

**Online-Vortrag: Funktionelle Medizin und MS** Nr.: 24-02-17



In dem Vortrag geht es vor allem um Mikronährstoffe, wie Vitamine, das Coenzym Q10 und viele weitere mehr, inklusive Darmgesundheit und Diagnostik.

<b>Referentin:</b>	Dr. med. Lien Angela Dögnitz (Neurologin, Privatärztliches Zentrum am Roseneck)
<b>Zielgruppe:</b>	Nur für DMSG-Mitglieder
<b>Termin:</b>	Wird noch bekannt gegeben. Für den Termin schauen Sie bitte auf unsere Webseite. Von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Online (via Zoom)
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

**Online-Vortrag: Symptomatische Therapien der Spastik bei MS** Nr.: 24-02-18



Für die Therapie ist wichtig, wie die Spastik über den Körper verteilt ist. Hier gibt es unterschiedliche Formen. Nicht selten ist die Spastik schmerzhaft und resultiert in einer erheblichen Beeinträchtigung der Lebensqualität. Dementsprechend ist eine effektive symptomatische Therapie der Spastik von großer Bedeutung.

<b>Referentin:</b>	PD Dr. med. Juliane Klehmet (Ärztliche Leiterin MS-Zentrum – Jüdisches Krankenhaus Berlin)
<b>Zielgruppe:</b>	Nur für DMSG-Mitglieder
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 05.12.2024 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Online (via Zoom)
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

**MS-Informationsveranstaltung der MS-Patientenakademie der Klinik Hennigsdorf (Anerkanntes MS-Schwerpunktzentrum)**

**Ort:** Klinik Hennigsdorf, Konferenzraum „Stechlin“, behindertengerechter Zugang, Marwitzer Straße 91, 16761 Hennigsdorf

**Teilnahmekosten:** Keine  
**Anmeldung:** Nicht erforderlich

Die Infos zum Termin und zu den Themen werden auf unserer Website veröffentlicht, sobald sie feststehen.

**Angeleitete Gruppen**



Sie haben die Diagnose MS erhalten? Was nun? Am Anfang steht man vor vielen Fragen. Man ist verunsichert über Behandlungsmethoden oder bei der Medikamentenauswahl. In der offenen Gruppe wird Neubetroffenen die Möglichkeit gegeben, sich ausführlich zu informieren und sich gegenseitig auszutauschen, zu diskutieren oder auch mit anderen Menschen mit MS in Kontakt zu treten.

<b>Begleitet durch:</b>	Karsten Manske (Dipl.-Psychologe)
<b>Zielgruppe:</b>	MS-Betroffene
<b>Termin:</b>	Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
<b>Ort:</b>	Bekanntgabe nach vorheriger Anmeldung
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

**Angehörigengruppe**



Ziel ist es, sich unter Gleichgesinnten auszutauschen und gegenseitig zu unterstützen. Sprechen Sie aus, wobei Sie sich besonders belastet fühlen und Hilfe wünschen. Der Alltag als Angehörige/r soll nicht dazu im Widerspruch stehen, sich abzugrenzen, entlastet zu werden oder festgefahrene Rollenverteilungen zu prüfen. Wir möchten, dass Sie dem Alltag und der Zukunft mit Ihren Lieben realistisch und optimistisch begegnen können. Die Inhalte der Treffen richten sich nach den Themen der Teilnehmer/-innen.

<b>Begleitet durch:</b>	Regina Suchet (Sozialpädagogin)
<b>Zielgruppe:</b>	Angehörige und Freunde MS-Betroffener
<b>Termin:</b>	Jeden 3. Montag im Monat von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
<b>Ort:</b>	Unionhilfswerk, Schwiebusser Straße 18, 10965 Berlin
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

**Treffpunkt für Jugendliche mit MS**



Du hast Fragen? Du möchtest dich mit anderen austauschen? Du hast eine Geschichte zu erzählen? Du möchtest einfach mal offen über deine MS reden? Oder einfach nur zuhören? Du bist nicht allein! Die DMSG Berlin möchte mit dem Treffpunkt für Jugendliche mit MS einen geschützten Raum für dich anbieten. Wir tauschen uns einmal im Monat mit anderen Jugendlichen aus und werden von Maarit begleitet.

<b>Begleitet durch:</b>	Maarit Schiel (Betroffenenberaterin)
<b>Zielgruppe:</b>	Jugendliche mit MS
<b>Termin:</b>	Einmal im Monat (Termine nach Absprache)
<b>Ort:</b>	Online oder in zentralen Berliner Cafés oder Parks
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Direkt über Maarit Schiel: maarit.schiel@dmsg-berlin.de

**Auf unserer Website**



www.dmsg-berlin.de/unser-angebot/veranstaltungen

finden Sie zusätzlich auch für Sie relevante (Online-)Veranstaltungen der DMSG Brandenburg.

**Anmeldung**

**Name:** \_\_\_\_\_

**Vorname:** \_\_\_\_\_

**Mitgliedsnummer:** \_\_\_\_\_

**Straße/HsNr:** \_\_\_\_\_

**PLZ:** \_\_\_\_\_ **Ort:** \_\_\_\_\_

**E-Mail:** \_\_\_\_\_

**Tel./Handy:** \_\_\_\_\_

- Ich bin Rollstuhlfahrer\*in
- Ich benötige eine Teilnahmebescheinigung
- Ich komme mit Begleitung

**Diese Veranstaltungen möchte ich verbindlich besuchen:**

- 24-02-01** Trommel-Rhythmus-Workshop
- 24-02-02** Yoga-Kurs
- 24-02-03** Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe
- 24-02-04** Mit Taiji und Qigong gegen MS
- 24-02-05** Drums Alive – Glückssport pur
- 24-02-06** Online-Schulung Rollstuhl für Begleitpersonen: Basiseinführung und rehathechnische Unterweisung
- 24-02-07** Erlebnisparcours zum Thema: Assistive Technologien für Menschen mit Behinderung
- 24-02-08** Präsenzveranstaltung: Rollstuhltraining für Rollstuhlnutzende und Begleitpersonen
- 24-02-09** Präsenzveranstaltung: Mobilitäts- und Rollstuhltraining mit Physiotherapie
- 24-02-10** Präsenzveranstaltung: Mit sich selbst befreundet sein
- 24-02-11** Online-Vortrag: Überblick über die rechtliche Vertretung im Versorgungsfall
- 24-02-12** Präsenz-Vortrag: Darmgesund mit Kräutern, Tinkturen und Bakterien
- 24-02-13** Online-Vortrag: „Sauer macht lustig!“ oder lieber „Lustig statt sauer!“
- 24-02-14** Präsenz-Vortragsveranstaltung
- 24-02-15** Präsenz-Vortrag: Motorische Einschränkungen bei MS – ein Überblick
- 24-02-16** Online-Vortrag: Schwangerschaft und Immuntherapien bei MS
- 24-02-17** Online-Vortrag: Funktionelle Medizin und MS
- 24-02-18** Online-Vortrag: Symptomatische Therapien der Spastik bei MS

**Online-Veranstaltungen**

Bitte beachten Sie auch die zahlreichen Online-Veranstaltungen, die der Bundesverband und die Landesverbände der DMSG zu den verschiedensten Themen anbieten. Die aktuelle Übersicht finden Sie hier:



www.dmsg.de/service/veranstaltungen

**Information**

1. Füllen Sie den links stehenden Abschnitt mit allen erforderlichen Informationen aus. Sollten Sie eine E-Mail-Adresse besitzen, können Sie uns die Informationen und die Kursnummern der Veranstaltungen, an denen Sie teilnehmen möchten, auch gern direkt mailen.
2. Kreuzen Sie die gewünschten Kurse an
3. Geben Sie an, ob Sie Rollstuhlfahrer/-in sind, mit Begleitperson kommen und eine Teilnahmebescheinigung benötigen.
4. Scannen/fotografieren Sie den Abschnitt oder schneiden Sie ihn aus
5. Senden Sie den ausgeschnittenen Abschnitt/den Scan/das Foto an die unten stehenden Kontaktmöglichkeiten

Um unser Sekretariat zu entlasten, senden Sie Ihre Anmeldung nach Möglichkeit per Post, Fax oder E-Mail.  
Geben Sie bitte bei Anmeldungen zu Online-Veranstaltungen immer Ihre E-Mail-Adresse an.

📍 DMSG Landesverband Berlin e.V.  
Aachener Straße 16  
10713 Berlin

☎ 030 / 312 66 04

✉ veranstaltungen@dmsg-berlin.de

**Bildnachweis**

„Trommel-Workshop“: © DMSG Berlin | „Joga Kurs“: © StockSnap/Pixabay | „Sitz-Qigong“: © Steve Buissinne/Pixabay | „Gesangstherapie“: © Dieter\_G/Pixabay | „Taiji und Qigong“: © DMSG Berlin | „Drums Alive“: © DMSG Berlin | „Rollstuhl“: © Steve Buissinne/Pixabay | „Erlebnisparcours“: © Gerd Altmann/Pixabay | „Rollstuhl für Begleitpersonen“: © Steve Buissinne/Pixabay | „Rollstuhltraining“: © Steve Buissinne/Pixabay | „Befreundet“: © DMSG Berlin | „Versorgungsfall“: © DMSG Berlin | „Darmgesund“: © DMSG Berlin | „Sauer macht lustig“: © DMSG Berlin | „Motorische Einschränkungen“: © Lakshmiraman Oza/Pixabay | „Schwangerschaft“: © DMSG Berlin | „Funktionelle Medizin“: © DMSG Berlin | „Symptomatische Therapien“: © Lakshmiraman Oza/Pixabay | „Neubetroffenengruppe“: © StockSnap/Pixabay | „Angehörigengruppe“: © StockSnap/Pixabay | „Treffpunkt“: © iStock.com/Nattakorn Maneerat

**KOMPASS**  
Ihr MS-Wegweiser für Berlin

**Veranstaltungen**  
**2. Halbjahr 2024**

## Musik und Bewegung

### Trommel-Rhythmus-Workshop Nr.: 24-02-01



Trommeln auf großen afrikanischen Trommeln, Rhythmus auf Alltagsmaterialien, Körperklänge erfahren, Rhythmusstücke nur für die Stimme lernen – hier ist alles dabei.

<b>Begleitet durch:</b>	Jochen Horvath (Trommel-Rhythmuslehrer)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termine:</b>	4 Termine: jeweils am Samstag (14.09., 12.10., 16.11. und 14.12.2024) von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>DMSG-Geschäftsstelle, Aachener Straße 16, 10713 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder pro Termin 12,00 €, Nichtmitglieder pro Termin 22,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 14.08.2024 bei der DMSG

### Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe Nr.: 24-02-03



Wollten Sie schon immer mal mit Ihrer Stimme arbeiten und haben es sich nicht getraut? Dann sind Sie in unserer Sing-Gruppe genau richtig! Hier werden Körper, Atem und Gesangsstimme gleichermaßen angesprochen. Sie erfahren Ihren Körper als Resonanzraum und Ihre Stimme als schwingungsfähiges Instrument, mit dem Sie Töne und Klänge erzeugen können. Hinterher fühlen Sie sich beschwingter, wacher und klarer, weil die Stimmarbeit Ihren Atem vertieft und Ihre Gedanken fokussiert.

<b>Begleitet durch:</b>	Susanne Bohrmann-Fortuzzi (Sängerin/Gesangspädagogin)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termine:</b>	Jeweils Freitag von 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Hybrid (Online o. DMSG-Geschäftsstelle, Aachener Straße 16)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder monatlich 5,00 €, Nichtmitglieder monatlich 10,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

### Yoga-Kurs Nr.: 24-02-02



Yoga steigert Ausdauer, Kraft und Flexibilität. Außerdem fördert Yoga Durchhaltevermögen und Konzentration und stärkt Vitalität und Energie. Im Laufe der Zeit bewirken die Yoga-Übungen eine größere Stressresistenz, die besonders für MS Patienten wichtig ist. Trotz Missemphindungen und Schwächegefühlen oder anderer Symptome gelangt man wieder dazu, gern seinen eigenen Körper zu spüren. Egal, ob auf dem Stuhl, im Rollstuhl oder im Stehen, Yoga wirkt. Yoga muss dabei nicht anspruchsvoll oder intensiv ausgeübt werden, um seine Wirkung zu entfalten.

<b>Begleitet durch:</b>	Verena Lowitzsch (Yogalehrerin)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termine:</b>	10 Termine: jeweils am Mittwoch (04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10., 16.10., 23.10., 30.10. und 06.11.2024) von 14:00 Uhr bis 15:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Neumagenerstr. 19, 13088 Berlin (1. OG – Veranstaltungsraum)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 40,00 €, Nichtmitglieder 70,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 04.08.2024 bei der DMSG

### Mit Taiji und Qigong gegen MS Nr.: 24-02-04



Sie haben wieder die Chance, ganz bequem von zu Hause aus, in einem Online-Kurs etwas für Ihre Gesundheit zu tun – und zwar mit Keep Moving, einem Trainingsprogramm bei Bewegungsstörungen, das sich den Gesundheitsaspekt der Bewegungslehren Taiji und Qigong zunutze macht. Mit dem Online-Kurs stärken Sie Beweglichkeit, Gleichgewicht und Wohlbefinden. Ein effektives Training, das auch wirklich Spaß macht. Der Kurs findet im Sitzen statt.

<b>Begleitet durch:</b>	Mirko Lorenz (zertifizierter Ausbilder des Deutschen Dachverbandes für Taiji & Qigong (DDQT)/Präventions-Trainer)
<b>Zielgruppe:</b>	MS-Betroffene (auch Rollstuhlfahrer*innen)
<b>Termine:</b>	6 Termine im Sitzen: jeweils am Mittwoch (23.10., 30.10., 06.11., 13.11., 20.11. und 27.11.2024) von 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Online via Zoom</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 36,00 € insgesamt für 6 Termine inkl. Übungsvideos Nichtmitglieder 54,00 € insgesamt für 6 Termine inkl. Übungsvideos
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 23.09.2024 bei der DMSG

### Drums Alive – Glücksport pur Nr.: 24-02-05



Beim energiegeladenen Gruppentraining mit rhythmischer Musik, Gymnastikbällen und Drumsticks springt der Funke über. Das stressabbauende Training lässt den Alltag vergessen und fördert ein gesundes Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele. Alle sind eingeladen, sich nach ihren Fähigkeiten zu bewegen und mit Spaß die körperliche und mentale Fitness sowie die Konzentration und Koordination zu steigern.

<b>Begleitet durch:</b>	Heike Hinz (Finesstrainerin)
<b>Zielgruppe:</b>	MS-Betroffene (auch Rollstuhlfahrer*innen)
<b>Termine:</b>	7 Termine: jeweils am Montag (2.9., 9.9., 16.9., 23.9., 14.10., 21.10. und 28.10.2024) von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>DMSG-Geschäftsstelle, Aachener Straße 16, 10713 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 25,00 € insgesamt, Nichtmitglieder 50,00 € insgesamt
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 02.08.2024 bei der DMSG

## Alltagsbewältigung und Freizeit

### Online-Schulung Rollstuhl für Begleitpersonen: Basiseinführung und rechtechnische Unterweisung Nr.: 24-02-06



In diesem Kurs wird theoretisch der Umgang mit dem Rollstuhl für die Begleitperson vermittelt. Darüber hinaus wird ein allgemeiner Überblick gegeben über: Versorgung, Anpassung, Typen, Aufbau, Bestandteile, Erweiterungen, Verhalten im öffentlichen Straßenverkehr, im öffentlichen Nahverkehr und in sensiblen Situationen, Umgang mit persönlichen Gegenständen, Gefahrensituationen vorbeugen und abwenden sowie Gesetze im Umgang mit dem Rollstuhl.

<b>Referent:</b>	Benjamin Bischoff (Hilfsmittelzentrum DRK; Landesverband Berliner Rotes Kreuz e. V.)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 21.08.2024 von 16:00 Uhr bis 18:30 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Online (via Microsoft Teams)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 10,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

### Erlebnisparcours zum Thema: Assistive Technologien für Menschen mit Behinderung Nr.: 24-02-07



Die Teilnehmenden lernen im Erlebnisparcours exemplarische assistive Technologien (für die Bereiche: Lesen und Schreiben, Sehen, Hören, Steuern und Bedienen) kennen und können diese direkt ausprobieren. Dabei geht es um die Frage: Wie können Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen durch den Einsatz von assistiven Technologien digitale Medien nutzen und barrierefrei kommunizieren?

<b>Referentin:</b>	Carola Werning (pädagogische Mitarbeiterin)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 17.10.2024 von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>barrierefrei kommunizieren!, Wilhelmstraße 52, 10117 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 15,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 17.09.2024 bei der DMSG

### Präsenzveranstaltung: Rollstuhltraining für Rollstuhlnutzende und Begleitpersonen Nr.: 24-02-08



Unser Trainer zeigt und übt mit Ihnen hilfreiche Techniken zur Handhabung des Rollstuhls. Die Übungsrollstühle werden vor Ort gestellt. Die Schulung richtet sich sowohl an Rollstuhlfahrer\*innen als auch an Begleitpersonen!

<b>Referent:</b>	Ralf Behrendt (Mitarbeiter Mobilitätshilfedienst Lichtenberg)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 10.10.2024 von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Unionhilfswerk, Paul-Zobel-Str. 8E, 10367 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 10,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 10.09.2024 bei der DMSG

### Präsenzveranstaltung: Mobilitäts- und Rollstuhltraining mit Physiotherapie Nr.: 24-02-09



Schwerpunkte des Mobilitäts- und Rollstuhltrainings sind unter anderem: Vermitteln von theoretischem Wissen rund um den Rollstuhl, zum Beispiel Neigung, Achseinstellung, Schwerpunkt; Erlernen der Fahrtechnik im Rollstuhl; Verbesserung der Alltagsmobilität; Überwindung von Schwellen mit verschiedenen Schwierigkeitsstufen; Üben von Transfers auf gleicher Höhe; Fahren von Neigungen im gekippten Zustand; Aufrichten im umgefallenen Rollstuhl mit und ohne Hilfsperson; selbständiges Befahren schwierigster Bodenprofile

<b>Referent:</b>	Leitender Oberarzt Dr. med. Sven Lütge (Facharzt für Neurologie) + Physiotherapeut
<b>Zielgruppe:</b>	Nur DMSG-Mitglieder (Rollstuhlfahrer*innen + Angehörige)
<b>Termin:</b>	Samstag, den 09.11.2024 von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Alexianer St. Joseph Berlin-Weißensee GmbH, Gartenstraße 1, 13088 Berlin, Räumlichkeit: Alexiussaal</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Unbedingt erforderlich bis 09.10.2024 bei der DMSG

### Präsenzveranstaltung: Mit sich selbst befreundet sein Nr.: 24-02-10



In Krisen tut es gut, wenn uns Verständnis entgegengebracht wird und wenn wir tatkräftige Unterstützung erfahren. „Was brauchst Du?“ ist eine hilfreiche Frage, auf die es viele verschiedene Antworten gibt. Diese Frage können uns andere Menschen stellen, wir können sie uns aber auch selbst stellen. An diesem Nachmittag untersuchen wir unsere Beziehung zu uns selbst und probieren einen mitfühlenden Umgang mit uns aus.

<b>Referentin:</b>	Eva Vogt (Dipl. Kulturpädagogin/Heilpraktikerin für Psychotherapie/Trauerbegleiterin/Trauerrednerin)
<b>Zielgruppe:</b>	Nur für DMSG-Mitglieder
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 28.08.2024 von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>DMSG-Geschäftsstelle, Aachener Straße 16, 10713 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG

## Recht und Selbstbestimmung

### Online-Vortrag: Überblick über die rechtliche Vertretung im Versorgungsfall Nr.: 24-02-11



Peter Rudel wird die Möglichkeiten, Grundlagen, Gemeinsamkeiten und Unterschiede der verschiedenen Versorgungselemente – Vorsorgevollmacht, Ehegattenvertretungsrecht, rechtliche Betreuung, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung – darstellen.

<b>Referent:</b>	Peter Rudel (Querschnittsmitarbeiter, Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V./ Cura Betreuungsverein Charlottenburg-Wilmersdorf)
<b>Zielgruppe:</b>	Nur für DMSG-Mitglieder
<b>Termin:</b>	Dienstag, den 15.10.2024 von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Online (via Zoom)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Unbedingt erforderlich bei der DMSG

## Medizin und Gesundheit

### Präsenz-Vortrag: Darmgesund mit Kräutern, Tinkturen und Bakterien Nr.: 24-02-12



Das persönliche Wohlbefinden steht in direktem Zusammenhang mit den Bakterien und einer guten Funktion des Darms. Wie kann ich beides im Alltag unterstützen? Welche Kräuter, Mischungen, Tinkturen und Nahrungsmittel sind hilfreich und nützlich? Ein interessanter, sehr praxisbetonter Abend mit viel Anschauungsmaterial.

<b>Referentin:</b>	Antje Schwan (Gesundheitstrainerin/Heilpraktikerin)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 02.10.2024 von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>DMSG-Geschäftsstelle, Aachener Straße 16, 10713 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 10,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 02.09.2024 bei der DMSG

### Online-Vortrag: „Sauer macht lustig!“ oder lieber „Lustig statt sauer!“ Nr.: 24-02-13



Der Körper hat hervorragende Puffersysteme, um den pH-Wert im Blut zu stabilisieren. Trotzdem liest man überall von „Übersäuerung“. Was bedeutet das eigentlich? Und warum ist es gerade bei einer chronischen Erkrankung gut, auf verschiedene Art und Weise zu „entsäuern“?

<b>Referentin:</b>	Antje Schwan (Gesundheitstrainerin/Heilpraktikerin)
<b>Zielgruppe:</b>	Alle Interessierten
<b>Termin:</b>	Mittwoch, den 04.12.2024 von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Online (via Zoom)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Mitglieder 5,00 €, Nichtmitglieder 10,00 €
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 04.11.2024 bei der DMSG

### Präsenz-Vortragsveranstaltung Nr.: 24-02-14

**Warum fällt es Menschen schwer, langfristig Therapieziele konsequent umzusetzen? Was können wir tun, um die Chance eines Therapieerfolges zu vergrößern? (PD Dr. med. Karl Baum)**

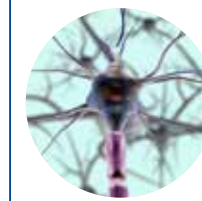
Der Begriff Adhärenz gibt die Wahrscheinlichkeit wieder, dass Menschen eine bestimmte Therapie konsequent umsetzen. Die Forschung zu diesem gut untersuchten Thema zeigt, dass viele Menschen Therapien abbrechen. Die Gründe hierfür sind vielfältig und nicht immer auf den ersten Blick nachvollziehbar. Der Vortrag erklärt die Hintergründe und zeigt Wege aus dem Dilemma.

**Orientierung für Neurolog\*innen: die neuen Leitlinien zur MS-Therapie (Dr. med. Said Masri)**

Leitlinien stellen eine wertvolle Orientierungshilfe für Neurolog\*innen dar. Sie werden entsprechend dem wissenschaftlichen Erkenntnisstand von einem Expertengremium in kurzen Abständen regelmäßig aktualisiert. Der Vortrag erläutert in laienverständlicher Sprache die wichtigsten Leitlinien zu den Medikamenten gegen das Fortschreiten der MS.

<b>Referentin:</b>	PD Dr. med. Karl Baum (Neurologe / Vorstandsvorsitzender DMSG Berlin) und Dr. med. Said Masri (niedergelassene Neurologe)
<b>Zielgruppe:</b>	MS-Betroffene, Angehörige und Freunde
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 12.09.2024 von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Ev. Seniorenheim Albestraße gGmbH (Andachtsraum [UG]), Albestraße 31, 12159 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 01.09.2024 bei der DMSG

### Präsenz-Vortrag: Motorische Einschränkungen bei MS – ein Überblick Nr.: 24-02-15



Motorische Einschränkungen reichen bei der MS von Störungen der Feinmotorik über Gleichgewichts- und Koordinationsstörungen sowie den Tremor bis hin zu Lähmungen und Spastik. Sie gehören zu den sichtbarsten und für andere Menschen am ehesten nachvollziehbaren Einschränkungen der Krankheit mit den 1000 Gesichtern. Der Vortrag vermittelt einen Überblick über die verschiedenen Formen und deren Behandlungsmöglichkeiten.

<b>Referentin:</b>	PD Dr. med. Karl Baum (Neurologe / Vorstandsvorsitzender DMSG Berlin)
<b>Zielgruppe:</b>	MS-Betroffene, Angehörige und Freunde
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 15.08.2024 von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Ev. Seniorenheim Albestraße gGmbH (Andachtsraum [UG]), Albestraße 31, 12159 Berlin</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bis 01.08.2024 bei der DMSG

### Online-Vortrag: Schwangerschaft und Immuntherapien bei MS Nr.: 24-02-16



Dieser Vortrag gibt ein Update zu verfügbaren Therapieoptionen und -strategien.

<b>Referentin:</b>	Dr. med. Jessy Chen (Assistenzärztin – Charité Universitätsmedizin Berlin)
<b>Zielgruppe:</b>	Nur für DMSG-Mitglieder
<b>Termin:</b>	Donnerstag, den 21.11.2024 von 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr
<b>Ort:</b>	<b>Online (via Zoom)</b>
<b>Teilnahmekosten:</b>	Keine
<b>Anmeldung:</b>	Erforderlich bei der DMSG