



MS-KONTAKT

Dezember 2024 / Ausgabe 121

von MS-Betroffenen
für MS-Betroffene

dmsg ■ Deutsche
■ Multiple Sklerose
■ Gesellschaft
■ Landesverband

Bremen e.V.

Impressum

Herausgeber:
 DMSG-Landesverband Bremen e.V.
 Brucknerstr. 13
 28359 Bremen
 Telefon 0421 326619
 Telefax 0421 324092
 www.dmsg-bremen.de

Bankverbindung:
 Dt. Multiple Sklerose LV Bremen
 Oldenburgische Landesbank AG
 IBAN: DE 12 2802 0050 4659 9809 00

Schirmherr:
 N. N.

Ehrenamtlicher Vorstand
1. Vorsitzender: Prof. Dr. med. Andreas Kastrup
2. Vorsitzender: Ulf Blohm
Schatzmeister: Herbert Temmes
weitere Vorstandsmitglieder:
 Carmen Mazur
 Rosemarie Kovač
 Claudia Elges-Meyer

Ehrenamtliche Redaktion
 Verantwortlich im Sinnes des Presserechtes:
 Cordula Gätjens
 Peter Einig
 Maike Schmidt
 Matthias Rast

Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht der Meinung der Redaktion entsprechen. Die Redaktion behält sich vor, Beiträge zu kürzen. Nachdruck – auch auszugsweise – sowie Vervielfältigung jeglicher Art, bedürfen der Zustimmung der Redaktion. Für die Veröffentlichung von Fotos bitten wir aus drucktechnischen Gründen um die Zusendung von digitalen Aufnahmen oder um das Originalfoto.

Die Redaktion verzichtet aus Gründen der besseren Lesbarkeit und einfacher Texterfassung auf die geschlechtsspezifische Schreibweise.

Telefonische Rückmeldungen an die Redaktion:
 0421 326619
 redaktion@dmsg-bremen.de

Redaktionsschluss:
 Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe (Ausgabe 122) ist der 30.04.2025. Bitte schicken Sie Ihren Artikel bzw. Beitrag vorzugsweise digital an redaktion@dmsg-bremen.de oder an die

Beratungsstelle der DMSG
 Stichwort: MS-KONTAKT
 Brucknerstr. 13
 28359 Bremen

erscheint halbjährlich

Inhalt

03 Grußwort

04 Aus dem Landesverband

- Neuer Vorstand
- Protokoll der Mitgliederversammlung
- Schnuppertag in Hippotherapie

12 Was sonst noch

- Urteil zum aufgesetzten Parken
- Neuro – Ende einer Ära

14 Schwarzes Brett

- Cartoon
- Kinoprogramm
- Kino mit Sound
- Herbst – Gedicht von Thomas Jensch

16 Was sonst noch

- Fahrtauglichkeit bei MS
- Schachaufgaben
- Rezept: Gewürzte Mandeln

20 Seminare und Veranstaltungen

25 Lösungen

26 Gruppentreffen

Quelle Fotos:
 © privat der Redaktion zur Verfügung gestellt,
 © Maike Schmidt,
 Adobe Stock – stock.adobe.com
 Pixabay – pixabay.com

**Liebe Mitglieder, liebe Angehörige,
 liebe Leserinnen und Leser,**

wir freuen uns, Ihnen in dieser Ausgabe unserer Mitgliederzeitung einige Neuigkeiten und Entwicklungen aus unserem Verein vorstellen zu können.

Zunächst möchten wir unseren neuen ersten Vorsitzenden, Professor Kastrup, herzlich willkommen heißen. Mit seiner Expertise und seinem Engagement wird er frischen Wind in unsere Arbeit bringen. Wir freuen uns auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit und sind gespannt auf seine Impulse, welche er setzen wird. Zum zweiten Vorsitzenden wurde Ulf Blohm gewählt.

Herrn Henckel haben wir verabschiedet und danken nochmals herzlich für sein jahrelanges Engagement für unseren Verein.

Unsere finanziellen Schwierigkeiten im Verein dauern weiterhin an und wir möchten Sie wiederholt herzlich bitten zu spenden. Aufgrund dieser angespannten finanziellen Situation werden weiterhin die Beratungsanfragen durch den Landesverband Niedersachsen gewährleistet.

Jeder Euro hilft uns und ermöglicht uns, unsere Arbeit weiterzuführen.

Dankeschön

Für das kommende Jahr sind wieder Veranstaltungen und Seminare geplant worden, die teilweise auf den Ideen und Vorschlägen der Gruppensprecherbeiratssitzungen basieren. Einen herzlichen Dank an dieser Stelle an die Gruppensprecher für diesen engagierten Austausch. Die Seminare und Veranstaltungen bieten eine hervorragende Gelegenheit, Wissen auszutauschen und neue Perspektiven zu gewinnen. Zudem freuen wir uns, Ihnen mitteilen zu können,

dass unser Musikprojekt durch die Hertie Stiftung auch für das kommende Jahr gefördert wird. Diese Unterstützung ermöglicht es uns, unsere musikalischen Talente weiter zu fördern und die Gemeinschaft zu stärken.

Nähere Informationen zu den geplanten Veranstaltungen für das kommende Jahr finden Sie in dieser Ausgabe.

Auch möchten wir Ihnen das Projekt »May50k« ans Herz legen, welches im Mai 2025 wieder stattfindet und beworben wird durch den Bundesverband der DMSG. Sport und MS ergänzen sich wunderbar bei dieser Aktion und es werden Spenden für die MS Forschung gesammelt.

Wer möchte mit dem Vorstand Joggen?

Nähere Informationen finden Sie unter: Themay50k.de



Leider müssen wir auch von einem schweren Verlust berichten:

Unser geschätzter Schirmherr Willi Lemke ist verstorben. Sein Engagement und seine Leidenschaft für unsere Sache werden uns stets in Erinnerung bleiben. Wir werden sein Andenken in Ehren halten.

Mit funkelnden Weihnachtsgrüßen

der Vorstand



DMSG Bremen hat einen neuen 1. und 2. Vorsitzenden

Am Mittwoch, 26. Juni 2024, fand die jährliche Mitgliederversammlung der DMSG – Landesverband Bremen – statt. Auf der Tagesordnung stand u. a. die Wahl des 1. und 2. Vorsitzenden.

Herr Jürgen-Peter Henckel, der seit November 2013 erster Vorsitzender war, stand aus persönlichen Gründen nicht mehr zur Verfügung. Die Mitglieder würdigten sein großes Engagement für die Belange der DMSG.

An seiner Stelle wurde Herr Prof. Dr. med. Andreas Kastrup einstimmig gewählt. Herr Prof. Kastrup ist in der DMSG kein Unbekannter, denn er ist schon seit Jahren Vorsitzender des medizinischen Beirats der DMSG Bremen. Hier arbeiten

ehrenamtlich Ärzte, Physio- und Ergotherapeuten und MS-Betroffene und beraten u. a. den Vorstand in medizinischen Fragen, ferner informieren sie die Mitglieder und Interessierte mit aktuellen Beiträgen.

Seit Dezember 2022 war die Stelle des zweiten Vorsitzenden vakant. Hierfür stellte sich Ulf Blohm aus Bremerhaven zur Wahl. Er ist schon seit einigen Jahren als Vorstandsmitglied aktiv und u. a. auch als Sprecher der MS-Selbsthilfegruppe »Mut zur MS« in Bremerhaven. Auch er wurde einstimmig gewählt.

Rosemarie Kovač



Von links: Herbert Temmes (Schatzmeister), Rosemarie Kovač, Professor Andreas Kastrup (1. Vorsitzender), Ulf Blohm (2. Vorsitzender), Carmen Mazur, Claudia Elges-Meyer

DMSG, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen



Protokoll der Mitgliederversammlung

| | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Datum: Mi., 26. Juni 2024 | Ort: DMSG LV Bremen e.V. Brucknerstraße 13, 28359 Bremen |
| Beginn: 17:00 Uhr | Ende: 18:10 Uhr |
| Anwesende: 32 Siehe Anwesenheitsliste | |
| Leitung der Sitzung: Herbert Temmes ab 17:55 Uhr: Prof. Dr. med. Andreas Kastrup | Protokollführung: Rosemarie Kovač |

„Haus der Carl und Grete Schröder Stiftung“
Brucknerstraße 13
28359 Bremen

Beratung: (0421) 32 66 19
Verwaltung: (0421) 36 48 56 64
Fax: (0421) 32 40 92
info@dmsg-bremen.de
www.dmsg-bremen.de

Vereinsregister VR
Amtsgericht Bremen
VR 4538

Schirmherr:
Willi Lemke

Geschäftsführender Vorstand:
Prof. Dr. med. Andreas Kastrup (1. Vorsitzender)
Ulf Blohm (stellv. Vorsitzender)
Herbert Temmes (Schatzmeister)

Weitere Vorstandsmitglieder:
Claudia Elges-Meyer
Carmen Mazur
Rosemarie Kovač

Mitgliedschaften:
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband LV Bremen e.V.
Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe behinderter Menschen Bremen e.V.
Landesteilhabebeirat der Freien Hansestadt Bremen
Stiftungshaus Bremen e. V.

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Bericht des Vorstandes
3. Bericht des Schatzmeisters
- Jahresabschluss 2023
- finanzielle Gesamtlage
4. Bericht der Rechnungsprüfer 2023
5. Entlastung des Vorstandes
6. Vorstellung des Wirtschaftsplanes 2024
7. Wahlen
- Bestellung der Wahlleitung
- Wahl des 1. Vorsitzenden
- Wahl des 2. Vorsitzenden
8. Wahl der Rechnungsprüfer, § 7 Satzung
9. Festlegung der Höhe der geminderten Mitgliedsbeiträge
10. Diskussion über hybride Mitgliederversammlungen nach § 32 BGB

Seite 1 von 6

Geschäftskonto und Spendenkonto:
Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Zuwendungen sind steuerbegünstigt!

11. Verschiedenes

Dringlichkeitsantrag Maike Schmidt im Auftrag der Redaktionsmitglieder der MS-Kontakt

- Unsere Mitgliederzeitung MS-Kontakt

Dringlichkeitsantrag Maike Schmidt

- Zukunft der Sozialberatung der DMSG in Bremen

TOP 1: Begrüßung und Feststellung der Beschlussfähigkeit

Herr Herbert Temmes eröffnet die Mitgliederversammlung.

Er entschuldigt Herrn Henckel, der aus Krankheitsgründen nicht anwesend sein kann.

Die Mitgliederversammlung ist satzungsgemäß beschlussfähig.

TOP 2: Bericht des Vorstandes

Herr Temmes stellt sich vor, da er letztes Jahr aus organisatorischen Gründen in Anwesenheit gewählt worden ist.

Ferner begrüßt er Herrn Prof. Dr. med. Andreas Kastrup als Vorsitzenden des Medizinischen Beirats.

Herr Temmes erläutert, dass die Zahlen für den Jahresabschluss beim Versand der Einladung zur diesjährigen Mitgliederversammlung leider noch nicht vorgelegen haben. Aus diesem Grund gibt es den Abschluss dieses Mal als Tischvorlage und er bittet um Einverständnis für dieses Vorgehen. Es gibt keinen Widerspruch.

TOP 3: Bericht des Schatzmeisters

- Jahresabschluss 2023

Herr Temmes berichtet, dass die DMSG Bremen im letzten Jahr einen Zuschuss vom Bremer Senat erhielt und dieses Jahr wieder die institutionelle Förderung bekommt. Durch die Zuwendung des Senats sind wir zurzeit arbeitsfähig.

Der Verein hat 79.000 Euro eingenommen

Die Mitgliederzahlen - 539, Stand: 31.12.2023 - sind stabil geblieben.

203 Frauen und 88 Männer nahmen das Beratungsangebot an.

Die Nord-DMSG haben ein gemeinsames Seminarprogramm

herausgegeben. Ferner gibt es zwei Mal im Jahr eine kostenfreie Zeitung.

Es wurden 23 Workshops mit durchschnittlich 13 Teilnehmern durchgeführt.

In den zwölf Selbsthilfegruppen des Landesverbandes finden regelmäßige Treffen statt, an denen zwischen 120 bis 200 Menschen teilnehmen. Auch neuen Teilnehmern stehen die Gruppen offen.

Es werden aus der Mitgliederversammlung heraus keine Fragen gestellt.

Geschäftskonto und Spendenkonto:

Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Seite 2 von 6
Zuwendungen sind
steuerbegünstigt!

- finanzielle Gesamtlage

Es wurden 79.000 Euro durch Mitgliedsbeiträge, Veranstaltungen, Zuschüsse des Bundesverbands, sonstige Förderungen und Spenden eingenommen.

Am Ende hatte der Verband ein Minus von 48.000 Euro. Die Vermögenssituation des Vereines lässt es nicht zu, weiter so zu arbeiten, daher mussten Einsparungen vorgenommen werden.

2/3 der Ausgaben sind Personalkosten, was in den anderen

Landesverbänden ähnlich aussieht. Lfd. Betriebskosten,

Öffentlichkeitsarbeit etc. ergeben 40.000 Euro.

Es wird ein Budget im Jahr 2024 von 92.000 Euro benötigt. Nochmaliges Aufzehren der Rücklagen sei nicht mehr möglich.

Herr Kurt Bange fragt, da man ja schon viel eingespart habe, wie es weitergeht?

Herr Temmes berichtet, dass ab 15.07.2024 eine halbe Stelle wegfällt und die Beratungen über Niedersachsen laufen, was natürlich nicht für immer so vorgesehen sei.

Da die Sozialberaterin seit Dezember letzten Jahres im Krankenstand war, war dem Vorstand klar, dass er handeln musste.

Das Jahr 2024 werde wahrscheinlich mit einer schwarzen Null abgeschlossen werden.

Herr Bange berichtet, vor Jahren habe man vom Bremerhavener Magistrat 15.000 Euro bekommen, wie sieht es da aus?

Frau Kovač berichtet, dass sie auf verschiedenen Ebenen mit Bremerhaven in Verbindung treten wird. Zurzeit ist eine Abgeordnete der Stadtverordnetenversammlung dabei, die Möglichkeiten auszuloten.

Ein anderes Mitglied fragt, ob, da bis Mitte Juli die Sozialarbeiterin noch bei der DMSG beschäftigt sei, und die Gelder vom Senat an die Beratung gekoppelt, die Satzung noch eingehalten werde, wenn die Beratungen über den LV Niedersachsen erfolgten.

Herr Temmes erklärt, dass wir als Landesverband die Beratungen sicherstellen würden. Alles Weitere müsste mit dem Senat geklärt werden.

Frau Carmen Mazur macht darauf aufmerksam, dass man sieben Monate aus Krankheitsgründen keine Beratung in Bremen anbieten konnte und somit auf die Unterstützung von Niedersachsen angewiesen war.

Herr Jürgen Höptner empfiehlt, den Zuwendungsbescheid daraufhin genau anzusehen.

TOP 4: Bericht der Rechnungsprüfer 2023

Die Rechnungsprüfenden, **Frau Maike Schmidt** und **Herr Thomas Meyer**, berichten, dass alle Kassenbelege vorhanden waren und die Kassenprüfung ohne Beanstandung war.

TOP 5: Entlastung des Vorstandes

Frau Schmidt stellt den Antrag, den Vorstand zu entlasten.

Der Vorstand wird einstimmig entlastet. Der Vorstand hat sich an der Abstimmung satzungsgemäß nicht beteiligt.

Geschäftskonto und Spendenkonto:

Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Seite 3 von 6
Zuwendungen sind
steuerbegünstigt!

TOP 6: Vorstellung des Wirtschaftsplanes 2024

Herr Temmes es stehen 27.000 und 65.000, also ca. 92.000 Euro zur Verfügung. 62.000 Euro werden Personalkosten sein. Zur Jahresmitte kann man sagen, dass die Zuschüsse so fließen, wie vorgesehen.

Man wird voraussichtlich die schwarze Null erreichen.

Nachfrage von einem Mitglied: Gibt es einen Hausmeister?

Herr Temmes sagt, dass es seit zwei Monaten wieder einen Hausmeister gibt. Dieser werde aber von der Stiftung gezahlt.

TOP 7: Wahlen

- Bestellung der Wahlleitung

Herr Temmes schlägt Frau Rosemarie Kovač als Wahlleiterin vor. Es gibt keinen Widerspruch.

- Wahl des 1. Vorsitzenden

Frau Kovač sagt, dass Herr Jürgen-Peter Henckel im November 2013 zum Vorsitzenden gewählt wurde und aus persönlichen Gründen nicht mehr für dieses Amt mehr zur Verfügung steht.

Herr Henckel war ein unermüdlicher Kämpfer für die Belange und dem Fortbestand der DMSG Bremen und sie dankt ihm in Abwesenheit auf diesem Wege im Namen der Mitglieder für seinen großen Einsatz.

Sie berichtet, dass Herr Prof. Dr. med. Andreas Kastrup sich dankenswerterweise zur Wahl als 1. Vorsitzender stellt und bittet ihn, sich kurz vorzustellen.

Herr Prof. Dr. med. Andreas Kastrup sagt, dass er seit 2009 in Bremen ist und im Klinikum Ost und Mitte tätig war und seit 2020 Chefarzt im Klinikum Bremen-Mitte ist. Er freue sich auf die Mitwirkung im Vorstand der DMSG.

Es gibt keine weiteren Kandidaten.

Herr Prof. Dr. med. Andreas Kastrup wird einstimmig zum 1. Vorsitzenden gewählt und nimmt die Wahl an.

- Wahl des 2. Vorsitzenden

Frau Kovač erinnert daran, dass seit dem Tod von Günther Lochner, der von 2008 bis Dezember 2022 zweiter Vorsitzender war, dieses Amt verwaist ist. Hierfür hat Herr Ulf Blohm, der bisher u.a. als Vorstandmitglied tätig ist, sich zur Wahl bereit erklärt. Sie bittet ihn, sich kurz vorstellen.

Herr Ulf Blohm berichtet, dass er sehr gerne für dieses Amt kandidiert, zumal einige Mitglieder ihn zu diesem Schritt ermutigt haben.

Es gibt keine weiteren Kandidaten.

Herr Ulf Blohm wird einstimmig zum 2. Vorsitzenden gewählt und nimmt die Wahl an.

Geschäftskonto und Spendenkonto:
Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Seite 4 von 6
Zuwendungen sind
steuerbegünstigt!

TOP 8: Wahl der Rechnungsprüfer, § 7 Satzung

Frau Kovač sagt, dass die beiden bisherigen Rechnungsprüfenden anwesend sind und man ihr berichtet habe, dass die beiden dies Amt auch fortführen möchten. Auf Nachfrage erklärten sowohl **Frau Maike Schmidt** als auch **Herr Thomas Meyer**, sich bereit, erneut zur Wahl zur Verfügung zu stehen.

Sie wurden von den Mitgliedern einstimmig wieder gewählt.

TOP 9: Festlegung der Höhe der geminderten Mitgliedsbeiträge, § 5 Satzung

Herr Temmes berichtet, dass es Mitglieder gäbe, für die der volle Mitgliedsbeitrag nicht leistbar sei. Daher schlägt der Vorstand der Mitgliederversammlung vor, dass diese Mitglieder, nach Prüfung des jeweiligen Einzelfalls, 50 % des jeweils gültigen Mitgliedsbeitrages zahlen sollten. Dies gilt ab dem Jahr 2025.

Bei Härtefällen, die im Einzelfall vom Vorstand zu prüfen seien, könne man ggf. auf null Euro reduzieren.

Die Mitgliederversammlung stimmt diesem Vorschlag einstimmig zu.

TOP 10: Diskussion über hybride Mitgliederversammlungen nach § 32 BGB

Herr Blohm erläutert, dass es der Wunsch der Bremerhavener Mitglieder sei, dass es in Zukunft hybride Mitgliederversammlungen gibt. Laut § 32 BGB ist dies zulässig, wenn in der Einladung steht, dass es eine hybride Versammlung ist.

Eine Teilnehmerin unterstützt Herr Blohm in seinen Ausführungen und macht ferner darauf aufmerksam, dass die Mitglieder aus Bremerhaven sehr an hybriden Versammlungen interessiert seien.

Herr Temmes verweist darauf, dass hierüber kein Beschluss gefasst werden muss, da dies Gesetzeslage ist. Er macht darauf aufmerksam, dass eine Briefwahl wesentlich schwieriger sei und somit die hybride Möglichkeit besser umsetzbar sei.

Herr Prof. Kastrup regt an, dies in den Gruppen zu thematisieren.

**TOP 11: Verschiedenes
2 Dringlichkeitsanträge**

Dringlichkeitsantrag von Maike Schmidt im Auftrag der Redaktionsmitglieder der MS-Kontakt (siehe Anlage)

- Unsere Mitgliederzeitung MS-Kontakt

Herr Temmes geht auf den Antrag ein und sagt, dass man auch hier schauen muss, wo und wie man Geld einsparen könne. Die Redaktion solle bestehen bleiben. Man solle schauen, ob und wie man mit der Redaktion des Landesverbandes Niedersachsen zusammenarbeiten könne. Er würde eine Zusammenarbeit begrüßen, denn so könne man voneinander wissen, wo was geplant ist. Frau Schmidt merkt an, dass dann die Verlängerung der Lizenz der Software nicht mehr notwendig sei.

Geschäftskonto und Spendenkonto:
Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Seite 5 von 6
Zuwendungen sind
steuerbegünstigt!

Dringlichkeitsantrag Maike Schmidt (siehe Anlage)
 - Zukunft der Sozialberatung der DMSG in Bremen

Herr Temmes geht auf die einzelnen Fragen ein:

- Die Beratungsstelle in Bremen werde nicht geschlossen.
- Die Sozialberatung wird derzeit von Niedersachsen übernommen und dies wird Bremen in Rechnung gestellt.
- Die Krankenkassen haben für 2023 eine Förderung abgelehnt. Dieses Vorgehen gab es bisher in keinem Bundesland. Bremen hat Widerspruch eingelegt, mit dem Ergebnis, dass für das Jahr 2023 3.000 Euro bewilligt wurden. Für das Jahr 2024 wurden 10.000 Euro Pauschalförderung bewilligt.

Herr Temmes übergibt die Sitzungsleitung an Herrn Prof. Kastrup.

Von einem Mitglied wird nach der Messe **NEURO** gefragt.

Herr Prof. Kastrup sagt, dass es dieses Jahr die Messe NEURO nicht geben kann. Die NEURO war z. B. im letzten Jahr mit ca. 900 Besuchenden, ca. 40 Ausstellern der drei neurologischen Schwerpunkte sehr groß

Die Messe Bremen GmbH sei gerade dabei, sich neu aufzustellen. Dies bedeutet auch, dass die NEURO mehr Geld kosten wird. Man müsse daher überlegen, wie und in welchem Umfang die NEURO stattfinden könne.

Auf Nachfrage sagt Herr Prof. Kastrup, dass dieses Jahr der Medizinische Beirat tagen werde.

Ferner geht er noch mal auf das Thema Sozialberatungen ein: Es wird immer mehr dazu kommen, dass Beratungen in hybrider Form stattfinden, von daher sei sinnvoll, sich mit Niedersachsen zu verzahnen und somit Synergien zu schaffen, ohne die Eigenständigkeit der DMSG Bremen aufzugeben.

Ende: 18:10 Uhr

Versammlungsleiter bis 17:55 Herbert Temmes

Versammlungsleiter ab 17:55 Prof. med. Dr. Andreas Kastrup

Protokollführung: Rosemarie Kovač

Geschäftskonto und Spendenkonto:
 Oldenburgische Landesbank AG – IBAN DE 12 2802 0050 4659 9809 00 – BIC OLBODEH2XXX

Seite 6 von 6
**Zuwendungen sind
 steuerbegünstigt!**

Schnuppertag in Hippotherapie



aufgebaut, die mir das Aufsitzen mit Hilfe zweier Therapeuten ermöglichte. Dann wurde das Pferd langsam im Kreis herum geführt. Nach einiger Zeit gewann ich Vertrauen, konnte mich auf den Rhythmus des Pferdes einstellen und sogar mal den Haltegriff loslassen.

Nach dem Absteigen konnte ich deutlich besser laufen und fühlte mich stabiler.

Brigitte Eggers

Ich war am 14. September zum »Schnuppertag in der Hippotherapie« dabei. Wir waren sieben Teilnehmer*innen und alle sehr gespannt auf den Kurs.

Ich selber hatte große Angst vor den Pferden an sich, wie komme ich auf das Pferd und auch wieder runter, kann ich vielleicht runterfallen.

Aber alle haben mir Mut zugesprochen.

Zuerst kamen zwei Rollstuhlfahrer*innen mit Hilfe einer Rampe an die Reihe. Schon dort sah man eine deutlich stabilere Körperhaltung, da war ich schon etwas beruhigter. Dann kam ich an die Reihe. Auf dem Platz war eine Treppe



Urteil zum aufgesetzten Parken

Entscheidung des Bundesverwaltungsgerichtes



Wir hatten in der Juni 2024-Ausgabe der MS-Kontakt über das aufgesetzte Parken und die daraus resultierenden Einschränkungen für Anwohner, Mütter mit Kinderwagen und körperbehinderte Menschen berichtet. Am 6. Juni 2024 hatte sich nun das Bundesverwaltungsgericht (BVerwG) in Leipzig in letzter Instanz damit auseinandergesetzt und damit für Rechtsklarheit gesorgt.

Unstrittig war bereits vor der Verhandlung, dass das Gehwegparken illegal ist und in Bremen und anderswo jeden Tag hunderttausende Autofahrer gegen geltendes Recht verstoßen. Der Parkraum ist in den Städten sehr knapp bemessen und so wurde von den Behörden oft ein Auge zuge-drückt.

Ebenso herrschte weitgehend Einigkeit darüber, dass die Verkehrsbehörde dieses geduldete Parkverhalten nicht weiter ignorieren darf. Klar ist aber auch, dass die Behörde nicht kurzfristig gegen das aufgesetzte Parken vorgehen oder dieses vollständig unterbinden kann.

Der WESER-KURIER hatte in den vergangenen Jahren mehrfach darüber berichtet.

Was bedeutet dieses Urteil nun für die davon Betroffenen? Was bedeutet dies Urteil für uns?

Das BVerwG hat die aktuelle Rechtslage bestätigt, aber gewährte den Verantwortlichen a) einen Ermessensspielraum und b) muss das Urteil auch nicht sofort in die Tat umgesetzt werden. Bremen konzentriert sich zunächst auf stark bewohnte Gegenden und Straßen mit wenig Parkraum und setzt die Gesetzeslage nach und nach in die Tat um. Hier-von sind die Stadtteile das Viertel, die Neustadt und die Hemmstraße in Findorff betroffen. In der Anfangsphase werden noch Verwarnungen vom Ordnungsamt ausgesprochen, aber später werden Parkverstöße mit Bußgeld sanktioniert. Wir sind gespannt, inwieweit sich Verbesserungen u. a. für Menschen mit Rollator oder Rollstuhl durchsetzen werden.

Matthias Rast

Das Ende einer Ära: Die NEURO-Veranstaltung in der Messe Bremen wird eingestellt

Was 2004 in Bremerhaven als »Bremerhavener Neurologietag« erfolgreich begann, entwickelte sich zu einer festen Institution in der neurologischen Fachwelt. Die Veranstaltung, die anfangs alle zwei Jahre in Bremerhaven stattfand, wurde von engagierten Mitgliedern der Patienteninitiativen der DMSG (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) Landesverband Bremen und der DPV (Deutsche Parkinson Vereinigung) in Zusammenarbeit mit der Neurologie des ZKH Reinkenheide, Bremerhaven, ins Leben gerufen. Der wissenschaftliche Leiter der ersten Jahre war Prof. Dr. Per Odin, während die Organisation von Kurt Bange, Gabi Fasshauer und Mirja Dardat verantwortet wurde.

2013 führten Gespräche mit der Messe Bremen zu einer Neuausrichtung und Ausweitung des Formats auf Bremen und Bremerhaven. Ab 2014 fand die Veranstaltung im jährlichen Wechsel in beiden Städten statt, bevor sie ab 2019 ausschließlich in Bremen unter dem Namen »NEURO« fortgeführt wurde. Die Tagung richtete sich an Ärztinnen, Ärzte, Pflegekräfte, Therapeutinnen, Betroffene und Angehörige.

Die Projektleitung der »NEURO« übernahm die Messe Bremen unter der Führung von Frau Kordula Grimm in Zusammenarbeit mit Frau Susan Haus. Von 2019 an war Susan

Haus als Projektleiterin im neu geschaffenen Bereich CONGRESS BREMEN federführend für die »NEURO« zuständig.

Der Bremerhavener Neurologietag wurde durch die Übernahme zur »NEURO«, und das Veranstaltungskonzept erfreute sich stetig wachsender Beliebtheit und Besucherzahlen.

Zum Programmbeirat gehörten neben Prof. Dr. Per Odin (bis 2019), Dr. med. Holger Honig und Kurt Bange auch Frau Dr. Katja Odin und Prof. Dr. Andreas Kastrup (seit 2019). Im Jahr 2020 konnte zudem Prof. Pawel Kermer für den Beirat gewonnen werden.

Nach 19 erfolgreichen Jahren und einer kontinuierlich steigenden Besucherzahl müssen wir Ihnen nun leider mitteilen, dass es die »NEURO« in ihrer bisherigen Form nicht mehr geben wird. Personelle Umstrukturierungen und die schwierigen wirtschaftlichen Rahmenbedingungen verhindern, dass die Messe Bremen die Veranstaltung in der gewohnten Form rentabel fortsetzen kann. Der Programmbeirat plant jedoch, kleinere Informationsveranstaltungen für Betroffene und Angehörige in Bremen und Bremerhaven zu organisieren, um den wertvollen Austausch weiterhin zu fördern.

Kurt Bange



Humor ist, wenn ...

VORSICHT, STUFE!



LAPPAN

20 JAHRE
Behinderte Cartoons von Phil Hubbe

Phil Hubbe, selbst an MS erkrankt, zeichnet Cartoons über Behinderungen. Vom Jubiläumsband »Vorsicht, Stufe!« – 20 Jahre Behinderte Cartoons – kommt als Titelblatt dieser Cartoon.

Mehr zum Nachlesen unter <https://www.hubbe-cartoons.de>



Kinoprogramm 1. Halbjahr 2025



Wie immer sonntags um 16:00 Uhr in der Brucknerstraße 13:

- 19.01.25** Forrest Gump
- 16.02.25** Still (Michael J. Fox)
- 16.03.25** Night on Earth (Marta)
- 20.04.25** The circle
- 18.05.25** 12 years a slave
- 15.06.25** Der Vorleser

Newsletter bestellen bei Malte Halim unter mhalim@web.de.
Programmänderungen werden über Email bekanntgegeben.

Herbst

Es ist Herbst und die Blätter fielen wie Schneeschauer aus den Bäumen.
Man könnte fast meinen, man würde dieses nur träumen.
Es ist aber alles wahr.
Dieses sah auch recht hübsch aus wie, die Blätter so tanzten im Wind.
Darüber freute sich ein jedes Kind.
Sie freuten sich auch über die Pfützen und als sie in diese hineinsprangen, dass tat vielleicht spritzen.
Zudem stürmte kräftig so manches Mal der Wind,
durch die Städte und über die Felder und ganz besonders auch durch die Wälder.
Es wurde immer kälter und kälter, bis es so kalt gewesen war, dass alles erstarrt.
Selbst das sonst weiche Regenwasser, in Form von Pfützen wurde als Eis erstarrt.
Also die Pfützen, in denen die Kinder gestern noch spielten so apart, wurden heute ganz steif gefroren und hart.
Zudem der dichte Nebel und die erwähnten steif gefrorenen Pfützen, wo selbst die dicken Winterstiefel nichts mehr nützten.
Man musste behutsam seinen bei den schreiten, wenn man nicht wollte zu Boden zu gleiten.
Also, wenn dieses alle so gewesen war, dann schlage ich euch vor, ihr bleibt am besten Zuhause.
Oder noch viel eher, ihr macht eine lange ausgedehnte Winterpause.
Dieses war mein Herbstgedicht.

Thomas Jensch

Thomas Jensch (48), ein Bewohner der MS
– Wohngruppe der Bremer Heimstriftung
und schreibt Gedichte und Geschichten

Kino mit Sound

Seit 2016 bietet Malte Halim monatlich Filmvorstellungen an, die er selber organisiert und durchführt. Zum Kinosonntag im Juli brachte Maïke Schmidt diverses technisches Equipment mit und optimierte die vorhandene Technik. Seitdem erklingt der Filmsound nicht mehr über kleine Boxen, die neben dem Projektor standen, sondern über vier Lautsprecher die an den Ecken der Raumdecke angebracht sind!

C.G.

Fahrtauglichkeit bei MS – Das sollten Sie wissen

Persönliche Mobilität ist ein wichtiges Gut, denn sie führt zur Erweiterung des Aktionsradius und ist damit eine zentrale Voraussetzung für Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Aus diesem Grund darf sie nicht ohne Grund eingeschränkt werden – eine Gratwanderung bei der sowohl die Bedürfnisse des Einzelnen als auch das Interesse der Allgemeinheit an der Sicherheit des Straßenverkehrs zu berücksichtigen sind.

Wir wünschen uns alle, dass die eigene Mobilität möglichst lange erhalten bleibt. Dabei ist Automobilität für viele – auch für an MS Erkrankte – wichtig.

Ist die MS-Erkrankung nicht stark ausgeprägt, ist das auch meist kein Problem. Funktionsbeeinträchtigungen wie beispielsweise motorische Störungen, Gleichgewichts- und Koordinationsstörungen, Fatigue oder Veränderungen beim Sehen können die Fahrtüchtigkeit jedoch beeinträchtigen und führen regelmäßig zu Verunsicherung.

Vielleicht stellen auch Sie sich bereits die Frage, ob Sie trotz MS-bedingter Funktionsbeeinträchtigungen noch Autofahren dürfen. Nachfolgend erhalten Sie Informationen zur Rechtslage und zusätzlich noch ein paar Tipps.

Nach § 2 Abs. 4 **Straßenverkehrsgesetz (StVG)** ist zum Führen von Kraftfahrzeugen geeignet, wer die notwendigen körperlichen und geistigen Anforderungen erfüllt und nicht erheblich oder nicht wiederholt gegen verkehrsrechtliche Vorschriften oder gegen Strafgesetze verstoßen hat.

Näheres dazu ist in der **Fahrerlaubnisverordnung (FeV)** festgelegt, wonach jeder bestimmte körperliche und geistige (psychische) Voraussetzungen erfüllen muss, um ein Kraftfahrzeug sicher führen zu können. Für jeden Inhaber einer Fahrerlaubnis besteht eine

VORSORGEPFLICHT:

»Wer sich infolge körperlicher oder geistiger Beeinträchtigungen nicht sicher im Verkehr bewegen kann, darf am Verkehr nur teilnehmen, wenn Vorsorge getroffen ist, dass er andere nicht gefährdet. Die Pflicht zur Vorsorge, (...) obliegt jedem Verkehrsteilnehmer selbst oder einem für ihn Verantwortlichen«, § 2 Abs. 1 FeV.

Möchten Sie am Straßenverkehr teilnehmen, müssen Sie somit selbst sicherstellen, dass Sie dazu im-

stande sind. EIGENVERANTWORTUNG ist hier gefragt.

Mit welchen Krankheiten Sie wann Autofahren dürfen, ist in den »Begutachtungsleitlinien zur Kraftfahreignung (BGL)« geregelt, Kapitel 2.4: (...) »Für alle Auswirkungen der im Folgenden aufgeführten Leiden hat der Verkehrsteilnehmer stets die Hauptlast der Verantwortung zu tragen.« Die BGL enthalten Aussagen über Leistungsanforderungen, Bedeutung von Krankheiten für Fahreignung und Fahrsicherheit und eventuelle Kompensationsmöglichkeiten.

Beantragen Sie einen Führerschein, werden Sie noch nach Vorerkrankungen gefragt, denn nach § 11 der FeV muss ein Bewerber oder Inhaber eines Führerscheins die notwendigen körperlichen und geistigen Anforderungen erfüllen. In Deutschland besteht – zumindest mit Blick auf Bewerber für die Fahrerlaubnisklassen A und B – allerdings keine Meldepflicht für Erkrankungen, die die Fahreignung einschränken.

Das Ausfüllen des Gesundheitsfragebogens ist freiwillig.

Von entscheidender Bedeutung ist, dass jeder Einzelne verpflichtet ist, Vorsorge für eine sichere Teilnahme am Straßenverkehr zu treffen, s. o.

Sie selbst sind also verpflichtet, eigenverantwortlich zu überprüfen, inwieweit die Fähigkeit gegeben ist, ein Kraftfahrzeug sicher und ohne (Eigen-/Fremd-)Gefährdung zu führen, **Stichwort: Vorsorgepflicht**, § 2 Abs. 1 FeV, s. o.

Der zeitlich gestaffelte verpflichtende Umtausch des alten Führerscheins erfolgt ebenfalls ohne Gesundheitsprüfung.

Es handelt sich hierbei nur um einen verwaltungstechnischen Umtausch. Ihre Fahrerlaubnis, also das Recht zum Führen von bestimmten Kraftfahrzeugen, bleibt unverändert bestehen. Zusätzliche regelmäßige ärztliche Untersuchungen oder sonstige Prüfungen bestehen aber auch weiterhin lediglich für bestimmte Berufsgruppen mit besonderer Verantwortung.

Die Fahrerlaubnisbehörde schaltet sich nach § 2 StVG erst ein, wenn ihr Tatsachen bekannt werden, die Bedenken gegen eine Fahreignung begründen.

Aufgrund des vielfältigen Erscheinungsbildes der MS-Erkrankung sowie der möglichen Progredienz erfolgt eine **rechtsverbindliche Beurteilung der Fahreignung** immer individuell anhand Art und Ausprägung der Symptome.

Die Krankheit selbst wird nicht in den Führerschein eingetragen, wohl aber eventuelle Auflagen an Sie und Beschränkungen. Damit dürfen Sie dann nur unter bestimmten Bedingungen fahren oder nur bestimmte Fahrzeuge (z. B. ein Automatikfahrzeug) führen.

Fällt die Fahreignungsprüfung in Gänze positiv aus, dürfen Sie fahren und sind rechtlich abgesichert. Stellt sich bei der Beurteilung der Fahreignung heraus, dass die eigene Fahreignung nicht mehr gegeben ist, kann Ihre Fahrerlaubnis entzogen und der Führerschein eingezogen werden.

Wenn der behandelnde (Fach-)Arzt Sie auf eine mögliche Einschränkung der Fahreignung hinweisen sollte oder vielleicht sogar schon hingewiesen hat, sollten Sie die Angelegenheit durch weitere Untersuchungen unbedingt offiziell abklären lassen, um straf- und/oder versicherungsrechtliche Konsequenzen zu vermeiden.

Übrigens: Spricht der Sie behandelnde Arzt ein Fahrverbot aus, handelt es nicht wirklich um ein Verbot, sondern lediglich um eine Empfehlung.

Der Sie behandelnde Arzt muss auch keine Informationen über bei Ihnen diagnostizierte chronische Erkrankungen (z. B. MS) an die Fahrerlaubnisbehörden weitergeben (»ärztliche Schweigepflicht«). Möchte ein Arzt einen Patienten melden, müsste er auf den allgemeinen »rechtfertigenden Notstand«, § 34 Strafgesetzbuch, zurückgreifen, was eine »gegenwärtige, nicht anders abwendbare Gefahr« z. B. für Leib und Leben anderer voraussetzt.

Schwerwiegende Konsequenzen drohen, wenn Sie bei einer Polizeikontrolle auffallen oder in einen Unfall verwickelt werden. Zwar dürfen Sie sich als Beschuldigter auf Ihr Schweigerecht berufen, Sie müssen Polizei oder Staatsanwaltschaft also nicht über die MS-Erkrankung informieren. Die Führerscheinstelle kann jedoch eine verkehrsmedizinische Begutachtung in einer Begutachtungsstelle für Fahreignung oder bei einem Facharzt mit entsprechender Qualifikation anordnen.

Kommen Sie der Aufforderung der Führerscheinstelle nicht nach oder führt das Gutachten zu einem negativen Ergebnis, kann Ihre Fahrerlaubnis entzogen und Ihr Führerschein eingezogen werden.

Wird nach einem Unfall festgestellt, dass Sie gefahren sind, obwohl Sie vom Arzt – was dieser sich auch schriftlich von Ihnen bestätigen lassen kann – ausdrücklich auf Ihre Fahrtüchtigkeit hingewiesen wurden, droht Ihnen ein Bußgeld, der Führerscheinentzug und eine strafrechtliche Verfolgung der Angelegenheit. Sie müssen außerdem damit rechnen, dass der Kfz-Versicherer seine Leistung verweigert.

Letztlich kommt es auf eigenverantwortliches Handeln an.

Gestehen Sie sich ggfs. bestehende Einschränkungen Ihrer Fahrtauglichkeit ein und reagieren Sie entsprechend.

TIPP: Die Fahreignung lässt sich auch **nichtamtlich informell** abklären.

Wenn Sie im Hinblick auf Ihre Fahreignung unsicher sind, sollten Sie unbedingt den zur Aufklärung verpflichteten behandelnden Arzt darauf ansprechen und im Zweifelsfall eine Begutachtung durch einen Neurologen oder Psychiater mit der dafür notwendigen Zusatzqualifikation »Medizinische Begutachtung« durchführen lassen.

Ihre praktischen Fahrkenntnisse können Sie z. B. im Rahmen einer Fahrtauglichkeitsprüfung bei einer Verkehrsorganisation wie dem ADAC, der DEKRA, dem TÜV oder der Deutschen Verkehrswacht absolvieren. Eine praktische Fahrverhaltensprobe kann auch durch einen Fahrprüfer erfolgen.

Die dafür anfallenden Kosten müssen Sie allerdings selbst tragen.

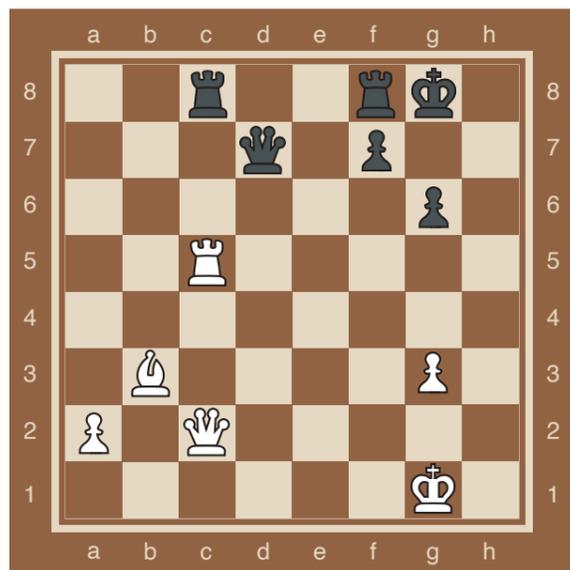
Ihre Fahreignung betreffende Hinweise aus Ihrem sozialen Umfeld (Familie, Freunde oder Bekannte) sollten Sie ebenfalls ernst nehmen.

RAin Marianne Moldenhauer (07/2024)

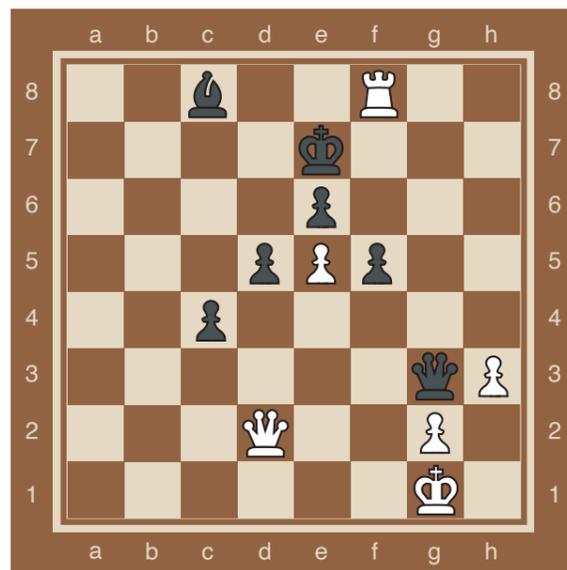
Schachaufgaben



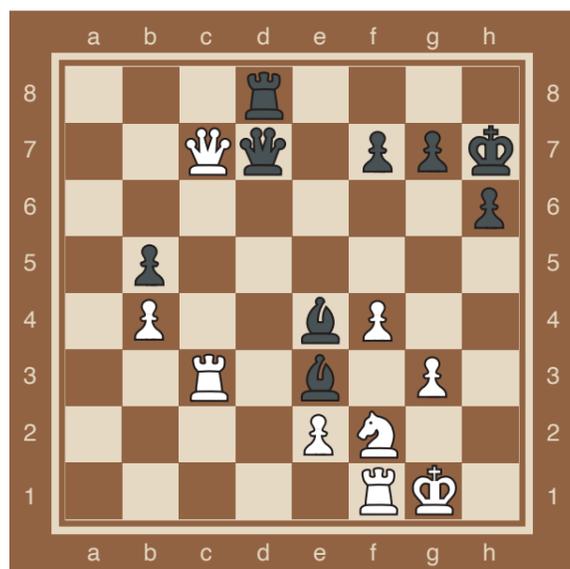
Aufgabe 1:
Weiß setzt in zwei Zügen matt.



Aufgabe 2:
Weiß setzt in zwei Zügen matt.



Aufgabe 3:
Schwarz setzt in zwei Zügen matt.



Aufgabe 4:
Schwarz setzt in zwei Zügen matt.



Gewürzte Mandeln

Gesundes Naschwerk für die Silvesternacht oder für wann auch immer



Anleitung

Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Mandeln waschen, aufs Backblech geben und im Backofen ca. 5 Minuten trocknen bzw. anrösten lassen.

Sämige Paste in einem kleinen Gefäß bereiten:

Pfeffer, Salz, Cayennepfeffer, Curry- und Paprikapulver in Gefäß geben und gut vermengen.

Ahornsirup (macht die Paste flüssig) und Senf dazugeben und gründlich durchmischen.

Mandeln abkühlen lassen und in größerem Gefäß mit der Paste zusammenbringen.

So verrühren, dass die Mandeln von der Paste ausreichend ummantelt sind.

Ummantelte Mandeln gleichmäßig verteilt auf das Backblech geben. Für ein gleichmäßiges Rösten der Mandeln während der Ofenzeit ein- bis zweimal durchmengen.

Ich bewahre die Leckerei in einem gut verschließbaren Glas (Schnapp- oder Schraubglas) auf.

Die Haltbarkeit ließ sich bisher nicht länger als 2 Wochen austesten, weil sie einfach zu lecker sind.

C.G.

Backzeit
15 min

Temperatur
180 °C

Zutaten

| | |
|--------------------|------------------------------|
| 500 g | Mandel |
| ½–1 TL | Pfeffer |
| ½ TL | Salz |
| 1–2 Msp. | Cayennepfeffer |
| 1 geh. TL | Currypulver |
| 2–3 TL | Paprikapulver edelsüß |
| 2 EL | Ahornsirup |
| 2–3 geh. TL | scharfen Senf |

Die Menge der Zutaten kann, je nach persönlichem Belieben, variieren.

Alles auf einen Blick – das komplette Seminarangebot des Nordens jetzt auch online

Ab 2025 unter <http://www.seminare-dmsg-nord.de>



Informationsveranstaltungen

Vortrag: Ist MS nur als Erkrankung des zentralen Nervensystems zu betrachten?

Wie könnte man die Diagnose Multiple Sklerose (MS) auch sehen, wenn man die Abkürzung MS als Manager Syndrom nutzen will? Die gezeigten Verhaltensweisen eines Managers und eines MS-Erkrankten sind sich sehr, sehr ähnlich. Beide zeigen eine außergewöhnlich hohe Bereitschaft, sich mit ihrer ganzen Kraft für eine für SIE bedeutsame Aufgabe einzusetzen. Beide gehen gewohnheitsmäßig über ihre natürlichen körperlichen Grenzen hinweg.

Beide Gruppen haben Schwierigkeiten, sich selber bewusste Auszeiten von ihren ambitionierten Zielen zu gönnen. Die typischen Folgen sind beim Manager oftmals »nur« Burn-out oder Depression.

An MS erkrankte Menschen zeigen auf der körperlichen Ebene oftmals noch gravierende Auflösungserscheinungen auf. Das ganze Körpersystem steht quasi in Flammen und die Funktionsfähigkeiten sind stark eingeschränkt.

Angelika Ulrika Claudia plus Thomas Menzel sind Gesundheitsoptimierer und betrachten den Menschen als ein System mit einem Körper, einem bewussten und unbewussten Willen.

Termin: 21.03.2025, 17:00 – 18:00 Uhr
Leitung: Frau Ehinger (Gesundheitsoptimiererin) & Herr Menzel
Ort: MS-Beratungsstelle, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen
Teilnahmebeitrag: kostenfrei
Teilnehmende: maximal 40
Anmeldeschluss: 24.02.2025

Gesundheitsförderung

Fit im Kopf

Unser Gehirn mag zwar kein Muskel sein, aber Training tut ihm trotzdem gut! In diesem Kurs wollen wir etwas für unsere Fitness im Kopf tun. Mit Methoden des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings trainieren wir Konzentration, Wahrnehmung, Logik und flexibles Denken, Merkfähigkeit und mehr, und Entspannung und Spaß sollen dabei nicht zu kurz kommen.

Termin: 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03. und 01.04.2025, je 17:00 – 18:00 Uhr
Leitung: Gabriele v. Alemann
Ort: DMSG Landesverband Bremen, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen
Teilnahmebeitrag: € 15,- Mitglieder
 € 30,- Nichtmitglieder
Anzahl Teilnehmende: maximal 10
Anmeldung: bei Interesse bitte Kontakt mit der Geschäftsstelle aufnehmen
Anmeldeschluss: 20.01.2025
Hinweis: Termine nicht einzeln buchbar

Trainingskonzept für Muskelaufbau und Koordination

Bewegungsangebot für Menschen mit chronischen Erkrankungen

Mit chronischen Erkrankungen ist es besonders wichtig in Bewegung zu bleiben. Dieser Workshop soll die Möglichkeiten und den Sinn von Bewegung in den Fokus bringen. Was kann ich als betroffener Mensch auch alleine täglich für mich tun. Im Doppelstuhlkreis werden Übungen zu Kraft und Koordination angeboten. Im Austausch miteinander werden wir die Ideen jedes Einzelnen mit einbeziehen.

Bitte bringen sie eine 0,5 Liter gefüllte Wasserflasche mit.

Termin: 26.04.2025, 11:00 – 13:00 Uhr
Leitung: Bärbel Techentin-Bohn
Ort: MS-Beratungsstelle, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen
Teilnahmebeitrag: € 5,- Mitglieder,
 € 10,- Nichtmitglieder
Teilnehmende: maximal 12
Anmeldeschluss: 10.04.2025
Hinweis: Gehfähigkeit vorausgesetzt.

Projekt



Musik verbindet, bewegt seelisch wie körperlich und hat unzählig viele positive Einflüsse auf den Körper und auf die Psyche. Dies ist der Grund, warum die DMSG Bremen in Kooperation mit dem Landesverband Niedersachsen hieraus ein langfristiges Angebot für Menschen mit MS, aber auch für alle anderen interessierten Menschen schaffen möchte. Es ist uns ein großes Anliegen, Angebote für die kulturelle Teilhabe zu schaffen, einen Ausgleich zum häufig anstrengenden Leben zwischen Medikamenten, Symptomen, Arztbesuchen und der ständigen Auseinandersetzung mit den möglichen Konsequenzen dieser Krankheit. Viele kleine Ziele, die zu einem großen Ziel hinführen: Die Erschließung der rehabilitativen Wirkung von Musik!

Wir freuen uns sehr, dass die Hertie Stiftung mit der Initiative mitMiSSion dieses Projekt »Musik für Körper und Seele« von November 2022 bis Oktober 2025 für drei Jahre fördert! **Nun bricht das letzte Jahr an.** Auf diesem Wege ein riesengroßes Dankeschön an die Hertie Stiftung für die Unterstützung unseres Projektes!

Im Folgenden finden Sie unsere Angebote, Veranstaltungen und Konzerte im Rahmen dieses integrativen Gesamtprojektes für das 1. Halbjahr 2025. Wenn Sie Interesse an einer Teilnahme haben sowie bei weiteren Fragen, Ideen und Wünschen wenden Sie sich bitte an die Projektleitung Frau Simone Bücking (buecking@dmsg-bremen.de).

Offene musiktherapeutische Gruppe



Frau Julia Rettig trifft sich einmal im Monat jeweils am Samstagvormittag mit Ihnen, um gemeinsam Musik zu machen und in den Austausch zu kommen. Es sind keine musikalische Vorbildung oder Notenkenntnisse erforderlich. Wir wollen mit einfach spielbaren Instrumenten Ausdruck für innere Prozesse finden, Kontakt in der Gruppe erleben und kleine musikalische Spiele spielen oder auch mal eine Entspannungsmusik genießen. Wir bestimmen in der Gruppe gemeinsam, wohin die Reise geht.

Insbesondere bei neurologischen Erkrankungen, wie der Multiplen Sklerose, spielen therapeutische Angebote im Bereich der Stressbewältigung und der Entspannung eine große Rolle und können zu einer guten Bewältigung beitragen.

Frau Julia Rettig wird die Gruppe leiten und freut sich auf das gemeinsame Spiel.

Dies ist ein offenes Angebot und die Termine können auch einzeln gebucht und besucht werden. Wir bitten lediglich um rechtzeitige An- und Abmeldung.

| | |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Termin: | 18.01.25, 08.02.25 und 01.03.25 jeweils von 10:30 – 11:30 Uhr |
| Leitung: | Frau Julia Rettig, Dipl. Musiktherapeutin (DMtG) und Vorsitzende von BIM – Bremer Institut für Musiktherapie und seelische Gesundheit e.V. |
| Ort: | MS-Beratungsstelle, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen |
| Teilnahmebeitrag: | kostenfrei |
| Teilnehmende: | maximal 6 |
| Anmeldeschluss: | jeweils eine Woche vorab |

Chorgruppe



Unsere Chorgruppe ist Anfang 2024 gestartet und erfreut sich reger Teilnahme. Wir freuen uns sehr, dass wir diese Gruppe bis Oktober 2025 weiter finanzieren können. Und das Gute: Wir haben noch ein paar freie Restplätze. Weiterhin ist jede/r eingeladen, der/die Spaß am Singen hat und sich wöchentlich gemeinsam in einer Gruppe einbringen möchte. Die Gruppe wächst gemeinsam und die Freude am eigenen Singen steht hierbei immer im Vordergrund, der Rest entsteht von allein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Jede/r kann kommen – mit und ohne Erfahrungen.

| | |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Termin: | wöchentlich montags von 18:00 – 19:30 Uhr |
| Leitung: | Katharina Casper, Sängerin und Musikstudentin auf Lehramt |
| Ort: | DMSG Landesverband Bremen, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen |
| Teilnahmebeitrag: | kostenfrei |
| Anzahl Teilnehmende: | maximal 30 |
| Anmeldung: | bei Interesse bitte Kontakt mit der Geschäftsstelle aufnehmen |
| Anmeldeschluss: | je eine Woche vor Termin |

Konzert »Musik für die Seele«



In Kooperation mit der DMSG LV Niedersachsen e.V.



Lassen Sie sich von Cristian Peix mit auf eine Reise nehmen. Eine musikalische Reise, die die Seele berühren wird. Bekannte und vielleicht auch etwas unbekanntere Klavierwerke von Bach bis Satie erklingen rund um das Thema »Musik für die Seele«. Cristian Peix aus Hannover moderiert durch den Nachmittag und spielt diese Stücke am Klavier. Der Pianist wurde in Brasilien geboren, gab als Solist und Begleiter bereits in zahlreichen europäischen Ländern, den USA und Brasilien viele Konzerte.

Wir laden Sie ab 16.00 Uhr zur Einstimmung auf ein gemütliches Kaffeetrinken ein und freuen uns um 17.00 Uhr auf ein zauberhaftes Konzert.

| | |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Termin: | Freitag, den 14.03.2025 um 16:00 Uhr |
| Leitung: | Cristian Peix, Pianist und Liedbegleiter |
| Ort: | Ev.-luth. Jakobikirche, Kleiner Hillen 2, 30559 Hannover-Kirchrode |
| Teilnahmebeitrag: | € 5,- Mitglieder € 10,- Nichtmitglieder |
| Teilnehmende: | maximal 40 |
| Anmeldeschluss: | bis zum 28.02.2025 unter info@dmsg-niedersachsen.de |

Workshop: Mit heilsamen Klängen in die Entspannung



In Kooperation mit der DMSG LV Niedersachsen e.V.



Entspannungsverfahren und »heilsame Klänge« – diese Kombination ist eine Wohltat für Seele und Körper! An diesem Tag erhalten Sie einen kurzen theoretischen Einblick in das Stressmanagement und die Bedeutung von Stress bei MS. Sie lernen Ihre eigenen Ressourcen kennen und wie Sie diese nutzen können. Bei Atemübungen, Meditationen, Fantasiereisen wenden wir »heilsame« Klänge und Musikstücke an. Welche Kriterien müssen erfüllt sein, um »heilsam« zu sein? Was sind diese Alphawellen? Sie bekommen eine Idee davon, diese Methoden gezielt und langfristig in den eigenen Lebensalltag umzusetzen und zu genießen.

Bitte mitbringen: Bei Bedarf ein Kissen, dicke Socken und einen Snack zur Stärkung.

- Termin:** Samstag, den 24.05.2025 von 11:00 – 15:00 Uhr
- Ort:** Altes Schulhaus Dauelsen, Schulstraße, 27283 Verden (Aller)
- Leitung:** Simone Bücking, Entspannungspädagogin und Stressmanagement-Trainerin
- Teilnehmende:** maximal 12
- Teilnahmebeitrag:** € 5,- Mitglieder
€ 10,- Nichtmitglieder
- Anmeldeschluss:** 10.05.2025 unter info@dmsg-niedersachsen.de

Workshop: Stimm- und Sprechtraining bei MS



Stimm- und Sprechstörungen sind häufige Symptome bei MS. Mit verschiedenen Therapieansätzen können Atmung, Stimme, Sprechen und Schlucken ganzheitlich behandelt werden, um Betroffene optimal zu unterstützen und ihre Kommunikationsfähigkeit zu verbessern.

In diesem Seminar informiert Michael Helbing über verschiedene Behandlungsfelder, darunter Stimm- und Sprechtherapie und Schlucktherapie. Zudem haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, ihre Stimme auszuprobieren und gemeinsam an Stimme und Atmung zu arbeiten – mit Freude und verschiedenen Strategien.

- Termin:** Samstag, den 21.06.2025 von 14:00 – 18:00 Uhr
- Ort:** DMSG Landesverband Bremen, Brucknerstraße 13, 28359 Bremen
- Leitung:** Michael Helbing, staatlich geprüfter Atem-, Sprech- und Stimmlehrer
- Teilnehmende:** maximal 25
- Teilnahmebeitrag:** € 3,- Mitglieder
€ 5,- Nichtmitglieder
- Anmeldeschluss:** 05.06.2025

In Kooperation mit



Mit freundlicher Unterstützung von



Auszug aus unseren Anmeldeformalitäten

Bitte benutzen Sie unser Anmeldeformular, welches Sie auf unserer Website vorfinden und ausdrucken können. Bitte beachten Sie auch unsere Anmeldefristen. Auch nach Anmeldeschluss ist Ihre Anfrage für uns von Bedeutung, um freigewordene Plätze an Nachrücker/innen vergeben zu können.

Rücktrittsregelung

Wird die Teilnahme an einem Seminar/Kurs kurzfristig (weniger als 4 Wochen vorher) abgesagt und kann der Platz nicht anderweitig vergeben werden, so ist die volle Teilnahmegebühr zu entrichten. Bei plötzlicher Krankheit (Nachweispflicht) wird keine Ausfallgebühr erhoben.

Wir danken der Gemeinnützigen Hertie Stiftung und der Carl und Grete Schröder Stiftung sowie den Bremer Krankenkassen für ihre Unterstützung!

Anmeldungen richten Sie bitte an:

DMSG Landesverband Bremen e.V.
Brucknerstr. 13, 28359 Bremen
Tel.: 0421 326619
Fax: 0421 324092
E-Mail: info@dmsg-bremen.de



Anmeldeformular

Lösungen

Schachaufgabe 1:

1.Dxg6+! Der f-Bauer ist gefesselt, sodass der König gezwungen ist, auf das Feld h8 zu ziehen. Kh8 Jetzt folgt 2.Th5#

Schachaufgabe 2:

1.Db4! Es bleibt nur ein Fluchtfeld Kd7, aber jetzt folgt 2.Dd6#

Schachaufgabe 3:

1... Dh3! Der Springer ist gefesselt und darf nicht ziehen. Es droht matt! 2.Dxd8 Ein Ablenkungsmanöver und ein letzter Schwindelversuch, aber Schwarz lässt sich nicht beirren und setzt matt Dxg3#

Schachaufgabe 4:

1... Sxd3+ Der Läufer ist gefesselt, die zweite Grundreihe wird vom Turm kontrolliert und nun ist der König gezwungen, auf das verbliebene Feld f1 zu ziehen, aber es gibt keine Rettung mehr. Es folgt 2. Kf1 Tf2#

Termine der MS-Gruppen im Lande Bremen

**Bremen-Stadt – MS-Beratungsstelle,
28359 Bremen, Brucknerstr. 13, Tel.: 326619**

Bunte Mischung Themenbezogener Gesprächskreis Betroffener
Jeweils erster Montag im Monat um 18:00 Uhr
Ansprechpartner*in: Uwe Schlönvoigt Tel.: 3780613
Maike Schmidt Mobil: 0151 15751939

Angehörigengruppe Gesprächskreis für Partner von MS-Betroffenen
Treffen viermal im Jahr
Ansprechpartnerinnen: Claudia Elges-Meyer Tel.: 2768000
Angelika Güttner Tel.: 6492651 oder
Mobil: 0151 51881577

Kunterbunt Erfahrungsaustausch, Aktivitäten, Gespräche
Jeweils erster Mittwoch im Monat um 18:00 Uhr
Ansprechpartnerinnen: Brigitte Eggers Tel.: 52403008
Dr. Pia Marks Tel.: 2449337

Junge Gruppe Erfahrungsaustausch, Aktivitäten, Gespräche
Jeweils dritten Samstag im Monat
Ansprechpartner: DMSG-Beratungsstelle Bremen Tel.: 326619

Die Realisten Erfahrungsaustausch in fröhlicher Runde
Jeweils letzter Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr
Ansprechpartner*in: Sylvia Rast Tel.: 9582914
Malte Halim Tel.: 5784925

**Bremen-Neustadt,
28119 Bremen, Schulstraße 26**

Falstaff Im Theater-Café in der Shakespeare Company
Erfahrungsaustausch und Gespräche in netter Runde bei leckerem Essen
Jeweils erster Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr
Ansprechpartnerin: Marianne Lassack Mobil: 0173 9966608 oder
Tel.: 51841440

**Bremen-Huchting – Kleines Gemeindezentrum der Ev. St. Georgs-Gemeinde,
Kirchhuchtinger Landstr. 24, 28259 Bremen**

M*iteinander S*tark Erfahrungsaustausch, Gespräche und Informationen.
Am ersten Samstag im Monat um 11:00 Uhr.
Gute Parkmöglichkeiten und auch mit dem Bus gut zu erreichen, nur eine Haltestelle vom Roland-Center entfernt.
Ansprechpartnerinnen: Sabine Burmeister Mobil: 0160 99413100
Susanne Dethloff Mobil: 0176 99992418

**Bremen-Oslebshausen – Schnackbar,
28239 Bremen, Landstraße 18**

Hoffnungsvolle Alternativen Erfahrungsaustausch über ein Leben ohne Basistherapie, Aktivitäten
Jeweils letzter Sonntag im Monat um 12:30 Uhr
Ansprechpartner*in: Ulrich Berkhan Tel.: 0162 2951089
Kirsten Bösche-Storch Tel.: 0152 56760422

**Bremen-Aumund/Fähr – Gemeindehaus der ev. Luth. Christophorusgemeinde,
28755 Bremen, Menkestr. 15**

Gruppe Bremen Nord Gesprächskreis
Jeweils erster Mittwoch im Monat um 15:00 Uhr
Ansprechpartnerinnen: Carmen Mazur Tel.: 624766
Marion Flathmann Tel.: 656829

**Bremen-Nord – Haus Blumenkamp der Bremer Heimstiftung im ehemaligen Café
28759 Bremen, Billungstr. 21**

Die Individualisten Gesprächskreis, Informationen, Erfahrungsaustausch
Wir treffen uns jeden 1. Samstag im Monat um 14:00 Uhr.
Ansprechpartner*in: Edith Wechseler Tel.: 01512 8725838
Roland Lorenz Tel.: 01522 8060463

**Bremerhaven – Albert-Schweitzer-Wohnstätten,
27568 Bremerhaven, Fährstr. 1**

Treffpunkt MS Gruppe für MS-Erkrankte, Angehörige und Freunde
Jeden zweiten Freitag im Monat um 16:00 Uhr
Ansprechpartnerinnen: Christa Kürschner-Busch Tel.: 0471 3093488
Brunhilde Noe Tel.: 04749 8920
für Angehörige: Kurt Bange Tel.: 0471 3097829

Mut zur MS Jeden zweiten Montag im Monat um 18:00 Uhr
Ansprechpartner*in: Ulf Blohm Tel.: 0471 50404064
Beanca Schlude Tel.: 04743 3734747

Bitte nehmen Sie bei Interesse an einer Selbsthilfegruppe telefonisch Kontakt zum/zur Ansprechpartner/in oder der Beratungsstelle in Bremen auf.

DMSG Geschäfts- und Beratungsstelle Bremen

Brucknerstraße 13
28359 Bremen
Telefon: 0421 326619
Telefax: 0421 324092
E-Mail : info@dmsg-bremen.de
www.dmsg-bremen.de

Mo. bis Do. 9:00 – 12:00 Uhr

und nach Terminvereinbarung



Juristische Informationen

Henning Wessels
Fachanwalt für Familien-Sozialrecht

Mo., Di., Do. 9:00 – 12:00 Uhr
und 14:00 – 18:00 Uhr
Mi. und Fr. 9:00 – 12:00 Uhr

Die Arbeit des Landesverbandes Bremen e.V. wird durch Zuschüsse der Hertie-Stiftung, Spenden und Mitgliedsbeiträge finanziert.



Unterstützen Sie die Arbeit der DMSG durch Ihre Mitgliedschaft (Jahresbeitrag 48,00 EURO) oder durch Ihre Spende. Sie helfen den MS-Erkrankten, Hilfestellung bei der Bewältigung ihrer noch nicht heilbaren Krankheit und dem damit verbundenen Schicksal zu geben. Zugesagte Spenden bitten wir auf das Konto

Oldenburgische Landesbank AG
IBAN: DE 12 2802 0050 4659 9809 00

zu überweisen. Sie erhalten gerne eine Spendenbescheinigung. Das Finanzamt hat dem Landesverband Bremen e.V. die Gemeinnützigkeit zuerkannt.

Vorsitzender des Landesverbandes:
Prof. Dr. med. Andreas Kastrup

Bundesbeirat MS-Erkrankter:
Ulf Blohm

Medizinischer/Ärztlicher Beirat:
Prof. Dr. med. Andreas Kastrup



Bremen e.V.