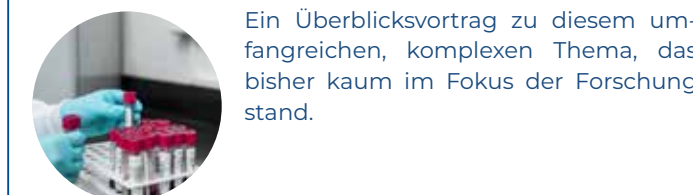


Online-Vortrag: MS und weitere autoimmune Begleiterkrankungen bei den gleichen MS-Betroffenen Nr.: 25-01-17



Ein Überblicksvortrag zu diesem umfangreichen, komplexen Thema, das bisher kaum im Fokus der Forschung stand.

Referent: Univ.-Prof. Dr. med. Friedemann Paul (Leitung Experimental and Clinical Research Center (ECRC) / Charité – Universitätsmedizin Berlin)

Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder

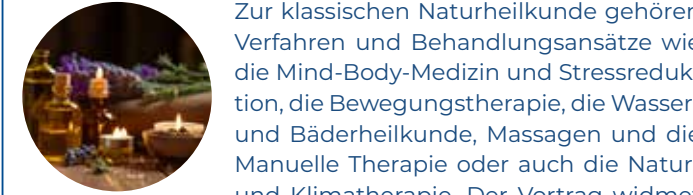
Termin: Dienstag, den 11.02.2025 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Ort: Online (via Zoom)

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Online-Vortrag: Klassische Naturheilkunde auf dem neusten Stand Nr.: 25-01-18



Zur klassischen Naturheilkunde gehören Verfahren und Behandlungsansätze wie die Mind-Body-Medizin und Stressreduktion, die Bewegungstherapie, die Wasser- und Bäderheilkunde, Massagen und die Manuelle Therapie oder auch die Natur- und Klimatherapie. Der Vortrag widmet sich der wissenschaftlichen Evidenz und den Anwendungsmöglichkeiten dieser naturheilkundlichen Verfahren bei neurodegenerativen Erkrankungen.

Referent: Priv.-Doz. Dr. med. Christian S. Keßler, M.A., M.Sc. (Oberarzt, Forschungsleitung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin – Standort Berlin-Wannsee)

Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder

Termin: Donnerstag, den 06.02.2025 von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr

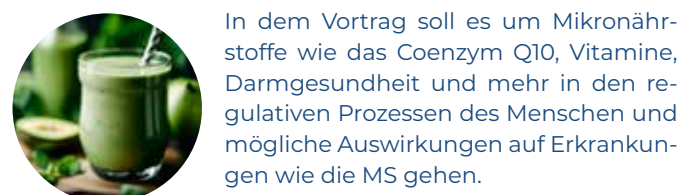
Ort: Online (via Zoom)

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

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

Online-Vortrag: Funktionelle Medizin und MS – was wissen wir über Mikronährstoffe, Vitamine & Co.? Nr.: 25-01-19



In dem Vortrag soll es um Mikronährstoffe wie das Coenzym Q10, Vitamine, Darmgesundheit und mehr in den regulativen Prozessen des Menschen und mögliche Auswirkungen auf Erkrankungen wie die MS gehen.

Referentin: Dr. med. Lien Angela Dögnitz (Neurologin, Privatärztliches Zentrum am Roseneck)

Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder

Termin: Mittwoch, den 26.03.2025 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr

Ort: Online (via Zoom)

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

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

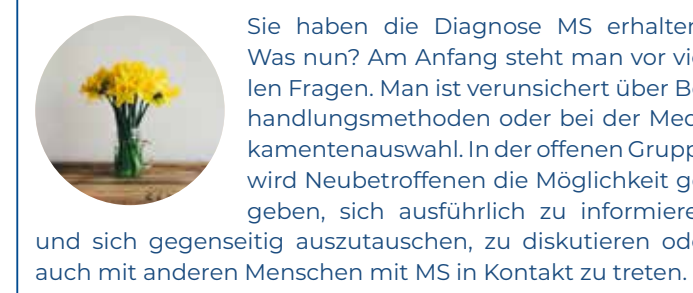
Ort: Klinik Hennigsdorf, Konferenzraum „Stechlin“, behindertengerechter Zugang, Marwitzer Straße 91, 16761 Hennigsdorf

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Nicht erforderlich

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

Angeleitete Gruppen



Neubetroffenengruppe

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

Begleitet durch: Karsten Manske (Dipl.-Psychologe)

Zielgruppe: MS-Betroffene

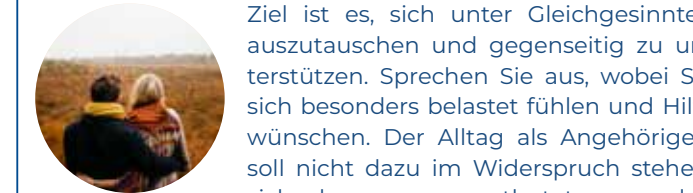
Termin: Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Ort: Geschäftsstelle DMSG Berlin, Aachener Straße 16, 10713 Berlin

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Angehörigengruppe



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

Begleitet durch: Regina Suchet (Sozialpädagogin)

Zielgruppe: Angehörige und Freund*innen MS-Betroffener

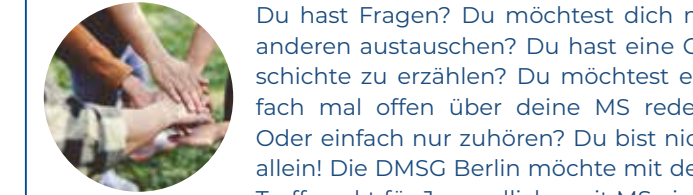
Termin: Jeden 3. Montag im Monat von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Ort: Geschäftsstelle DMSG Berlin, Aachener Straße 16, 10713 Berlin

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG

Treffpunkt für Jugendliche mit MS



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

Begleitet durch: Maarit Schiel (Betroffenenberaterin)

Zielgruppe: Jugendliche mit MS

Termin: Einmal im Monat (Termine nach Absprache)

Ort: Online oder in zentralen Berliner Cafés oder Parks

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Direkt über Maarit Schiel: maarit.schiel@dmsg-berlin.de

Auf unserer Website

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

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

Anmeldung

Name: _____

Vorname: _____

Mitgliedsnummer: _____

Straße/HsNr: _____

PLZ: _____ **Ort:** _____

E-Mail: _____

Tel./Handy: _____

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

Diese Veranstaltungen möchte ich verbindlich besuchen:

- 25-01-01** Trommel-Rhythmus-Workshop
- 25-01-02** Mit Taiji und Qigong gegen MS
- 25-01-03** Selbstverteidigung für Rollstuhlnutzende – sicher und selbstbewusst im Alltag
- 25-01-04** Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe
- 25-01-05** Boulder-Schnupperkurs in Kreuzberg
- 25-01-06** Präsenzveranstaltung: Den Frühling begrüßen!
- 25-01-07** Präsenzveranstaltung: „Berlin entdecken“ für Menschen mit Beeinträchtigungen
- 25-01-08** Präsenzveranstaltung: Smartphone-/Tablet-Kurs für Anfänger*innen
- 25-01-09** Präsenzveranstaltung: Ganganalyse
- 25-01-10** Hybrid-Workshop: Geistig fit bleiben – mit MS
- 25-01-11** Online-Vortrag: SPS – großartige Helfer aus der Pflanzenwelt
- 25-01-12** Hybrid-Vortrag: Gesund ernährt – was ist wirklich wichtig und wie kann ich einfache Veränderungen in meinen Alltag einbauen?
- 25-01-13** Online Presentation (in English): Healing Possibilities of MS with Ayurveda
- 25-01-14** Online-Vortrag: Behinderrungszunahme im Fokus neuer Immuntherapien – aktueller Stand
- 25-01-15** Hybrid-Vortrag: Sensibilitätsstörungen, Schmerzen und paroxysmale Phänomene bei MS
- 25-01-16** Hybrid-Vortrag: Basiswissen MS für Angehörige, Freund*innen und Unterstützer*innen von MS-Betroffenen; mit Demonstration von MS-Symptomen
- 25-01-17** Online-Vortrag: MS und weitere autoimmune Begleiterkrankungen bei den gleichen MS-Betroffenen
- 25-01-18** Online-Vortrag: Klassische Naturheilkunde auf dem neusten Stand
- 25-01-19** Online-Vortrag: Funktionelle Medizin und MS – was wissen wir über Mikronährstoffe, Vitamine & Co. ✂

Online-Veranstaltungen

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



Information

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

Anmeldungen sind per Post, Fax, E-Mail oder unsere Website möglich.

Bitte beachten Sie, dass unsere Veranstaltungen ab einer Teilnehmerzahl von 6 Personen stattfinden und die Durchführung somit jeweils unter Vorbehalt steht.

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

☎ 030 / 312 66 04

✉ veranstaltungen@dmsg-berlin.de

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

Bildnachweis

„Trommel-Workshop“: © DMSG Berlin | „Gesangstherapie“: © Dieter_G/Pixabay | „Selbstverteidigung“: © Steve Buissonne/Pixabay | „Boulder-Schnupperkurs“: © DMSG Berlin | „Den Frühling begrüßen“: © wa_172619 / Pixabay | „Ganganalyse“: © Daniel Reche / Pixabay | „Geistig fit bleiben – mit MS“: © hainguyenrp / Pixabay | „Darmgesund“: © DMSG Berlin | „Gesund ernährt“: © Silvia / Pixabay | „Healing Possibilities of MS“: © Lakshmirama Oza / Pixabay | „Behinderungszunahme“: © Michaela / Pixabay | „Sensibilitätsstörungen“: © Sarah Sever/Pixabay | „Basiswissen MS“: © DMSG Berlin | „autoimmune Begleiterkrankungen“: © ernando zhiminaicela / Pixabay | „Klassische Naturheilkunde“: © Eva Micháková/Pixabay | „Funktionelle Medizin“: © Crafter Chef/Pixabay | „Neubetroffenengruppe“: © StockSnap/Pixabay | „Angehörigengruppe“: © Pexels/Pixabay | „Treffpunkt“: © iStock.com/Nattakorn Maneerat

KOMPASS Ihr MS-Wegweiser für Berlin



Veranstaltungen 1. Halbjahr 2025

www.dmsg-berlin.de

Musik und Bewegung

Trommel-Rhythmus-Workshop Nr.: 25-01-01



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

Table with details for Trommel-Rhythmus-Workshop: Begleitet durch: Jochen Horvath, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termine: 7 Termine: jeweils am Samstag...

Selbstverteidigung für Rollstuhlnutzende – sicher und selbstbewusst im Alltag Nr.: 25-01-03



Möchten Sie lernen, wie Sie sich in gefährlichen Situationen verteidigen und gleichzeitig Ihr Selbstvertrauen stärken können? In unserem Selbstverteidigungs-Workshop speziell für Rollstuhlnutzende zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihre persönlichen Stärken nutzen, um sich effektiv zu schützen – und das ganz ohne Vorkenntnisse!

Table with details for Selbstverteidigung für Rollstuhlnutzende: Referent: Konrad Brühl, Zielgruppe: Rollstuhlnutzende, Termin: Samstag, den 25.01.2025...

Mit Taiji und Qigong gegen MS Nr.: 25-01-02



Sie haben wieder die Chance, ganz bequem von zu Hause aus, in einem Online-Kurs etwas für Ihre Gesundheit zu tun – und zwar mit Keep Moving, einem Trainingsprogramm bei Bewegungsstörungen, das sich den Gesundheitsaspekt der Bewegungslehren Taiji und Qigong zunutze macht.

Table with details for Mit Taiji und Qigong gegen MS: Begleitet durch: Mirko Lorenz, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termine: 6 Termine im Sitzen: jeweils am Mittwoch...

Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe Nr.: 25-01-04



Wolten Sie schon immer mal mit Ihrer Stimme arbeiten und haben es sich nicht getraut? Dann sind Sie in unserer Sing-Gruppe genau richtig! Hier werden Körper, Atem und Gesangsstimme gleichermaßen angesprochen.

Table with details for Gesangstherapeutisches Angebot: Begleitet durch: Susanne Bohrmann-Fortuzzi, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termine: Jeweils Freitag von 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr...

Boulder-Schnupperkurs in Kreuzberg Nr.: 25-01-05



Welche Fähigkeiten sollten Sie mitbringen? Es geht um Klettern in Absprunghöhe: Die Teilnehmer*innen sollten flexibel sein, sehr einfache Touren mit großen Griffen hochklettern und abklettern zu können...

Table with details for Boulder-Schnupperkurs: Begleitet durch: Zwei Trainer*innen, Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder, Termin: Samstag, den 18.01.2025...

Alltagsbewältigung und Freizeit

Präsenzveranstaltung: Den Frühling begrüßen! Nr.: 25-01-06



Frühlingsanfang – es bleibt schon deutlich länger hell, die Sonne scheint mit wärmender Kraft und überall um uns herum beginnt es, grün zu sprießen. Wie ist es um unseren inneren Frühling bestellt?

Table with details for Den Frühling begrüßen!: Referentin: Eva Vogt, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termine: 6 Termine: jeweils am Dienstag...

Präsenzveranstaltung: „Berlin entdecken“ für Menschen mit Beeinträchtigungen Nr.: 25-01-07

Als MS-Erkrankte möchte ich andere Betroffene barrierefrei durch das Schloss Charlottenburg führen. Ganz kurz, spannend und anschaulich werde ich die Teilnehmer*innen mit dem Bauwerk und seiner spannenden Geschichte vertraut machen.

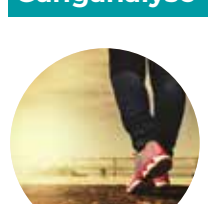
Table with details for „Berlin entdecken“: Referentin: Amelie von Oppen, Zielgruppe: Nur für DMSG Mitglieder, Termin: Mittwoch, den 16.04.2025...

Präsenzveranstaltung: Smartphone-/Tablet-Kurs für Anfänger*innen Nr.: 25-01-08

Der Kurs richtet sich an am Anfang stehende Teilnehmende. Ziel des Kurses ist es, den Teilnehmenden die Grundlagen der Geräte zu vermitteln und dabei zu helfen, die Kompetenz der Anwesenden zu stärken.

Table with details for Smartphone-/Tablet-Kurs: Referentin: Thorsten Hennig, Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder, Termine: 6 Termine: jeweils am Dienstag...

Präsenzveranstaltung: Ganganalyse Nr.: 25-01-09



In einer 30-minütigen 1-zu-1-Betreuung wird ein Therapeut Ihre Bewegungen beim Gehen genau beobachten und analysieren. Dabei wird Ihr Gangmuster hinsichtlich Stabilität, Schrittfolge und Balance untersucht.

Table with details for Ganganalyse: Referent: Felix Göbel, Zielgruppe: Nur DMSG-Mitglieder, Termin: Freitag, den 14.03.2025...

Hybrid-Workshop: Geistig fit bleiben – mit MS Nr.: 25-01-10

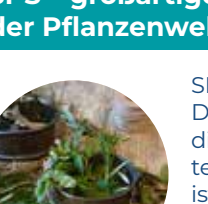


Mit zunehmendem Alter lässt unsere geistige Leistungsfähigkeit nach. Dies geht mit normalen altersbedingten Abbauprozessen im Gehirn einher, die aber nicht eine Demenz andeuten.

Table with details for Geistig fit bleiben: Referent: Univ.-Prof. Dr. Michael Niedeggen, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termin: Montag, den 17.02.2025...

Medizin und Gesundheit

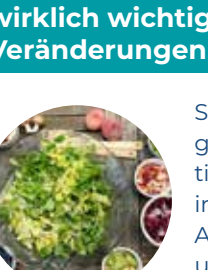
Online-Vortrag: SPS – großartige Helfer aus der Pflanzenwelt Nr.: 25-01-11



SPS steht für sekundäre Pflanzenstoffe. Diese wunderbaren Inhaltsstoffe, die uns die Pflanzenwelt bietet, haben vielfältigste Wirkungen auf unsere Gesundheit.

Table with details for SPS – großartige Helfer: Referentin: Antje Schwan, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termin: Mittwoch, den 19.03.2025...

Hybrid-Vortrag: Gesund ernährt – was ist wirklich wichtig und wie kann ich einfache Veränderungen in meinen Alltag einbauen? Nr.: 25-01-12



Sich gesund zu ernähren ist heutzutage gar nicht so einfach. Deshalb ist es wichtig, sich immer mal wieder daran zu erinnern, was dem Körper wirklich guttut.

Table with details for Gesund ernährt: Referentin: Antje Schwan, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termin: Mittwoch, den 04.06.2025...

Online Presentation (in English): Healing Possibilities of MS with Ayurveda Nr.: 25-01-13



We are excited to announce a special session on Ayurveda and Healing Possibilities for Multiple Sclerosis led by Dr. Jobin Madukkakuzhy, an 8th-generation Ayurveda practitioner from India.

Table with details for Healing Possibilities of MS: Speaker: Dr. Jobin J Madukkakuzhy, Target group: All interested persons, Date and time: Thursday, 30/01/25...

Hybrid-Vortrag: Sensibilitätsstörungen, Schmerzen und paroxysmale Phänomene bei MS Nr.: 25-01-15



Sensibilitätsstörungen wie zum Beispiel Missempfindungen gehören zu den häufigsten MS-Symptomen. Oft stehen sie am Anfang der Erkrankung. In deren Verlauf können sich verschiedene Schmerzphänomene entwickeln.

Table with details for Sensibilitätsstörungen: Referent: PD Dr. med. Karl Baum, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termin: Donnerstag, den 15.05.2025...

Hybrid-Vortrag: Basiswissen MS; mit Demonstration von MS-Symptomen Nr.: 25-01-16



Um das Verständnis für diese facettenreiche Erkrankung zu erhöhen, richtet sich dieser in möglichst einfacher Sprache gehaltene Vortrag an Angehörige, Freund*innen und Unterstützer*innen von MS-Betroffenen.

Table with details for Basiswissen MS: Referent*innen: PD Dr. med. Karl Baum, Zielgruppe: MS-Betroffene, Angehörige, Freund*innen und Unterstützer*innen, Termin: Donnerstag, den 10.04.2025...

Online-Vortrag: Behinderungszunahme im Fokus neuer Immuntherapien – aktueller Stand Nr.: 25-01-14



Die Behinderungszunahme kann das Ergebnis einer unvollständigen Rückbildung von Schüben sein, häufiger ist jedoch eine auch zwischen den Schüben vorkommende, schleichende Behinderungszunahme.

Table with details for Behinderungszunahme: Referent: PD Dr. med. Karl Baum, Zielgruppe: Alle Interessierten, Termin: Donnerstag, den 27.02.2025...