

Liebe Freund:innen der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs,

wir freuen uns, Ihnen heute den ersten regulären Newsletter im Jahr 2021 über die Arbeit der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs übersenden zu können und möchten uns für Ihr großes Interesse und Ihre wichtige Unterstützung ganz herzlich bedanken.

In den vergangenen Monaten hatten wir mit technischen Problemen des Newslettersendungs an Adressen der Provider Web.de, GMX und Hotmail zu kämpfen. Die Annahme des Newsletters wurde mehrfach verweigert und die E-Mails kamen nicht an. Wir hoffen nun eine Lösung gefunden zu haben. Um auch zukünftige Probleme zu vermeiden, können Sie uns eine alternative E-Mailadresse für den Newsletter mitteilen, oder die Stiftungsadresse [f.pawlowski@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:f.pawlowski@junge-erwachsene-mit-krebs.de) zu ihrer Whitelist hinzufügen.

In den nach wie vor schwierigen Zeiten der Corona-Krise wünschen wir Ihnen weiterhin alles Gute und vor allem Gesundheit!

Wir haben für Sie wieder aktuelle Themen ausgewählt und berichten über Aktivitäten unserer Stiftung der vergangenen und kommenden Wochen.

## AKTUELLES



### Neue Mitglieder im Patient:innenbeirat

2019 gründeten wir unseren Patient:innenbeirat, welcher aus jungen Betroffenen besteht, die ehrenamtlich den Vorstand und das Kuratorium der Stiftung in strategischen Fragen beraten. Die Gründungsmitglieder Lorena, Simon und Tobias verabschieden sich nun nach zwei Jahren Amtszeit aus dem Beirat. An dieser Stelle möchten wir uns auch nochmal ganz herzlich für ihr Engagement und ihre tatkräftige Unterstützung bedanken!

Neu an Bord sind Christina, Katharina, Kirsten und Maximilian. Gemeinsam mit den bereits im letzten Jahr neu beigetretenen Mitgliedern, fungieren sie als wichtige Stütze in der Stiftungsarbeit.

Mehr Informationen finden Sie unter:

<https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/stiftung-begruesst-neue-mitglieder-im-patientinnenbeirat/>

## VORSCHAU

### Virtuelles Frühlingstreffen der TREFFPUNKTE



Einmal im Jahr veranstalten wir ein großes Treffen all unserer TREFFPUNKTE. Dabei tauschen wir uns intensiv miteinander aus, entwickeln Projektideen und gestalten gemeinsam Workshops von und für junge Erwachsene mit Krebs. Im vergangenen Jahr musste unser Jahrestreffen leider pandemiebedingt abgesagt werden. Die Umstände haben sich auch 2021 nicht wesentlich gebessert, sodass wir eine Präsenzveranstaltung nicht sicher durchführen können. Deshalb findet das Frühlingstreffen der TREFFPUNKTE in diesem Jahr virtuell statt.

Den aktuellen Stand des Programms haben wir auf unserer Webseite veröffentlicht. Alle Informationen und das Grußwort von Elke Bündenbender finden Sie hier: <https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/virtuelles-fruehlingstreffen-der-treffpunkte-2021/>

Anmeldungen sind noch bis zum 30. April 2021 unter [info@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:info@junge-erwachsene-mit-krebs.de) möglich.

## JUNGES KREBSPORTAL – Die App



Die Individuelle Beratung im JUNGEN KREBSPORTAL ist das am längsten laufende Projekt der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs. Bereits 2015 ging das Hilfsangebot für Betroffene an den Start. Zum 7. Geburtstag der Stiftung, am 14. Juli 2021, planen wir die Veröffentlichung einer mobilen Applikation mit den Funktionen des Beratungsportals. Gleichzeitig werden wir das Design des Portals anpassen und auffrischen. Die Nutzung der Individuellen Beratung ist aber natürlich weiterhin auch über die Website möglich.

Bleiben Sie gespannt!

## RÜCKSCHAU

### Erweiterung der Individuellen Beratung im JUNGES KREBSPORTAL um einen Tandem-Bereich

Pünktlich zum Weltkrebstag am 4. Februar 2021 stellte die Stiftung ihre neueste Erweiterung im Bereich der Individuellen Beratung im JUNGEN KREBSPORTAL vor. In Zukunft wird es neben der Beratung durch Expert:innen in den bestehenden Themenfeldern auch die Möglichkeit eines Peer-to-Peer-Austauschs mit anderen jungen Betroffenen geben. Die Erfahrungen der Stiftung haben gezeigt, dass gerade junge Betroffene in der Akutphase davon profitieren sich mit anderen Betroffenen mit ähnlicher Diagnose und Lebenssituation auszutauschen. Hierbei geht es in der Regel weniger um eine konkrete Beratung zu bestimmten Themen als mehr um eine unterstützende Begleitung durch die ersten Phasen der Therapie. Die Tandem-Funktion ist darüber hinaus auch zu späteren Zeitpunkten, bspw. in der Nachsorge sinnvoll, wenn Betroffene sich über Erfahrungen zur Partnerschaft, Sexualität, Familie oder der beruflichen Situation austauschen möchten. Das umfangreiche ehrenamtliche Engagement von Betroffenen aus ganz Deutschland, erlaubt es der Stiftung gezielt junge Krebspatient:innen zusammenzuführen.



Derzeit sind Tandem-Partnerschaften zu den Themen „Studium & Krebs“, „Familie & Krebs“ sowie diagnosespezifisch zu „Brustkrebs“, „Hodenkrebs“ und „Hodgkin Lymphom (Morbus Hodgkin)“ möglich. Weitere Themenbereiche sind in Planung. Betroffene können sich einfach unter <https://www.junges-krebsportal.de/portal> registrieren und den entsprechenden Bereich auswählen in dem sie beraten werden möchten.

Die Stiftung ist immer auf der Suche nach Unterstützung. Wer sich vorstellen kann für andere junge Betroffene da zu sein und sie als Tandem-Partner:in zu begleiten, kann sich gerne melden unter: [info@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:info@junge-erwachsene-mit-krebs.de)

### Komm mit uns in Bewegung – Yoga Monat



In Anlehnung an das letztjährige erfolgreiche Digital-Angebot „Wir gemeinsam – In Bewegung durch die Krise“ startete das Team der Stiftung mit einem weiteren virtuellen Programm ins neue Jahr. Der Februar wurde kurzerhand zum Yoga-Monat ausgerufen. Unter dem Motto „Komm mit uns in Bewegung“ wurden Angebote konzipiert, die sich direkt an die jungen Betroffenen richteten, um ein wenig die Lücken im fehlenden persönlichen Austausch und der gemeinsamen sportlichen Betätigung unter den aktuellen Auswirkungen der SARS-CoV-Pandemie zu schließen. Unterstützt von Inaam El-Rajab und Annelie Voland, beide Sportwissenschaftlerinnen aus Heidelberg, wurden verschiedenste Formate zum Thema Yoga angeboten. Coffee-Breaks am Nachmittag, um den Kreislauf in Schwung zu bringen,

wurden begleitet von wöchentlich wiederkehrenden Yoga-Sessions, die zur abendlichen Entspannung einluden. Abgerundet wurde die Aktion von einem gemeinsamen virtuellen Ausklang „Yoga & Tee“. Bei einem heißen Schälchen machten es sich die Teilnehmer:innen gemütlich, tauschten sich über ihre Erfahrungen aus und gaben sich Tipps. Die Ansprache der jungen Betroffenen erfolgte gezielt über die Social-Media-Kanäle der Stiftung. Dem Grau in Grau des Februars wurde ein aktives und bestärkendes WIR entgegengesetzt, dass die Betroffenen noch weit über diesen Monat hinausbegleiten wird.

Inaam El-Rajab wird uns auch beim virtuellen Frühlingstreffen der TREFFPUNKTE unterstützen und einen Workshop für junge Betroffene unter dem Titel „Flow and Relax Yoga – Zeit für Dich“ veranstalten.

## AUS DEN TREFFPUNKTEN

### Das Warten auf persönliche Treffen geht weiter

Seit Oktober 2020 sind wieder einmal alle Veranstaltungen unserer TREFFPUNKTE ausgesetzt. Auf physische Treffen verzichten die mittlerweile 36 regionalen Gruppen und nutzen alternativ weiterhin digitale Austauschmöglichkeiten über Video-Konferenz-Tools. Etablierte TREFFPUNKTE wie [Berlin](#), [Brandenburg](#) und [Köln](#) haben erneut regelmäßige Termine eingerichtet, um mit ihren Mitgliedern in Kontakt zu bleiben. Für die neuen Gruppen im Netzwerk ist der Start eine größere Herausforderung. Die Motivation ist jedoch ungebrochen. So freut sich der neu gegründete [TREFFPUNKT Weser-Ems](#) auf sein erstes Treffen. Bei einem digitalen Frühstück, am Samstag, den 1. Mai, können Interessierte aus der Region Weser-Ems/Bremen teilnehmen, sich vernetzen und austauschen. Mit einer kurzen Mail an [treffpunkt-weser-ems@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:treffpunkt-weser-ems@junge-erwachsene-mit-krebs.de) nehmen Sie ganz einfach Ihre Anmeldung vor. Der TREFFPUNKT Weser-Ems freut sich auf Sie!



Im Laufe des Jahres hoffen wir alle, dass wir wieder verstärkt von Veranstaltungen und Treffen der TREFFPUNKTE berichten können. Da die Impfkampagne in Deutschland nur langsam voranschreitet und deren Umsetzung von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich ist, lässt sich schwer abschätzen wann alle Betroffenen aus den TREFFPUNKTEN einen Impftermin wahrnehmen können. Über Erfahrungen aus der Community sind wir sehr dankbar. Diese können einfach an [info@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:info@junge-erwachsene-mit-krebs.de) geschickt werden.

Eine Übersicht aller [TREFFPUNKTE](#) in Deutschland finden Sie unter: [https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/jung-und-krebs/angebote-in-deiner-naehe/?event\\_category\\_name=TREFFPUNKTE](https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/jung-und-krebs/angebote-in-deiner-naehe/?event_category_name=TREFFPUNKTE)

## PANORAMA

### Unterstützung für das Stiftungsteam gesucht – Projektleiter/in (w/m/d) in Elternzeitvertretung für 15 Monate

Wir suchen Verstärkung! Unsere liebe Kollegin verabschiedet sich für einige Monate in die Elternzeit. Ab dem 1. Juni 2021 suchen wir deshalb ein:e Projektleiter:in für einen Zeitraum von etwa 15 Monaten. Alle Informationen zu Aufgaben, Anforderungen und Erwartungen finden Sie auf unserer Website:

<https://junge-erwachsene-mit-krebs.de/ueber-uns/karriere/>

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen!



Herzliche Grüße

Ihr Stiftungsteam

Deutsche Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs  
Berolinahaus, Alexanderplatz 1  
10178 Berlin  
Telefon: 030 28 09 30 56 0  
Fax: 030 28 09 30 56 9

[info@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:info@junge-erwachsene-mit-krebs.de)  
[www.junge-erwachsene-mit-krebs.de](http://www.junge-erwachsene-mit-krebs.de)

[www.facebook.com/junge.erwachsene.mit.krebs.de](http://www.facebook.com/junge.erwachsene.mit.krebs.de)  
<https://twitter.com/DSfjEmK>  
[https://www.instagram.com/junge\\_erwachsene\\_mit\\_krebs/](https://www.instagram.com/junge_erwachsene_mit_krebs/)

Information über die Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten:  
<https://www.junge-erwachsene-mit-krebs.de/home/informationspflichten/>

Spendenkonto bei der Postbank:

IBAN: DE57 1001 0010 0834 2261 04  
BIC: PBNKDEFF

Illustrationen: [Katherina Büttner](#)

Wenn Sie den Newsletter der Deutschen Stiftung für junge Erwachsene mit Krebs nicht mehr erhalten wollen, senden Sie bitte eine E-Mail an [info@junge-erwachsene-mit-krebs.de](mailto:info@junge-erwachsene-mit-krebs.de).