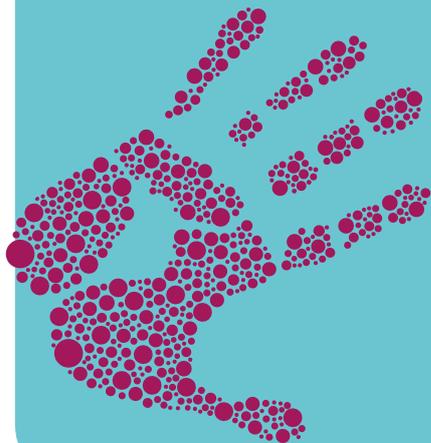


REXRODT VON FIRCKS STIFTUNG
für krebskranke Mütter und ihre Kinder



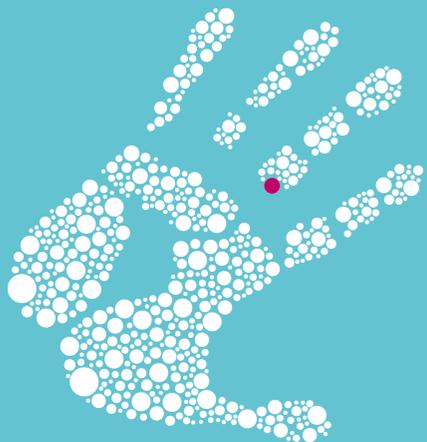
Wir helfen,
unterstützen
und verändern.



Jahresrückblick 2018

„Man ist nicht bloß ein einzelner Mensch,
man gehört einem Ganzen an.“

T. Fontane



Liebe Leser*innen,

in gesellschaftlich unruhigen Zeiten bildet die Arbeit einer gemeinnützigen Stiftung wie der unseren einen kleinen Mikrokosmos fernab von eigennütziger Selbstopтимierung. Wir stellen unsere Arbeitskraft in den Dienst der Gemeinschaft, indem wir uns täglich für krebserkrankte Familien einsetzen, die unsere Unterstützung dringend benötigen. Diesen wertvollen Beitrag für ein gesundes Miteinander können wir verwirklichen, weil deutschlandweit viele Unternehmen, Kliniken, medizinisches Fach- und Pflegepersonal, große und kleine Familien zusammen mit uns an eine Gesellschaft glauben, in welcher gegenseitige Unterstützung, Verständnis und Zusammenarbeit das Fundament sind, auf dem Menschen miteinander leben und füreinander da sein können.

Unser Jahresrückblick 2018 nimmt Sie mit durch zwölf Monate voller Ideen, emotionaler Momente und sinnstiftender Aktionen für Mütter, die an Krebs erkrankt sind, ihre Kinder und Familien.

Herzlichst, Ihre

Annette Rexrod von Fircks, Stiftungsgründerin





Interview mit der Stiftungsgründerin und Vorstandsvorsitzenden Annette Rexrodt von Fircks

Im August 2005 haben Sie die Stiftung für krebserkrankte Mütter und ihre Kinder gegründet. Ist Ihre Vision von damals wahr geworden?

Oh ja, das ist sie – und noch viel mehr: Die Stiftung mit ihren vielfältigen Herausforderungen und Aufgaben wurde mein Lebenswerk – ein viertes Kind geradezu.

Haben Sie die Umsetzung der bis heute einzigartigen Behandlungskonzepte im Alleingang gestemmt?

Für die Verwirklichung unserer Ziele brauchten wir reichlich Spendengelder und natürlich starke Partner an unserer Seite. Als wir im Oktober

2006 die ersten neun Patientinnen mit ihren Kindern in dieser Rehabilitationsmaßnahme behandelten, war es, als hätten wir die Sterne vom Himmel geholt.

Ohne Ideenreichtum und ehrenamtliche Helfer wäre die Stiftung nicht so erfolgreich, richtig?

Ja, das stimmt, und zuallererst möchte ich an dieser Stelle meinen Stiftungsvorstand und -beirat erwähnen, der sehr aktiv – natürlich ehrenamtlich – und unverzichtbar ist. Wir sind ein starkes Team, und dafür bin ich sehr dankbar. Bundesweit engagieren sich immer mehr Menschen für unsere Stiftung, indem sie uns z. B. einen Teil ihres beruflichen Know-hows schenken: beim Layouten unseres Newsletters MOMENTO oder beim Lagern und Versenden unseres Infomaterials.

„Wir sind ein starkes Team, und dafür bin ich sehr dankbar.“

Die tägliche Stiftungsarbeit wird mit einem kleinen Team, das aus Essen, Hamburg und Kiel heraus tätig ist, bewältigt. Sie sind nur zu dritt, und eine tragende Säule sind Sie selbst. Wie schaffen Sie das?

Das fragen wir uns auch manchmal. Wir funktionieren wie ein mittelständisches Unternehmen, haben aber nicht dieselben Ressourcen, weder personell noch finanziell. Vor allem die Spendenakquise be-

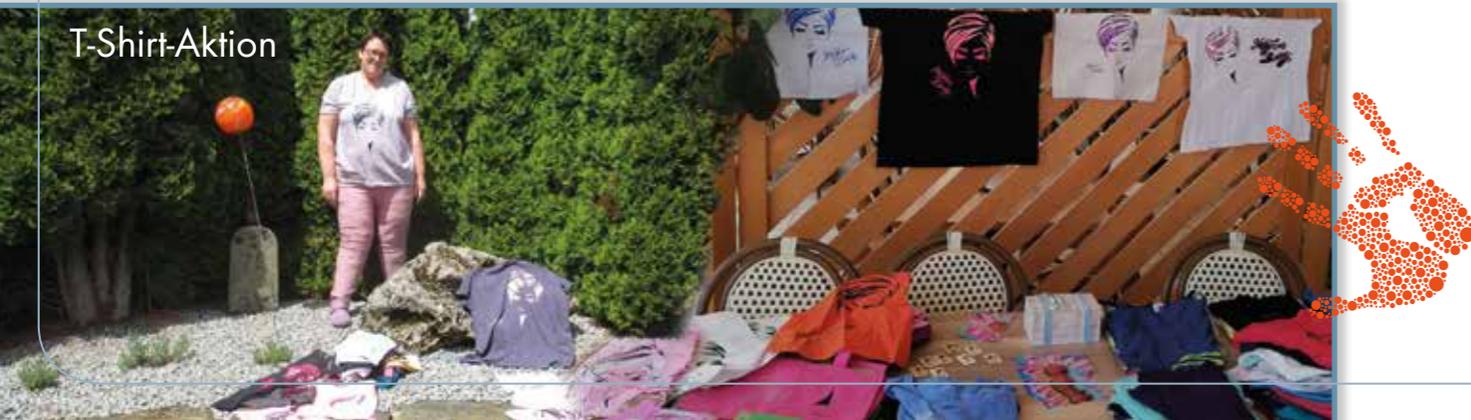
nötigt intensive „Kleinarbeit“ von Herz zu Herz. Unser Arbeitspensum ist hoch, und oft denke ich, dass wir beinahe täglich zaubern. Zum Glück zaubern wir nicht alleine. Wir bekommen seit 13 Jahren aus ganz Deutschland Unterstützung von Unternehmen, ehrenamtlichen Mitarbeitern und durch zahlreiche Charityaktionen.

Das geht über regelmäßige Spenden von z. B. der Jöster Stiftung und der Stiftung für Jugend und Alter, über Konzerte und Spendenläufe, die ehrenamtlich für unsere Projekte veranstaltet werden, bis hin zu liebevollen Aktionen, wie z. B. die „Kurzhaarbeauty“ T-Shirt-Aktion. Da hat Nicole Löchner, eine ehemalige Teilnehmerin von „gemeinsam gesund werden“, zusammen mit vielen anderen Freundinnen T-Shirts, Taschen und Rucksäcke für brustkrebserkrankte Frauen nach der Chemo gestaltet. Diese können wir in Grömitz an die jetzigen Teilnehmerinnen gegen eine Spende abgeben.

So schließt sich der Kreis: Die Frauen vor Ort bekommen eine schöne Erinnerung, und die Spendeneinnahmen fließen parallel in den Erhalt des Projektes. Das geht Hand in Hand.

Gemeinsam mit starken Kooperationspartnern gelingt es uns, so effektiv zu agieren, um möglichst vielen betroffenen Familien zu helfen. Wir sind dankbar für alle Menschen, welche die Sinnhaftigkeit unserer Projekte erkennen und uns deshalb gerne mit ganzem Herzen unterstützen.

T-Shirt-Aktion



Liebe Leserin und lieber Leser, die Sie vielleicht noch nicht mit unserer Stiftung aktiv verbunden sind: Ich hoffe, dass wir Sie als weitere Förderer für uns gewinnen können und heiße Sie herzlich willkommen.





Zehnjähriges Jubiläumstreffen in Grömitz

„Ich hätte nicht gedacht, dass ich das noch erlebe.“

Dass sich so viele Menschen für uns einsetzen, hat einen weiteren Grund: Unsere Reha- und Kurprogramme wirken bei den Betroffenen lange über den stationären Aufenthalt in unseren Kooperationskliniken hinaus.

Im Oktober gab es ein ganz besonderes Wiedersehen in Grömitz: Zehn Jahre, nachdem sich eine Gruppe krebserkrankter Mütter bei

„gemeinsam gesund werden“ kennengelernt hat, haben sich dieselben Frauen und auch ihre Kinder, die inzwischen zum Teil schon erwachsen sind, hier wieder getroffen. Das Band der Freundschaft war über all die Jahre hinweg intakt. Da blieb kein Auge trocken, und der Nachmittag war bestimmt von liebevoller Herzenswärme.

Interview mit der Initiatorin Isolde Bonitz-Unger

Wie geht es Ihnen und Ihrer Tochter zehn Jahre nachdem Sie an der RehaMaßnahme „gemeinsam gesund werden“ teilgenommen haben?

Uns geht es sehr gut. Meine Tochter ist seit drei Jahren selber Mama. Sie war zwölf Jahre alt, als wir in Grömitz waren, und hat bis heute nur gute Erinnerungen an ihre Jugendbetreuung in der Klinik, vor allem an die Schatzgruppen. Vom Bauernhofbesuch erzählt sie manchmal heute noch. Deshalb wollte sie auch unbedingt mitkommen zu diesem Treffen.

Gibt es etwas, dass Sie aus der Reha mitgenommen haben und was Sie bis heute in Ihrem Leben begleitet?

Ja, ich nehme bis heute meine eigenen Bedürfnisse viel stärker wahr und habe gelernt, Nein zu sagen. Ich treibe immer noch Sport, je nach

dem wie viel Zeit ich habe, und ich habe mir mehrfach psychologische Unterstützung geholt. Mein damaliger Brief an mich mit meinen Wünschen ist eine liebevolle Erinnerung daran, Dinge zu tun und nicht nur davon zu träumen.

Was möchten Sie neu erkrankten Frauen mit auf ihren Weg geben?

Psychologische Begleitung kann den Krankheitsverlauf positiv unterstützen und beeinflussen. Wenn der erste Schock vorbei ist, erreichbare Ziele setzen und kleine Schritte gehen. Wenn eine Patientin offen dafür ist, kann die Chemotherapie auch von homöopathischen Experten begleitet werden und dabei helfen, die Nebenwirkungen zu lindern.

Liebe Frau Bonitz-Unger, wir bedanken uns für das Gespräch und wünschen Ihnen und Ihrer Familie weiterhin alles Gute.

Lebendiges Ehrenamt-

das „Rexi“-Jahrestreffen in Hamburg

Die Frauen und ihre Familien, die sich regional für die Stiftung engagieren, leben in ganz Deutschland verteilt. Umso wichtiger ist es, sich einmal im Jahr persönlich zu treffen, um sich gegenseitig zu inspirieren, gemeinsam neue Ideen reifen zu lassen, Fragen zu beantworten und wertzuschätzen, was jeder für sich und doch alle zusammen auf die Beine stellen. In Hamburg haben wir zugehört und von der Kommunikationstrainerin Doris Schmidt Wertvolles gelernt. Es wurde gemeinsam gelacht, geweint, am Ende sinnvolle Maßnahmenpläne erstellt und auf der Alster wunderbar gegessen. **Die „Rexis“ sind einfach die Besten! Rock on!**

Übrigens: Ehrenamtlich tätig zu sein, kann das Selbstbewusstsein und das Immunsystem stärken und aktiviert die Hypophyse, die für die Ausschüttung der Glückshormone zuständig ist. Das belegen zahlreiche Studien.





Schindler

15.000



Pieper

18.000

Seite an Seite mit starken Partnern

Schindler

Normalerweise fahren uns die Aufzüge der Firma „Schindler“ in höher gelegene Stockwerke. Da die Empfehlung ist, eher die Treppen zu benutzen, wollten sich die Mitarbeiter der Firma einer sportlichen Herausforderung stellen. Auf der sogenannten „Tour de Schindler“ radelten 60 Mitarbeiter von Den Haag 800 km nach Berlin und spendeten am Ende **15.000 €** an die RvF-Stiftung.

Stiftung RTL – Wir helfen Kindern e.V.

Wir bedanken uns für die großzügige Spende über **8.300 €**, die in die therapeutischen Bauernhofbesuche für unsere Patientenkinder fließen konnten. Es ist beruhigend zu wissen, dass unsere beforchten Programme diese An-

erkennung finden und durch diese Unterstützung auch zukünftig angeboten werden können.

Pieper

Im Mai überreichte Dr. Oliver Pieper, Geschäftsführer der Pieper Parfümerien, einen großzügigen Spendenscheck über **18.000 €**. Aus sozialem Engagement und leidenschaftlichen Visionen heraus entstand in Essen eine Schutzengelpatenschaft für den guten Zweck. 5.000 Schutzengelkettchen wurden über die Filialen der Parfümerie Pieper gegen eine Spende abgegeben. „Ich bin sehr dankbar, dass wir so einen starken Partner an unsere Seite haben und freue mich auf die Fortsetzung dieser Zusammenarbeit im nächsten Jahr“, sagte Annette Rexrodt von Fircks sichtlich gerührt.

Erster Seno-Spendenlauf in Stuttgart

Die Gesellschaft für Senologie richtet jedes Jahr einen großen Kongress aus für alle ärztlichen und medizinischen Disziplinen, die sich mit der Brust beschäftigen: u. a. Gynäkologie, Chirurgie, innere Medizin, Pathologie sowie Radioonkologie.

In diesem Jahr fand im Anschluss zum ersten Mal ein Seno-Spendenlauf statt. Bei herrlichem Sonnenschein begrüßte Frau Prof. Sara Brucker gemeinsam mit Annette Rexrodt von Fircks und Prof. Markus Hahn die motivierte Läufergemeinschaft. Nach zwei Stunden waren alle glücklich und wohlauf wieder im Ziel, und es war deutlich zu spüren, wie sehr allen Beteiligten die Unterstützung unserer Maßnahmen am Herzen liegt. Viele der Läuferinnen hatten selbst mit ihren Kindern an unseren Programmen teilgenommen und waren glücklich, etwas aktiv zurückgeben zu können. Unglaubliche **5.000 €** sind bei dieser Premiere für die RvF-Stiftung zusammengekommen. Wir danken den Organisatoren der Kelcon GmbH und vor allem Prof. Rüdiger Schulz-Wendtland für die Idee.

5000



Seno-Spendenlauf

ONLINE SPENDEN

Spendenkonto

Deutsche Bank Düsseldorf:

IBAN DE22 3007 0010 0325 3333 00 BIC DEUTDEDDXXX

Stadtsparkasse Düsseldorf:

IBAN DE04 3005 0110 1005 7406 65 BIC DUSSEDDXXX



Spendenaktionen mit Spaß und ehrenamtlichen Kooperationspartnern

Waffeln backen in der Mittagspause

Ein Waffeleisen mit Waffelteig, selbst gemachter Kuchen, zehn motivierte Mitarbeiter der Firma Mammutome und fünf Mittagspausen sind die Zutaten einer weiteren kreativen Spendenaktion. In Hamburg-Norderstedt wurden durch den Waffelverkauf in Mittagspausen über 800 Euro Spenden gesammelt.

Schon im Vorfeld hatte Mammutome angekündigt, die eingenommene Summe am Schluss zu verdoppeln.



Das Ergebnis waren **1.603,64 Euro**. „Eine tolle Steigerung zum vergangenen Jahr. Wir machen weiter und freuen uns schon auf das nächste Jahr“, sagte Marketingleiter Dominique Anbergen im Interview mit dem Lokalsender NOA. **Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Mitarbeitern von Mammutome und dem Küste 1 Bistro für die Aktion „Waffeln mit Herz“.**

1603,64

Biken gegen Krebs

Heuer waren wir zum vierten Mal beim 12h – MTB Schatzbergrennen in Dießen am Ammersee dabei. Stiftungsmitarbeiterin Maitreya Gipser ist dieses Mal selber in der 6er Damenmannschaft kräftig in die Pedale getreten. Ein glimpflich abgegangener Sturz beendete ihre Fahrerkarriere zwar in der zweiten Runde, aber das tat der guten Stimmung an unserem Tombolastand keinen Abbruch. Alex Fuchs, Stiftungsehrenamtliche der ersten Stunde und Initiatorin dieser Spendenaktion, hatte die Idee für ein Glücksrad und mithilfe ihres großen Netzwerkes so viele tolle Preise gesammelt, dass wir alle Hände voll zu tun hatten und fast alle Gewinne weggingen.



4000

Das Rennen war vom Veranstalter MC Dießen, allen voran Sebastian Döppl, wieder mal perfekt organisiert. 430 Mountainbiker waren begeistert von der familiären Atmosphäre, der tollen Verpflegung und den kostenlosen Sonnencremes vom Hauptsponsor La Roche Posay, die unseren Stand tatkräftig mit unterstützt haben. Durch die Erlöse aus der Tombola, den gespendeten Fahrertrikots vom MC Dießen, Runden- und Regionalspenden kamen so unglaubliche **4.000 €** zusammen, und unser Damenteam stand auf dem Siebertreppchen ganz oben. **Mit solchen Partnern können wir nur gesund und munter bleiben!**



Rexrodt von Fircks Stiftung – ein starkes Team für krebskranke Mütter und ihre Familien

Interview mit Maitreya Gipser,
Referentin für Öffentlichkeitsarbeit
und Marketing



Warum ist der Rexrodt von Fircks Stiftung die Beratung von betroffenen Familien so wichtig?

Gefühlt wird es durch die Digitalisierung und den straff organisierten Behandlungsalltag für Patienten immer schwieriger, Raum für Fragen und Formulierung von Ängsten und Sorgen zu erhalten. Deshalb wird Beratung bei uns großgeschrieben, weil wir um die Nöte der Betroffenen wissen und uns Zeit nehmen, um persönliche Hilfestellungen zu geben.

Wer nimmt Ihr Beratungsangebot in Anspruch?

Vor allem betroffene Frauen, aber auch zunehmend Männer, die sich Sorgen um ihre Frauen und Kinder machen. Manchmal nehmen auch Angehörige wie Großeltern etc. zu uns Kontakt auf.

Warum nimmt Ihrer Meinung nach der Beratungsbedarf eher zu, obwohl doch so viele Informationen gut verständlich im Internet zu finden sind?

Ein persönliches Gespräch ist unersetzlich. Es kann vieles vermitteln, was die bloße Schriftsprache nicht kann. Und nicht alle Menschen, auch von den jüngeren, sind so internetaffin, wie wir meinen.

Was für Fragen werden Ihnen gestellt?

Das ist sehr vielfältig und individuell. Die Fragen betreffen alle Lebensbereiche, die durch die Diagnose Krebs beeinflusst und verändert werden, und natürlich Fragen zu unseren Reha- und Kurangeboten.

Wie beraten Sie die Menschen, die sich an Sie wenden?

Die meisten Anfragen erhalten wir telefonisch. Wir haben feste Beratungszeiten eingerichtet, da bisher zu jeder Tageszeit Anrufe eingingen. Für die sorgfältige Beantwortung schriftlicher Anfragen nehmen wir uns ebenfalls viel Zeit oder rufen zurück.

Mithilfe der „Rexis“, den ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen der Stiftung, beraten wir in ganz Deutschland auch persönlich, z. B. auf Kongressen, an Infotagen von Brustzentren oder Krankenhäusern.

Durch die Zusammenarbeit mit verschiedenen Organisationen, wie z. B. Brustkrebs Deutschland e. V., dem BRCA Netzwerk, Mammazone oder der Frauenselbsthilfe Krebs gelingt es uns immer besser, den speziellen Beratungsbedarf für ganz Deutschland aufzufangen.

Wagen wir einen Blick in die Zukunft: Was, glauben Sie, wird in den nächsten zehn Jahren für Betroffene und medizinisches Fach- und Pflegepersonal besonders wichtig sein?

Die Psyche nimmt einen sehr großen Stellenwert für die menschliche Genesung ein. Medizinischer Fortschritt auf höchstem Niveau allein macht uns nicht gesund. Wir sollten immer ganzheitlich denken und uns unsere Menschlichkeit bewahren.

Was würden Sie aus Ihrer langjährigen Erfahrung heraus frisch betroffenen Frauen und ihren Familien mit auf den Weg geben?

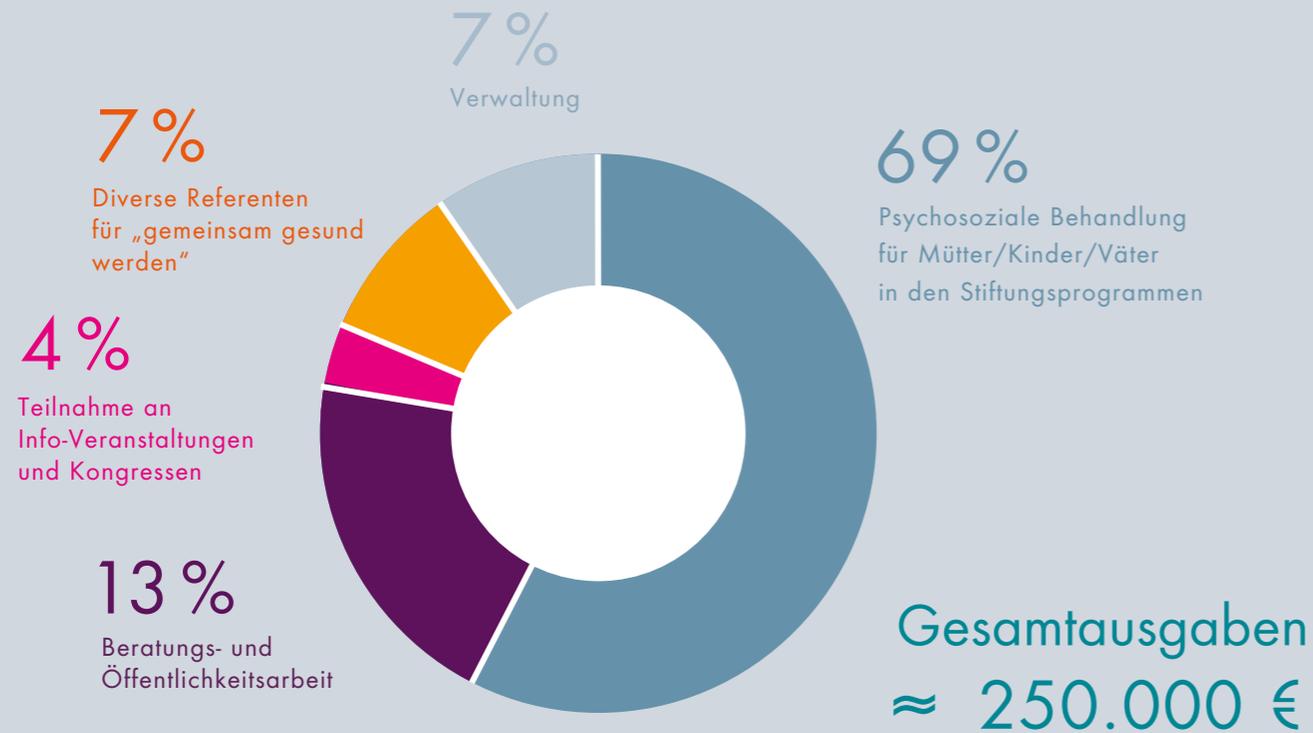
Offen und ehrlich mit sich und anderen umzugehen. Fragen und Ängste zulassen und sich die passende Unterstützung – auch und gerade außerhalb der Familie – suchen. Gerade Menschen, die selbst eine Krebserkrankung durchgemacht haben, sind oftmals die verständnisvolleren Ansprechpartner und können viel von ihrer eigenen Erfahrung weitergeben.

Liebe Frau Gipser, wir bedanken uns für das Gespräch und wünschen Ihnen weiterhin viel Erfolg bei Ihrer wichtigen Arbeit.



„Gemeinsam haben wir es geschafft – DANKE!“

Bilanz 2018



SPENDEN LEICHT GEMACHT

GEBURTSTAGS- UND FAMILIENFEIERN

Was für eine schöne Geste! Statt sich über die üblichen Geschenke zu freuen, bitten Sie um eine Spende für unsere Stiftung. Damit zeigen Sie und Ihre Gäste gemeinsam, dass Sie an andere Menschen denken.

CHARITY-AKTIONEN Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: Ein Wohltätigkeitslauf, eine Tombola oder ein Konzert; basteln, stricken, Zumba tanzen – Charity-Aktionen zugunsten unserer Stiftung helfen uns auf vielfältige Weise. Wir unterstützen Sie gern bei der Organisation.

TESTAMENTSSPENDE Über die eigene Endlichkeit nachzudenken und den Nachlass aktiv zu gestalten, kann ein befriedigendes Gefühl sein. Denn so können Sie auch über den Tod hinaus Gutes tun und die Zukunft von Familien und Kindern, die durch eine Krebserkrankung betroffen sind, positiv beeinflussen.

FREUND UND FÖRDER WERDEN Mit einer regelmäßigen Spende von jährlich 45 € oder mehr, treten Sie unserem Fördererkreis bei und helfen so langfristig krebserkrankten Müttern, ihren Kindern und Partnern. **Denn Krebs trifft die ganze Familie.**



www.rvfs.de

**Rexrodt von
Fircks Stiftung**

Agnesstraße 8
45136 Essen

E-Mail: kontakt@rvfs.de

**Stiftungstelefon
Essen (Verwaltung)**

02 01 / 5075 1170

Hamburg (Beratung)

040 / 5 32 54 54 6

Kiel (Beratung)

01 57 / 85 07 54 78

Folgen Sie uns.

