

MS Aktuell

Das Informations-Magazin der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Nr. 35 / September 2013



INHALT: 10 JAHRE BERATUNGSZENTRUM HERNALSER HAUPTSTRASSE. KURZBERICHT SYMPOSIUM.



EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser!

es ist kaum zu glauben, wie rasch die Zeit vergeht, denn Anfang Juli waren es bereits 10 Jahre, seit die MS-Gesellschaft Wien das MS-Beratungszentrum in der Hernalser Hauptstraße in Betrieb genommen hat.

Aus diesem Grund haben wir einen Großteil der 35. Ausgabe von MS-Aktuell auch diesem Jubiläum gewidmet. In den ersten 3 Berichten können Sie nachlesen, warum und wie es zur Gründung und Errichtung des Beratungszentrums kam, was sich in den vergangenen 10 Jahren in der Sozialberatung verändert hat und dass unser psychotherapeutisches Angebot gleichzeitig schon das 20. Jubiläum feiert!

Weitere, für Sie hoffentlich interessante Informationen sind ein Bericht über therapeutisches Klettern, die Vorstellung einer Internetplattform für pflegende Kinder und Jugendliche, ein Kurzbericht zu unserem letzten Symposium sowie, wie immer, die Vorschau auf kommende Termine.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

Ihre

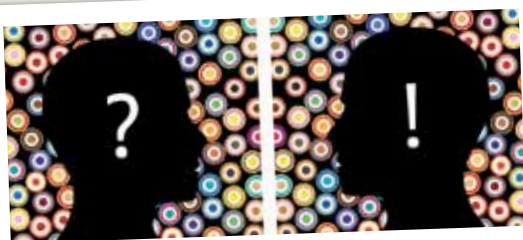
Ursula Hensel

Ursula Hensel

Mag. Ursula Hensel, Geschäftsführerin der MS-Gesellschaft Wien

ANGEBOT PEER-COUNCELING

BETROFFENE BERATEN BETROFFENE



MULTIPLE SKLEROSE HAT VIELE GESICHTER
mich interessiert **DU**

Peer-Counseling:

Kostenloses Beratungsangebot für MS-Betroffene nach Grundsätzen der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung

Marianne Karner

MS-Betroffene | Peer-Counselerin

Kontakt und Terminvereinbarung:

Eine persönliche Beratung ist nur nach vorheriger Anmeldung / Terminvereinbarung möglich (grundsätzlich jeden zweiten und vierten Freitag im Monat jeweils von 9.30–11.30 Uhr).

Die Terminkoordination erfolgt aus organisatorischen Gründen durch die Mitarbeiterinnen der MS-Gesellschaft Wien.

Tel.: 01- 409 26 69.

Termine können ab sofort vereinbart werden.

Was ist sonst noch wichtig?

Die Beratung ist absolut anonym und vertraulich. Für alle Inhalte gilt die Verschwiegenheitspflicht.

10 JAHRE MS-BERATUNGSZENTRUM

Ein persönlicher Rückblick von Mag. Ursula Hensel

Als ich Anfang des Jahres 1997 mit der Geschäftsführung der MS-Gesellschaft Wien betraut wurde, übernahm ich die Leitung einer Sozialeinrichtung für MS-Betroffene in einem Verein mit langer Tradition. Nach der Gründung zu Beginn der 60er Jahre wurde er viele Jahre durch die ehrenamtliche Tätigkeit sehr engagierter Menschen geführt. Erst Mitte der 70er Jahre war es durch eine Subvention der Gemeinde Wien möglich geworden, erstmals zwei hauptamtliche (Teilzeit-)Mitarbeiterinnen für PatientInnenberatung und -betreuung sowie Büroarbeiten angestellt werden konnten. Administrativen Tätigkeiten, wie z. B. Buchhaltung und Personalverrechnung, wurden auch weiterhin ehrenamtlich durchgeführt.

Rahmenbedingungen und Eckdaten der damaligen MS-Gesellschaft waren der Sitz mit Büro an der neurologischen Abteilung des AKH Wien und die seit Beginn bestehende gute Zusammenarbeit mit den dortigen MS-SpezialistInnen. Die Zahl der damaligen KlientInnen war noch sehr gering: Die

Diagnose wurde aufgrund fehlender Therapiemöglichkeiten zumeist erst sehr spät ausgesprochen, deshalb befanden sich die PatientInnen daher hauptsächlich bereits in einem sehr fortgeschrittenen Stadium der MS. Sie wurden vom damaligen Sozialdienst deshalb auch häufig zu Hause aufgesucht.

Zu Beginn der 90er Jahre hatte sich die Arbeitsweise geändert, Hausbesuche wurden nur mehr bei Bedarf durchgeführt, die Beratungen erfolgten im AKH bzw. an den inzwischen entstandenen weiteren MS-Sonderambulanzen weiterer neurologischer Abteilungen in Wien. Durch die Markteinführung der Interferone und anderer Therapien, suchten uns nun auch schon Betroffene in sehr frühem Krankheitsstadium auf. Das winzige Büro im AKH war längst zu eng geworden und die zusätzliche Anstellung einer Psychologin und Psychotherapeutin 1993 erforderte dringend größeren Platzbedarf.

1993 war auch das Jahr, in dem meine stundenweise Tätigkeit für der Österreichische MS-Gesellschaft >



begann, anfangs aus Platzgründen zumeist im Homeoffice. Um die Platzsituation zu verbessern, gelang es der damaligen Vereinsführung – Präsident Univ. Prof. Dr. Wolfgang Kristoferitsch und Frau Helene Kallina – 1995 eine Kooperation mit der Caritas Socialis (CS) einzugehen, die der MS-Gesellschaft Wien die kostenlose Benutzung zweier Räumlichkeiten im Bereich des neu errichteten MS-Tageszentrums am Rennweg ermöglichte.

Anfangs eine enorme Erleichterung für den Platzbedarf, stellten sich jedoch bald die Nachteile zweier, relativ weit entfernter Büros heraus. Informationsverlust, die langen Wegzeiten zwischen den Büros und die weiterhin nicht ausreichende Anzahl an Arbeitsplätzen waren suboptimale Bedingungen und machten eine effiziente Zusammenarbeit schwierig. Dies war also die Situation, mit der ich zu Beginn meiner Geschäftsführungstätigkeit konfrontiert war.

Offizielle Eröffnung des Beratungszentrums durch Dr. Pittermann



Im Laufe der 90er Jahre hatte sich auch ein Wandel in der Beurteilung von Non-Profit-Organisationen allgemein vollzogen. Nicht zuletzt aufgrund der geringen finanziellen Grundlagen waren viele gemeinnützige Organisationen bis damals durch den Kostendruck gezwungen gewesen, hauptsächlich mit ehrenamtlicher Tätigkeit zu funktionieren. Geringe Budgets hatten zur Folge, dass eine professionelle Vereinsführung und -tätigkeit nur begrenzt möglich war. Doch nun hatte sich mehr und mehr die Erkenntnis durchgesetzt, dass für Beurteilung einer NPO dieselben wirtschaftlichen Maßstäbe angewendet werden müssen, wie für gewinnorientierte Unternehmen.

Dies setzt nicht nur eine adäquate Arbeitsplatzsituation und rücksichtsvolle Beratungsatmosphäre im Sozialdienst, sondern auch die Dokumentation der Leistungen, Fortbildungen und Supervision für die Mitarbeiterinnen sowie ein professionelles Rechnungswesen im Fall der MS-Gesellschaft Wien voraus. Die Zuteilung von Subventionen und die Verleihung des Spendengütesiegels wurden und werden von diesen Kriterien abhängig gemacht, Maßstäbe, nach denen sich natürlich auch Sponsoren richten und denen wir seit damals Rechnung tragen müssen.

Die Einrichtung eines computergestützten Rechnungswesens mit doppelter Buchführung und Bilanzierung anstelle der Ein- und Ausgabenrechnung umzusetzen war nicht so sehr das Problem, doch als die CS selbst Bedarf an den beiden an uns „verliehenen“ Räumen äußerte, war die Suche nach einem geeigneten und kostengünstigen Standort unaufschiebbar geworden. >

Univ. Prof. Dr. Vass, damaliger Präsident der MS-Gesellschaft Wien, und ich wurden nach einiger Suche auf die leerstehenden Geschäftsräume in einem Ordinationszentrum in der Hernalser Hauptstraße aufmerksam, die uns auch zu einem vertretbaren Mietpreis angeboten wurden. Seiner Überzeugungskraft ist es zu verdanken, dass der Schritt in die „Selbständigkeit“ der MS-Gesellschaft Wien gegangen werden konnte. Er konnte dem Vorstand klar machen, dass eine Fortsetzung der Tätigkeiten unter den bisherigen Umständen nicht mehr möglich sein würde und die Zustimmung zum Projekt in der Hernalser Hauptstraße erlangen.

Nun war grünes Licht gegeben und ich konnte mit Unterstützung verständnisvoller Menschen den Umbau des ehemaligen Sportgeschäftes in ein Beratungszentrum mit ausreichend Platz für die damals 7 Kolleginnen bewirken. Dank des überaus kulantem Honorars des Architekten wurden die Errichtungskosten niedrig gehalten. Bereits in den Jahren zuvor zu diesem Zweck gebildete Budgetrücklagen, eine zusätzlichen Subvention der MA 5 und nicht zuletzt das großzügige Sponsoring der pharmazeutischen Anbieter auf dem MS-Sektor – damals Biogen Idec, Schering, Serono und Aventis – sowie weiterer Sponsoren und privater Spender sicherten die Finanzierung des Umbaus und die Anschaffung der Einrichtung. Im Juli 2003 konnten wir das Beratungszentrum schließlich in Betrieb nehmen, die feierliche Eröffnung unter Gesundheitsstadträtin Frau Dr. Elisabeth Pittermann erfolgte im November darauf.

Doch mit der Aufstellung der Umbaufinanzierung allein war es nicht getan. Mit der Inbetriebnahme der Beratungsräume hatte die MS-Gesellschaft Wien, die bis dahin die Infrastruktur des AKH und der CS kostenlos mitbenutzen durfte, mit einem Mal regelmäßig sämtliche Kosten wie Miete, Strom, Telefon, Heizung und Wartung aller Geräte aufzubringen. Dieser nicht unbeträchtliche Budgetposten war es auch, der bei einigen Vorstandsmitgliedern ursprünglich Bedenken für die Zustimmung zu der Investition ausgelöst hatte.

Dass es uns letztlich gelungen ist, trotz vieler unerwarteter Kostensteigerungen bei den Ausgaben und finanzieller Einbußen im Einnahmenbereich, den Betrieb nun bereits 10 Jahre zu finanzieren, bedeutet für mich sicher den größten Erfolg meiner bisherigen Geschäftsführungstätigkeit. Es tut mir sehr leid, dass Herr Univ. Prof. Dr. Karl Vass dieses 10-Jahres-Jubiläum nicht mehr miterleben kann. |



10 JAHRE MS-BERATUNGSZENTRUM

10 Jahre psychosoziale Beratung im Wandel der Zeit von Lucia Bauer

Das 10-jährige Bestehen unseres MS-Beratungszentrums bietet Anlass, die veränderten Anforderungen und die Entwicklung der psychosozialen Beratung im Rahmen unserer Gesellschaft in diesen Jahren aufzuzeigen.

Als wir 2003 in unser Beratungszentrum in der Hernalser Hauptstraße einzogen, waren wir erstmals in der glücklichen Lage, unsere Beratungsangebote an einem Standort zu vereinen. Bis zu diesem Zeitpunkt hatten wir einerseits ein kleines Büro im AKH, andererseits dankenswerterweise zwei Räume im CS Pflege- und Sozialzentrum Rennweg. Die zwei Standorte waren für die interne Kommunikation

äußerst ungünstig, aber auch ungestörte Gespräche mit KlientInnen waren nicht zu gewährleisten. Platzmangel machte effizientes Arbeiten schwierig. Wir hatten uns nach dem Ambulanzbetrieb eines Krankenhauses und dem Alltag einer Betreuungseinrichtung für schwerer beeinträchtigte Menschen zu richten.

Diese Schwierigkeiten motivierten uns, einen Standort außerhalb von Institutionen zu finden, der es MS-Betroffenen erleichtern sollte, den Weg zu uns zu finden.

Glücklicherweise ist es gelungen, dank des Engagements unseres damaligen Präsidenten Herrn Univ. Prof. Dr. Karl Vass und mit Unterstützung von Spendern, Sponsoren und der Gemeinde Wien, das österreichweit erste MS-Beratungszentrum einzurichten.

Die neuen, barrierefreien Räumlichkeiten boten die Möglichkeiten, unsere Vorstellungen von einer ruhigen Gesprächsatmosphäre zu verwirklichen. Es gab endlich ein eigenes Zimmer für soziale und psychologische Beratungsgespräche, letztere konnten infolge der großen Nachfrage im Laufe der Zeit sogar beträchtlich aufgestockt werden. Auch die sozialen Anfragen der schon im AKH etablierten MS-Talkline konnten wir dank der Telefonanlage besser bewältigen, jede Mitarbeiterin erhielt einen eigenen Arbeitsplatz mit Telefon und Computer. So waren wir auch für die Dokumentations-Anforderungen gewappnet, die in den nächsten Jahren auf uns zukamen. Die Umstrukturierung der Magistratsabteilungen 12 und 47 in den Fonds Soziales Wien brachte es mit sich, dass wir alljährlich eine Beratungs- und Betreuungsstatistik vorzulegen haben, um das Leistungsspektrum der MS-Gesellschaft >



Wien darzustellen. Durchschnittlich kontaktieren uns pro Jahr ca. 600 MS-PatientInnen und Angehörige, die in unserer Datenbank registriert sind, viele davon mehrmals (siehe Auszug aus der Beratungsstatistik 2012). Besonders in den letzten Jahren erreichten uns viele Fragen per Mail, auch über unsere Homepage und Facebook wenden sich die Fragestellenden an uns.

Die Inhalte der Beratungsgespräche haben sich auch gewandelt. Themenbereiche, die jetzt leicht dem Internet, aber auch unserer Homepage zu entnehmen sind, wie z.B. Anträge bei Ämtern und Behörden, werden weniger oft nachgefragt. Schwerpunktthemen sind Ängste vor Verlust des Arbeitsplatzes und finanzielle Sorgen. Einerseits wird die Thematik der Arbeitsplatzsituation deshalb öfter angesprochen, da sich jetzt auch jüngere Menschen in frühen Erkrankungsstadien an uns wenden. Im Vergleich zu früher hat sich auch der Verbleib am Arbeitsplatz durch die in den letzten 20 Jahren Standard gewordenen Basistherapien verlängert. Andererseits ist der finanzielle Druck in Zeiten der Krise, aber auch der Einsparungsmaßnahmen, größer geworden. Der Ein- und Ausgaben-Check im Zuge unserer finanziellen Unterstützungsangebote hat so mancher/n Klientin/en schon zusätzliches Sparpotential aufgezeigt. Auch Menschen mit Migrationshintergrund oder aus anderen EU-Staaten nach Wien gezogene PatientInnen kommen vermehrt zu uns, da für sie die Ämter- und Behördenlandschaft manchmal schwierig zu durchblicken ist.

Auch für Gruppenaktivitäten hatten wir mit dem neuem Beratungszentrum endlich genug Platz. So etablierten sich die sehr gerne besuchten Gesprächsrunden für neudiagnostizierte PatientInnen, aber

auch in unregelmäßigen Abständen Kleingruppen mit unterschiedlichen Angeboten, wie Maltherapie, kognitives Training oder Strategien gegen die Tagesmüdigkeit, um nur einige zu nennen. Regelmäßige Treffen mit den LeiterInnen unserer Selbsthilfegruppen finden hier statt, ein Vernetzen der Gruppen untereinander wird dadurch möglich.

Die Beteiligung an der Organisation von Veranstaltungen gehört auch zu unseren Aufgabengebieten. Wir sind bemüht medizinische, psychologische und soziale Themen rund um die Erkrankung aufzugreifen und erfahrene MS-SpezialistInnen für Vorträge zu gewinnen. Die große TeilnehmerInnenzahl an unseren Symposien zeigt, wie groß das Bedürfnis nach Information bei allen Betroffenen ist, aber auch bei allen an der MS-Betreuung beteiligten Berufsgruppen. >



Fatiguetraining mit Dr. Cornelia Sauter

Mit diesen Institutionen, wie z. B. den Ambulanzen, dem MS-Tageszentrum, aber auch mit Ämtern und Behörden halten wir kontinuierlich Austausch, um am letzten Stand der sozial-medizinischen und -rechtlichen Informationen zu bleiben, damit wir unsere KlientInnen möglichst optimal beraten und begleiten können.

Die wichtigsten Neuerungen im Sozialsystem werden von uns als Artikel in unserer Informationszeitschrift MS-Aktuell weitergegeben, desgleichen Zusammenfassungen der Referate der Vortragenden bei den Patientenveranstaltungen. Auch auf unserer Homepage wird über relevante sozialrechtliche Änderungen berichtet.

Zusammenfassend lässt sich mit Bestimmtheit sagen, dass uns der Umzug in das MS-Beratungszentrum mit seinen verbesserten Bedingungen ermöglicht hat, neue Herausforderungen und Aufgaben aufzugreifen und diesen auch nachzukommen. Dafür ist allen Beteiligten zu danken, die geholfen haben, die finanziellen Mittel aufzubringen und uns materiell, aber auch ideell unterstützt haben, dieses Wagnis einzugehen. Das positive Feedback all jener, die uns aufsuchen, hat uns immer wieder aus Neue bestätigt, dass es gelungen ist, durch leichtere Zugänglichkeit sowohl räumlich, als auch virtuell eine größere Anzahl an ratsuchenden Menschen zu erreichen. |

AUSSZUG AUS DER BERATUNGSSTATISTIK

	Anzahl Kontakte PatientInnen			weibl. in %	männl. in %
	weiblich	männlich	Summe		
Kontakte Betroffene	741	265	1006	74%	26%
<i>davon:</i>					
Erstberatung	55	15	70	79%	21%
Sozialgespräche	95	39	134	71%	29%
Telefonische Sozialgespräche	455	142	597	76%	24%
Onlineberatung	56	27	83	67%	33%
Kontakte Angehörige	64	23	87		
Summe KlientInnenkontakte	805	288	1093		

10 JAHRE MS-BERATUNGSZENTRUM

20 Jahre psychologische und psychotherapeutische Beratung von Karin Krainz-Kabas

2 Namen sind untrennbar mit der Gründung des psychologischen Dienstes der MS-Gesellschaft Wien verbunden: Helene Kallina, damals Leiterin des Sozialdienstes der MS-Gesellschaft Wien und Univ. Prof. Dr. Wolfgang Kristoferitsch, zu dieser Zeit der Präsident.

Beide hatten schon lange erkannt, dass neben den einfühlsamen und aufklärenden Gesprächen seitens der Ärzte, des Pflegepersonals und der Mitarbeiterinnen der MS-Gesellschaft Wien, neben konkreter sozialrechtlicher Unterstützung und Hilfe in der Alltagsbewältigung, auch ein dringender Bedarf seitens der Betroffenen und ihren Familien an psychischer Unterstützung bei der Bewältigung der Multiplen Sklerose bestand.

1993 war es dann soweit, dass an die Anstellung einer Psychologin nicht nur gedacht, sondern die Idee auch in die Tat umgesetzt werden konnte. Mit Mag. Dr. Elke Knauder, Psychologin und Psychotherapeutin wurde der psychotherapeutische Dienst der MS-Gesellschaft Wien gegründet, die Therapiestunden wurden sowohl im AKH als anfangs auch im SMZ-Ost gehalten.

Kaum wurden Stunden angeboten, gab es auch schon keine freien Termine mehr. Bereits im ersten ¼ Jahr hatten 41 KlientInnen das Angebot angenommen. Trotz des hohen Bedarfs waren die Bedingungen, unter denen Beratung und Therapie zu Beginn der Ära erfolgten, denkbar schwierig. Wir, die MitarbeiterInnen der MS-Gesellschaft Wien waren damals „Gäste“, sowohl im AKH, als auch im SMZ-Ost. So sehr unsere Arbeit auch geschätzt wurde, so sehr litten alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unter Platzmangel und es war für Dr. Knauder am Beginn des Tages oft nicht klar, in welchem Raum sie mit all ihren PatientInnen den Tag über die Therapiestunden durchführen würde. Übersiedlungen von einem Zimmer in das nächste – selbst während der Therapiestunden! – waren keine Seltenheit. Erst als die MS-Gesellschaft Wien in der Caritas Socialis in der Oberzellergasse eine zweite Heimat fand, traten dann, zumindest die Räumlichkeiten betreffend, ruhigere Zeiten ein.

In Ergänzung der Einzeltherapiestunden konnte für ein Jahr auch eine Gruppe für Autogenes Training unter der Leitung von Dr. Monika Weis-Danhofer angeboten werden. >



Mit der Eröffnung des Beratungszentrums 2003 war es dann möglich auch ein Beratungszimmer zu etablieren, dass den Bedürfnissen der psychotherapeutischen Arbeit zum Wohle der KlientInnen weitgehend gerecht werden konnte.

Der Zustrom an KlientInnen blieb ungebrochen, auch nach dem Ausscheiden von Dr. Knauder, als mit Katharina Schlechter und mir zwei langjährige Sozialdienstmitarbeiterinnen und ausgebildete Psychotherapeutinnen der MS-Gesellschaft Wien den therapeutischen Dienst übernommen haben.

2008 und 2013 konnte die Anzahl der Therapiestunden aufgestockt werden. Einerseits ist es uns jetzt nun möglich unseren KlientInnen pro Therapieplatz mehr Stunden anzubieten, aber auch die Wartezeiten auf einen freien Platz haben sich verkürzt, sodass wir rasch behilflich sein können. Im ersten Halbjahr 2013 konnten 276 Therapiestunden geleistet werden.

Der Schwerpunkt unserer therapeutischen Arbeit liegt auf dem Umgang mit der Diagnose und dem Verlauf der Erkrankung MS und deren vielfältigen

Herausforderungen im Alltag. Die Diagnose einer chronischen Erkrankung, aber auch die Veränderungen im Krankheitsverlauf erscheinen oft schwer bewältigbar. Gemeinsam suchen wir neue Wege und arbeiten an Lösungen für Betroffene und ihre Familien um mit der veränderten Lebenssituation möglichst gut zu Recht zu kommen.

Auch die natürlichen Veränderungen im Lebenszyklus jedes Menschen können durch die Diagnose einer chronischen Erkrankung innerhalb der Familie beeinflusst werden und dadurch mit Schwierigkeiten verbunden sein.

Wenn Sie das Gefühl haben, mit den eigenen Emotionen oder denen Ihrer nächsten Angehörigen schwer umgehen zu können, wenn es scheint, dass die Erkrankung gedanklich den Großteil des Alltags beherrscht und Sie daran etwas ändern möchten, dann wenden Sie sich an uns. Wir sind für Sie da. |

Therapiezimmer



SUPERHANDS

Internetportal für pflegende Kinder und Jugendliche

Nicht nur Erwachsene pflegen Angehörige. Auch Kinder und Jugendliche helfen bei der Pflege von Eltern, Großeltern und Geschwistern. Die Hilfe reicht von Einkaufen und Kochen über Körperpflege bis hin zur medizinischen oder pflegerischen Versorgung. Sie helfen beim Gang zur Toilette, verabreichen Medikamente und wechseln Verbände, Inkontinenzeinlagen und Kathetersäckchen. Manche sind einfach „nur“ öfters zu Hause, um im Notfall zur Stelle zu sein.

Die vom Institut für Pflegewissenschaften in Wien und NÖ erhobenen Daten einer Ende 2012 fertig gestellten Studie zeigen auf, dass die Anzahl von pflegenden Kindern und Jugendlichen generell unterschätzt wird. 4,5% der 10- bis 14-Jährigen sind als pflegende Angehörige einzustufen, 69% davon sind Mädchen. Hochgerechnet auf die Altersstufen 5 bis 18 Jahre sind das für ganz Österreich 42.700 Kinder und Jugendliche.

Doch das hohe Maß an Verantwortung, das diese jungen Menschen tragen, bleibt nicht ohne Auswirkungen. Sie leiden häufig unter Müdigkeit, Schlafproblemen, Rücken- und Kopfschmerzen. Sie machen sich oft Sorgen und fühlen sich traurig, aber auch erwachsener und reifer als nicht pflegende Kinder, was sie selber als durchaus positiv wahrnehmen. Sie hätten gern mehr Zeit für Freundschaften und vermissen jemanden, mit dem sie über alles reden können. Häufig stehen die Kinder mit ihren belastenden Situationen allein da und wissen nicht, wohin sie sich um Unterstützung wenden können.

Die Johanniter haben in Zusammenarbeit mit der Diakonie Österreich superhands entwickelt, ein niederschwelliges Angebot für junge Leute ab 12

Jahren, die chronisch kranke Angehörige pflegen: Auf der Internetplattform www.superhands.at finden sie altersgerechte Informationen über Krankheiten, übrigens auch über MS, Pflegetipps, Erste-Hilfe-Tipps, die in Form von Fotostorys aufbereitet sind, aber auch Anleitungen für den Notfall. Superhands möchte diesen jungen Menschen aufzeigen, dass sie nicht allein sind, gibt ihnen die Möglichkeit, sich zu Wort zu melden, untereinander Erfahrungen auszutauschen, Sorgen loszuwerden und kompetenten Erwachsenen alle Fragen zu stellen, die sie in ihrem Alltag beschäftigen.

Nicht zuletzt sollen mit diesem Angebot Angehörige und das soziale Umfeld, wie z. B. LehrerInnen und BetreuerInnen, sensibilisiert werden, um Verständnis für die besondere Situation dieser pflegenden Jugendlichen aufzubringen, Hilfe zu suchen oder zu leisten und die Betroffenen nicht zusätzlich zu überfordern. Sollte dieses Vorhaben gelingen, leistet superhands einen beachtlichen Beitrag, diesen belasteten jungen Menschen einfach „mehr Kind/jung sein“ zu ermöglichen, im Sinne von „was kann ich tun, damit es mir selber gutgeht“. |



THERAPEUTISCHES KLETTERN FÜR MS-BETROFFENE

Neues Angebot auf der Marswiese

Klettern trainiert Kraft, Ausdauer, Koordination und Gleichgewicht, außerdem wird das Selbstvertrauen gesteigert. Sport wird zur Therapie!

Durch das Klettern werden die motorischen Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, Koordination und Gleichgewicht im Sinne eines Ganzkörpertrainings geschult. Speziell die Rumpfmuskulatur, welche bei MS-Betroffenen sehr häufig geschwächt ist, wird trainiert. Diese ist für das Gehen und die Funktion der Arme sehr wichtig. Über das Therapeutische Klettern im Rahmen der Physiotherapie können MS-Betroffene somit verlorengegangene motorische Fähigkeiten wiedererlernen. Außerdem wird durch den Erfolg eine Route oder auch nur ein Teilstück der Kletterwand bewältigt zu haben das Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl erhöht.

Das Therapeutische Klettern unterscheidet sich zum Sportklettern darin, dass es nicht primär darum geht, eine Wand bis nach oben zu durchklettern,

sondern einzelne individuell ausgewählte Klettersequenzen zu beüben. Dadurch werden spezielle Funktionen und Fähigkeiten gestärkt und es kann gezielt an den jeweiligen Schwächen gearbeitet werden.

Das Therapieangebot in der Kletterhalle

Marswiese: Für das Therapeutische Klettern wurde in der Kletterhalle Marswiese ein eigener Therapieraum mit einer neigungsverstellbaren Therapiewand und großen Griffen eingerichtet. Dadurch ist es auch für schwerer Betroffene möglich, diese Therapie zu nutzen. Auch die große Anzahl an Kletterrouten (mit Seil gesichert) und der Boulderbereich der Kletterhalle (Klettern in Absprunghöhe ohne Seil) können genutzt werden.

Voraussetzung ist die Gehfähigkeit (auch mit Hilfsmittel) und es müssen einige Stufen bewältigt werden. Klettererfahrung ist keine notwendig. |

Wo: Kletterhalle Marswiese,
Neuwaldeggerstr. 57a,
1170 Wien

Kosten: 45 min./60,-
oder 60 min./70,- Euro
Mit bewilligter Verordnung
erstattet die Krankenkasse
einen Teil der Kosten zurück.

Nähere Infos/Anfragen: www.climbonmarswiese.at/therapie/physiotherapie.shtml

oder e-mail an: b.kapke@gmx.at



KURZBERICHT VOM LETZTEN SYMPOSIUM

Kinder und Jugendliche mit MS

Wie schon in Ausgabe 34 angekündigt, hat die MS-Gesellschaft das Thema des heurigen Welt-MS-Tages aufgegriffen und im vergangenen Juni im alten AKH am Unicampus eine Informationsveranstaltung für Kinder und Jugendliche mit MS sowie deren Eltern organisiert. Trotz breiter Ankündigung in vielen Medien war die Besucherzahl gemessen an anderen Symposien der MS-Gesellschaft Wien erwartungsgemäß wesentlich kleiner. Ursache dafür waren vermutlich das herrliche Sommerwetter an diesem Samstagnachmittag, das zeitgleich stattfindende Donauinselfest, aber auch die Tatsache, dass es – zum Glück – eine vergleichsweise geringe Zahl an MS-betroffenen Kindern und Jugendlichen gibt: laut Frau Dr. Barbara Bajer-Kornek, Spezialistin aus dem AKH Wien, ca. 3–5 % aller Betroffenen.

Für jene Eltern aber auch Jugendliche, die trotz des erfreulicheren Konkurrenzprogramms auf der Donauinsel doch den Weg in den Hörsaal des Alten AKHs gefunden hatten, bot der Nachmittag laut einstimmiger Meinung viele und wichtige Informationen. Frau Dr. Bajer-Kornek und ihre Kollegin, Frau Dr. Karin Storm vom Preyer'schen Kinderspital, informierten jeweils aus neurologischer bzw. pädiatrischer Sicht über Diagnose, Verlauf und Therapie der juvenilen MS und standen allen Anwesenden für Fragen zur Verfügung. Mit Frau Mag. Sonja Hagspiel von der Univ. Klinik Innsbruck konnte eine kompetente Referentin zu den psychischen Belastungsfolgen der Diagnose gefunden werden. Indem sie dabei Bewältigungsstrategien aufzeigte, bot sie auch eine Möglichkeit zur Steigerung der Lebensqualität für alle Betroffenen an.

Das positive Echo auf die Veranstaltung war erfreulich, genauso wie Überlegungen und Ideen, künftig

dieser PatientInnen- und Angehörigengruppe weitere Angebote zur Verfügung zu stellen.

Wir danken den Sponsoren dieser Veranstaltung, dem Hauptsponsor Biogen Idec sowie Teva Ratiopharm und Bayer. |



AUFRUF AN ELTERN

Ihr Kind /Jugendliche(r) hat MS? Möchten Sie andere betroffene Eltern kennenlernen, sich mit Ihnen austauschen?

Dann melden Sie sich bitte bei uns!
Wir stellen gerne den Kontakt untereinander her.

Tel.: 01/409 26 69

E-Mail: office@msges.at

WIR SAGEN DANKE

Danke an die Theatergruppe des Schottengymnasiums

Ein herzliches Dankeschön gilt der Theatergruppe des Schottengymnasiums, einer katholischen Privatschule im Herzen von Wien.

Das traditionsreiche Gymnasium bietet neben umfassender Allgemeinbildung auch die Möglichkeit sich mit der Welt des Theaters vertiefend auseinanderzusetzen. Die „Bühnenspiele“ sind seit 30 Jahren ein zusätzliches Angebot

für SchülerInnen sich mit Kunst und Kreativität auseinanderzusetzen. Seit 1993 wird jährlich eine Produktion zur Aufführung gebracht, im heurigen Jahr Nestroys „Freiheit in Krähwinkel“.

Mit dem Erlös dieser Aufführungen finanziert sich die Theatergruppe einerseits selbst, zum anderen kommt ein Großteil der Erlöse traditionsgemäß

gemeinnützigen Einrichtungen zu Gute, im heurigen Jahr der MS-Gesellschaft Wien.

Wir wünschen den engagierten jungen Menschen weiterhin viel Erfolg und viel Freude mit den „Bühnenspielen“ und sagen nochmals ein tiefempfundenes Dankeschön! |

Theatergruppe Schottengymnasium



AN GUTEN WIE AN SCHLECHTEN TAGEN

Multiple Sklerose (MS) ist eine Erkrankung mit guten und schlechten Tagen. Wir unterstützen Sie dabei, sowohl die Tage bei Sonnenschein als auch bei Regen zu meistern.

Re-2013/09-Bio-65-D Sept. 2013 Merck GmbH, Zimbragasse 5, 1147 Wien

Merck Serono



VERANSTALTUNGSKALENDER HERBST 2013

- **Informationsveranstaltung „Neue Therapien bei Multipler Sklerose“**
12. Oktober 2013
Hörsaalzentrum AKH Wien
- **Adventfeier**
4. Dezember 2013
Festsaal des CS Pflege- und Sozialzentrums
- **Projekt Turngruppen, Physiotherapiegruppe**
Im September starten wieder unsere Turngruppen. Interessenten sind herzlich eingeladen eine Schnupperstunde zu absolvieren, Anmeldung dafür ist erforderlich

Details zu allen Veranstaltungen finden sie auch unter www.msges.at. Anmeldung zu allen Terminen bei der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien: 01/409 26 69 oder office@msges.at



**MULTIPLE SKLEROSE
GESELLSCHAFT
WIEN**

Impressum:

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien,
Hernalser Hauptstraße 15 – 17/A-1170 Wien. Tel. 01/409 26 69,
Fax 01/409 26 69-20, Mail: office@msges.at, Web: www.msges.at
Für den Inhalt verantwortlich: Mag. Ursula Hensel.
Druck: agensketterl Druckerei GmbH/A-3001 Mauerbach.
Layout: Veronika Vass, www.veronikavass.at
Dieses Informationsmagazin können Sie kostenlos bei der
MS-Gesellschaft Wien abonnieren.
DVR: 2110357, ZVR: 182581531.

Österreichische Post AG Postamt 1090 Wien / Sponsoring.Post GZ03Z034802S
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien MS-Informationen 11/2013



Die Herausgabe dieser Broschüre wurde ermöglicht durch
Merck Gesellschaft m.b.H., Zimbagasse 5, 1147 Wien

