

# TERMINKALENDER 2017 ÜBERSICHT

Alles auf einen Blick

Termin	Veranstaltung	Thema	Ort	Seite
25. Jänner	Workshop <b>WS</b>	Krafttraining	Caritas Socialis Therapieraum	2
22. Februar	Vortrag <b>KV</b>	Rechtsinformationen	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	2
28. Februar	Workshop <b>WS</b>	MS-Yoga	Caritas Socialis Therapieraum	2
11. März	Symposium <b>GV</b>	Multiple Sklerose und Sexualität	AKH Hörsaalzentrum	3
29. März	Workshop <b>WS</b>	Mental Aktiv	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	3
10. April	Workshop <b>WS</b>	Kinästhetik im Alltag	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	3
17. Mai	Fachseminar <b>FS</b>	Gesprächsrunde Neudiagnose	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	4
31. Mai	Veranstaltung <b>GV</b>	Welt MS-Tag	Arbeiter Samariterbund Österreich	4
23. August	Ausflug	Ausflugsziel wird bekanntgegeben	Treffpunkt Westbahnhof	4
13. September	Lesung <b>GV</b>	Kurzgeschichten	Caritas Socialis Festsaal	5
14. Oktober	Symposium <b>GV</b>	Multiple Sklerose – Verlaufsformen und Behandlung	AKH Hörsaalzentrum	5
07. November	Vortrag <b>KV</b>	Aromapflege	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	5
22. November	Fachseminar <b>FS</b>	Gesprächsrunde Neudiagnose	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	6
06. Dezember	Veranstaltung	Weihnachtsfeier	Caritas Socialis Festsaal	6

## Legende:

- GV** Großveranstaltung
- KV** Kleingruppenveranstaltung
- FS** Fachseminar
- WS** Workshop

In Kooperation mit:

## **WS** Krafttraining

Was – Wann – Wie lange – Wie viel?

In diesem Workshop erproben Sie praktisch, wie Sie Ihr Muskeltraining optimal gestalten. Angepasst an Ihre persönliche Zielsetzung erlernen Sie alltagsgerechte Übungen, unterstützt durch das elastische Therapieband.

Bringen Sie bitte trainingsgerechte Kleidung und sofern vorhanden Ihr eigenes Therapieband mit. Das Angebot richtet sich an Personen mit der Diagnose Multiple Sklerose bis inklusive EDSS 8.0.



Mi, 25. Jänner 2017



17:30 bis 19:30 Uhr



Caritas Socialis Therapieraum,  
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 6, max. 10 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 05. Jänner 2017



Anmeldegebühr: € 9,00

Hinweis: trainingsgerechte Kleidung, Therapieband (falls vorhanden)

Trainerin: Anita Kiselka, MSc

## **KV** Rechtsinformationen

Grundsätze des Scheidungsrechts  
in Österreich

Die Ehe ist ein Vertrag, der für Frau und Mann eine Vielzahl von Rechten und Pflichten mit sich bringt.

Beide verpflichten sich zu gegenseitigem Beistand, zur Treue und zum gemeinsamen Wohnen.

Bei der Auflösung dieses Vertrages ist es wichtig, die eigenen Rechte, Pflichten und Ansprüche zu kennen.

Dazu muss man über die Voraussetzungen der verschiedenen Scheidungsarten – Einvernehmliche Scheidung, Scheidung wegen Verschulden, Scheidung wegen mehrjähriger Trennung – Bescheid wissen.



Mi, 22. Februar 2017



18:00 bis 19:30 Uhr



Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien

Personenzahl: mind. 6, max. 12 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene und Angehörige

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 08. Februar 2017



Anmeldegebühr: keine

Vortragende: Regine Jesina-Koloseus, Juristin, Mediatorin, Elternberaterin, Familienberaterin am Gericht

## **WS** Yoga

Gleichgewicht für Körper und Geist

Lernen Sie Yoga bei MS kennen – Schnupperworkshop für Betroffene!

Die Ausbildung von Ressourcen zur körperlichen und psychischen Bewältigung des Alltags ist bei MS von großer Bedeutung. Hatha Yoga kann Sie dabei unterstützen.

Hatha Yoga ist eine Form des Yoga, bei der das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist erlangt werden soll. Wichtige Elemente dabei sind bewusstes Körpertraining, Atemübungen, Entspannung, Training der Wahrnehmung und Körpermeditation.

Geeignet auch für Personen mit Bewegungseinschränkungen, Personen mit Rollstuhl sollten sich selbständig umsetzen können.



Di, 28. Februar 2017



17:30 bis 19:30 Uhr



Caritas Socialis Therapieraum,  
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 4, max. 10 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 01. Februar 2017

Anmeldegebühr: € 9,00





Hinweis: Bitte rutschfeste Yogamatten mitnehmen, bequeme Turnbekleidung  
Trainerin: Brigitte Czaker, Yogalehrerin BYO/EYO, Leiterin des 2006 durchgeführten Projekts „Yoga für Menschen mit Multipler Sklerose“


## GV Frühjahrssymposium

Thema: „Multiple Sklerose und Sexualität“

Unsere Informationsveranstaltungen für Betroffene, Angehörige und Interessierte befassen sich mit Wissenswertem rund um das Thema Multiple Sklerose. Unser Ziel ist es, durch Vorträge über Aktuelles zu informieren, um unter dem Motto „**Mehr verstehen. Mehr leben.**“ zur Verbesserung der Lebensqualität beizutragen.

 Sa, 11. März 2017

 14:30 bis 17:30 Uhr

 AKH Hörsaalzentrum,  
Währinger Gürtel 18–20, 1090 Wien

Personenzahl: max. 400 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige, Öffentlichkeit

**Information und Anmeldung:** schriftlich oder telefonisch bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel: 01 409 26 69

Anmeldeschluss: 11. März 2017

Anmeldegebühr: keine

Vortragende: Univ. Prof. Dr. Barbara Bajer-Kornek, Dr. Elia Bragagna, N.N.


## WS Mental aktiv

„Trainieren Sie Ihre geistigen Fähigkeiten!“

Leider vergessen wir oftmals darauf, dass mentale Fitness in unserem Leben ebenso wichtig ist wie körperliche Fitness.

Auf Grund einer neurologischen Erkrankung, wie MS, oder durch höheres Alter kann es zu einer Abnahme unserer geistigen Fähigkeiten und Ressourcen kommen. Inhalt dieses Seminars soll neben Wissensvermittlung über mögliche geistige, kognitive Veränderung bei MS vor allem Möglichkeiten der Aktivierung der eigenen Ressourcen aufzeigen. Praktische Übungen zu verschiedenen kognitiven Funktionen (wie Gedächtnis, Konzentration, etc.) sollen die Teilnehmenden Einblick geben in die Vielzahl an Trainingsmöglichkeiten.

 Mi, 29. März 2017

 17:30 bis 19:15 Uhr

 Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien

Personenzahl: mind. 6, max. 12 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene

**Information und Anmeldung:** schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 08. März 2017



Anmeldegebühr: € 9,00

Referentin: Dr. Gisela Pusswald, Klinische Psychologie (Neuropsychologie), Gesundheitspsychologin, Supervisorin, Universitätsklinik für Neurologie, Medizinische Universität Wien


## WS MH Kinaesthetics AbiA


„Alltagsbewegung in jedem Alter!“

Erkennen Sie Ihre Ressourcen und Fähigkeiten und lernen Sie diese nutzen!

Bewegungseinschränkungen machen oft Probleme in der Durchführung der Lebensaktivitäten. In diesem MH Kinaesthetics AbiA Schnupper-Workshop lernen Sie, auf neue Weise Ihr Gleichgewicht zu kontrollieren und Ihre Bewegungen werden wieder sicher und leichter.

Durch neues Wissen und die Übungen in der Gruppe wächst auch Ihr Selbstvertrauen in Ihre eigenen Bewegungsmöglichkeiten und Sie unterstützen ihre persönliche Gesundheit durch Vorbeugung.

 Mo, 10. April 2017

 16:00 bis 17:00 Uhr

 Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien

Personenzahl: mind. 6, max. 14 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene und Angehörige

**Information und Anmeldung:** schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 13. März 2017




Anmeldegebühr: € 9,00


Trainerin: DGKS Christine Pauli-Jagoditsch, MH Kinaesthetics Dozentin & Trainerin, Krankenschwester und Vorstandsmitglied der MS-Gesellschaft Wien

## **FS** Gesprächsrunde Neudiagnose

**Kleingruppenveranstaltung  
für Betroffene und Angehörige**

Nach der Diagnosestellung kann es sein, dass so manche Information nicht in Erinnerung geblieben ist. Ihre ganz persönlichen Fragen zur Erkrankung stehen an diesem Abend für unsere Fachleute aus den Bereichen Neurologie, Psychotherapie und Sozialer Arbeit im Mittelpunkt. In angenehmer Atmosphäre und ohne Zeitdruck kommt jede und jeder Einzelne zu Wort. Die bewusst klein gehaltene Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern gewährleistet individuell genügend Zeit und Raum für alle Fragen.

 Mi, 17. Mai 2017

 18:00 bis 20:00 Uhr

 **Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien**

**Personenzahl:** mind. 6, max. 12 Teilnehmende

**Zielgruppe:** Betroffene und Angehörige

**Information und Anmeldung:** schriftlich bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at

**Anmeldeschluss:** 05. Mai 2017

**Anmeldegebühr:** keine


**Unsere Fachleute:** Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer (Neurologie), Katharina Schlechter (Psychotherapie), Mag. (FH) Gabriele Gruber (Soziale Arbeit)


## **GV** Welt MS-Tag


**Das Motto des  
Welt MS-Tages 2017:  
„Leben mit MS“**



Geplant sind: Vorträge, Workshops, Interviews  
Ziel der Veranstaltung zum Welt MS Tag ist die Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Bedeutung und Auswirkungen der Erkrankung für Betroffene und Angehörige.

 Mi, 31. Mai 2017

 wird bekanntgegeben

 **Arbeiter Samariterbund Österreich  
Pillergasse 24, 1150 Wien**

**Personenzahl:** max. 100 Teilnehmende

**Zielgruppe:** Betroffene, Angehörige, Öffentlichkeit


**Information und Anmeldung:** schriftlich bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at


## **Jahresausflug**

**Miteinander Freizeit verbringen und Kultur genießen**

Einmal jährlich organisiert die Multiple Sklerose Gesellschaft Wien einen Tagesausflug zu barrierefreien Ausflugszielen in Wien und Niederösterreich.

Eine willkommene Gelegenheit um mit unseren Mitgliedern gemeinsam etwas zu unternehmen.

 Mi, 23. August 2017

 wird bekanntgegeben

 **Abfahrtsort Westbahnhof**

**Personenzahl:** max. 40 Teilnehmende

**Zielgruppe:** Betroffene und Angehörige

**Information und Anmeldung:** telefonisch oder schriftlich bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel. 01 409 26 69


**Anmeldeschluss:** 11. August 2017


**Anmeldegebühr:** Kostenbeitrag

**Begleitung:** Katharina Schlechter, Mag. (FH) Gabriele Gruber

**GV** **Lesung –  
„kurzgeschichten miteinander“**  
aus dem neuen Buch von Anja Krystyn

Mit Witz und spitzer Feder zeichnet die Autorin eine Landkarte menschlicher Charaktere.

 Mi, 13. Sept. 2017

 16:30 bis 17:30 Uhr

 Caritas Socialis Festsaal,  
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: max. 140 Teilnehmende  
Zielgruppe: Betroffene, Angehörige, Öffentlichkeit  
**Information und Anmeldung:** schriftlich oder telefonisch bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel: 01 409 26 69





Anmeldeschluss: 08. September 2017  
Anmeldegebühr: keine  
Vortragende: Anja Krystyn

**GV** **Herbstsymposium**

Thema: „Multiple Sklerose  
Verlaufsformen und Behandlung“

Unsere Informationsveranstaltungen für Betroffene, Angehörige und Interessierte befassen sich mit Wissenswertem rund um das Thema Multiple Sklerose. Unser Ziel ist es, durch Vorträge über Aktuelles zu informieren, um unter dem Motto „**Mehr verstehen. Mehr leben.**“ zur Verbesserung der Lebensqualität beizutragen.

 Sa, 14. Oktober 2017

 14.30 bis 17.30 Uhr

 AKH Hörsaalzentrum,  
Währinger Gürtel 18–20, 1090 Wien

Personenzahl: max. 400 Teilnehmende  
Zielgruppe: Betroffene, Angehörige, Öffentlichkeit  
**Information und Anmeldung:** schriftlich oder telefonisch bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel: 01 409 26 69

Anmeldeschluss: 06. Oktober 2017  
Anmeldegebühr: keine

Vortragende: OA Dr. Herbert Kollross-Reisenbauer,  
Priv. Doz. Dr. Paulus Rommer, OA Dr. Helmut Rauschka

**KV** **Aromapflege**


Praktische Tipps für Körper Geist und Seele!

Aromapflege ist eine komplementäre Pflegemethode die inzwischen immer öfter in der Krankenpflege von geschultem Fachpersonal gezielt eingesetzt wird.

Auch im privaten Bereich gibt es eine Fülle von Möglichkeiten ätherische Öle anzuwenden.

Wir möchten Ihnen an dem Themenabend die Welt der Düfte näherbringen. Sie erfahren, woran gute ätherische Öle zu erkennen sind, wie sie wirken und welche Anwendungsmöglichkeiten es speziell für Multiple Sklerose gibt, um die Lebensqualität zu verbessern.

 Di, 07. November 2017

 16:30 bis 18:30

 Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien

Personenzahl: mind. 4, max. 12 Teilnehmende  
Zielgruppe: Betroffene und Angehörige  
**Information und Anmeldung:** schriftlich mit Anmeldeformular bei der MS-Gesellschaft Wien  
Anmeldeschluss: 30. Oktober 2017



Anmeldegebühr: € 9,00  
Vortragende: Martina Körtner

## **FS** Gesprächsrunde Neudiagnose

**Kleingruppenveranstaltung  
für Betroffene und Angehörige**

Nach der Diagnosestellung kann es sein, dass so manche Information nicht in Erinnerung geblieben ist. Ihre ganz persönlichen Fragen zur Erkrankung stehen an diesem Abend für unsere Fachleute aus den Bereichen Neurologie, Psychotherapie und Sozialer Arbeit im Mittelpunkt. In angenehmer Atmosphäre und ohne Zeitdruck kommt jede und jeder Einzelne zu Wort. Die bewusst klein gehaltene Anzahl an Teilnehmerinnen und Teilnehmern gewährleistet individuell genügend Zeit und Raum für alle Fragen.



Mi, 22. November 2017



18:00 bis 20:00 Uhr



**Beratungszentrum MS-Gesellschaft Wien,  
Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien**

**Personenzahl:** mind. 6, max. 12 Teilnehmende

**Zielgruppe:** Betroffene und Angehörige

**Information und Anmeldung:** schriftlich bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: [anmeldung@msges.at](mailto:anmeldung@msges.at)

**Anmeldeschluss:** 10. November 2017

**Anmeldegebühr:** keine

**Unsere Fachleute:** Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer (Neurologie), Katharina Schlechter (Psychotherapie), Mag. (FH) Gabriele Gruber (Soziale Arbeit)

## **Weihnachtsfeier**

**Ein fröhliches und besinnliches Miteindander**

Jedes Jahr im Dezember lädt die Multiple Sklerose Gesellschaft Wien ihre Mitglieder zu einer Weihnachtsfeier ein!

Im Festsaal der Caritas Socialis verbringen wir gemeinsam einen besinnlichen Nachmittag mit kulinarischen Schmankerln.



Mi, 06. Dez. 2017



15:00 bis 18:00 Uhr



**Caritas Socialis Festsaal,  
Oberzellergasse 1, 1030 Wien**

**Personenzahl:** max. 75 Teilnehmende

**Zielgruppe:** Betroffene und Angehörige

**Information und Anmeldung:** schriftlich oder telefonisch bei der MS-Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien, E-Mail: [anmeldung@msges.at](mailto:anmeldung@msges.at), Tel. 01 409 26 69

**Anmeldegebühr:** keine



# ANMELDEFORMALITÄTEN UND TEILNAHMEBEDINGUNGEN

für Veranstaltungen der MS-Gesellschaft Wien

**Großveranstaltungen** **GV** sind allen interessierten Personen zugänglich. Die Anmeldungen zu diesen Veranstaltungen sind formlos per E-Mail oder telefonisch möglich. Bitte nennen Sie dafür Ihren vollständigen Namen, Ihre Adresse und Telefonnummer (falls Rückfragen entstehen), die Personenanzahl und gegebenenfalls den Bedarf eines Rollstuhlplatzes. Absagen können ebenso formlos wie die Anmeldung erfolgen. **Fachseminare** **FS** sind für Betroffene und Angehörige auch ohne Mitgliedschaft zugänglich. Die Anmeldung erfolgt schriftlich.

**Workshops** **WS** und **Kleingruppenveranstaltungen** **KV** sind allen unseren Mitgliedern (einfache Mitgliedschaft und Mitgliedschaft plus) zugänglich. Bitte bringen Sie Anmeldungen schriftlich mit Anmeldeformular ein. Telefonische Anmeldungen sind leider nicht möglich.

**Ausflug und Weihnachtsfeier** sind für Personen mit Mitgliedschaft plus organisiert. Anmeldungen sind telefonisch und schriftlich möglich, Anmeldungen zum Ausflug sind nach Bezahlung des Kostenbeitrages verbindlich.

## Anmeldung und Bezahlung:

Nach Ihrer Anmeldung und der Bezahlung der Anmeldegebühr sind Sie verbindlich angemeldet. Bitte beachten Sie den jeweiligen Anmeldeschluss.

Unsere Bankverbindung lautet: **Bank Austria IBAN AT80 1100 0002 6329 8205**

## Rücktritt:

Eine eventuelle Absage muss schriftlich bis spätestens zum **Anmeldeschluss der jeweiligen Veranstaltung** bei uns eintreffen. Bis zu diesem Zeitpunkt können Sie auch die Anmeldegebühr rückerstattet bekommen.



### Ihre Ansprechpartnerin:

Gabriela Kummer

Tel: 01 409 26 69/13

E-Mail: [anmeldung@msges.at](mailto:anmeldung@msges.at)

### Unsere Postadresse:

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Hernalser Hauptstraße 15-17

1170 Wien



# VERBINDLICHE ANMELDUNGEN

## Workshops, Fachseminare und Kleingruppenveranstaltungen

1.	Datum	Thema
2.	Datum	Thema
3.	Datum	Thema
4.	Datum	Thema
5.	Datum	Thema
6.	Datum	Thema

## Großveranstaltungen

1.	Datum	Thema
2.	Datum	Thema
3.	Datum	Thema
4.	Datum	Thema

Mitglied der MS-Gesellschaft Wien  JA  NEIN  
Rollstuhl mit Umsetzen  JA  NEIN

Rollstuhl ohne Umsetzen  JA  NEIN  
Unterstützende Begleitperson  JA  NEIN

Vorname		Nachname
Straße		Hausnr./Stiege/Tür
PLZ	Ort	Geburtsdatum
Tel. Nr.		Handynr.
E-Mail-Adresse		

Ich akzeptiere die Anmeldeformalitäten/  
Teilnahmebedingungen auf Seite 7.

JA  NEIN

Ich möchte per E-Mail (via Newsletter, bitte  
E-Mail-Adresse angeben) über alle Veranstaltungen  
der MS-Gesellschaft Wien informiert werden.

JA  NEIN

Ort, Datum	Unterschrift
------------	--------------

Bitte beachten Sie, dass wir nur ein vollständig ausgefülltes Anmeldeformular bearbeiten können!

Ihre uns genannten Daten werden ausschließlich von der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien unter strenger Einhaltung des Datenschutzgesetzes gespeichert und verwaltet.