive der Patienten und Angehörigen, einmal aus der Perspektive der Professionellen.

Beide Workshops fanden mit den Patienten/Angehörigen und den Professionellen im Gemeindesaal der evangelischen Kirchengemeinde in Kreuzberg statt. In gemischten Gruppen wurden die Themen der 4 Seminare nun realitätsnah wiederholt und konkrete Kommunikationsübungen durchgeführt. Insbesondere das Thema Entscheidungen und Werte wurde anhand konkreter Szenarien intensiv in Gruppen und dann im Plenum diskutiert. Für alle Teilnehmer war es ein wesentliches Anliegen, Strategien und Techniken auszutauschen und neue zu entwickeln, die im Behandlungsalltag umsetzbar sind. Ein besonderes Highlight war der 2. Tag im ersten Workshop, bei dem es um die nonverbale also Körpersprache ging. Im 5. Seminar wurden die Ergebnisse dieser Seminare und des ersten Workshop-Wochenendes reflektiert.

## Förderprojekt Polyneuropathie

Eine Polyneuropathie tritt als Nebenwirkung vieler Tumrotherapien auf und kann für die Betroffenen mit erheblichen Einschränkungen einhergehen. Die Bedeutung aus Patientensicht wurde im Rahmen einer Promotionsarbeit erfasst, die in der Zwischenzeit publiziert wurde. Darüber hinaus haben wir eine Kurzfassung in laienverständlicher Form den beteiligten Selbsthilfegruppen (Deutsche ILCO, Deutsche Leukämie- und Lymphomhilfe) zur Verfügung gestellt. Der Text für die geplante Broschüre/Ausstellung wird aktuell aus diesem Text in Verbindung mit einigen Hinweisen zur Prävention und Behandlung der Polyneuropathie entwickelt und mit den Bildern verbunden.

## Förderprojekt Achtsamkeitsbasiertes Walking (Charité)

In 2023 wurde das Förderprojekt Mindfulness and Self-Compassion focused Walking an der Charité abgeschlossen.

Aus dem Abschlussbericht: „Das 12-wöchige Mindfulness and Self-Compassion focused Walking Trainingsprogramm (MSCW) ist eine Kombination aus medizinisch kontrolliertem, sportlichem Walking und zeitgleich praktizierten mentalen, inneren Achtsamkeits- und Selbstmitgeföhlübungen zur Entwicklung einer hilfreichen Haltung gegenüber dem eigenen Erleben und den Herausforderungen der Mammakarzinomerkrankung. MSCW ist das erste ressourcenstärkende, systematische Fatigue-Präventionstraining mit zeitgleichem kombinierenden Fokus auf das physische Fitnesslevel und auf die innere Haltung als seelische Schutzkomponente. Physische Stärkung trifft hier mentales, (sportpsychologisches) Training.“

### Mindfulness and Self-Compassion focused Walking (MSCW)

Präventive Effekte eines standardisierten, 12-wöchigen, achtsamkeitsbasierten, Ausdauertrainingsprogramms auf die tumorbedingte Fatigue-Symptomatik sowie die krankheitsspezifische Lebensqualität von Mammakarzinompatientinnen unter laufender Chemo- oder Strahlentherapiebehandlung

An das Kuratorium der Stiftung Perspektiven für Menschen  
Adenauerallee 87, 53113 Bonn



„Die Berliner mamazone e.V. Regionalgruppe bietet zunächst für ein Jahr, wöchentlich, an den Standorten Volkspark Wilmersdorf und Grunewald, kostenfreie Trainingseinheiten für alle interessierten Mammakarzinompatientinnen (aktuelle und ehemalige) an.“