

DMISG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT

Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

JAHRESPROGRAMM

2012

EDITORIAL

Liebe Mitglieder und Freunde der DMSG,

„Mehr als die Vergangenheit interessiert mich die Zukunft, denn in ihr gedenke ich zu leben.“ - Diese Einstellung von Albert Einstein ist vielleicht auch für viele MS-Betroffene eine hilfreiche Maxime. Bei der Zukunftsgestaltung hilft Ihnen sicher auch die ein oder andere Veranstaltung unseres Landesverbandes.

Deshalb haben wir Ihnen wieder ein umfangreiches und, wie wir meinen, interessantes Fortbildungsprogramm zusammengestellt. Die an uns herangetragenen Wünsche haben wir, soweit es ging, gerne berücksichtigt.

Weiterhin kommen wir unseren Mitgliedern gerne entgegen, indem wir Ihnen in der Regel einen 50% Nachlass bei den Teilnahmegebühren gewähren. Sie sehen also, eine Mitgliedschaft in der DMSG lohnt sich auch in diesem Bereich.

Neben den bewährten Angeboten für Neuerkrankte haben wir auch wieder Vorträge, Seminare, Gesprächskreise für alle MS-Erkrankten und ihre Angehörigen im Programm.

Gerade zum Welt MS-Tag, der traditionell am letzten Mittwoch im Mai begangen wird, gibt es eine Vielzahl von Infoveranstaltungen. Sicher ist auch eine davon in Ihrer Nähe.

Mittlerweile hat sich unsere Kinderfreizeit etabliert: auch in diesem Jahr gibt es wieder – in Kooperation mit dem DMSG Landesverband Hessen - eine Freizeit für Kinder von MS-Erkrankten in Bad Soden-Salmünster.

Bitte beachten Sie auch, dass wir flächendeckend das Angebot „Betroffene begleiten Betroffene“ unterbreiten. Am Ende dieses Heftes finden Sie alle Ansprechpartner in den einzelnen Regionen. Alle „Betroffenenbegleiter“ haben unsere Schulung absolviert und stehen Ihnen für Gespräche gerne zur Verfügung.

Neben den in diesem Heft beschriebenen Angeboten werden wir im Laufe des Jahres wieder kurzfristig weitere Veranstaltungen anbieten. Ich empfehle Ihnen daher die Lektüre unserer Mitgliederzeitschrift „helfen“ und/oder einen Blick auf unsere Internetseite (www.dmsg.de/rp). Dort werden wir quartalsweise auf unsere Angebote hinweisen und auch über neue Veranstaltungen informieren.

Oder Sie tragen sich auf unserer Facebookseite (www.facebook.de/dmsggrp) ein und erhalten alle Neuigkeiten direkt auf Ihren PC.

Auf jeden Fall hoffen wir, dass unsere Angebote auf breites Interesse stossen und freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Nicht versäumen möchte ich, darauf hinzuweisen, dass unsere Fortbildungsangebote finanziell unterstützt werden.

Bedanken möchten wir uns daher ganz herzlich bei

- der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung
- dem Ministerium für Soziales, Arbeit, Gesundheit und Demografie
- der Deutschen Rentenversicherung
- den unterstützenden Krankenkassen
- den Unternehmen Bayer HealthCare, Biogen idec, Merck Serono, Sanofi-Aventis, und Teva
- allen Zuschussgebern, die noch im Laufe des Jahres hinzu kommen.

Herzliche Grüße



Dieter Korfmann
Geschäftsführer

Für den Druck dieses Programms danken wir:

 **LOTTO STIFTUNG**
RHEINLAND-PFALZ
- Ein starker Partner im Land -

Alle Veranstaltungen auf einen Blick

Termin	Ort	Titel	Seite
auf Anfrage	Kaiserslautern	Sportgruppe: Nordic Walking und Kanufahren	11
zweimonatlich	Andernach	Gesprächskreis für Neuerkrankte	5
auf Anfrage	Ludwigshafen	DMSG-Kliniksprechstunde	7
1 x monatlich	Mainz	DMSG-Kliniksprechstunde	7
ab 13.02.12	Mainz	„MS – Was nun?“ Gesprächskreis für Neuerkrankte	5
ab 02.03.12	Frankenthal	Diagnose: MS – was nun? Gesprächsabende für MS-Kranke	7
09.03.2012	Idar-Oberstein	Diagnose: MS Kontakt- / Info-Treff für Neuerkrankte	6
17.03.2012	Trier	Eutonie-Tagesseminar	12
23.03. bis 25.03.2012	Trier	Baustein IV der Schulung für MitarbeiterInnen der SHG-Leitungsteams	15
28.04.2012	Asbach	Tagesseminar Feldenkrais	12
30.05.2012	Trier	Neue Therapien in der MS-Behandlung MS und Schwangerschaft	8
01.06.2012	Schifferstadt	Barrierefrei Bauen und Wohnen	13
06.07.2012	Asbach	MS und Blasenstörungen	8
23.07. bis 01.08.12	Bad Soden-Salmünster	Kinder- und Jugendfreizeit	14
07.09.2012	Idar-Oberstein	Diagnose: MS Kontakt- / Info-Treff für Neuerkrankte	6
08.09.2012	Ludwigshafen-Oggersheim	Wie sag´ ich´s meinem Kind?	9
11.09.2012	Grünstadt	MS und Sexualität	9
18.09.2012	Mainz	Diagnose: MS Kontakt- / Info-Treff für Neuerkrankte	6

15.09.2012	Budenheim	Barrierefrei Bauen und Wohnen	13
29.09. bis 30.09.2012	Oberwesel	Supervision/Praxisbegleitung für „BbB“- MitarbeiterInnen	16
06.10.2012	Mannheim	10. Info-Tag für Menschen mit MS	10
09.11.2012	Trier	Baustein V der Schulung für Mitarbei- terInnen der SHG-Leitungsteams	16
17.11.2012	Schifferstadt	Rollstuhlmobilitätstraining	14

* bitte beachten Sie die Veröffentlichungen auf unserer Internet-Seite,
im „helfen“ und in der Tagespresse!

Anmeldeformalitäten und Teilnahmebedingungen finden Sie ab Seite 18!

16.06.2012

DELEGIERTENVERSAMMLUNG

30.05.2012

4. INTERNATIONALER MS-TAG!

Der Landesverband wird sich mit unterschiedlichen Aktionen beteiligen,
Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Web-Seite, der Zeitschrift „helfen“
und / oder den aktuellen Pressemeldungen!

Herausgeber:

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft

Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

Hindenburgstr. 32 55118 Mainz

Fon: 06131 / 60 47 04 Fax: 06131 / 60 49 30

e-mail: dmsg-rheinland-pfalz@dmsg.de

Internet-Adresse: <http://www.dmsg.de/rp>

Spendenkonto: Commerzbank, Kto.-Nr. 02 700 700 00, BLZ 550 800 65

ANGEBOTE FÜR NEUERKRANKTE

Gesprächskreis für Neuerkrankte und deren Angehörige

Bei der Mitteilung der Diagnose „MS“ sind viele Menschen zunächst verunsichert, wissen nicht, wie sie mit der Erkrankung umgehen sollen und ob und wie ihre Lebensführung dadurch beeinflusst wird.

Um bei diesen Ängsten unterstützend zur Seite zu stehen, möchten wir die Betroffenen und ihre Angehörigen über die Erkrankung und ihre möglichen Folgen informieren, über die zur Verfügung stehenden Therapien aufklären und Entscheidungshilfe bieten. Ebenso werden Probleme aus dem sozialrechtlichen und dem beruflichen Bereich besprochen.

Auch Menschen, die bereits etwas länger von der Erkrankung betroffen sind, sind herzlich willkommen!

Termine: werden kurzfristig festgelegt; die Treffen finden alle zwei Monaten statt; jeweils 18.00 Uhr

Ort: Andernach, Konferenzraum des Klinischen Zentrums der Rhein-Mosel-Fachklinik

Informationen bei: Petra Neust-Schönberger, Tel. 02626 – 1272
E-Mail: dmsg-rlp.neust-schoenberger@dmsg.de
oder auf unserer Web-Seite: www.dmsg.de/rp

Referentinnen: Dr. Ulrike Lange, Oberärztin,
Neurologie der Rhein-Mosel-Fachklinik Andernach
Marion Falterbaum, Krankenschwester
Petra Neust-Schönberger, Dipl.-Sozialpädagogin, DMSG

Teilnahmegebühr: keine; eine Anmeldung ist nicht erforderlich

MS - Was nun?

Gesprächskreis für Neuerkrankte

Die Diagnose „MS“ wirft für die Betroffenen eine Menge zum Teil existenzielle Fragen auf. Wie ist der Verlauf der Erkrankung? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Wem soll ich die Diagnose mitteilen? Werde ich behindert sein? Kann ich Kinder bekommen? Wie wirkt sich die Erkrankung auf meinen Beruf, meine Partnerschaft, meine Elternrolle, meinen Freundeskreis aus? Mit all diesen Fragen werden wir uns im Gesprächskreis gemeinsam mit Experten befassen.

Termin: montags, den 13.02., 27.02., 12.03., 26.03., 16.04. und 30.04.2011, jeweils 19.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Mainz, Kath. Familienbildungsstätte, Liebfrauenstr. 3

Referenten: Leitung und Koordination:
Mechthild Peter, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Prof. Dr. med. Frank Thömke, Oberarzt der Neurologie in
der Universitätsmedizin Mainz

Ute Räke, Ergotherapeutin

Sandra Paulus, Physiotherapeutin

Ulrike Lehr, Diplom-Psychologin, Musiktherapeutin

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 20,00 € Nichtmitglieder: 40,00 €

Anmeldeschluss: 30.01.2012

Kontakt- und Informationstreffen für Neuerkrankte

Zu diesem Abend laden wir Betroffene und Angehörige ein, die erst relativ kurz die Diagnose MS kennen (längstens zwei Jahre). Wir möchten Ihnen Gelegenheit geben, anderen Neubetroffenen zu begegnen, Erfahrungen und Informationen auszutauschen. Das Gespräch mit Menschen, die Ähnliches durchmachen, kann die aktive Auseinandersetzung mit der Krankheit fördern und helfen, „mit der Krankheit leben zu lernen“. Begleitet wird der Treff von einer Diplom-Pädagogin, wobei sich die Themen an den Wünschen und Fragen der TeilnehmerInnen orientieren.

Termin I: Freitag, 09.03.2012, 16.30 bis 18.00 Uhr

Ort: Idar-Oberstein, Mehrgenerationenhaus, Hauptstraße 392

Referentin: Dipl.-Päd. Sylvia Pietzker, M.A.

DMSG-Beratungsstelle Süd-/Westpfalz

Teilnahmegebühr: keine

Anmeldeschluss: 02.03.2012; Anmeldung unter 06305-7150387

Termin II: Freitag, 07.09.2012, 16.30 bis 18.00 Uhr

Ort: Idar-Oberstein, Näheres wird noch bekannt gegeben

Referentin: Dipl.-Päd. Sylvia Pietzker, M.A.

DMSG-Beratungsstelle Süd-/Westpfalz

Teilnahmegebühr: keine

Anmeldeschluss: 31.08.2012; Anmeldung unter 06305 – 7 15 03 87

Termin III: Dienstag, 18.09.2012, 18.30 bis 20.30 Uhr

Ort: Mainz, DMSG-Geschäftsstelle, Hindenburgstraße 32

Referentin: Mechthild Peter, Diplom-Sozialpädagogin (FH)

DMSG-Beratungsstelle Rheinhessen/Hunsrück

Teilnahmegebühr: keine

Anmeldeschluss: 12.09.2012; anmeldung unter 06131 – 60 47 04



**Mutig ist nicht der, der sich niemals fürchtet, sondern der,
der diese Furcht besiegt.**

Nelson Mandela

Diagnose MS - was nun ?

Gesprächsabende für Menschen, bei denen die Krankheit MS in den letzten 5 Jahren festgestellt wurde

Gerade am Anfang der Erkrankung stellen sich MS-Erkrankten und ihren Angehörigen viele Fragen: - Wie lebe ich mit der MS? Welche Hilfsangebote gibt es? Wo erhalte ich die notwendigen Informationen?

Termin: freitags, den 02.03., 23.03., 20.04., 04.05., 18.05., 08.06. und 22.06.2012, jeweils 18.00-20.00 Uhr

Ort: Frankenthal, DRK-Stadtverband, Mörscher Str. 91

Referenten: Koordination: Waltraud Oberfrank-Paul
Diplom-Pädagogin
DMSG-Beratungsstelle Vorderpfalz
N.N.

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 20,00 € Nichtmitglieder: 40,00 €

Anmeldeschluss: 24.02.2012

MEDIZINISCHE UND PSYCHOLOGISCHE INFORMATIONEN

DMSG-Kliniksprechstunde

individuelle und vertrauliche Beratung

von MS-Erkrankten und ihren Angehörigen

Klinikum Ludwigshafen:

Termin: bitte bei Frau Oberfrank-Paul erfragen,

Tel.: 06236-398068

Ort: Haus B, 5. Stock

Beraterin: Waltraud Oberfrank-Paul, Diplom-Pädagogin
DMSG-Beratungsstelle Vorderpfalz

Universitätsmedizin Mainz:

Termin: jeweils am ersten Mittwoch im Monat vormittags nach
tel. Vereinbarung mit Frau Meng, Tel 06131 / 17-7155

Ort: Gebäude 503

Beraterin: Mechthild Peter, Diplom-Sozialpädagogin (FH)
DMSG-Beratungsstelle Rheinhessen/Hunsrück

Info-Veranstaltung zum Welt-MS-Tag 2012

Anlässlich des Welt-MS-Tages 2012 bieten wir im Brüderkrankenhaus Trier zwei Vorträge an, die sich vor allem an junge Erkrankte sowie an Erkrankte wenden, die an Informationen zu neuen Therapiemöglichkeiten interessiert sind.

Neue Therapien in der Behandlung der MS

Hier informiert Prof. Dr. Maschke sowohl über die bisherigen Erfahrungen mit neuen medikamentösen Therapien als auch über den aktuellen Stand der Forschung zu Medikamenten, die derzeit noch getestet werden.

MS und Schwangerschaft

In seinem Vortrag 'MS und Schwangerschaft' berichtet Dr. Klawe ausführlich über die medizinischen Aspekte einer Schwangerschaft mit MS.

Im Anschluss an die Vorträge besteht die Möglichkeit, Fragen an die beiden Referenten zu stellen.

Termin: **Mittwoch, 30.05.2012, 17.30 bis 19.00 Uhr**

Ort: Trier, Krankenhaus der Barmherzigen Bürger,
Albertus-Magnus-Saal, Nordallee 1

Referenten: Prof. Dr.med. Matthias Maschke, Chefarzt der Abt. für
Neurologie u. Neurophysiologie Brüderkrankenhaus Trier
Dr.med. Christoph Klawe, Facharzt für Neurologie,
Psychiatrie und Psychotherapie

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 3,00 € Nichtmitglieder: 6,00 €

Multiple Sklerose und Blasenfunktionsstörungen - wie hängt das zusammen und was kann helfen?

*2 Vorträge mit einer Einführung von Herrn Dr. med. Dieter Pöhlau, Chefarzt
der Abt. Neurologie der Kamillus-Klinik Asbach*

Mehr als 80 Prozent aller MS-Betroffenen leiden unter Symptomen wie häufigem, unkontrollierbarem Harndrang, Restharnbildung oder gar Inkontinenz und ständigen Harnwegsinfekten. Nach Müdigkeit und Muskelschwäche sind solche Harnblasenfunktionsstörungen für die Betroffenen selbst dritthäufigste Ursache für die Beeinträchtigung ihrer sozialen Aktivitäten.

Wir möchten Ihnen mit unserem Vortrag wertvolles Wissen über Ihre Blase vermitteln und Ihnen Schritte zu einer Verbesserung Ihrer Lebensqualität aufzeigen.

Lesung mit Frau Doris Friedrich aus ihrem Buch

"Multiple Sklerose - Inkontinenz"

Termin: **Freitag, 06.07.2012, 17.00 bis 20.00 Uhr**

Ort: Asbach, Terrassenhalle der Kamillus-Klinik, Hospitalstr. 6
Referenten: Ingo Krause, Urotherapeut und
Fachbeauftragter Medizin der Astra Tech GmbH
Doris Friedrich (*1958); MS-erkrankt seit dem 27. Lebens-
jahr; arbeitete mehrere Jahre in einer MS-Schwerpunkt-
praxis und hat sich intensiv mit der Krankheit und den
Therapiemöglichkeiten auseinandergesetzt
Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 6,00 € Nichtmitglieder: 12,00 €
Anmeldeschluss: 18.06.2012

Wie sag´ ich´s meinem Kind?

Ein Fachvortrag für Eltern mit Multipler Sklerose

Etwa jedes zehnte Kind ist im Laufe seiner Entwicklung von einer schweren körperlichen Erkrankung eines Elternteils betroffen. Werden Kinder mit dieser schweren Last alleingelassen, sind sie dauerhaft überfordert.

Entwicklungsstörungen und psychische Erkrankungen können die Folge sein. Bekommen Kinder ausreichend Zuwendung und Unterstützung, können sie je nach Alter und Persönlichkeit die Situation gut bewältigen. Bestenfalls entwickeln sie dann besondere soziale Kompetenzen.

Neben den entwicklungspsychologischen Aspekten werden in diesem Fachvortrag den Eltern ganz konkrete Unterstützungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche aller Altersstufen gegeben.

Termin: Samstag, 08.09.2012, 10.00 bis 12.30 Uhr
Ort: LU-Oggersheim, Vitalzentrum, Raiffeisenstr. 24
Referentin: Monika Karl, Dipl. Sozialarbeiterin (FH),
Systemische Familientherapeutin SG,
AMSEL Regionalstelle Nordbaden
Teilnahmegebühr: keine!
Anmeldeschluss: 15.08.2012

Multiple Sklerose und Sexualität

Die DMSG - Selbsthilfegruppe Grünstadt/-Land lädt ein zu einem Vortrag

„Was wäre das Leben ohne die Liebe? Und was wäre die Liebe ohne die Lust? Jeder Mensch sehnt sich nach Zuneigung, Zärtlichkeit und Verständnis, aber auch nach lustvoller Sexualität. Soll das jetzt nach der Diagnose Multiple Sklerose (MS) alles vorbei sein? Frust mit der Lust sozusagen – und das in einer Situation, in der Nähe, Intimität und Zuwendung in der Beziehung zum geliebten Partner besonders bedeutsam sind.

Auch viele MS-Erkrankte leiden unter Veränderungen in ihrem Sexualleben, ohne darüber zu sprechen – leider, denn bei vielen Schwierigkeiten können

mit Unterstützung durch den Arzt, den Psychologen oder allein schon durch das offene Gespräch mit der Partnerin bzw. dem Partner Lösungen gefunden werden. Reden und einander verstehen ist also der erste Schritt zur Problemlösung. Was im Weiteren getan werden kann, hängt wesentlich von der Art der Störung ab.“

aus: MS und die Lust am L(i)eben

von: Dr. med. Dieter Pöhlau und Sabine Schipper

Termin: **Dienstag, 11.09.2012, 19.00 Uhr**

Ort: Grünstadt, Kreiskrankenhaus, Westring 55

Verwaltungsgebäude, Konferenzraum im Dachgeschoß

Referent: Dr. med. Dieter Pöhlau, Chefarzt der Abt. Neurologie der Kamillus-Klinik Asbach

Anmeldung: bei Karin van der Heijden; Telefon: **06359 / 6887** oder Dr. Bernd Müller; Telefon: **06359 / 5154**

Teilnahmegebühr: keine!

Anmeldeschluss: 4. September 2012

10. Infotag für Menschen mit MS im Raum Mannheim / Ludwigshafen

Kooperationsveranstaltung von AMSEL und DMSG LV Rheinland-Pfalz

1. Fachvortrag:

MS-Therapie: Etablierte Konzepte, neue Optionen –

was bringt die Zukunft?

Die Therapie der Multiplen Sklerose wird in den nächsten Jahren nach Zulassung der ersten oralen Substanz und aufgrund der zu erwartenden Zulassung weiterer oraler Immuntherapeutika deutlich vielgestaltiger werden. Die individuellen Therapieentscheidungen werden daher mehr als bisher von der Entscheidung eines individuellen Risiko-Nutzenprofils abhängen.

Dieser Vortrag informiert über die bereits zur Verfügung stehenden Präparate und über die zukünftig zu erwartenden neuen Therapiemöglichkeiten.

2. Fachvortrag und Gruppenarbeit:

Der Weg zum kompetenten Patienten

Auf Menschen mit einer chronischen Erkrankung prasseln viele gutgemeinte Ratschläge ein. Manchmal drohen einem diese regelrecht zu erschlagen. Wie findet man den eigenen, persönlichen Weg? Wie kann die viel gepriesene Eigenverantwortung wahrgenommen und durchgesetzt werden?

Termin: **Samstag, 06.10.2012, 9.30 bis 16.00 Uhr**

Ort: Mannheim, Stadthaus, N1

Referenten: Dr. Jörg von Schrader, Oberarzt der Neurologie im

Klinikum Stadt Ludwigshafen,
Ärztlicher Beirat der DMSG RLP
Christina Galfetti M.A., Sozialpsychologin,
Patienten-Coaching, Schweiz

Teilnahmegebühr: keine
Anmeldeschluss: 05.10.2012

LEBEN MIT MS

MS und Sport

Sportgruppe der DMSG Kaiserslautern

Nordic-Walking:

Sportliche Betätigung kann Einfluss auf die durch MS verursachten Beeinträchtigungen haben und sich zudem positiv auf das seelische Befinden auswirken. Nordic-Walking ist eine hierfür besonders geeignete Sportart.

In Hochspeyer bei Kaiserslautern trifft sich eine Gruppe Betroffener einmal wöchentlich samstags, um unter fachlicher Anleitung im schönen Nordic-Walking-Park zu trainieren. Es geht hier nicht um Leistungsorientierung, sondern das Laufen soll in erster Linie Spaß machen, wobei auf die individuellen Bedürfnisse und Voraussetzungen geachtet wird. Es werden ausreichend Pausen eingelegt und zum Abschluss bleibt noch Zeit für ein Gespräch in netter Runde.

Voraussetzung, um hier teilnehmen zu können, ist freies Gehen ohne Gehilfe.

Kanufahren:

Kanusport fördert die Links-Rechts-Symmetrie, da das Boot durch einen beidseitig gleichmäßigen rhythmischen Krafteinsatz in der Spur gehalten wird. Hierbei wird das Gleichgewicht trainiert, die Rumpf- und Armmuskulatur gekräftigt und die Ausdauer gesteigert. Kooperationspartner ist der 1. Ski- und Kanu-Klub Kaiserslautern am Gelterswoog.

Auch Rollstuhlfahrer sind herzlich willkommen!

Weitere Infos und die nächsten Termine erfahren Sie bei:

Frau Edith Niederhöfer, 06305 – 99 43 54



Wer den Kopf stets senkt, erkennt keinen Horizont

Edith linvers

Eutonie-Tagesseminar

Wir stellen oft fest, dass wir verlernt haben, im Einklang mit dem eigenen Körper und seinen Bedürfnissen zu leben. Mehr und mehr gewöhnen wir uns schließlich daran, unseren Körper nur noch mechanisch in den gewohnten Bewegungsabläufen zu „gebrauchen“. Gerade für MS-erkrankte Menschen ist es dabei wichtig zu lernen, den eigenen Körper ganz bewusst wahr zu nehmen, um sowohl die eigenen Möglichkeiten als auch die Grenzen besser zu erkennen. Die Eutonie kann dabei helfen, wieder einen Zugang zu natürlichen Bewegungsabläufen, Haltungen und Spannkraft zu finden. Im Laufe der Übungen reguliert sich die Körperspannung spürbar, die Bewegungen werden freier und fließender. Der Begriff Eutonie (eu=recht,wohl, harmonisch / tonus = Spannung) wurde von Gerda Alexander geprägt. Er beschreibt einen Weg der körperlichen Bewusstwerdung, der als leib-seelische Methode in unserem westlichen Kulturkreis entstanden ist. Als ganzheitliche Methode von großer Tiefenwirkung lässt uns die Eutonie durch harmonisierende tonus-regulierende Übungen zu unserer natürlichen Spannkraft zurückfinden. Die Übungen finden überwiegend im Liegen statt. Zwischen den Übungen bleibt ausreichend Zeit, sich in der Gruppe auszutauschen und über die körperlichen Erfahrungen zu sprechen.

Bitte mitbringen: 2 Wolldecken, bequeme Kleidung, Wollsocken

Termin: **Samstag, 17.03.2012, 10:00 bis 17:00 Uhr**

Ort: Trier, Schammatdorf,
großer Raum im Schammatdorfzentrum

Referentin: Marlies Wanninger, Dipl. Sozialpädagogin,
Erwachsenenbildnerin, Eutonielehrerin
DMSG-Beratungsstelle Eifel / Mosel

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 50,00 € Nichtmitglieder: 70,00 €

Anmeldeschluss: 05.03.2011

Feldenkrais-Tagesseminar

Unser Körpergefühl hat eine große Bedeutung für das Selbstkonzept. Welche Eigenschaften wir uns zuschreiben, wie wir uns einschätzen und welche Erwartungen wir an uns selbst stellen, hängt ab von unserem Selbstbild. Dieses Bild entwickelt sich aus den Erfahrungen, die wir im Leben machen. Dabei spielen die Informationen, die wir über unser sensomotorisches System bekommen, eine bedeutende Rolle. Die Verarbeitung von Informationen ist eine Aufgabe des Nervensystems und es ist sinnvoll sich daran zu erinnern, dass es sich bei der MS um eine Verletzung des Nervensystems handelt.

Bei vielen MS-Betroffenen ist das Vertrauen in ihre Fähigkeiten und ihr Wahrnehmungsvermögen, ihre Zuversicht, dass sie das tun *können*, was sie tun *wollen*, erschüttert. Welches Handwerkszeug wird benötigt, um Wege aus dieser Problematik zu finden? Eine wertvolle Quelle ist die Selbstbeobach-

tung. Die Feldenkrais-Methode leitet uns an, Bewegungen wahrzunehmen und zu differenzieren, ein Gefühl für unsere Körper- und Bewegungszusammenhänge zu entwickeln und ermöglicht so vorhandene, ungenutzte Fähigkeiten zu entdecken. Dies geschieht mit leichten, spielerischen Bewegungen. Die Bewegungslektionen werden überwiegend im Liegen ausgeführt. Sie erspüren Ihren Kontakt zum Boden und erforschen einfache Bewegungsabläufe. Geübt wird aber nicht die Bewegung an sich, sondern die Wahrnehmung: Wie mache ich diese Bewegung, wie schnell, wie langsam, mit welchem Kraftaufwand, wie harmonisch? Die Entdeckung dabei ist nicht, etwas Neues zu können, sondern etwas Bekanntes auf neue Art zu tun. Problemlösung und Handlungsstrategie werden so am eigenen Körper erlebt und erprobt.

Ziel ist u.a. das Erlernen einer besseren Koordination, eines verbesserten Gleichgewichts sowie von mehr Sicherheit und Stabilität, z.B. beim Greifen, Stehen und Gehen.

Moshé Feldenkrais (1904-1984) hat diese Methode im Laufe seines Lebens entwickelt.

Termin: **Samstag, 28.04.2012, 10.00 bis 16.00 Uhr**
Ort: Asbach, Terrassenhalle der Kamillus-Klinik, Hospitalstr. 6
Referent: Lutz Moleski, Dipl. Sportlehrer, Feldenkraislehrer
Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 50,00 € Nichtmitglieder: 70,00 €
Anmeldeschluss: 09.04.2012

Barrierefrei Bauen und Wohnen

Wohnungen und Häuser sind "barrierefrei", " ... wenn sie für behinderte Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind". Leider sind die meisten Häuser und Wohnungen in diesem Sinne nicht barrierefrei, obwohl dies nicht nur für behinderte Menschen, sondern auch für Familien mit kleinen Kindern oder für alte Menschen von Vorteil wäre.

Beim Neubau eines Hauses kann man von vornherein entsprechend planen; schwieriger ist es jedoch, vorhandenen Wohnraum den MS-bedingten Einschränkungen anzupassen.

Welche Möglichkeiten der baulichen Gestaltung und technischen Ausstattung es hier gibt, erfahren Sie in dieser Veranstaltung von einem erfahrenen Architekten. Er informiert auch über entsprechende Finanzierungshilfen.

Termin I: **Freitag, 01.06.2012, 18.00 bis 20.30 Uhr**
Ort: Schifferstadt, Kath. Gemeindezentrum St. Jakobus, Kirchenstraße 16
Referent: Dr. Fritz Brunck, Architekt
Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 5,00 € Nichtmitglieder: 10,00 €
Anmeldeschluss: 25.05.2012

Termin II: 15.09.2012, 15.30 Uhr
Ort: Budenheim, Margot-Försch-Haus, Gonsenheimer Str. 43
Referent: Dr. Fritz Brunck, Architekt
Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 5,00 € Nichtmitglieder: 10,00 €
Anmeldeschluss: 11.09.2012

Mein Rollstuhl und ich – wie werden wir ein gutes Team?

Rollstuhlmobilitätstraining für Selbstfahrer, aber auch für Helfer

Welcher Nutzer kennt nicht die zwiespältigen Gefühle gegenüber diesem - meist erst einmal ungeliebten - notwendigen Übel namens Rollstuhl?

Ist er jedoch zur Fortbewegung unausweichlich nötig, muss man sich mit ihm vertraut machen. Nur dann kann man die Chancen, die er bietet, (wieder) am Leben der Gemeinschaft teilzunehmen, optimal nutzen!

Neben theoretischen Informationen zur Rollstuhlversorgung und -anpassung erhalten sowohl SelbstfahrerInnen als auch HelferInnen an diesem Tag Gelegenheit, sich ganz praktisch mit dem Rollstuhl vertraut zu machen und das Überwinden unterschiedlichster Hindernisse zu trainieren. Auch sicheres Umsetzen und Hilfestellungen durch Begleiter werden geübt.

Termin: Samstag, 17.11.2012

Einzelheiten standen bei Drucklegung noch nicht fest, bitte nachfragen!

Ort: Schifferstadt, Kath. Gemeindezentrum St. Jakobus,
Kirchenstraße 16

Referenten: N.N.

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 15,00 € Nichtmitglieder: 30,00 €
(ohne Verpflegung)

FREIZEITEN

Abenteuer, Spaß und Relaxen im Spessart

Sommerfreizeit für Kinder/Jugendliche von 11 bis 14 Jahren

Abenteurer aufgepasst: Wir laden ein für 10 Tage Natur und Action in Bad Soden-Salmünster. Auf dem Programm stehen Kletterwald mit Seilbahn, Walderkundungsrallye, Kreativkurse, Abenteuerspiele, Naturerlebnis Freibad, Nachtwanderung, Slackline laufen, Lagerfeuer und Geschichten vorlesen am Feuer vor dem Schlafengehen dürfen auch nicht fehlen. Untergebracht seid ihr in Tipi-Zelten und natürlich gibt es viel Platz zum Toben, Erholen und Entspannen.

Das Team - bestehend aus erfahrenen Erlebnispädagogen - freut sich ganz besonders auf Euch!

Im Teilnehmerbeitrag inbegriffen sind:

Übernachtung, Verpflegung, Fahrtkosten und Rahmenprogramm.

Die Freizeit findet in Kooperation mit dem hessischen Landesverband statt, der in diesem Jahr die Organisation übernimmt.

Termin: Montag, 23.07 bis Mittwoch, 01.08.2012 (10 Tage),

Ort: Bad Soden-Salmünster

Referenten: Pädagogisches Team von "Auenkrone"

Teilnahmegebühr: 90,00 Euro für Kinder von Mitgliedern der DMSG

Anmeldeschluss: 31.05.2012

Anmeldung bei: Doris Althofen, Telefon (069) 40 58 98-37

SEMINARE FÜR EHRENAMTLICHE MITARBEITER/INNEN

Konfliktgesprächsführung in der Selbsthilfegruppe

Baustein IV der Schulung für Leitungsteams der Selbsthilfegruppen

Aufbauend auf dem vorherigen Seminar wollen wir uns vertiefend mit problematischem Kommunikationsverhalten beschäftigen, sei es in der Gruppe oder im Einzelgespräch:

- Woran und wie erkenne ich Störungen in der Kommunikation?
- Wie kann ich damit umgehen?
- Konstruktiv streiten – wie geht das?

Termin: Freitag, 23.03.12, 18.00 Uhr

bis Sonntag, 25.03.12, 14.00 Uhr

Ort: Trier, Stadtwaldhotel Gillenbach, Am Gillenbach 12

Referentin: Uta Galle-Hahn, Diplom-Pädagogin

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 70,00 €

Anmeldeschluss: 27.01.2012



**Der Mensch, der den Berg versetzte, war derselbe,
der anfang, kleine Steine wegzutragen.**

Chinesisches Sprichwort

Gruppendynamik: Gruppenprozesse wahrnehmen und moderieren

Baustein V der Schulung für Leitungsteams der Selbsthilfegruppen

Dieses Seminar gibt Gruppensprechern ein Angebot an methodischen Anregungen für die Arbeit in und mit der Gruppe. Darüber hinaus werden die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den vorangegangenen Bausteinen in einem praxisnahen Rollenspiel zusammengefaßt.

Teilnahmevoraussetzung: Teilnahme an den Bausteinen 1, 2, 3 und 4

Themenschwerpunkte:

- Beobachtungskriterien für die Gruppenstruktur kennenlernen und anwenden können
- durch Fragen aufmerksam machen und zu Entscheidungen anregen
- PRAXISTRANSFER: Anwendung aller Bausteine in einem Handlungsplanspiel

Termin: Freitag, 09.11.12, 18.00 Uhr
bis Sonntag, 11.11.12, 14.00 Uhr

Ort: Trier, Stadtwaldhotel Gillenbach, Am Gillenbach 12

Referentin: Uta Galle-Hahn, Diplom-Pädagogin

Teilnahmegebühr: DMSG-Mitglieder: 70,00 €

Anmeldeschluss: 21.09.2012

Supervision und Praxisbegleitung für MitarbeiterInnen im Projekt „Betroffene begleiten Betroffene“

Termin: Samstag, 29.09.2012, 12.00 Uhr

bis Sonntag, 30.09.2012, 16.00 Uhr,

Ort: Oberwesel, Rheintal-Jugendherberge,
Auf dem Schönberg

Referentinnen: Karin Hamdorf-Merk, Diplom-Sozialpädagogin (FH),
Supervisorin

Karin Engelmann, Diplom-Sozialpädagogin (FH),
systemische Beraterin

Teilnahmegebühr: 25,00 €

Anmeldeschluss: 27.07.2012



**Mit einigem ‚Geschick‘ kann man sich aus den Steinen, die einem
in den Weg gelegt werden, eine Treppe bauen.**

Robert Lembke

Die DMSG hat viele Freunde !

Neben den vielen Freunden, Förderern und Sponsoren gibt es seit 8 Jahren auch den

Förderkreis rheinland-pfälzischer Multiple Sklerose Kranker e.V.

Der Verein wurde am 12.12.2003 in Mainz gegründet.

Er ist als gemeinnützig anerkannt und unterstützt unterschiedliche Projekte des DMSG-Landesverbandes.

Wohlwissend um die vielfältigen Probleme der MS-Betroffenen haben sich im Förderkreis Menschen zusammengeschlossen, die mitten im Berufsleben stehen und wenig Zeit haben, um in ihrer Freizeit MS-Kranken direkt zu helfen.

Auch Institutionen bzw. Firmen steht der Förderkreis offen.

Sie alle helfen mit ihrem jährlichen Mitgliedsbeitrag.

Auch Sie können Mitglied im Förderkreis werden.

Bereits mit 4,17 € im Monat (der Mindestbeitrag beträgt 50,- € pro Jahr) helfen Sie gezielt mit, Projekte der DMSG zu finanzieren:

- Seminare, Kurse und Vorträge für MS-Betroffene und ihre Angehörigen
- Fahrdienste als konkrete Hilfe im Alltag
- Therapiekurse wie z. B. Wassergymnastik, Feldenkrais, Eutonie etc.
- Selbsthilfearbeit in mittlerweile 58 Gruppen in unserem Land

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Web-Seite (www.dmsg.de/rp). Dort finden Sie unter „Spenden und Helfen“ weitere Informationen sowie ein Beitrittsformular.

Geschäftsstelle: Hindenburgstraße 32
55118 Mainz
Tel.: 06131/604704
Fax.: 06131/604930

Spendenkonto: Dresdner Bank
BLZ: 550 800 65
Kto.: 2 459 073 00

ANMELDEFORMALITÄTEN UND TEILNAHMEBEDINGUNGEN

ANMELDUNGEN:

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen möglichst schriftlich und rechtzeitig an; Anmeldekarten finden Sie im Heft. Auch bei den kostenlosen Veranstaltungen ist eine Anmeldung erwünscht, damit wir bei zu geringer Nachfrage gegebenenfalls den Referenten rechtzeitig absagen können. Bitte melden Sie sich bei Interesse auch noch nach Ablauf der Anmeldefrist telefonisch; häufig treten Teilnehmer/innen zurück oder es sind noch Plätze frei. Falls Sie verhindert sind, sagen Sie uns bitte frühzeitig (möglichst bis zum Ablauf der Anmeldefrist) ab! Bei längeren Veranstaltungen sind ausreichende Pausen eingeplant.

TEILNAHMEGEBÜHR:

Die Höhe der Teilnahmegebühr ist bei der jeweiligen Veranstaltung angegeben und beinhaltet Honorar- und Mietkosten sowie bei mehrtägigen Veranstaltungen auch Unterkunft und Verpflegung. Sollten Sie einzelne Leistungen während des Seminars nicht in Anspruch nehmen, reduziert sich die Teilnahmegebühr nicht. Die notwendige Begleitperson eines Rollstuhlfahrers ist frei (außer bei mehrtägigen Veranstaltungen). Die Teilnahmegebühr ist bei Anmeldung zu überweisen; die Anmeldung wird erst mit Zahlungseingang für die DMSG verbindlich. Bitte bringen Sie den Überweisungsbeleg zur Veranstaltung mit, er ist Ihre „Eintrittskarte“.

UNTERKUNFT:

Die Tagungshäuser sind behindertenfreundlich. Jeweils einige Zimmer verfügen über behindertengerechte bzw. rollstuhlgerechte Bäder und Toiletten. In der Regel stehen aus Kostengründen Doppelzimmer zur Verfügung. Sollten Sie ein Einzelzimmer wünschen, versuchen wir nach Rücksprache mit dem Haus Ihrem Wunsch zu entsprechen. Ein Einzelzimmerzuschlag wird Ihnen dann berechnet.

RÜCKTRITTSKOSTENREGELUNG:

Wenn Sie sich von einer Veranstaltung abmelden möchten, tun Sie dies bitte schriftlich, damit wir einen Nachweis führen können. Melden Sie sich nach Anmeldeschluss ab, kann eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr nur erfolgen, wenn Sie ein ärztliches Attest vorlegen oder eine Nachfolge gewährleistet ist.

FAHRT:

Die Teilnehmer/innen müssen ihre An- und Rückreise grundsätzlich selbst organisieren. Die DMSG ist im Bedarfsfall bei der Lösung von Fahrproblemen gegen Kostenersatz gern behilflich, soweit Fahrzeuge verfügbar sind.

ABSENDER

Name, Vorname

Straße

Postleitzahl / Ort

Telefon / Fax

E-Mail

DMSG
Landesverband Rheinland-Pfalz
Hindenburgstr. 32

55118 Mainz

ABSENDER

Name, Vorname

Straße

Postleitzahl / Ort

Telefon / Fax

E-Mail

DMSG
Landesverband Rheinland-Pfalz
Hindenburgstr. 32

55118 Mainz

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Titel

Ort

Termin

MS-betroffen:

Rollstuhlfahrer:

DMSG-Mitglied:

ja nein

ja nein

ja nein

mit Begleitperson:

Ort, Datum

Unterschrift

.....

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Titel

Ort

Termin

MS-betroffen:

Rollstuhlfahrer:

DMSG-Mitglied:

ja nein

ja nein

ja nein

mit Begleitperson:

Ort, Datum

Unterschrift

„Betroffene begleiten Betroffene“

ein neues Angebot des Landesverbandes

Die Multiple Sklerose ist eine noch immer unheilbare chronische Erkrankung. An MS erkrankt zu sein bedeutet deshalb, ständig eine unkalkulierbare „Lebensbegleiterin“ mit sich zu führen. Das zwingt die davon Betroffenen - entsprechend dem Krankheitsverlauf und ihrer persönlichen, familiären und sozialen Lebenssituation - zu immer neuen Anpassungsleistungen. Dieser Anpassungsprozeß verläuft nicht immer unproblematisch und einfach. Um die damit einhergehenden Unsicherheiten, Ängste und Krisen bewältigen zu lernen, bieten wir den Erkrankten die Möglichkeit, Unterstützung in der Begegnung mit selbst MS-erkrankten Begleiter/innen zu finden.

Seitdem die elf Begleiter/innen ihre Grundausbildung Jahr 2009 abgeschlossen haben, bieten sie persönliche Gespräche an.

Begleitung durch Gleichbetroffene basiert auf den Gedanken der „Selbstbestimmt-Leben-Bewegung“, die ursprünglich in den USA entstand. Dabei werden die durch eigenes Erleben im Umgang mit der chronischen Erkrankung gewonnenen Erfahrungen der Begleiter/innen als Ressource genutzt, um im Gespräch mit den Ratsuchenden diese zu ermutigen, ihr Leben trotz und mit MS selbstverantwortlich zu gestalten. Sie erhalten die gewünschten Informationen und erfahren durch das gelebte Beispiel der gleichbetroffenen Gesprächspartner/innen unmittelbar, dass man auch mit Behinderung ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben führen kann.

Die Begegnung mit einem Menschen, dem ein ähnliches Schicksal widerfahren ist, macht es sicher manchen Ratsuchenden leichter, Hemmschwellen zu überwinden. Die Eigenbetroffenheit des Begleiters/der Begleiterin kann Nähe und Vertrauen schaffen und ermöglicht durch die Vorbildfunktion das „Lernen am Modell“ in Bezug auf den Umgang mit der Krankheit und den aus ihr resultierenden Problemen.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen werden für diese verantwortungsvolle Tätigkeit vom Landesverband geschult und nehmen regelmäßig an Supervision und Fortbildungsveranstaltungen teil.

Nehmen Sie diese Chance wahr und sichern Sie sich die Unterstützung unserer engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter!

Bereich Westerwald:



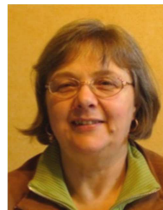
Peter Jung
Hof/Ww
02661 / 6 17 05
(nachmittags)

und hier sind Ihre
Ansprechpartner/innen!

Bereich Eifel/Mosel:



Beate Martini-Endel
Monzelfeld
06531 / 76 38



Margot Lacaf
Mettendorf
06522 / 436



Elke Koch
Wittlich
06571 / 1 45 92 21
(mo-fr 9.00-11.00 Uhr)



Paul Wackerle
Trier
0651 / 8 63 50
(mo/mi/fr 10.00-12.00
und 18.00-20.00 Uhr)

Bereich Vorderpfalz:



Angelika Geiger
Ludwigshafen
0621 / 55 19 91
(vormittags)



Feyme Hoffmann
Frankenthal
06233 / 63 88 71
(mo u. di 9.00-15.00 Uhr)



Claudia Köppl
Mannheim
0621 / 81 64 62

Bereich Rheinhessen/Hunsrück:



Sabine Palmer
St. Goar
06741 / 9 62 94
mo-fr 17-19 Uhr



Irene Weiß
Oppenheim
06133 / 7 00 07
(werktags ab 13.00 Uhr)



Petra Singenstreu
Sulzheim
06732 / 6 40 00
(mo u. do 15.00-17.00 Uhr)

Unser Beratungsdienst

informiert und berät Sie zu folgenden Fragestellungen:

- die Erkrankung MS und ihre Behandlungsmöglichkeiten
- Rehabilitationsmaßnahmen und -Kliniken
- die Anerkennung einer Schwerbehinderung
- Ihre Rechte in der Kranken- und Pflegeversicherung
- Hilfen zur Erlangung und Erhaltung des Arbeitsplatzes und Möglichkeiten der beruflichen Rehabilitation
- Erwerbsminderungsrenten
- Versorgung mit Hilfsmitteln
- Wohnraum- und Umfeldanpassung
- Möglichkeiten der Organisation von häuslicher Pflege
- Heimaufnahme und Betreutes Wohnen
- Hilfen zur Teilhabe am Leben der Gemeinschaft
- Sozialhilfe und Grundsicherung

Ebenso sind die Mitarbeiterinnen des Sozialdienstes Ansprechpartnerinnen in persönlichen Krisensituationen, bei psychosozialen Problemen, bei Konflikten in der Familie oder am Arbeitsplatz; gegebenenfalls vermitteln sie weitere Hilfen.

Sie unterstützen Sie in der Wahrnehmung Ihrer Rechte gegenüber den Institutionen des Gesundheits- und Sozialwesens.

Schließlich vermitteln sie Kontakte zu unseren örtlichen Selbsthilfegruppen.

Unsere Beratungsstellen:

BEREICH WESTERWALD

Petra Neust-Schönberger
Am Hammelberg 13 56242 Quirnbach
Telefon 0 26 26 / 12 72 Fax 0 26 26 / 92 59 52
e-mail: dmsg-rlp.neust-schoenberger@dmsg.de

BEREICH EIFEL/MOSEL

Marlies Wanninger
Weinbergstr. 11 54518 Minheim
Telefon 0 65 07 / 58 26 Fax 0 65 07 / 70 34 12
e-mail: dmsg-rlp.wanninger@dmsg.de

BEREICH RHEINHESSEN/HUNSRÜCK

Mechthild Peter
Hindenburgstr. 32 55118 Mainz
Telefon 0 61 31 / 60 47 04 Fax 0 61 31 / 60 49 30
e-mail: dmsg-rlp.peter@dmsg.de

BEREICH SÜD-/WESTPFALZ

Sylvia Pietzker
Über den Bächelwiesen 17 67691 Hochspeyer
Telefon 0 63 05 / 7 15 03 87 Fax 0 63 05 / 7 15 03 88
e-mail: dmsg-rlp.pietzker@dmsg.de

BEREICH VORDERPFALZ

Waltraud Oberfrank-Paul
Wachtenburgstr. 12 67122 Altrip
Telefon 0 62 36 / 39 80 68 Fax 0 62 36 / 42 95 72
e-mail: dmsg-rlp.oberfrank-paul@dmsg.de