

## **Tätigkeitsbericht 2023 von AMSOB e. V. Ablatio mammae – Selbstbewusst ohne Brust**

Wir vom Verein AMSOB e.V. freuen uns, über folgende Tätigkeiten im Jahr 2023 berichten zu können:

### **Allgemeine Angaben zum Verein**

Mit Abschluss des Jahres 2023 waren wir 90 Mitglieder (davon 36 neue Mitglieder und 4 Austritte zum 31.12.2023), davon arbeiteten 4-9 Mitglieder aktiv bei den Aktivitäten des Vereins mit. Die Geschäftsführung erfolgte ehrenamtlich durch 3 Vorstandsmitglieder.

Es fanden zwei Mitgliederversammlungen statt, am 7.2.2023 und 21.11.2023 mit Vorstandwahl.

### **Förderungen/Spenden:**

- 3.500,00 € von der „GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene“
- 4.845,73 € eingeworben über die Spendenplattform Betterplace
- 2.240,30 € Spendensammlung initiiert und unterstützt von „Fury in the Slaughterhouse“
- 57,29 € Amazon Smile Spendenprogramm
- 325,00 € Einzelspenden

### **Mitgliedsbeiträge**

- 2.470,00 €

## **Selbsthilfe**

### **Regionalgruppen**

Wir haben den Ausbau von Regionalgruppen erfolgreich fortgesetzt. Erste Treffen fanden in Heidelberg und Bremen statt. In den Regionen Hamburg, Wiesbaden/Rhein-Main-Region und Berlin hat sich das Angebot verstetigt.

Nachfolgend Einzelheiten:

Berlin

Es haben vier Regionalgruppentreffen mit 5-14 Teilnehmerinnen stattgefunden. Die Durchführung wird über die Zusammenarbeit mit der Selbsthilfekontaktstelle

Schöneberg durch die Erstellung von Texten für Informationsflyer, Anzeigen für Sekiz-Onlineauftritt und gedruckte Übersicht im "Wegweiser" unterstützt.

Hamburg

Es haben fünf Regionalgruppentreffen in Hamburg mit 5-10 Teilnehmerinnen stattgefunden. Außerdem erfolgte ein Netzwerktreffen in der Asklepios Klinik Hamburg zwischen internen Kooperationspartnern der Klinik (Pflegekräfte, Sozialdienst, Psychologen, Physiotherapeuten u.v.m.), Selbsthilfegruppen, Gesprächskreisen und externe Kooperierenden (z.B. die sog. Grünen Damen und Herren, Seelsorge).

Wiesbaden/Rhein-Main-Region

Es haben vier Regionalgruppentreffen in Wiesbaden/Rhein-Main-Region mit 5-10 Teilnehmerinnen stattgefunden.

### **Online-Angebote**

Monatlich wurden offene Online-Treffen zu Austausch und Selbsthilfe durchgeführt und durch aktive Mitglieder moderiert. Der Teilnehmerkreis variierte zwischen ca. fünf und 15 Teilnehmerinnen.

Weiterhin wurden unsere Angebote zum individuellen Austausch wie folgt genutzt:

- Telefonate zum Austausch im Einzelgespräch; ca. 102 Stunden
- Bearbeitung von ca. 45 Anfragen zum Austausch per E-Mail
- Bearbeitung von ca. 50 Anfragen zum Austausch per Messenger facebook/instagram

Die Reichweite unserer Facebook-Gruppe konnte weiter ausgebaut werden (Aufrufe auf Facebook 6.508 = 241,4 % mehr als 2022, Reichweite auf Facebook 11.170 = 20 % mehr als 2022).

Durch vier aktive Mitglieder wird der Austausch in der geschlossenen, stetig wachsenden Facebook-Gruppe mit rund 635 Frauen (Ende 2023) aus Deutschland, Österreich und der Schweiz moderiert.

## **Vereinsarbeit / Interner Austausch**

### **Leitungskreis- und Vorstandstreffen**

Zur Organisation der Vereinsarbeit fanden über die Video-Konferenz-Plattform BigBlueButton monatlich Online-Arbeitstreffen der aktiven Mitglieder statt. Darüber hinaus erfolgten weitere Absprachen per E-Mail, Telefon und den Messenger-Dienst Threema.

Der Vorstand traf sich darüber hinaus zusätzlich online (je nach Bedarf).

Vom 31.03.-02.04.2023 fand in Fulda das Arbeitstreffen der aktiven Mitglieder (Leitungskreis) statt. Inhaltlich wurde an der Aufgabenverteilung, den Regeln für Regionalgruppen und an der Planung kommender Veranstaltungen gearbeitet.

### **Weiterbildung**

Vom 30.9.-1.10.2023 haben zwei Vorstände an der Weiterbildung „Begleiten statt leiten?! – Moderation in Gruppengesprächen: Hilfestellungen zur Strukturierung und Organisation der Gruppenarbeit“ in Bad Salzuflen teilgenommen.

### **Spendenaktion für AMSOB im Rahmen der Initiative „Hoffnung verändert Alles!“ der Band Fury in the Slaughterhouse**

Im Rahmen der Aktion „Hoffnung verändert Alles!“ der Band Fury in the Slaughterhouse erfolgte am 28.02.2023 ein Videodreh mit zwei Mitgliedern des Vereins zur Vorstellung im Internet (<https://www.fury.de/asmob-selbstbewusst-ohne-brust/>). Beim Konzert am 11.08.2023 nahmen drei Mitglieder mit einem Ausstellerstand teil. Die Getränkebecher wurden auf dem Konzert durch die Vereinsmitglieder gesammelt. Der dadurch erzielte Becherpfand des Abends wurde dem Verein als Barspende übergeben.

### **Öffentlichkeitsarbeit**

#### **Ausstellungen und Vorträge**

Am Mamma Mia! Patientenkongress DIGITAL vom 04.-05.2.2023 waren wir mit einem virtuellen Stand beteiligt.

Am 23.04.2023 haben zwei Mitglieder an „Ich bin dabei!“ – Aktionstagen gegen Brustkrebs in Frankfurt teilgenommen.

Ein Mitglied war im August bei der Aufnahme einer Podcast-Folge des BRCA-Netzwerks beteiligt.

Durch ein Mitglied wurde am 30.9.2023 ein Vortrag beim Informationstag des Zentrums Familiärer Brust- und Eierstockkrebs, Universitätsklinikum Köln gehalten.

Am 29.11.2023 hat ein Mitglied einen Workshop im Rahmen des Online-Fachtag Netzwerk Frauengesundheit zum Thema „Körperbilder“ durchgeführt.

Am 02.12.2023 wurde ein Ausstellungsstand beim Tag der offenen Tür, Klinik für Tumorbioogie, Freiburg betreut.

#### **Webseite und Social Media**

Die Website amsob.de wurde weiter ausgebaut und durch z.B. neue Blogbeiträge erweitert. Neben der Galerie „Starke Frauen“ ist die Galerie mit „Mutmach-

Stationen“ erweitert worden, die Erfahrungsberichte wurden ergänzt. Desweiteren wurde der Veranstaltungskalender regelmäßig gepflegt und die Link- und Presseliste kontinuierlich erweitert.

Der Instagram-Account (instagram.com/selbstbewusstohnebrust) wurde regelmäßig mit aktuellen Infos zum Verein bespielt (über 800 Follower).

Auf unserer Facebook Seite (facebook.com/SelbstbewusstohneBrust/) wurden regelmäßige aktueller Ereignisse veröffentlicht und Informationen unserer Netzwerkpartner geteilt.

### **AMSOB in der Presse**

Im Jahr 2023 sind Artikel über AMSOB in den Zeitschriften Brigitte WOMAN, Lisa, Braunschweiger und Leben?Leben! erschienen.

Die Fotografin Mirjia Nicolussi hat im Februar 2023 das Fotoprojekt „Brustlos schön“ gestartet, über welches anschließend in mehreren Zeitungen (WAZ, Brigitte, Recklinghäuser Zeitung) berichtet wurde.

Im Internet erschien ein Beitrag bei das k-wort <https://daskwort.de/mit-krebs-leben/psyche-und-motivation/selbstbewusst-ohne-brust>

### **Printmedien und Merchandising**

Die Mutmach-Postkarten wurden nachgedruckt.

Der Flyer wurde überarbeitet und nachgedruckt.

Es wurde ein Tattoobogen mit temporären Tattoos entworfen und produziert.

Flyer und Postkarten wurden auf Anforderung an Breast Care Nurses, Rehakliniken, Brustzentren und Sanitätshäuser versandt.

Das Angebot des Spreadshirt-Online-Shops wurde erweitert (amsob.myspreadshop.de/). Die Produkte im Shop werden zum Selbstkostenpreis verkauft. Der Verein hat darüber keine Einnahmen.

### **Wissenschaft und Fachpersonal**

AMSOB wurde als Patientenvertretung bei der Überarbeitung der S3-Leitlinie Mammakarzinom einbezogen.

### **Netzwerke**

AMSOB ist Mitglied in folgenden Organisationen:

- Cancer Unites
- Council of international Advocats

- Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.  
Teilnahme eines Mitglieds an der Mitgliederversammlung der Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V. am 13.6.2023 TN in Weimar
- mamazone Frauen und Forschung gegen Brustkrebs e.V.
- BRCA-Netzwerk  
Teilnahme von zwei Mitgliedern an der Mitgliederversammlung am 22.4.2023 in Königswinter
- Arbeitskreis Frauengesundheit
- AMSOB hält Kontakt mit Frauen aus Luxemburg und der Schweiz, die in ihrer Region ein ähnliches Angebot schaffen möchten

### **AMSOB als Unterstützerin der Radtouren Brustlos nicht Ra(d)tlos**

Mit dem Ziel den Verein und sein Anliegen bekannter zu machen wurde eine Radtour unter dem Motto "Brustlos nicht Rad(t)los entlang der Donau von Villingen-Schwenningen bis Passau und weiter bis Wien vorbereitet und durchgeführt. Auf den 19 Etappen konnten 13 Brustzentren und zwei Krebsberatungsstellen besucht werden. Im Rahmen der Besuche erfolgten Gespräche mit dem medizinischen Personal über den Umgang mit Mastektomie und die Beratung der betroffenen Frauen. Dabei wurden Flyer des Vereins und die Mutmachpost übergeben, so dass die besuchten Kliniken nunmehr unseren Verein kennen und somit "Mutmachstation" sind. Zusätzlich fanden im Rahmen der Tour Treffen mit der Selbsthilfegruppe in Ingolstadt und Wien statt.

Von AMSOB wurde sie dabei unterstützt durch Presse-/Öffentlichkeitsarbeit im Vorfeld und Tour begleitende Berichte

In folgenden Medien wurde über die Tour berichtet:

Schwarzwälder Bote

<https://www.schwarzwaelder-bote.de/inhalt.radtour-startet-in-villingen-schwenningen-so-lebt-antje-proft-ohne-brust.f3b0b991-cf80-4108-993b-a0f7203aa89b.html>

Autorin: Eva Maria Huber, 04.07.2023

Mittelbayerische Zeitung

<https://www.mittelbayerische.de/lokales/stadt-regensburg/mehr-akzeptanz-fuer-brustlos-sein-antje-proft-macht-mit-einer-radtour-auf-das-schwierige-thema-aufmerksam-12282219>

Lokales; Stadt Regensburg, 07.07.2023

Donaukurier

<https://www.donaukurier.de/lokales/ingolstadt/melanie-stahl-laesst-sich-nach-brustkrebs-auch-die-gesunde-brust-abnehmen-14062448>

Autorin: Suzanne Schattenhofer, 12./13.08.2023

Südwest Presse

<https://www.swp.de/lokales/ehingen/aktion-brustlos-nicht-rad-t-los-etwas-bewegen-trotz-krebs-diagnose-deshalb-radelt-antje-probst-durch-deutschland-71447661.html>

22.08.2023

SWR Aktuell

<https://www.swr.de/swraktuell/baden-wuerttemberg/suedbaden/selbstbewusst-ohne-brust-statt-silikon-implantat-bei-brustkrebs-100.html>

Autorin: Tamara Spitzing, 22.08.2023, auch

youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=o5kHs-k918o>

Schwäbische (I.)

<https://www.schwaebische.de/regional/tuttlingen/tuttlingen/nach-brustkrebs-oben-ohne-geht-das-1848926?lid=true>

Autorin: Dorothea Hecht, 23.08.2023

Schwäbische (II.)

<https://www.schwaebische.de/regional/sigmaringen/sigmaringen/nach-brustkrebs-diese-frau-hat-sich-entschieden-flach-zu-bleiben-1851660>

Autorin: Mareike Keiper, 24.08.2023

Augsburger Allgemeine

<https://www.augsburger-allgemeine.de/bayern/gesundheits-wie-antje-proft-fuer-frauen-ohne-brust-kaempft-id67625346.html>

Autorin: Daniela Hungbaur, 25.08.2023

Schwäbische (III.)

<https://www.schwaebische.de/regional/ulm-alb-donau/ehingen/antje-proft-setzt-sich-fuer-das-recht-ein-brustlos-zu-leben-1859660>

28.08.2023

Passauer Neue Presse

<https://www.pnp.de/lokales/stadt-und-landkreis-passau/ich-bin-ich-auch-ohne-brust-nach-krebs-kann-es-flach-gehen-14253446>

Autorin: Stefanie Schreder, 04.09.2023

Mittelbayerische Zeitung

Krebspatientin als Mutmacherin

05.09.2023

Welt der Frauen Verlags GmbH

<https://www.welt-der-frauen.at/brustlos-nicht-radtlos/>

Autorin: Julia Langeneder, Oktober 2023