

MS Aktuell

Das Informations-Magazin der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Nr. 47 / September 2016



INHALT: HERBSTSYMPOSIUM „ERNÄHRUNG BEI MS“. MITGLIEDSBEITRAG NEU. AUSFLUGSBERICHT.



Editorial

Genuss und Therapie – wie geht das zusammen?

In keinem anderen Bereich unseres Lebens entscheiden wir uns tagtäglich so unmittelbar für Gesundheit oder Krankheit wie bei der Wahl unserer Lebensmittel. Essen als Prävention, als Therapie? So scheint es jedenfalls, wenn man heutzutage die Medien befragt. Keine Tageszeitung, kein Wochenmagazin, kein Fernsehsender kommt ohne Beiträge zur gesunden Ernährung aus. Bücher zum Thema Ernährung gibt es wie Sand am Meer, ganz zu schweigen von der allgegenwärtigen Werbung der Nahrungsmittelindustrie, die mit Attributen wie bio, natürlich, ursprünglich und pur auf die Qualität ihrer Produkte hinweist.

Und ja, es lässt sich nicht bestreiten – das, was wir uns tagtäglich in den Mund stecken, beeinflusst unser Leben, sowohl den Körper als auch die Seele und den Geist.

Das Ernährungsprojekt der MS-Gesellschaft Wien mit der Fachhochschule St. Pölten brachte wichtige Informationen zum Thema auf unsere Homepage und findet nun seine Fortsetzung mit einer Großveranstaltung im Herbst.

Hinter dem zugegeben etwas sperrigen Titel „Anti-entzündliche Kost“ (nachzulesen unter www.msges.at/multiplesklerose/ernaehrung) verbirgt sich durchaus Feines, das den Gaumen erfreut.

Damit wären wir beim wohl wichtigsten Punkt im Zusammenhang mit Ernährung – beim Genuss.

Das bewusste Wahrnehmen von Geschmack, Geruch, vom erfreulichen Anblick unseres Essens trägt ebenso zu unserem Wohlbefinden und somit zur individuellen Lebensqualität bei wie die Qualität unserer Nahrung. Ob die Fähigkeit zu genießen angeboren ist oder erlernt wird, ist Gegenstand wissenschaftlicher Auseinandersetzung und wie immer scheiden sich die Geister. Ich persönlich bin Anhängerin der Theorie von Tanja Hoff, Professorin für Sozial- und Organisationspsychologie¹, die besagt, dass differenzierte Genussfähigkeit sozial erlernt wird und auch im Erwachsenenalter noch gefördert werden kann. Entspannung, Ruhe und Gelassenheit sind Begriffe, die eng mit unserer Genussfähigkeit verbunden sind und sich durchaus im Einflussbereich jedes Menschen befinden.

Ein weiterer wichtiger Punkt zum Nachlesen ist die **Neuregelung** der Mitgliedschaft und des Mitgliedsbeitrages auf den Seiten 6 und 7.

In ihrer Studie „MS und Biographie“ sieht Mag. pth. Eva-Maria Wöls von der Sigmund Freud Privatuniversität die These untermauert, dass es sich bei Multipler Sklerose um eine psychosomatische Erkrankung handelt. Die psychoanalytische Sicht zu Autoimmunerkrankungen und Multiple Sklerose lesen Sie auf den Seiten 8 und 9.

Herzlich Ihre

Karin Krainz, Geschäftsführerin
karin.krainz@msges.at

¹ Reinhold Bergler, Tanja Hoff: Genuss und Gesundheit, Kölner Universitätsverlag

WIR ÜBER UNS

Neues aus dem Beratungszentrum

Ankunft:

Am 09.06.2016 hat Tamino, Sohn unserer Kollegin Mag. Julia Asimakis das Licht der Welt erblickt. Seitdem gedeiht er prächtig und hält seine Eltern auf Trab.

Wir gratulieren sehr herzlich!



Abschied:

Sehr geehrte Damen und Herren, ich nutze heute die Gelegenheit um mich von Ihnen allen zu verabschieden.

Ich habe mich entschieden, meiner selbstständigen Tätigkeit in der nächsten Zeit wieder mehr Raum geben zu wollen: Ich möchte mich ganz herzlich bei Ihnen bedanken für das Stück des Weges im Miteinander-Gehen. Für alle Gelegenheiten meines Lernens mit Ihnen und durch Sie.

Ich wünsche Ihnen von ganzem Herzen von ALLEM WAS IHNEN WOHL TUT.

Und wer weiß, vielleicht sehen wir einander bei der einen oder anderen Veranstaltung einmal wieder.

Mit sonnigen Grüßen
verbleibend
Rita Bammer



VON INNEN UND AUSSEN

von Anja Krystyn

Glanzleistung

Immer wieder höre ich Sätze wie „Bewundernswert, wie du deine Situation meisterst.“ oder „Du bist so tapfer, eine echte Kämpferin.“ Danke für die schönen Worte. Sind sie Komplimente oder Aufforderungen, tapfer zu sein? Wir Kranken erfüllen Erwartungen besonders gern. Sich bloß nicht hängen lassen, dem Übel die Stirn bieten, Rückschläge bewältigen,

dabei auch noch zuvorkommend und nett sein, so wie früher. Das ist man der Familie, den Mitmenschen schuldig. Bloß niemandem zur Last fallen. Wen kümmert es, wie ich diese angebliche Tapferkeit seelisch bewerkstellige?

„Eine Glanzleistung, wie er das alles schafft“, höre ich andere über den kranken Freund sagen. Auch jetzt noch, als wäre nichts geschehen. Ja, genau das hat ihn krank gemacht. Kampf, Anspruch, Glanzleistung. Das Leben muss weitergehen – welch gut ge-

meinter Spruch, leider falsch. Das Leben geht nicht weiter, nicht so, wie es sollte.

„Lass dich nicht unterkriegen!“, hörte ich unlängst als aufbauenden Gruß. Ich rufe ein anderes Motto aus: Lass dich mal mit ruhigem Gewissen hängen. Verbreite keine gute Laune. Sag, wie du dich wirklich fühlst. Nimm keine Rücksicht, fordere auch mal von anderen. Keine Komplimente, sondern Trost, Beistand, seelische Kraft. Erwarte nichts und mache dich auf Überraschungen gefasst. |

NEUREGELUNG DER 24-STUNDEN-BETREUUNG

für Vermittlungsagenturen und selbstständige Personenbetreuer_innen

Die 24-Stunden-Betreuung ist ein Angebot für hilfebedürftige Menschen in deren Privathaushalten, die rund um die Uhr Betreuung brauchen, aber dennoch weiterhin im eigenen Zuhause leben wollen. Das Hausbetreuungsgesetz (HBeG) legalisiert diese Betreuung.

Das Betreuungsverhältnis kann durch

1. unselbstständige Betreuungskräfte oder
2. durch selbstständige Personenbetreuer_innen erfolgen.

Bei der 1. Variante stellt die betreute Person (oder ein_e Angehörige_r) die Betreuungskraft als Arbeitnehmer_in an, oder die betreute Person (oder ein_e Angehörige_r) beschäftigt eine Betreuungskraft, die bei einer Organisation (Caritas, Hilfswerk ...) angestellt ist.

Bei der 2. Variante ist die Betreuungskraft selbstständig tätig und verfügt über einen Gewerbeschein für Personenbetreuung. Aus Kostengründen wird meist diese Variante bevorzugt.

Viele selbstständige Personenbetreuer_innen werden durch Agenturen vermittelt, an die sich Betroffene und Angehörige wenden können. Da inzwischen in Österreich sehr viele Agenturen selbstständige Personenbetreuer_innen vermitteln und durch den unübersichtlichen Markt die Seriosität nicht immer gewährleistet ist, gibt es immer wieder unbefriedigende Zustände.

Die Personenbetreuung ist in der Gewerbeordnung als freies Gewerbe geregelt. Die Berechtigung zur Personenbetreuung galt bis Juli 2015 sowohl für die Personenbetreuer_innen als auch für

die Agenturen, die eine Personenbetreuung vermittelten. Um die Qualität und Transparenz der Personenbetreuung sowohl für Interessent_innen als auch für Personenbetreuer_innen zu verbessern, wurde durch die Gesetzesnovelle im Juli 2015 eine Trennung zwischen Vermittlungsagenturen und freiberuflichen Personenbetreuer_innen geschaffen. Im Jänner 2016 trat die Verordnung des BMW-FW für das neue freie Gewerbe der Vermittlungsagenturen „Organisationen von Personenbetreuung“ in Kraft, in der die Standes- und Ausübungsregeln für die Organisation von Personenbetreuung festgelegt sind.

Gesetzliche Regelungen

Agenturen von Personenbetreuern haben sich bei neuen Verträgen, die ab 1. Jänner 2016 geschlossen wurden, unter anderem an folgende Regeln zu halten:

- Vermittlungsagenturen dürfen ihre Dienste nicht zur Erlangung persönlicher Vorteile missbrauchen, wie unaufgeforderte Vermittlung oder den unaufgeforderten Abschluss von Geschäften.
- Agenturen dürfen ihre Dienste Privatpersonen nicht unaufgefordert anbieten. Sofern bei einem unaufgeforderten Hausbesuch auch ein Vertrag mit dem/der Vermittler_in oder einer Betreuungskraft abgeschlossen wird, kann davon kostenlos zurückgetreten werden.
- Agenturen haben eine Telefonnummer oder Internetadresse anzugeben, unter der alle Informationen über Kosten, sowie Umfang und Tarif der Leistungen abgerufen werden können.
- Vorgeschrieben ist eine transparente Darstellung von Preis und Leistung. Wird auf eine staatliche Förderung zur 24-Stunden-Betreuung hingewiesen, sind die Voraussetzungen für eine Förderung anzugeben.

- Die Agenturen müssen über die Tätigkeiten, die Personenbetreuer_innen verrichten dürfen, sowie über die Pflichten der Betreuer_innen (z. B. Sozialabgaben selbstständig zu regeln) aufklären.
- Vor Abschluss des Vermittlungsvertrages müssen der Betreuungsbedarf und die Betreuungssituation bei der betreuungsbedürftigen Person vor Ort erhoben werden, um zu ermitteln, welche Unterstützung nötig ist und ob die erforderlichen Betreuungstätigkeiten von der Vermittlungsagentur geleistet werden können. Die Ergebnisse der Bedarfsprüfung sind von der Agentur laufend zu dokumentieren und auf Wunsch der betreuten Person bzw. deren Angehörigen schriftlich auszuhändigen.

Entschließt sich eine Person oder deren Stellvertreter_in für eine 24-Stunden-Betreuung wird der Vermittlungsvertrag mit der Agentur abgeschlossen. Er beinhaltet alle Leistungen, die von der Agentur erbracht werden, z. B. auch bei Ausfall der Betreuungskraft die Vermittlung einer Ersatzkraft. Es dürfen

nur Personenbetreuer_innen vermittelt werden, die eine aufrechte Gewerbeberechtigung haben. Der Betreuungsvertrag wird zwischen der Betreuungskraft und dem/der Interessent_in abgeschlossen. Darin werden alle Leistungen, Tätigkeiten und Pflichten festgelegt, auch was im Notfall von der Betreuungskraft zu tun ist und wer verständigt werden muss.

Beide Verträge müssen schriftlich erfolgen. Sie können von beiden Vertragspartner_innen unter Einhaltung einer Kündigungsfrist (zwei Wochen) zum Monatsende ohne Angaben von Gründen jederzeit gekündigt werden. Liegen gravierende Gründe vor, kann jederzeit gekündigt werden.

Personenbetreuer_innen müssen bislang noch keine speziellen Ausbildungen nachweisen. Wird eine staatliche Förderung der 24-Stunden-Betreuung beantragt, muss die Betreuungskraft jedoch eine Mindestqualifikation vorlegen.

Ein Gütesiegel für gute Personenbetreuung gibt es noch nicht. Umso wichtiger ist es für Interessierte, genau zu prüfen, von wem sie betreut werden wollen. Eine wertvolle Unterstützung dabei ist die oft kostenlose, professionelle Beratung von Pflegeorganisationen.

Werden vereinbarte Leistungen nicht erbracht, gibt es die Schlichtungsstelle für Verbrauchergeschäfte. www.verbraucherschlichtung.at

Bei Problemen in der Pflege kann ein kostenloser Hausbesuch vom Kompetenzzentrum „Qualitätssicherung in der häuslichen Pflege“ der Sozialversicherung der Bauern angefordert werden. www.svb.at/portal27/svbportal |



MITGLIEDSBEITRAG NEU AB 2017:

Information in eigener Sache

In Zukunft ist es noch attraktiver Mitglied der MS-Gesellschaft Wien zu sein oder zu werden. Ein Beschluss der Mitgliederversammlung vom 09. Mai 2016 macht dies möglich.

Ab 2017 gibt es bei uns zwei Arten der Mitgliedschaft:



Die **einfache Mitgliedschaft** mit einem Jahresbeitrag von € 25,- beinhaltet:

- Uneingeschränkter Zugang zur kostenfreien individuellen Sozialberatung
- Mitgliedsausweis für div. Vergünstigungen
- **20% Reduktion** bei Selbsthalten (z. B. Kostenbeitrag Turngruppen)
- Persönliche Einladung zu unseren Großveranstaltungen
- Bezug des Vereinsmagazins MS-Aktuell
- Newsletter
- Teilnahme an unserer Weihnachtsfeier

Die **Mitgliedschaft Plus** mit einem Jahresbeitrag von € 39,- beinhaltet:

- Uneingeschränkter Zugang zur kostenfreien individuellen Sozialberatung
- Mitgliedsausweis für div. Vergünstigungen
- **40% Reduktion** bei Selbsthalten (z. B. Kostenbeitrag Turngruppen)
- Persönliche Einladung zu unseren Großveranstaltungen
- Bezug des Vereinsmagazins MS-Aktuell
- Newsletter
- Teilnahme an unserer Weihnachtsfeier
- **Zugang zur kostenfreien Psychotherapie im Ausmaß von 20 Stunden**
- Teilnahme bei unserem Jahresausflug
- **Bezug der ÖMSG-Zeitschrift „Neue Horizonte“**

Wenn Sie derzeit aktives Mitglied der MS-Gesellschaft Wien sind und die Mitgliedschaft Plus wählen, brauchen Sie gar nichts zu tun. Sie bekommen von uns im Dezember 2016 einen Zahlschein mit der Bitte € 39,- für das Jahr 2017 einzuzahlen.

Wählen Sie die einfache Mitgliedschaft, dann füllen Sie bitte den Abschnitt auf der Seite 7 aus, kreuzen „Einfache Mitgliedschaft“ an und senden den Abschnitt an die **Multiple Sklerose Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien** oder Sie

schreiben uns eine E-Mail mit allen Informationen an office@msges.at.

Sie sind noch kein Mitglied und möchten es werden?

Dann füllen Sie bitte den Abschnitt auf der Seite 7 aus, kreuzen „Einfache Mitgliedschaft“ oder „Mitgliedschaft plus“ an und senden den Abschnitt an die **Multiple Sklerose Gesellschaft Wien, Hernalser Hauptstraße 15–17, 1170 Wien** oder Sie schreiben uns eine E-Mail mit allen Informationen an office@msges.at. |

MITGLIEDSCHAFTSKARTE

- Ja, ich möchte der MS-Gesellschaft Wien beitreten
- Ich bin bereits Mitglied und wähle:
 einfache Mitgliedschaft Mitgliedschaft Plus (Zutreffendes bitte ankreuzen)
- Frau Herr

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

- Ich bin Betroffene/Betroffener
- Ich bin Angehörige/Angehöriger
- Ich bin Förderin/Förderer

Bitte ausreichend frankiert senden:
Multiple Sklerose Gesellschaft Wien
Hernalser Hauptstraße 15–17
1170 Wien

Ihre uns genannten Daten werden ausschließlich von der MS-Gesellschaft Wien unter strenger Einhaltung des Datenschutzgesetzes gespeichert und verwendet.

In Memoriam Prof. Herbert Krejci

Tief betroffen geben wir das Ableben von Prof. Herbert Krejci bekannt. Prof. Krejci gehörte lange Jahre dem Vorstand der Österreichischen Multiple Sklerose Gesellschaft an. Seit der Vereinsgründung im Jahr 1988 war er 25 Jahre lang Vorstandsmitglied der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien. Wir verlieren in ihm einen unserer beständigsten und verlässlichsten Unterstützer. Unser herzliches Beileid gilt seinen Angehörigen.

MULTIPLE SKLEROSE UND BIOGRAPHIE

Ein psychoanalytischer Beitrag zum Verständnis der Pathogenese einer Autoimmunerkrankung von Mag. pth. Eva-Maria Wöls



Eva-Maria Wöls

Die Studie der Sigmund Freud Privatuniversität Wien beschäftigt sich mit der Frage nach möglichen psychischen Einflussfaktoren in der Entstehung und im Krankheitsverlauf von MS. Diese wird seit der erstmaligen Beschreibung der Erkrankung Ende des 19.

Jahrhunderts diskutiert, konnte

bis dato aber empirisch nicht belegt werden. Die rege (medizinische) Forschungstätigkeit der letzten Jahrzehnte beschäftigt sich hauptsächlich mit körperlichen Vorgängen, die Psyche wird dabei weitgehend ausgespart. Die Gemeinsamkeiten der Erkenntnisse aus psychoanalytischen Theorien zur Psychosomatik und den Ergebnissen der allgemeinen wissenschaftlichen Forschung über die Ursachen von MS, sowie die vorliegenden Studienergebnisse untermauern die These, dass auch MS zu den psychosomatischen Erkrankungen zu zählen ist.

Im Zentrum der Studie stehen Interviews mit Betroffenen, die für diese Untersuchung geführt und psychoanalytisch ausgewertet wurden. Als bedeutender psychischer Einflussfaktor wird die mangelnde Containing-Funktion der Mutter herausgearbeitet, dessen unterschiedliche Ausprägungen ausführlich beschrieben werden. Des Weiteren wird näher auf die Themen Angst, Aggression, emotionale Sprachlosigkeit, unaufgelöste Mutter-Kind-Symbiose und unverarbeitete Traumata in Bezug auf Objektverluste der Betroffenen eingegangen, die in enger Verbindung mit der frühen Mutter-Kind-Beziehung stehen und die als weitere wichtige Faktoren in diesem Zusammenhang gesehen werden.

Es wird angenommen, dass es sich um sehr frühe Defizite der psychischen Entwicklung handelt, die in die Phase der sogenannten Mutter-Kind-Dyade (Symbiose) fallen, in der der Säugling sich noch als eins mit der Mutter erlebt und zwischen sich selbst und der Mutter nicht unterscheiden kann. Diese Phase liegt vor der Sprachentwicklung und erlaubt es somit nicht, Affekte psychisch symbolisieren, verarbeiten und (sprachlich) ausdrücken zu können. Der Entwicklungsschritt der Desomatisierung, also der Emanzipation des emotionalen Erlebens von der körperlichen hin zur psychischen Ebene konnte nicht vollständig durchlaufen werden bzw. wird durch eine Ich-Schwäche rückgängig gemacht (Resomatisierung). Die symbiotische Beziehung der Mutter zur Tochter ist intensiver als sie es aus geschlechterdifferentieller Sicht zum Sohn sein kann, die emotionale Trennung ist umso schwieriger. Dies könnte eine Erklärung dafür sein, dass $\frac{2}{3}$ der MS-Betroffenen Frauen sind.

„Containing“ ist ein Fachbegriff der Psychoanalyse und geht auf Wilfred Bion zurück, der diese wichtige Funktion der Mutter in der Entwicklung des Kindes beschreibt. Die Mutter (die gute Mutterbrust) ist für den Säugling lebensnotwendig – nicht nur für die körperliche, sondern auch für die psychische Entwicklung. Sie ist dafür zuständig, nicht nur positive, sondern v. a. auch negative Gefühle aufzunehmen, diese „auszuhalten“ und zum geeigneten Zeitpunkt „verdaut“ an das Kind in geeigneter Form zurückzugeben – wie die Muttermilch, die sich u. a. durch die Aufnahme von (gesunder) Nahrung im Körper der Mutter bildet und die für das Kind die lebensnotwendige Nahrung darstellt, um sich körperlich entwickeln zu können. Der adäquate Umgang der vom Kind in die Mutter projizierten Gefühle ist Voraus-

setzung für die Möglichkeit des Kindes, diese wieder in sich aufnehmen und dadurch einen gesunden psychischen Apparat entwickeln zu können. Bion sieht die Fähigkeit der Mutter zur „rêverie“, also zur träumerischen Gelöstheit, als Voraussetzung, sich auf das Kind einlassen und seine Bedürfnisse wahrnehmen und befriedigen zu können. Die „rêverie“ findet sich als „gleichschwebende Aufmerksamkeit“ in der psychoanalytischen Behandlung wieder. Hier tritt an die Stelle der Mutter der Psychoanalytiker_in, der als Container fungiert und so die psychische Nachreife ermöglicht.

Tiefenpsychologische Einblicke in die Seele eines Menschen sind in einem 1–2 Stunden dauernden Gespräch nur sehr limitiert möglich. Eine Vielzahl an Studien wäre notwendig und wünschenswert, die

langfristige psychoanalytische Behandlungen begleiten, um die hier im Ansatz beschriebenen Erkenntnisse untermauern und fundierte tiefenpsychologische Aussagen zur Ursachenforschung von MS tätigen zu können. Abgesehen vom Wert für die Forschung, den wissenschaftlich begleitete psychotherapeutische Behandlungen von MS-Betroffenen leisten können, ist eine Psychotherapie für alle Betroffenen zu empfehlen, da diese im Allgemeinen zum körperlichen und seelischen Wohlbefinden beiträgt. Sie kann im Speziellen auf die Bearbeitung der in der Studie herausgearbeiteten Themen wie Stärkung des Ich, Auflösung der Mutter-Kind-Symbiose, Zugang zur eigenen Aggression, Verbalisieren von Gefühlen, etc. fokussieren und somit zur Steigerung der Lebensqualität der Betroffenen beitragen und gegebenenfalls den Krankheitsverlauf positiv beeinflussen. |

MS FORTBILDUNG FÜR PFLEGEFACHKRÄFTE

Kompetenz für Betreuungssituationen Zuhause

Die **Multiple Sklerose Gesellschaft Wien** bietet im Frühjahr 2017 eine eintägige Fortbildung für **Gesundheits- und Sozialberufe** (Heimhelfer_innen, 24-Stunden-Betreuer_innen, Pflegehelfer_innen) im Bereich Multipler Sklerose an. Die Inhalte decken sowohl ein breites Spektrum an pflegerischen als auch psychosozialen Aspekten ab.

Neurologisches Spezialwissen gefordert

Pflegekräfte, die MS-Betroffene betreuen, sind oft mit besonders herausfordernden Situationen konfrontiert, die ihre Ursache in den medizinischen Besonderheiten der Krankheit haben.

Die MS-Gesellschaft Wien verfügt über jahrzehntelange Kompetenz in der Betreuung von Betroffenen und deren Angehörigen. Diese fließt in die spezifische Fortbildung ein.

Akkreditierung

Der Kurs wird vom Österreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeverband (ÖGKV) mit 9 Fortbildungspunkten anerkannt.

Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter www.ms-ges.at/fortbildung |



AUSFLUG – WACHAU FAHRT

Von Hannes Ogungbemi

Der heurige Jahresausflug am 24. August führte uns auf eine Schifffahrt durch die Wachau. Wir bestiegen den Bus um acht Uhr am Westbahnhof. Die 17 Rollstühle konnten unser Chauffeur und tatkräftig helfende Angehörige auf zwei Decks unterbringen. Bei strahlendem Sonnenschein haben wir die DDSG „MS Dürnstein“ um 9:46 Uhr in Krems betreten und wurden vom stets zuvorkommenden Schiffspersonal freundlich begrüßt. Die Besatzung war immer um unser Wohl bemüht.

Die Route, die wir am Strom zurücklegten, reichte von Krems, über Spitz, bis Melk. In Spitz waren Radfahrer und noch einige andere Gäste zugestiegen. Wir passierten den Ort Dürnstein, fuhren vorbei an Burgen und Weingärten und konnten das

Ambiente der Wachau, einer wahrhaft zauberhaften Stromlandschaft, genießen. Wie eine Sage erzählt, wurde der englische König Richard Löwenherz auf der Heimfahrt aus dem Heiligen Land von Herzog Leopold von Österreich in Wien gefangengenommen und in Dürnstein eingekerkert. Der König soll damals gegen Zahlung eines hohen Lösegeldes freigelassen worden sein.

Während die Dieselmotoren gut hörbar liefen, nahmen wir unser Mittagessen zu uns. Gemächlich näherte sich die „MS Dürnstein“ dem Stiftsort Melk. Der Halt war nur von kurzer Dauer und bald schon waren wir wieder auf der Donau in Richtung Krems unterwegs, wo dieser denkwürdige Ausflug sein Ende nahm. |



KURZNOTIZEN

Was gibt es Neues?

Themenabend Aromapflege

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 gibt, um die Gesundheit zu erhalten und die Lebensqualität zu verbessern.

Für Körper, Geist und Seele erhalten Sie viele praktische Tipps, Rezepte und wohlschmeckende Pausengetränke.

Termin: 15.11.2016 von 16:30–19:00 Uhr
Anmeldung bitte bis 31.10.2016
Begrenzte Teilnehmerzahl



Herbstsymposium „Essen gut – alles gut? Die Rolle der Ernährung bei Multipler Sklerose“

Am 15. Oktober 2016 veranstaltet die MS-Gesellschaft Wien wieder ein Symposium für Betroffene, Angehörige und Interessierte im AKH Wien.

Themen und Vortragende:

- Multiple Tipps – Antientzündliche Ernährung als Therapie und gesunder Genuss
 Doz. Dr. Gabriele Leitner, FH St. Pölten

- Wie wirkt unsere Ernährung auf das Immunsystem?
 Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer, AKH Wien
- Die Rolle von Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln bei MS
 Dr. Anna Baumgartner, AKH Wien

Teilnahme kostenlos, um Anmeldung wird gebeten.

Psychotherapie zu Hause

Die Wiener Gebietskrankenkasse übernimmt ab sofort die Kosten für Hausbesuche unserer Psychotherapeutinnen im Raum Wien. Wenn Sie bettlägerig sind, die Wiener Gebietskrankenkasse Ihre Versicherung ist und Sie dieses Angebot in Anspruch nehmen möchten, vereinbaren Sie bitte einen Termin unter der Tel. 01/4092669.

Weitere Informationen
 zu allen genannten
 Veranstaltungen erhalten Sie unter:
 Tel: 01 / 409 26 69
 E-Mail: office@msges.at

VERANSTALTUNGSKALENDER 2016

- **Themenreihe „Aromapflege“**

15. November 2016
Details dazu finden Sie auf Seite 11.
Begrenzte Teilnehmer_innenzahl

- **Gesprächsrunde für neudiagnostizierte Betroffene**

im Herbst, auf Anfrage
MS-Beratungszentrum, 1170 Wien

- **Informationsveranstaltung – Herbst**

Essen gut – alles gut? Die Rolle der Ernährung bei
Multipler Sklerose
15. Oktober 2016
Hörsaalzentrum, AKH Wien

- **Weihnachtsfeier**

07. Dezember 2016
Festsaal, CS Pflege- und Sozialzentrum

Wir bitten um **Voranmeldung** für alle Veranstaltungen per E-Mail office@msges.at, Tel. 01/409 26 69, via Homepage www.msges.at oder über facebook  www.facebook.com/MSGesellschaftWien

Für Adressänderungen
senden Sie bitte ein
E-Mail an office@msges.at
oder rufen Sie an unter:
01/409 26 69

Vielen Dank!

Damit wir kostenlose Beratungen und unser
Informationsmagazin MS-Aktuell anbieten können,
benötigen wir Förderungen und Spenden.

Wenn Sie unsere Arbeit wichtig finden, freuen
wir uns über Ihre Anerkennung in Form einer
finanziellen Unterstützung!

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien
IBAN: AT10 1200 0100 0295 9996

Danke!



**MULTIPLE SKLEROSE
GESELLSCHAFT
WIEN**
Mehr verstehen. Mehr leben.

Impressum:

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien,
Hernalser Hauptstraße 15–17/A-1170 Wien. Tel. 01/409 26 69,
Fax 01/409 26 69-20, E-Mail: office@msges.at, Web: www.msges.at
Für den Inhalt verantwortlich: Karin Krainz-Kabas
An dieser Ausgabe haben mitgearbeitet: DSA Rita Bammer,
Martina Körtner, Karin Krainz-Kabas, Anja Krystyn,
Hannes Ogungbemi, Mag. Karin Sieberer, Mag. pth. Eva-Maria Wöls
Druck: agenskettel Druckerei GmbH/A-3001 Mauerbach
Layout: Florian Spielauer, Wien
DVR: 2110357, ZVR: 182581531

Österreichische Post AG Postamt 1090 Wien / Sponsoring, Post 16Z040684 S
Retouren an Postfach 555, 1008 Wien

MS-Informationen 03/2016