

2021 & 2022

Der Zwei-Jahresrückblick



© Karin Costanzo

REXRODT VON
FIRCKS STIFTUNG 
für krebskranke Mütter und ihre Kinder

*So oft die Sonne aufsteht,
erneuert sich mein Hoffen.
Und bleibet, bis sie untergeht,
wie eine Blume offen.*

Gottfried Keller



Liebe Helferinnen und Helfer,

es ist großartig, dass unser Stiftungsteam und ich gemeinsam mit Ihnen in den Jahren 2021 & 2022 **viel Positives für Familien mit Krebs bewegen konnten**. Wir haben uns den Mut nicht nehmen lassen, zahlreiche Herausforderungen gemeistert und diesen verrückten Zeiten zum Trotz – oder vielleicht gerade ihretwegen – das Leben gefeiert, denn es ist das Wertvollste, was wir haben.

Wir nehmen Sie auf den nächsten Seiten mit in unsere bewegte Stiftungszeit und zu meinen WoMos – den Wohlfühlmomenten – die immer kostbarer werden, gerade dann, wenn die Zuversicht zu schwinden droht.

„Hoffnung ist nicht die Überzeugung, dass etwas gut ausgeht, sondern die Gewissheit, dass etwas Sinn hat, egal wie es ausgeht.“ Václav Havel

Unsere Programme, die wir zusammen mit Ihnen so erfolgreich durchführen konnten, helfen jedes Jahr zuverlässig Hunderten von betroffenen Familien.

Ihre Kreativität, Loyalität und Ihr Herzblut inspirieren uns immer wieder aufs Neue und haben uns durch diese schwierigen Jahre getragen.

Wir wissen Ihr Engagement sehr zu schätzen und sagen Danke dafür, dass Sie uns helfen zu helfen und uns weiterhin im Herzen tragen.

Annette Rexrodt von Fircks, Stiftungsgründerin



Das Mutmachbuch

Wenn ehrenamtliches Engagement auf Kreativität und Erfahrung trifft, entsteht daraus etwas so Wunderbares wie das erste Kinderbuch der Rexrodt von Fircks Stiftung „**Oya und Pünktchen – eine Mutmachgeschichte**“.

Ein Jahr lang wurde geschrieben, lektoriert, wurden Bilder gezeichnet und verworfen, Druckspensoren gesucht, Kampagnen zur Veröffentlichung geplant.

Im **Februar 2022**, pünktlich am Weltkrebstag, erblickten Oya und Pünktchen das Licht der Welt und sie finden seitdem ihren Weg zu den betroffenen Familien, in Arztpraxen und Beratungsstellen.

Die Autorin **Alexandra Fuchs** schrieb zu ihrem 50. Geburtstag den einfühlsamen Text, und **Gila Krebs-Feinermann** zeichnete die zauberhaften Illustrationen. Beide waren an Brustkrebs erkrankt und engagieren sich bereits seit zehn Jahren in unserem ehrenamtlichen Netzwerk, den „Rexis“.

Das berührende Kinderbuch war ein Geschenk an die Stiftung, um damit anderen Mamas Mut zu machen, altersgerecht mit ihren Kindern (3–10 Jahre) über Krebs zu sprechen.



Elisabeth Frahm spendete mit den Frauen vom „Inner-Wheel-Club Lübeck“ 500 Bücher für alle ggw-Teilnehmerinnen, die 2022 in der Klinik Ostseedeich behandelt wurden.



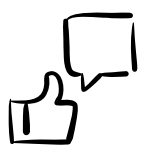
Stolz halten Alexandra Fuchs (li.) und Gila Krebs-Feinermann ihr Mutmach-Buch in den Händen.

>> **Schwerpunktkur**
„...kommen stark werden“
...nach überstandener
...ankung und ihre Kind



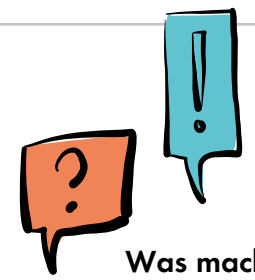
Was macht Dir Mut?

Foto: v.l. Carlotta (16 Jahre) und Marian (13 Jahre)



Carlotta war acht Jahre alt, als ihre Mama Claudia an Brustkrebs erkrankte. Beide wurden durch das Stiftungsteam psychologisch unterstützt und begleitet, vor allem, als Carlottas Mama fünf Jahre später leider verstorben ist. 2022 hat Carlotta das Stiftungsteam als Praktikantin im Bereich Social Media unterstützt.

Marian war neun Jahre alt, als er mit seiner Mama Daniela in den Stiftungsprogrammen behandelt wurde. Daniela war an Brustkrebs erkrankt und engagiert sich heute bei den „Rexis“, dem ehrenamtlichen Stiftungsnetzwerk. Marian klärt auf seinem Instagram Account andere betroffene Kinder über die RvF-Stiftung auf.



Was macht euch Mut, wenn ihr traurig seid?

C.: Ich denke immer daran, dass meine Mama oben im Himmel ist und auf mich achtgibt. Und ein Stück weit in mir und anderen weiterlebt und so auch für mich da ist.

M.: Meine Mama, die hilft mir immer bei allem und ist die beste Mutmacherin, die ich habe.

Habt ihr manchmal Angst davor, selber Krebs zu bekommen?

C.: Nein. Es ist eher die Angst, dass noch mehr Leute Krebs kriegen, die mir wichtig sind und dass die auch sterben könnten.

M.: Wir hatten zwar viel Krebs in meiner Familie, aber ich habe tatsächlich keine Angst.

Was hilft Euch, wenn es Euch mal nicht so gut geht?

C.: Meine Freunde, die mit mir durch diese Zeit gegangen sind und damit umgehen können.

M.: Ich lenke mich erst mal ab und gehe an den PC oder mein Handy.



Was würdet ihr anderen Kindern mit auf den Weg geben, die sich gerade in derselben Situation befinden, die ihr erlebt habt?

C.: Ihr seid nicht allein. Sucht Euch Hilfe bei jemandem, dem ihr vertraut. Es gibt auch Beratungsstellen, z. B. die Stiftung Phoenix in Hamburg, die uns damals von der Rexrodt von Fircks Stiftung empfohlen wurde.

M.: Es hilft total, wenn man traurig ist oder Angst hat, offen darüber zu reden. Am besten mit guten Freunden.

Carlotta und Marian, wir danken für das offene Gespräch und wünschen Euch von Herzen alles Gute!



#Mutmachmomente - 🙏

Die WoMos von Annette Rexrodt von Fircks

Manchmal ist das Schicksal ein wirklich mieser Verräter. Es bescherte unserer Stiftungsgründerin eine Situation, die sie einmal mehr dazu gebracht hat, ihren Fokus auf die Hoffnung zu legen und die zahlreichen Genesungswünsche zu einem heilenden Energiefeld zu bündeln. Sie teilt ihre WoMos – die Wohlfühlmomente – seit dem Frühjahr 2021 in entwaffnender, Mutmachender Ehrlichkeit via Social Media mit uns.

Sie ist eine unglaubliche Frau, die das Leben in seiner Ganzheit annimmt, die sich selbst in dunklen Stunden einen Regenbogen malt, als Symbol für Hoffnung und Zukunft und tausende Menschen mit ihrem ganz persönlichen Weg berührt.



Post 1: #herzensfluten
#heilkraftgedanken
#daszweitemalkrebs

Post 2: #dankeechallen
#lebenleben
#zuversicht

Post 3: #hoffnungmutzuversicht
#dasbestedrausmachen
#lebenleben
#demkrebsdavonleben
#gettingwell

Post 4: #spendensegenrtl
#womo
#gesundwerden

Post 5: #energietanken
#lebensfreude
#frühling

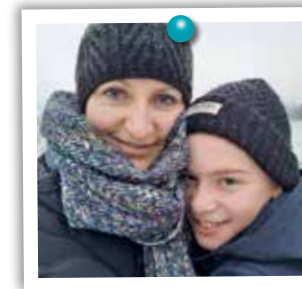
Post 6: #wonderful
#zuversicht

5 Jahre ehrenamtliches Netzwerk

Ich engagiere mich bei den „Rexis“ weil ...

... ich trotz der schweren Zeit sehr viel Positives erfahren habe, wofür ich sehr dankbar bin, und ich möchte damit andere Frauen unterstützen.

Maria



... mir die Programme der Stiftung eine Kraft geschenkt haben, die ich heute zurückgeben kann.

Isa



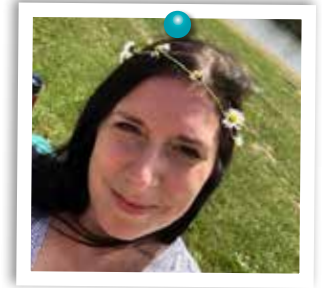
... ich möchte, dass noch viele andere Mütter und ihre Kinder diesen Halt und diese Hilfe durch die Stiftung erfahren können, den ich und meine Familie vor acht Jahren selbst erleben durften.

Kristina



... sich viele bei der Diagnose Brustkrebs alleine fühlen und keinen Ansprechpartner haben!

Carina



... ich Mut machen möchte, dass es ein Leben nach der Krebstherapie gibt: Haltet durch, Eure Familien und wir Rexis helfen Euch dabei!

Christine



Mutmachprogramm für VÄTER

Wo bleiben die Väter und Partner mit ihren Gedanken und ihren Fragen, wenn die geliebte Frau an ihrer Seite erkrankt? In „gemeinsam gesund werden“ gibt es ein Gesprächsangebot, das dem Austausch der Männer untereinander und der Reflexion der eigenen Situation dient.

Zwei Väter erzählen, was die Krebsdiagnose ihrer Partnerinnen bei ihnen ausgelöst hat und wie sie ihren Mut behalten haben.

Thomas, 45 Jahre

Wie ging es Dir, als Du von der Brustkrebsdiagnose Deiner Frau erfahren hast? Ich war bestürzt und betroffen. Unser Familienalltag ist zusammengebrochen und fehlte mir sehr. Es gab nur noch dieses eine Thema, und wir mussten funktionieren. Alle Zukunftspläne waren infrage gestellt.

Was waren der oder die Mutmacher für Dich/Euch? Freunde und Familie haben uns durch ihr für uns Dasein und ihre Hilfe viel Kraft gegeben. Der kompetente und einfühlsame Umgang der behandelnden Ärztin mit unserer Situation hat uns sehr gestützt. Der spürbare Erfolg der Behandlung hat in uns die Hoffnung auf eine gemeinsame Zukunft geweckt.

Wie hat Dir das Programm „gemeinsam gesund werden“ geholfen? Der Austausch mit anderen dort anwesenden Vätern hat mir gutgetan, ich fühlte mich verstanden. Anderen zuzuhören, selbst angehört und verstanden zu werden, z. B. auch von der Psychologin, war heilsam. Zum ersten Mal seit – wie es mir vorkam – unendlich langer Zeit konnten wir uns um uns selbst kümmern, z. B. beim Sport und bei langen Spaziergängen. Dass wir diese Reha gemeinsam erleben konnten, war etwas ganz Besonderes. Es hat uns als Familie wieder zueinander gebracht.



Marcus, 45 Jahre

Wie ging es Dir, als Du von der Diagnose Deiner Frau erfahren hast? Ich habe mich meiner Frau gegenüber hilflos gefühlt. Ich konnte nichts machen, damit alles wieder gut wird. Ich wusste auch nicht, was ich ihr sagen soll. Ich wollte sie nicht anlügen, aber ich konnte ihr ebenso wenig einfach falsche Hoffnungen machen. Wir wussten viel zu wenig über das Thema Brustkrebs. Mein Kopf war voller Fragen. Gerade die Frage nach dem „Warum?“ und „Wie soll es nun weiter gehen?“ – vor allem mit zwei kleinen Kindern. Diese Unwissenheit und Ungewissheit hat uns Angst gemacht. Je mehr wir uns mit dem Ganzen auseinandergesetzt haben, desto sicherer sind wir geworden und um so mehr Hoffnung konnten wir wieder schöpfen, dass sich auch unsere Welt weiter drehen wird.

Was waren Deine Mutmacher? Unsere größten Mutmacher waren und sind unsere Kinder. Aufgeben war keine Option. Wenn wir in ihre Augen geschaut haben, dann wussten wir genau, wofür wir jeden Tag gekämpft haben. Mit jedem neuen Tag hatten wir die Möglichkeit zu realisieren, dass das nicht das Ende war, sondern dass es weiter gehen wird. Und auch wenn diese Zeit sehr schwer war, so sind viele schöne Dinge passiert, für die wir immer dankbar sein werden. Dazu gehört auf jeden Fall unsere Reha, die es ohne die RvF-Stiftung nie gegeben hätte.

Wie hat Dir das Programm „gemeinsam gesund werden“ geholfen? Auf unserem Weg zurück in die Normalität hat das Programm eine ganz wichtige Rolle gespielt. Die Zeit in Grömitz war ein schöner Abschluss und gleichzeitig der Start in die Normalität. Wir konnten das ganze Leid der schweren Zeit abschütteln und haben gemerkt, dass wir nicht alleine sind. In der Reha haben wir als Familie Kraft, Mut und Zuversicht geschöpft. Der gemeinsame Aufenthalt an der Ostsee war für uns sehr wichtig und intensiv. Das wäre ohne die Stiftung nicht möglich gewesen.





Der große Jubiläums-Abend

Am **2. Juli** war es endlich so weit: Die hinreißende ZDF-Moderatorin Andrea Ballschuh eröffnete den Jubiläumsabend im Casino der Zeche Zollverein in Essen. Nach mehreren Terminverschiebungen aufgrund der Pandemiesituation, unzähligen Telefonaten, Meetings und Mails konnten wir das **15-jährige Bestehen des Reha-Projektes „gemeinsam gesund werden“** feiern.

Die Stimmung unter den **130 Gästen** hätte nicht besser sein können. Von Beginn an sahen wir ausnahmslos in herzlich lächelnde, glückliche Gesichter. Denn in so einem festlichen Rahmen waren Förderer, langjährige Unterstützer, Sponsoren, ehemalige Patientinnen, ihre Kinder und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen bisher nicht zusammen gekommen.

Essens Oberbürgermeister **Thomas Kufen** überbrachte seine Glückwünsche persönlich, und Schirmherr **Daniel Günther**, Ministerpräsident von Schleswig-Holstein, ließ es sich nicht nehmen, filmische Grußworte zu schicken. Nach der emotionalen Festrede von **Stiftungsgründerin Annette Rexrodt von Fircks** erhoben sich alle Gäste von Ihren Plätzen und applaudierten minutenlang, teilweise mit Tränen in den Augen.

Höhepunkte des Programms waren der Auftritt von Singer-Songwriterin **ela.**, die das Publikum mit ihrer warmen, kraftvollen Stimme und den authentischen Songtexten berührte und die von **Colmar Schulte-Golz** (bekannt aus "Bares für Rares" im ZDF) moderierte Live-Versteigerung eines Bildes von Martin Herler, das für unglaubliche **10.000 € im Namen der Arge Eltern & Kind Kliniken von Nadine Espey** ersteigert wurde. Klinikleiterin **Ulrike Baumann** reiste mit dem Bild zurück nach Grömitz, wo es in der Klinik Ostseedeich seinen ganz besonderen Platz fand.

Zu den Interviews mit:



A. Ballschuh



.ela



A. Rexrodt v. Fircks



15 Jahre „gemeinsam gesund werden“

Als die ehrenamtlich tätigen und ehemals selbst betroffenen Mamas zusammen mit ihren Kindern auf der Bühne interviewt wurden, war allen Gästen bewusst, worum es an diesem Abend ging: Dass nämlich jede Spende zählt, um auch in Zukunft Familien in dieser Ausnahmesituation die Teilnahme in unserem einzigartigen Stiftungsprogramm zu ermöglichen.

Bis Mitternacht spielte die aus Bayern angereiste Cover Band **„Reloaded“** für unsere Gäste und übergab selbst noch einen Spendenscheck. **Claudia und Martin Schuster** waren ebenfalls Patienten in „ggw“ und unterstützen die Stiftung seitdem musikalisch.

Der schönste Moment für das Team und unsere Gäste war, als Annette Rexrodt von Fircks zu Nenas „Wunder geschehen“ zusammen mit ihrem Mann Dr. Rüdiger Gaase und ihren Kindern tanzte. Mit dem Losverkauf für die exklusive **Tombola mit Preisen im Wert von 14.000 €**, die unsere Rexis quasi im Alleingang in ihrer freien Zeit organisiert haben (Ihr seid wunderbar!) und zahlreichen weiteren Spenden sind **über 37.000 €** für krebserkrankte Mütter und ihre Kinder zusammengekommen.

Es war ein wunderschöner, fulminanter Abend, den wir nur zusammen mit dem Stiftungsvorstand Dieter Esser, Renate Verjans, Dr. Rüdiger Gaase und Markus Nocke sowie zahlreichen Helfer*innen und unserem großen Netzwerk auf die Beine stellen konnten.

Wir danken den Sponsoren dieses Abends: Bellicon, Stadtparkasse Düsseldorf, Novelis, La Roche Posay und ArtWorks.





Best Of





Fun Facts

15 Jahre „gemeinsam gesund werden“ in Zahlen

rund
11.000 Mütter und rund
18.000 Kinder wurden
bis heute behandelt und gestärkt



 **13.000**
handgenähte Herzkissen vom Plöner Herzkissenverein

1 Schirmherr:
Prof. Dr. med. Achim Rody, der mit
seinem Team vom UKSH Campus
Lübeck das Projekt medizinisch betreut

Heike Sonnenberg, Kreativ-Fee der
ersten Stunde, die von Beginn an alle
großen & kleinen Menschen mit ihren
Ideen in der Freizeitgestaltung begeistert

1

120 Mitarbeiter
in der Klinik
Ostsee-deich

 **650**
Meter von der Klinik Ostsee-deich
zum Strand

1 Kindertröster:
Nacho, die sprechende
Indianerpuppe



320
regelmäßige Spender

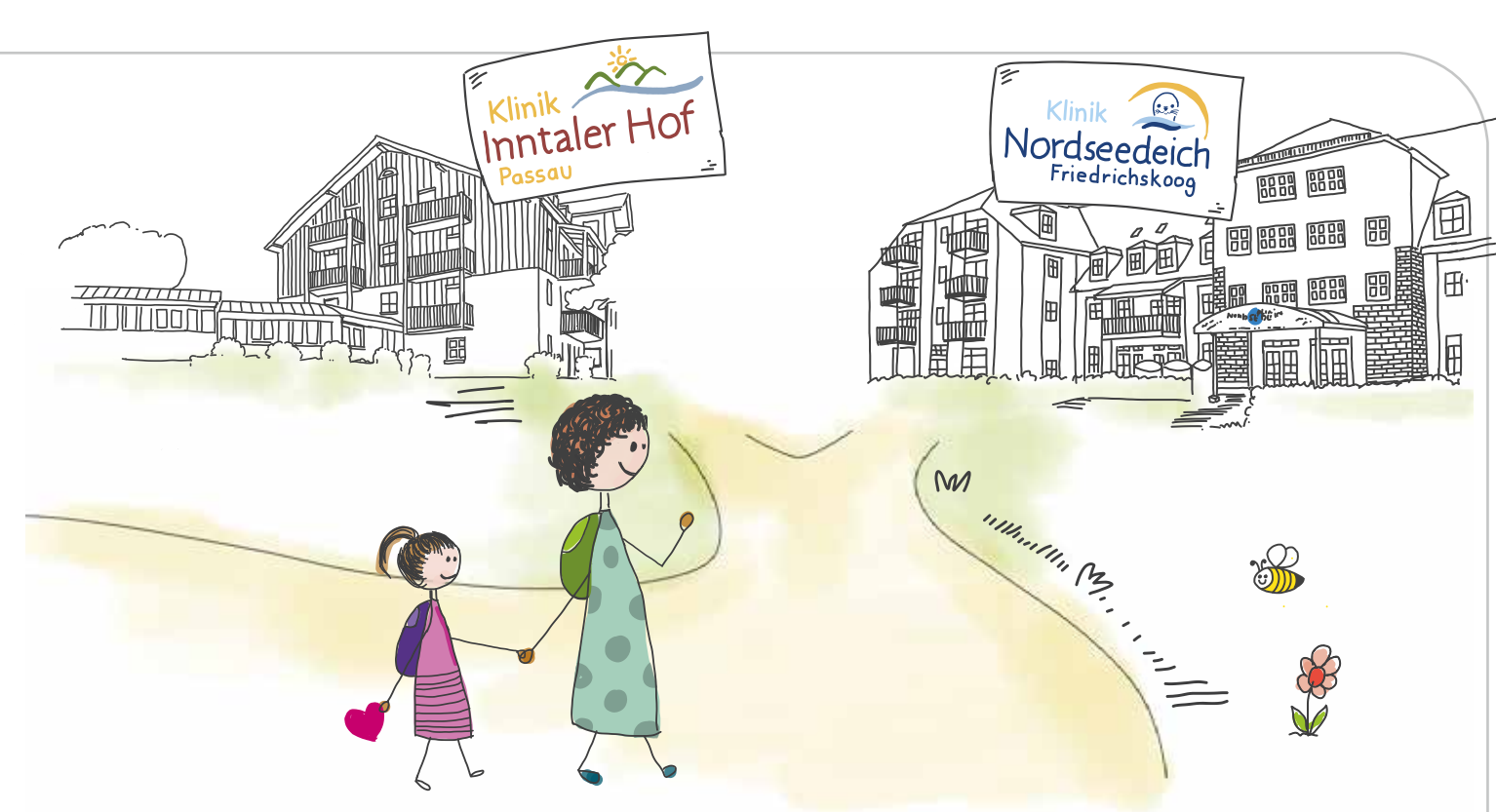
1 Klinikleiterin seit
dem ersten Durchgang:
Ulrike Baumann

3.600.000
Euro gesammelte Spendengelder von **2005 bis 2021**

500.000

Euro Spende für die Erforschung
von „ggw“. Durchgeführt von der
Universität Marburg. **Ergebnis:**
„ggw“wirkt – **ad hoc und langfristig**





Zusammen stark ...

... und jetzt erst recht! Mitten in der intensivsten Pandemiezeit 2021 feierte unsere Schwerpunkt- kur „zusammen stark werden“ ihr 10-jähriges Bestehen. Ein Fest konnten wir aufgrund der Um- stände leider nicht ausrichten. Und wir waren trotzdem glücklich und stolz darüber, dass wir seit 2011 in dieser Maßnahme Mamas mit unterschiedlichen Krebserkrankungen behandeln konnten! Denn nicht nur Mütter, die an Brustkrebs erkranken, haben Kinder. Das Programm nimmt die schon etwas länger zurückliegende Erkrankung in den Fokus und die kleinen und großen Pa- tient:innen können zusammen Kraft tanken und die Zeit genießen.

Alle Mitarbeiter:innen arbeiteten daran, unter den erschwerten Corona-Bedingungen das bestmögliche Programm zu erstellen. Die Vorgaben dafür wurden teilweise wö- chentlich von den Gesundheitsministerien angepasst und erforderten hinter den Kulis- sen logistische Höchstleistungen. Seit Juli 2020 waren die Kliniktüren durchgehend geöffnet, was keine Selbstverständlichkeit war.

Ein großes Dankeschön geht an die Geschäftsleitung der Arge Eltern & Kind Kliniken. **Otto Wagner, Nadine Espey und Gabriele Letschert**, in deren Klinikverbund unse- re Projekte durchgeführt werden. Und natürlich an **Birgit Siegel und ihr Team in der Klinik Nordsee- deich**, an **Ingrid Burk und ihr Team in der Klinik Inntaler Hof bei Passau** und **Ulrike Baumann und ihr Team in der Klinik Ostsee- deich (ggw)**.

Wir freuen uns schon auf die nächsten 10 Jahre!

Zusammen stark ...

... in der Klinik Nordseedeich in Friedrichskoog



kreative Stunden
in der Klinik Nordseedeich



unsere
ständigen
Begleiter

echte Robben - mega!!



Der Arzt behandelt, aber die Natur heilt.





Wunder erleben nur diejenigen,
die an Wunder glauben.

Erich Kästner

Oya, die Mutmach-Hummel

Seit zwei Jahren begleitet das **Stiftungsmaskottchen Oya** uns treu und unermüdlich durch alle Zeiten. Auf hochwertigen Charity-Postkarten verbreitet sie ihre liebevollen Botschaften in ganz Deutschland und wird von den Familien aus unseren Programmen verschickt.

In den Kliniken vor Ort und bald auch in unserem neuen Spendenshop, können die Karten gegen eine Spende erworben werden.





Vorstandsmitglieder: v.l.n.r. R. Verjans, M. Nocke, A. Rexrodt von Fircks, R. Gaase, R. Goll und D. Esser (Bild rechts)

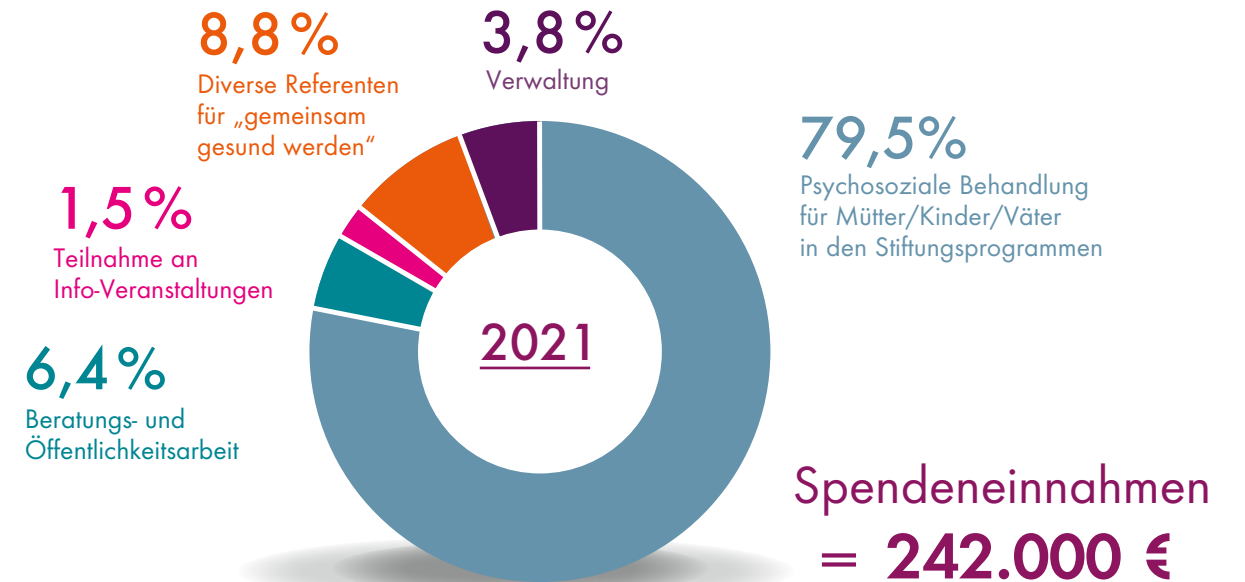
Vorstand & Kuratorium

Unser engagierter und ehrenamtlich agierender Vorstand begrüßt als neues Mitglied **Dr. Rüdiger Gaase**, der das bestehende Team auf medizinischer und berufspolitischer Ebene perfekt ergänzt.

Mit **Rüdiger Goll**, Gründer und Geschäftsführer der Industrie Consult International M&A in Düsseldorf, sowie Rechtsanwalt **Dr. Heinrich Stallknecht** stehen uns seit Mai 2022 zwei hochkarätige neue Kuratoriumsmitglieder zur Seite.

Herzlich Willkommen im Stiftungsteam!

Bilanz



2022

Die aktuellen Zahlen für 2022 lagen bei Fertigstellung noch nicht vor. Wir veröffentlichen diese im ersten Newsletter 2023.

*Das Leben ist nicht das,
was es sein sollte.
Es ist, was es ist.
Die Art und Weise, damit umzugehen,
macht den Unterschied.*

Virginia Satir



Helpen und spenden!

Spendenkonten

Deutsche Bank Düsseldorf:

IBAN DE22 3007 0010 0325 3333 00

Stadtsparkasse Düsseldorf:

IBAN DE04 3005 0110 1005 7406 65

Rexrodt von Fircks Stiftung

Hauptverwaltung Essen:

Agnesstraße 8 · 45136 Essen

E-Mail: kontakt@rvfs.de



www.rvfs.de