

MS Aktuell

Das Informations-Magazin der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Nr. 52 / Dezember 2017



ZUM HERAUSNEHMEN:
TERMINKALENDER 2018

INHALT: NEUERUNGEN BEI DER NOTSTANDSHILFE.
KLETTERN MIT MS. PSYCHOTHERAPIE-GRUPPE.



Editorial

Bilanz

Das vierte Magazin im Jahreszyklus ist für mich ein ganz besonderes Heft. Der Zeitpunkt des Erscheinens nahe Silvester lädt dazu ein, das gesamte vergangene Jahr Revue passieren zu lassen, er verführt dazu, Bilanz auch abseits der Zahlen zu ziehen. Was wurde aus Projekten und Vorhaben, die wir für das Jahr 2017 geplant hatten? Wo haben wir das Ziel erreicht, wo sind wir noch auf dem Weg? Wo müssen wir den Pfad neu überdenken und eindeutig die Richtung ändern? Was müssen wir loslassen, um Neuem Platz zu machen, was sollen wir beständig und beharrlich weiter verfolgen?

Die Vielfalt der Tätigkeiten, die in unseren Statuten verankert und somit als unsere Aufgabe definiert ist, bietet die Chance in allen Belangen für MS-Betroffene und Angehörige tätig zu werden und lässt gleichzeitig die Frage offen, ob das, was konkret getan wird und wie es getan wird, auch wirklich nützlich und brauchbar ist. Das können wir erst im Nachhinein feststellen, wenn wir sehen, wie viele Leute zu uns in Beratung und Therapie kommen, wie viele Personen unsere Veranstaltungen besuchen, wie viele Male unser Newsletter geöffnet wird, wie oft unsere Webseite aufgerufen wird, wie viele Mitglieder unserem Verein beitreten und wie viele Menschen bereit sind, unsere Arbeit mit Spenden zu unterstützen.

Die letzte Ausgabe im Jahr bietet uns aber auch die besondere Gelegenheit Danke zu sagen. Danke für all die unglaubliche Vielfalt an Unterstützung, die wir tatsächlich im heurigen Jahr erfahren haben. Lesen Sie mehr darüber auf Seite 6.

Das kommende Jahr wird ein sicher sehr spannendes werden. Veränderte politische Rahmenbedingungen spielen in unserer Arbeit ebenso eine Rolle wie Veränderungen in der eigenen Organisation. Unser Ehrgeiz war es dennoch Ihnen wie im heurigen Jahr einen bunten Strauß der Vielfalt an Angeboten offerieren zu können. Daher finden Sie im Innenteil dieser Ausgabe unseren Jahreskalender 2018 mit allen geplanten Veranstaltungen für das kommende Jahr. Auf Seite 7 werden sämtliche Termine übersichtlich dargestellt, auf den Seiten 8 bis 12 werden die einzelnen Veranstaltungen im Detail beschrieben und die jeweiligen Anmeldemodalitäten und eventuellen Kostenbeiträge erklärt.

Selbstverständlich finden Sie unseren Veranstaltungskalender auch das ganze Jahr auf unserer Webseite www.msges.at.

Ich wünsche Ihnen alles erdenklich Gute, viel Vertrauen in das kommende Jahr und verabschiede mich heute mit (zuversichtlichen) Worten von Rainer Maria Rilke (1875–1926):

„Das Leben ist durchaus nicht so konsequent wie unsere Sorgen, es hat viel mehr Einfälle und viel mehr Seiten als wir.“

Karin Krainz

Karin Krainz, Geschäftsführerin
karin.krainz@msges.at





VON INNEN UND AUSSEN

von Anja Krystyn

Freude

Obwohl jeder sie kennt und viele mit ihr Geld verdienen, hinterlässt sie keine sichtbare Spur. Außer, wenn sie fehlt.

In diesen Tagen gibt es viele Gründe, sich zu freuen. All die schönen Dinge, die es zu kaufen gibt, zu Preisen, die in Freudentaumel versetzen. Im Licht des Tannenbaums glitzern die Angebote wie verlockende Früchte, ungeahnte Süße versprechend.

Selbst schuld, wenn ich keine Vorfreude spüre? Reiß dich zusammen, lade dir die App herunter, die weiß, wie man sich freut. Die aggressiven Gesichter auf der Straße sind normal, sie fallen halt jetzt mehr auf. Das ist der Zeitgeist, oder bist du von vorgestern?

Das bin ich wohl, weil rote Kerzen und goldene Schleifen mein Lebensgefühl nicht ändern. Nur der Geruch von Tannenzweigen. Er weckt die Hoffnung, dass irgendwo auf dem Baum eine Frucht echter Freude hängen

könnte. Gerade so hoch, dass ich sie erreichen kann. Beim Hineinbeißen wird mich herrliche Süße durchströmen, alles wird gut, wie es einmal war. Einfach losrennen, ohne Mühe, ohne Angst.

Dass irgendwann jemand die Freude als wichtigste Quelle der Gesundheit bezeichnet hat, entlockt mir ein Lächeln. Kann es zum befreiten Lachen ansteigen? Ich werde aufhören zu rennen und nach den Früchten zu greifen. Vielleicht bleibt dann der ganze Baum der Freude vor mir stehen. |



*Das Team der MS-Gesellschaft
Wien wünscht Ihnen und Ihren
Familien ein frohes Weihnachtsfest
und ein gutes neues Jahr!*

NEUROREHA BAUMGARTEN

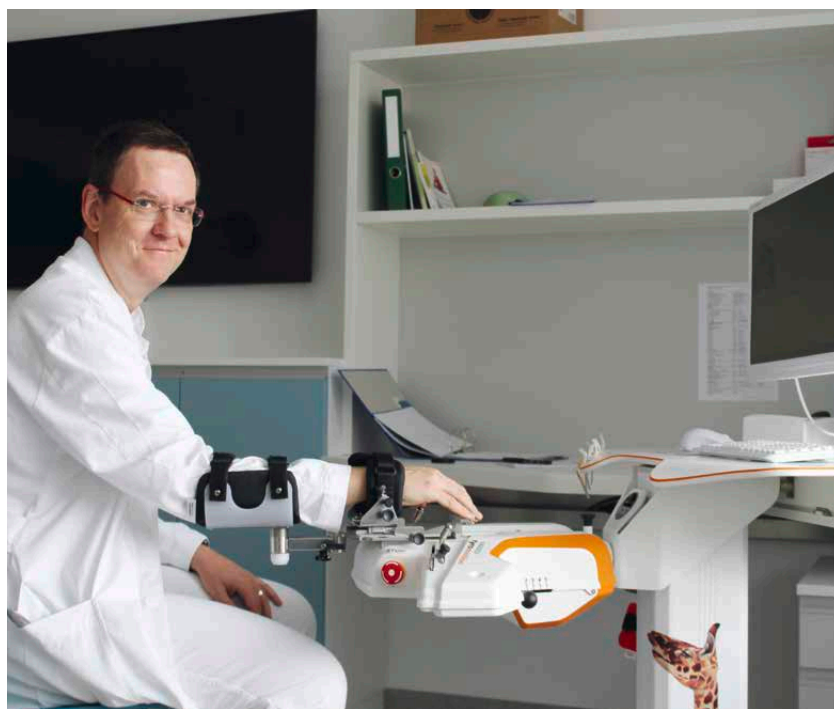
Rehabilitationseinrichtung für Menschen mit Multipler Sklerose

Die Rehaklinik Wien Baumgarten wurde 2017 um das 70 Betten umfassende Zentrum für neurologische Rehabilitation erweitert und bietet nun in unmittelbarer Nachbarschaft zu den Steinhofgründen im 14. Wiener Gemeindebezirk 222 Rehabilitationsplätze für Orthopädie und Neurologie. „Damit betreibt die VAMED als Vertragspartner der Pensionsversicherungsanstalt und anderen

Sozialversicherungsträgern die größte stationäre Rehabilitationseinrichtung Wiens“, erklärte der Leiter der neurologischen Abteilung, Prim. Dr. Christoph Stepan, MSc, dem Team der MS-Gesellschaft Wien bei einem Lokalaugenschein.

Eigenständigkeit trainieren
Auf einer 1.700 Quadratmeter großen Therapiefläche befinden

sich 43 Einzeltherapieräume, zwei Aquatherapiebecken sowie ein Bereich für Kraft- und Ausdauertraining. Neben bereits etablierten Rehabilitationstherapien stehen beispielsweise Bewegungsroboter, computergestützte Dual-Task-Trainings für die Gesamtmotorik und neuromodulierende Techniken zur Verfügung, mit denen gezielt beeinträchtigte Gehirnnareale wieder aufgebaut werden.



Prim. Dr. Christoph Stepan, MSc

© Kerstin Huber-Eibl

Darüber hinaus stehen eine Therapieküche, ein Therapiegarten und eine Werkstatt zur Verfügung, in denen Alltagsfertigkeiten simuliert und neu erlernt werden können. Eine Kletterwand und spezifische Untersuchungsräume runden das gesundheitsfördernde Angebot ab.

Integrierte Versorgung

Im Sinne einer integrierten Versorgung kooperieren Ärztinnen und Ärzte eng mit Neuropsychologinnen und -psychologen und Fachpersonen aus den Bereichen Pflege, Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie. |

<http://rehawienbaumgarten.at/>

SPENDENAKTIONEN ZUGUNSTEN DER MS-FORSCHUNGSGESELLSCHAFT

run4ms: Benefiz-Lauf in Wolfsberg

Die Multiple-Sklerose Forschungsgesellschaft bedankt sich herzlich bei Mario Wedenig von run4ms. Mit Unterstützung seines Teams stellte der selbst an MS erkrankte Läufer ein Benefiz-Event in Wolfsberg/Kärnten auf die Beine, an dem sich am 24. September 2017 hunderte Menschen beteiligten.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer von run4ms „erliefen“ die unglaubliche Summe von € 9.350,00. Die Geschäftsführerin der MS-Gesellschaft Wien, Karin Krainz, hatte die Ehre, den Spendenscheck entgegenzunehmen. Unser Dank gebührt auch den vielen helfenden Händen im Hintergrund, den Sponsorinnen und Sponsoren und all jenen, die zu diesem Erfolg beigetragen haben. |



Benefiz-Grillerei Salzburger Fußballfans

Ebenso möchten wir den engagierten Fußballfans in Salzburg unseren Dank aussprechen. Bei der „Benefiz-Grillerei“, dem jährlichen Charity-Event der in den Vereinen El Torro und Raging Bulls engagierten FC Red Bull Salzburg-Fans, kam ein Spendenbetrag in Höhe von € 4.400,00 zusammen, der je zur Hälfte der MS-Forschungsgesellschaft und der Kinderkrebshilfe Salzburg zugutekommt.

Am 17. September 2017 übernahm Karin Krainz in der Red Bull Arena Salzburg im Namen der MS-Forschungsgesellschaft einen Spendenscheck über € 2.200,00. |





HERZLICHEN DANK

all jenen, die mit ihrer Spende unsere Einrichtung sowie unsere Angebote und Projekte im Jahr 2017 unterstützt haben.

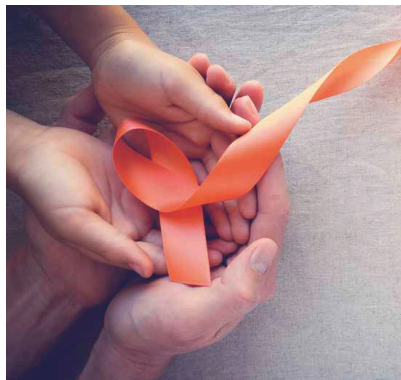
Zeitspenden

Ein besonderer Dank gilt den Leiterinnen und Leitern unserer Selbsthilfegruppen und den vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die uns im Jahr 2017 bei Kuvertierarbeiten, bei diversen Recherchen und natürlich auch bei unseren Veranstaltungen tatkräftig unterstützt haben.

Produktspende

Vielen Dank an die Firmen Tee-kanne, Sonnentor und SMD, die für unsere Mitglieder Produkte

zur Verfügung gestellt haben, die schön verpackt bei der Weihnachtsfeier überreicht wurden.



Kranzspenden

Herzlichen Dank für die Spenden, die wir anstelle von letzten Blumengrüßen für Birgit Endl, Josef Göbel, Ludwig Wolf, Ing. Peter Arthofer, Dr. Klaus Reinprecht, Monika Nimmerrichter, Franz Mayer, Ferdinand Wlascitz und Franz Zunic in der Gesamthöhe von € 4.977,33 erhalten haben. Wir gedenken der Verstorbenen. |

BESTEN DANK FÜR DIE FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG!

Wie können auch Sie für die Multiple Sklerose Gesellschaft Wien spenden?

Spendenkonto:

lautend auf „MS-Gesellschaft Wien, 1170 Wien“
bei Bank Austria
IBAN: AT10 1200 0100 0295 9996
BIC: BKAUATWW

Online spenden via www.msges.at/spenden

Spendenmöglichkeit Dauerauftrag:

Mit einem Dauerauftrag haben Sie die Möglichkeit unsere Arbeit im Beratungszentrum der Multiple Sklerose Gesellschaft Wien nachhaltig zu unterstützen. Sie ermächtigen Ihre Bank regelmäßig eine Spende in der von Ihnen gewünschten Höhe zu überweisen. Sie können diesen Auftrag jederzeit widerrufen.

Spendenmöglichkeit Einziehungsauftrag:

Auch mit einem Einziehungsauftrag können Sie unsere Arbeit und unsere Angebote im Beratungszentrum der MS-Gesellschaft Wien dauerhaft unterstützen. Mittels eines SEPA-Lastschriftmandats ermächtigen Sie uns, einen gemeinsam vereinbarten Betrag von Ihrem Konto abzubuchen. Sie können diesen Auftrag jederzeit widerrufen.

Frau **Gabriela Kummer** steht Ihnen gerne mit Informationen beratend zur Seite:

Tel.: 01 409 26 69-13

E-Mail: gabriela.kummer@msges.at



TERMINKALENDER 2018 ÜBERSICHT

ZUM HERAUSNEHMEN – Alles auf einen Blick

MULTIPLE SKLEROSE
GESELLSCHAFT
WIEN
Mehr verstehen. Mehr leben.



Termin	Veranstaltung	Thema	Ort	Seite
01. März	Workshop KV	Koch-Workshop	Caritas Socialis	8
10. März	Symposium GV	Multiple Sklerose in der Arbeitswelt	AKH Hörsaalzentrum	8
12. April	Workshop KV	Gesprächsrunde für Paare	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	8
13. April	Workshop KV	Qi Gong	Caritas Socialis	9
18. April	Gesprächsrunde KV	Gesprächsrunde Neudiagnose	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	9
30. Mai	Veranstaltung GV	Welt MS-Tag	Wien	9
05. Juni	Workshop FS	Mental Aktiv 2	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	10
27. August	Ausflug	Ausflugsziel wird bekanntgegeben	Treffpunkt Westbahnhof	10
12. September	Lesung KV	Sisyphos war erfolgreich	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	10
26. September	Fachseminar FS	Fortbildung für Gesundheits- und Sozialberufe	Caritas Socialis	11
20. Oktober	Symposium GV	Integrative Medizin bei Multipler Sklerose	AKH Hörsaalzentrum	11
05. November	Workshop KV	Physiotherapie Beckenboden	Caritas Socialis	11
07. November	Gesprächsrunde KV	Gesprächsrunde Neudiagnose	MS-Gesellschaft Wien Beratungszentrum	12
08. November	Fachseminar FS	Fortbildung für Gesundheits- und Sozialberufe	Caritas Socialis	12
12. Dezember	Veranstaltung GV	Weihnachtsfeier	Caritas Socialis	12

Legende:

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

In Kooperation mit:




KV Koch-Workshop


Antientzündliche Ernährung leicht gemacht


Beim Kochworkshop werden einfache und kostengünstige Rezepte mit Gesundheitswert im Rahmen der antientzündlichen Kost erarbeitet. Individualität, Kreativität und Spaß mit Mehrwert stehen beim Verarbeiten regionaler und saisonaler Produkte im Vordergrund.

Bitte Kochschürze und Geschirrtuch mitbringen!



 Do, 01. März 2018

 16:00 bis 20:00 Uhr

 Caritas Socialis,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 8, max. 10 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular

Anmeldeschluss: 8. Februar 2018




Teilnahmegebühr: € 9,00


Leiterin: Dr. Gabriele Leitner

GV Frühjahrssymposium

Thema: Multiple Sklerose in der Arbeitswelt

Unsere Informationsveranstaltung für Menschen mit Multipler Sklerose, Angehörige und Interessierte befasst 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 von Menschen mit MS beizutragen.

 Sa, 10. März 2018

 14.30 bis 17.00 Uhr

 AKH Hörsaalzentrum,
Währinger Gürtel 18–20, 1090 Wien

Personenzahl: max. 400 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige und Interessierte

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Anmeldeschluss: 1. März 2018



Teilnahmegebühr: keine

Vortragende: Dr. Martin Gleitsmann,
Wirtschaftskammer Österreich,
Mag. Martina Chlestil,
Arbeiterkammer Wien


KV Workshop für Paare

Ins Gespräch kommen

Jede Veränderung wirkt sich in einer Partnerschaft auf das Leben des Anderen aus. Die Unvorhersehbarkeit der MS stellt Paare zu Beginn und im weiteren Verlauf der Erkrankung vor Herausforderungen. Im Paar-Workshop wird auf Ihre individuelle Paarsituation eingegangen. Auch die Auswirkungen der Erkrankung auf Ihren Beziehungsalltag werden thematisiert.

In einem geschützten Rahmen können Paare Entlastung durch das gemeinsame Gespräch finden und Strategien entwickeln, der Beziehung (wieder) mehr Raum zu geben.

 Do, 12. April 2018

 17:30 bis 20:00 Uhr

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

Personenzahl: mind. 8, max. 10 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder, die bereits vor einiger Zeit die Diagnose MS erhalten haben, und deren Partnerin bzw. Partner

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular



Anmeldeschluss: 28. März 2018

Teilnahmegebühr: € 9,00


Leiterin: Mag. Julia Asimakis,
Psychotherapeutin mit
Schwerpunkt MS


KV Qi Gong


Unterstützung und Bereicherung der Lebensqualität

Im Workshop werden einfache und doch wirksame Bewegungen aus dem großen Bereich der fernöstlichen Lebenspflege vorgestellt, die gut zu Hause umgesetzt werden können.

Bitte bequeme Kleidung und Matte mitbringen!

 Fr, 13. April 2018

 17:30 bis 19:30 Uhr

 Caritas Socialis Therapieraum,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 8, max. 10 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular

Anmeldeschluss: 23. März 2018



Teilnahmegebühr: € 9,00


Vortragende: Mag. Andrea Grassinger

KV Gesprächsrunde Neudiagnose

Für Menschen mit MS und deren 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, 18. April 2018

 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,
E-Mail: anmeldung@msges.at

Anmeldeschluss: 28. März 2018

Teilnahmegebühr: keine



Unsere Fachleute:

Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer (Neurologie), Katharina Schlechter (Psychotherapie), Mag. (FH) Gabriele Gruber (soziale Arbeit)


GV Welt MS-Tag 2018


#bringinguscloser

Wie bereits in den vergangenen Jahren organisiert die MS-Gesellschaft Wien am 30. Mai eine Veranstaltung für Betroffene, Angehörige und an MS Interessierte.

Gemäß dem Motto #bringinguscloser verfolgt der Welt-MS-Tag 2018 das Ziel, von Multipler Sklerose betroffene Menschen mit jenen zu vernetzen, die an der MS-Forschung beteiligt sind. Wir nehmen die Gelegenheit wahr, näher zusammenzurücken und sowohl jene Errungenschaften zu feiern, die im Bereich der MS-Forschung bislang erzielt wurden als auch unsere Hoffnungen für die Zukunft zu teilen.

 Mi, 30. Mai 2018

 wird bekanntgegeben

 Arbeiter Samariterbund Österreich
Pillergasse 24, 1150 Wien

Personenzahl: max. 400 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige und Interessierte

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch,
E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Anmeldeschluss: 16. Mai 2018

Teilnahmegebühr: keine


#bringinguscloser

KV Mental aktiv 2

Trainieren Sie Ihre geistigen Fähigkeiten!

Leider vergessen wir oft, dass geistige, mentale Fitness in unserem Leben ebenso wichtig ist wie körperliche Fitness. Aufgrund einer neurologischen Erkrankung wie MS können die geistigen Fähigkeiten und Ressourcen abnehmen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dieses Seminar erfahren Wichtiges über mögliche kognitive Veränderungen bei MS und lernen, wie sich eigene Ressourcen aktivieren lassen. Praktische Übungen zu kognitiven Funktionen wie Gedächtnis oder Konzentration geben Einblick in die Vielzahl an Trainingsmöglichkeiten.

 Di, 05. Juni 2018

 17:30 bis 19:15 Uhr

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

Personenzahl: mind. 6, max. 12 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular

Anmeldeschluss: 15. Mai 2018



Teilnahmegebühr: € 9,00

Referentin:

Priv. Doz. Mag. Dr. Gisela Puszwald, MSc


Jahresausflug


für Mitglieder der MS-Gesellschaft Wien


Einmal jährlich organisiert die MS-Gesellschaft für ihre Mitglieder den beliebten Tagesausflug zu einem barrierefreien Ausflugsziel in Wien oder Niederösterreich.

Ein rollstuhlgerechter Reisebus und die Begleitung durch das Sozialteam der MS-Gesellschaft Wien ermöglichen auch bewegungseingeschränkten Menschen die Teilnahme.



 Mo, 27. August 2018

 wird bekanntgegeben

 Abfahrtsort Westbahnhof

Ausflugsziel: wird bekanntgegeben

Personenzahl: max. 40 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder und Angehörige

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Anmeldeschluss: 6. August 2018

Teilnahmegebühr: Kostenbeitrag


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


GV Lesung – Sisyphos war erfolgreich ... und andere Satiren


Humor ist, wenn man trotzdem lacht. Unter dem Pseudonym Wolfgang Eckhard veröffentlichte Dr. Wolfgang Huber einen Satirenband, der einfach alle zum Lachen bringt – garantiert! Seine

Zielgruppe sind „alle, die Eltern oder Kinder sind“.



 Mi, 12. Sept. 2018

 18:00 bis 19:00 Uhr

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

Personenzahl: max. 20 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige und Interessierte

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Anmeldeschluss: 29. August 2018




Teilnahmegebühr: keine

Autor: Dr. Wolfgang Huber

FS Fortbildung für Gesundheits- und Sozialberufe

Begleitung und Unterstützung von Menschen mit MS auf Augenhöhe

Begleitung und Unterstützung auf Augenhöhe fördern die Selbständigkeit, Eigenverantwortung und Autonomie von Menschen mit Multipler Sklerose. Im MS-Fortbildungsseminar lernen in Gesundheits- und Sozialberufen tätige Personen das Modell der partnerschaftlichen Kommunikation kennen.

 Mi, 26. Sept. 2018

 15:00 bis 19:00 Uhr

 Caritas Socialis,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 10, max. 20 Teilnehmende

Zielgruppe: Fachpersonal

Information und Anmeldung: schriftlich bei der MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 5. September 2018



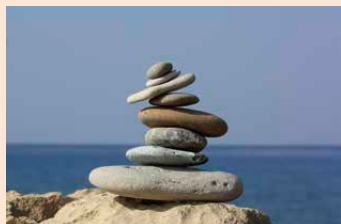
Teilnahmegebühr: € 95,00


Vortragende: Christine Pauli-Jagoditsch, DGKP, Trainerin, Ramona Rosenthal, DGKP, Systemischer Coach, Trainerin


GV Herbstsymposium

Thema: Integrative Medizin bei Multipler Sklerose

Unsere Informationsveranstaltung für Menschen mit Multipler Sklerose, Angehörige und Interessierte befasst 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 von Menschen mit MS beizutragen.



 Sa, 20. Oktober 2018

 14.30 bis 17.00 Uhr

 AKH Hörsaalzentrum,
Währinger Gürtel 18-20, 1090 Wien

Personenzahl: max. 400 Teilnehmende

Zielgruppe: Betroffene, Angehörige und Interessierte

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch, E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Anmeldeschluss: 29. September 2018

Teilnahmegebühr: keine

Vortragende: OA Dr. Markus Mayr, Bezirkskrankenhaus Kufstein, Univ.-Prof. Dr. Fritz Leutmezer, Medizinische Universität Wien

KV Beckenboden, Blase, Darm und Sexualität bei MS

Verhaltens- und Bewegungstraining

Im Seminar wird vermittelt, wie sich Beschwerden und Symptome im Bereich der Blasen-, Mastdarm- und Sexualfunktionen mit Verhaltens- und Bewegungstraining besser in den Griff bekommen lassen.

 Mo, 05. Nov. 2018

 17:00 bis 19:00 Uhr

 Caritas Socialis,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 6, max. 12 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder

Information und Anmeldung: schriftlich mit Anmeldeformular

Anmeldeschluss: 15. Oktober 2018



Teilnahmegebühr: € 9,00

Trainerin: Anita Kidritsch, MSc, Physiotherapeutin im MS-Tageszentrum

KV Gesprächsrunde Neudiagnose

Für Menschen mit MS und deren 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, 07. Nov. 2018



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,
E-Mail: anmeldung@msges.at

Anmeldeschluss: 17. Oktober 2018

Teilnahmegebühr: keine



Unsere Fachleute:

Univ. Prof. Dr. Fritz Leutmezer
(Neurologie), Katharina Schlechter
(Psychotherapie), Mag. (FH) Gabriele
Gruber (soziale Arbeit)

FS Fortbildung für Gesundheits- und Sozialberufe

Begleitung und Unterstützung von Menschen mit MS auf Augenhöhe

Begleitung und Unterstützung auf Augenhöhe fördern die Selbständigkeit, Eigenverantwortung und Autonomie von Menschen mit Multipler Sklerose. Im MS-Fortbildungsseminar lernen in Gesundheits- und Sozialberufen tätige Personen das Modell der partnerschaftlichen Kommunikation kennen.



Do, 08. Nov. 2018



15:00 bis 19:00 Uhr



Caritas Socialis,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: mind. 10, max. 20 Teilnehmende

Zielgruppe: Fachpersonal

Information und Anmeldung: schriftlich bei der
MS-Gesellschaft Wien

Anmeldeschluss: 18. Oktober 2018



Teilnahmegebühr: € 95,00

Vortragende: Christine Pauli-Jagoditsch, DGKP, Trainerin,
Ramona Rosenthal, DGKP,
Systemischer Coach, Trainerin

GV Weihnachtsfeier

für Mitglieder der MS-Gesellschaft Wien

Jedes Jahr im Dezember lädt die Multiple Sklerose Gesellschaft Wien alle Mitglieder zu einem wunderschönen Weihnachtsfest.



Im Festsaal der Caritas Socialis verbringen wir gemeinsam einen besinnlichen Nachmittag und lassen es uns richtig gut gehen.



Mi, 12. Dez. 2018



15:00 bis 18:00 Uhr



Caritas Socialis Festsaal,
Oberzellergasse 1, 1030 Wien

Personenzahl: max. 75 Teilnehmende

Zielgruppe: Mitglieder und Angehörige

Information und Anmeldung: schriftlich oder telefonisch,
E-Mail: anmeldung@msges.at, Tel.: 0800 311 340

Teilnahmegebühr: 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 Angehörige der Gesundheits- und Sozialberufe zugänglich und erfordern eine schriftliche Anmeldung.

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 werden 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 Teilnahmegebühr 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 Teilnahmegebühr rückerstattet bekommen.



Ihre Ansprechpartnerin:

Gabriela Kummer

Tel: 01 409 26 69/13

E-Mail: anmeldung@msges.at

Unsere Postadresse:

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien

Hernalser Hauptstraße 15-17

1170 Wien



VERBINDLICHE ANMELDUNGEN

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 13.

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.

FAIRNESS IN DER ARBEITSWELT

Ab 1. Juli 2018 sollen Arbeiterinnen und Arbeiter ihren angestellten Kolleginnen und Kollegen gleichgestellt werden – zumindest was Dienstverhinderungsgründe, Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall und Kündigungsfristen betrifft.

Die Rechte von Arbeiterinnen und Arbeitern werden bis 2021 an jene der Angestellten angeglichen.

Bislang konnten lediglich Angestellte für die nachgewiesene tatsächliche Dauer einer Verhinderung vom Dienst freigestellt werden, während die Entgeltfortzahlung für Arbeiterinnen und Arbeiter nur bei einer Arbeitsver-

hinderung aufgrund wichtiger persönlicher Gründe wie Eheschließung oder Wohnungswechsel galt.

Diese Unterscheidung fällt mit 1. August 2018. Auch die Systematik für die Entgeltfortzahlung im Krankheitsfall oder nach einem Unfall wird vereinheitlicht. So ist das Gehalt bzw. der Lohn ab dem kommenden Au-

gust künftig bereits nach einem Dienstjahr acht Wochen lang weiterzuzahlen.

Kündigungsfristen

Ab 1. Jänner 2021 gelten für Arbeiterinnen und Arbeiter die gleichen Kündigungsfristen wie für Angestellte. Bereits ab 1. Jänner 2018 entfällt das bislang geltende Mindestbeschäftigungsausmaß für Kündigungsfristen. |

FAIRNESS BEI BERECHNUNG DER NOTSTANDSHILFE

Ab 1. Juli 2018 wird das Einkommen von Partnerinnen und Partnern bei der Berechnung der Notstandshilfe nicht mehr angerechnet.

Die bislang geltende Regelung zur Einberechnung des Partnereinkommens in der Notstandshilfe wirkt sich vor allem auf die eigenständige Absicherung von Frauen negativ aus.

Darüber hinaus bewirkt die Berücksichtigung dieses Einkommens, dass Frauen vielfach nur einen Anspruch auf Kranken- und Pensionsversicherung, jedoch keinen Anspruch auf Notstands-



Die Anrechnung der Notstandshilfe an das Partnereinkommen gehört bald der Vergangenheit an.

hilfe haben. Aus diesem Grund wurden beispielsweise im Jahr 2014 insgesamt 16.339 Anträge auf Notstandshilfe abgelehnt bzw. Notstandshilfeforderungen eingestellt. Dabei entfielen 82 Prozent der Ablehnungen auf Frauen.

Mit 1. Juli 2018 tritt nun ein Gesetz in Kraft, dem zufolge das Einkommen von Partnerinnen und Partnern bei der Notstandshilfe nicht mehr angerechnet wird. |

-10%

auf alle **Gymnastikprodukte**
z. B. Therabänder, Faszienrollen, Gymnastikbälle, ...



INFO-Tel 05 99 789 00



bstaendig.at

 **bständig**

Gegen Vorlage dieses Gutscheins erhalten Mitglieder der MS Gesellschaft Wien 10 % Rabatt auf alle Gymnastikprodukte. Gültig bis 31. 1. 2018 in allen bständig Filialen. **Nicht mit anderen Rabatten und Aktionen kombinierbar.**

Bahnbrechende Medizin erfordert bahnbrechende Wissenschaft.

Wir erforschen und entwickeln innovative Medikamente und diagnostische Tests, damit Menschen mit Krankheiten wie Multiple Sklerose und Krebs besser und länger leben.



VON BETROFFENEN FÜR BETROFFENE

Klettern mit Multipler Sklerose

Klettern ist nicht nur ein Sport, sondern auch eine Lebenseinstellung, die uns helfen kann, aus manch schwieriger Situation gestärkt hervorzugehen.

Menschen mit Multipler Sklerose können klettern, selbst wenn sie auf die Unterstützung eines Rollstuhls angewiesen sind. Beim Klettern bedienen wir uns nämlich eines sehr alten Bewegungsmusters, das evolutionär in uns verankert ist. Sogar in ihrer Mobilität stark eingeschränkte Personen sind oft in der Lage, sich an einer Kletterwand hochzuziehen. Damit kann – bei regelmäßiger Übung – eine Verbesserung bestimmter Symptomatiken erzielt werden.

Nicht umsonst gilt das Klettern unter Therapeutinnen und Therapeuten für Menschen mit MS – neben den zahlreichen anderen Methoden – als sehr geeignet. Doch nicht nur die motorische Leistungsfähigkeit lässt sich durch Klettern verbessern. Menschen mit Multipler Sklerose erlangen durch das Klettern auch mehr Selbstbewusstsein, steigern ihren Selbstwert und können Ihre persönlichen Grenzen kennenlernen.

In modernen Kletterhallen kann dies sehr sicher und ohne Druck geschehen, da sie zu einem großen Teil barrierefrei zugänglich sind und Möglichkeiten wie unterschiedliche Wandneigung und Schwierigkeitsgrade bieten.

Zahlreiche Berichte von Personen mit MS zeigen, dass sie wieder mehr Zutrauen in ihre Fähigkeiten und Mut für die Bewältigung ihres Alltags gewonnen haben. Das Gefühl eine Kletterwand oder auch nur eine einzelne Kletterstelle zu bewältigen, ist für viele Betroffene fast wie ein Wunder. Ist dies doch

auch für gesunde Menschen manchmal eine große Herausforderung. Ganz nebenbei kann noch eine zusätzliche Verbesserung der Symptome erzielt werden.

Im Austausch mit anderen Betroffenen und in der Ablenkung durch das Klettern werden viele Aspekte der Krankheit oft relativiert und es lässt sich ein besserer Umgang mit der Erkrankung finden. So fördert Klettern in einer Gruppe letztlich auch den sozialen Kontakt.

Abhängig vom Beeinträchtigungsgrad haben MS-Betroffene auch die Möglichkeit in der Natur auf Fels zu klettern, was wiederum ein sehr motivierendes Erlebnis ist. Durch die veränderte Haptik der Oberfläche (Fels vs. Kunststoffgriffe) und die Natur lassen sich neue Empfindungen erleben. Einige Klettergebiete haben zudem einfache Zustiege, was Menschen mit leicht eingeschränkter Mobilität ebenfalls die Möglichkeit gibt, am Fels zu klettern. |

Stefan Leitner
Zertifizierter Trainer
und Erlebnispädagoge
www.usus-naturae.at

Gerade neu Erkrankte erfahren in Klettereinheiten wieder mehr Lebensfreude und lernen, dass sie trotz der MS-Diagnose selbstbestimmt leben können.



HERBSTSYMPOSIUM 2017

Die Verlaufsformen und Behandlungsmöglichkeiten der Multiplen Sklerose waren Thema des Herbstsymposiums der MS-Gesellschaft Wien.

Im Hörsaalzentrum des Allgemeinen Krankenhauses in Wien fanden sich am 6. Oktober 2017 knapp 300 Personen ein, um sich in den Vorträgen von OA Dr. Helmut Rauschka, OA Dr. Herbert Kollross-Reisenbauer und dessen an MS erkrankten Co-Moderator Stefan Guthauer sowie Dr. Patrick Altmann über die Verlaufsformen der MS und

aktuelle Therapieoptionen zu informieren. Nach den Referaten nützten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Gelegenheit zum Austausch mit den Vortragenden.

Das Frühjahrssymposium 2018 wird sich dem Thema „Arbeit“ widmen. |



v.l.n.r. Stefan Guthauer, Karin Krainz, OA Dr. Herbert Kollross-Reisenbauer und Dr. Patrick Altmann

Ein natürlicher Schutz vor Harnwegsinfekten

Preiselbeeren und Cranberries

Über 300 Jahre naturheilkundliche Anwendung

Preiselbeersaft Caesaro Med®

100 % reiner Cranberry und Preiselbeer-Fruchtsaft ohne Zucker (Neu in der Glasflasche 1/2 l)

Preiselbeer-Konzentrat 6-fach konzentrierter Natursaft. (Cranberry und Preiselbeer)

Preisel-San® Tabletten zum Lutschen oder Schlucken.

Preisel-Caps® Kapseln mit Magnesium, Cranberry und Acerola.

Preisel-Caps Döderlein Cranberry Kapseln mit Laktobazillen. Schützen Blase, Darm- und Vaginalflora.

Rezeptfrei in Apotheken erhältlich.



Ausführliche Informationen und Gratis-Kostproben anfordern bei:

CAESARO MED GmbH,
Paschinger Straße 111, 4060 Leonding
Info-Telefon: 0732/67 71 64
Fax 0732/67 7517
www.caesaro-med.at



INTERNATIONALER KONGRESS „MSPARIS2017“

Von 25. bis 28. Oktober fand in Paris das Joint ECTRIMS – ACTRIMS Meeting statt. Univ. Prof. Dr. Hans Lassmann vom Zentrum für Hirnforschung an der Medizinischen Universität Wien hielt bei dem internationalen MS-Kongress den Eröffnungsvortrag.

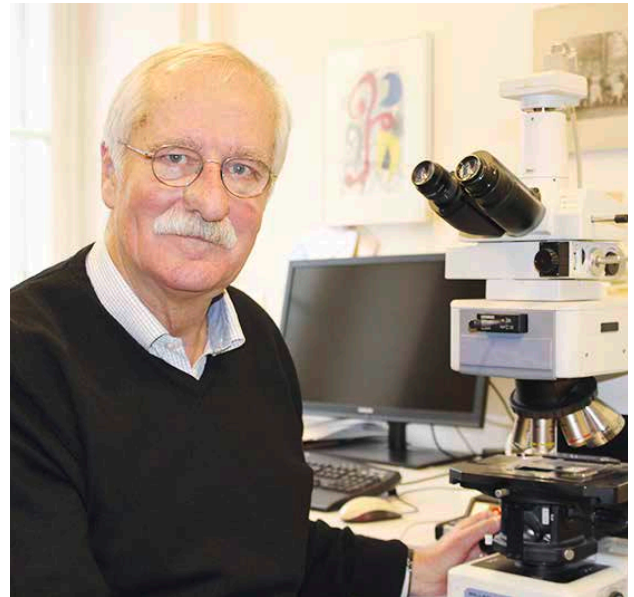
In seinem Vortrag gab der Vorstands-Vorsitzende der MS-Forschungsgesellschaft vor mehr als 10.000 Fachpersonen einen generellen Überblick über die Pathologie der Multiplen Sklerose. In einem Teaching Course strich Prof. Lassmann den Aspekt der lange übersehenen Schädigungen in der Hirnrinde hervor, die zum Teil sehr extensiv sein können und für die klinische Präsentation der Menschen mit MS bedeutsam sind – vor allem hinsichtlich kognitiver Probleme und neurologischer Ausfälle.

„Auch mit modernsten Scanning-Methoden sehen wir nur die Spitze des Eisbergs“, bedauert der Neuro-pathologe. Aus diesem Grund treibt er die Forschung auf dem Gebiet der bildgebenden Verfahren voran und macht sich für die Verbesserung der Sensitivität kernspintomografischer Techniken stark, damit bislang nicht sichtbare Läsionen bei lebenden Menschen in der Hirnrinde dargestellt werden können, die für die Diagnose und Prognose von MS wesentlich sind.

Die MS-Forschungsgesellschaft finanziert ein Projekt, das die an den Kliniken in Wien, Graz und Innsbruck durchgeführte Forschung mit jener des Instituts für Hirnforschung und der kernspintomografischen Institute bündelt und die Erkenntnisse der Basisforschung auf die klinische Anwendung umlegt. Diese Initiative wird zu verbesserten bildgebenden Verfahren führen. Darüber hinaus wurden in einer breit angelegten Studie Biomarker für die MS-Diagnose entwickelt.

Perspektiven der MS-Forschung

Lassmann erklärte die Wichtigkeit der Suche nach Faktoren, die eine Entzündungsreaktion mit massiver Schädigung von Sauerstoffradikalen und Mitochondrien zusammenbringen. Hier gibt es einen Hinweis auf lösliche entzündliche Mediatoren,



Univ. Prof. Dr. Hans Lassmann

© Kerstin Huber-Eibl

die von B-Lymphozyten produziert werden. Derzeit wird daran geforscht, diese zu identifizieren.

Aktuell werden in experimentellen Studien Therapien entwickelt, die in die Schadenskaskade eingreifen. Manche potentielle Therapeutika haben bereits den Weg in klinische Studien mit Probandinnen und Probanden in der progredienten Phase der MS gefunden. Auch Substanzen wie hochdosiertes Biotin, Simvastatin und Natriumkanalblocker werden intensiv beforscht.

Die derzeit durchgeführten Phase 2-Studien für die progrediente Phase der MS zeigen zwar einen Benefit, dieser ist allerdings noch sehr gering. Die Daten aus diesen Studien stimmen dennoch optimistisch, auch wenn die Ergebnisse großer Phase 3-Studien abzuwarten sind, um den Effekt dieser Substanzen beurteilen zu können. |



**MS-Telefon:
0800 311 340**

PSYCHOTHERAPEUTISCHE JAHRES-GRUPPE FÜR MENSCHEN MIT MS

Psychisches Wohlbefinden stärken und aufrechterhalten

Multiple Sklerose stellt Betroffene vor viele Herausforderungen und erfordert eine Anpassung und Veränderung des gewohnten Alltags. Die Erkrankung kann emotionale und soziale Folgen haben, welche die psychische Gesundheit belasten und gefährden.

Die psychotherapeutische Gruppe bietet einen geschützten Rahmen, um eigene wichtige Themen rund um die Erkrankung zu besprechen. Der kontinuier-

liche Austausch unter fachkundiger Leitung von Mag. Julia Asimakis, Psychotherapeutin mit MS-Schwerpunkt, unterstützt Sie im Umgang mit der Erkrankung und deren individuellen Auswirkungen.

Die Gruppentreffen finden ab 8. März 2018 alle 14 Tage von 18:00 bis 19:30 Uhr im MS-Zentrum für Beratung und Psychotherapie statt. Ein Einstieg ist auch während des Jahres möglich.

Weitere Veranstaltungen finden Sie in unserem Veranstaltungskalender unter www.msges.at/veranstaltungen und auf unserer Facebook-Seite unter www.facebook.com/MSGesellschaftWien.

Möchten Sie sich für eine Veranstaltung anmelden oder uns Ihre neue Adresse bekanntgeben? Schreiben Sie uns oder rufen Sie an!

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien,
Hernalser Hauptstraße 15–17,
1170 Wien

E-Mail: office@msges.at

Tel.: 01 409 26 69

MS-Telefon: 0800 311 340

Damit wir uns weiterhin für die Anliegen von Menschen mit MS und deren Angehörige einsetzen können, benötigen wir Förderungen und Spenden.

Wir freuen uns über Ihre Anerkennung in Form einer finanziellen Unterstützung.

Multiple Sklerose Gesellschaft Wien
IBAN: AT10 1200 0100 0295 9996



 *Vielen Dank!*



**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: Karin Krainz-Kabas, Anja Krystyn,
Mag. Kerstin Huber-Eibl, Mag. (FH) Gabriele Gruber, Stefan Leitner

Druck: agenskettel Druckerei GmbH/A-3001 Mauerbach

Layout: Florian Spielauer

DVR: 2110357, ZVR: 182581531

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

MS-Informationen 04/2017