

DER WELT-MS-TAG STÄRKT UND MACHT MUT

Am 30. Mai ist es wieder soweit: Der Welt-MS-Tag lädt rund um den Globus zum Mitmachen ein und ruft weltweit zu Solidarität mit den 2,8 Millionen MS-Erkrankten auf, weckt Aufmerksamkeit und Verständnis für deren Belange und klärt über die Erkrankung und ihre Auswirkungen auf alle Lebensbereiche auf.



Unter dem Motto „Diagnose MS: Mit Mut und Stärke leben lernen“ starten am und um den 30. Mai 2023 bundesweit wieder zahlreiche Aktionen und Veranstaltungen. In sozialen Netzwerken wie Facebook, YouTube, Instagram, TikTok oder Twitter tauschen sich MS-Erkrankte, Angehörige und am Thema Interessierte untereinander aus. Nähere Informationen zu den einzelnen Aktionen gibt's auf www.dmsg.de.



MS HELPLINE: 0800 / 52 52 022

(Kostenlos aus dem Fest- und Mobilfunknetz)

Über unsere Helpline werden Sie sofort mit kompetenten und unabhängigen DMSG-Mitarbeitern verbunden.

**Deutsche Multiple Sklerose
Gesellschaft (DMSG) Bundesverband e. V.**

Krausenstraße 50 | 30171 Hannover



Sie erreichen die Landesverbände und den Bundesverband der DMSG über diesen QR-Code oder folgenden Kontakt:

☎ 0511 968 34-0
✉ dmsg@dmsg.de
🌐 www.dmsg.de

SPENDENKONTO

**DMSG, Bundesverband e. V.
Bank für Sozialwirtschaft**

IBAN: DE17 2512 0510 0000 4040 40

BIC: BFSWDE33HAN

Bildnachweis: Kletterer: © JackF, AdobeStock; Strand: © oneinchpunch, AdobeStock; Frau: © contrastwerkstatt, AdobeStock; Brücke: © skasiansin, Depositphotos, Welt: © tai111, adobe.stock.com

Auswahl, Erarbeitung und Zusammenstellung sämtlicher Inhalte durch DMSG, Bundesverband e. V.

www.dmsg.de

Mit freundlicher
Unterstützung:

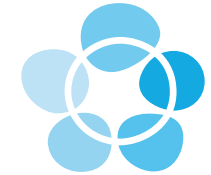
DAK
Gesundheit
Ein Leben Lang



**NICHT ALLEIN MIT MULTIPLER SKLEROSE
DIE DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT HILFT**

Mehr auf:
www.dmsg.de

dmsg Deutsche
Multiple Sklerose
Gesellschaft



WeltMSTag
30. MAI 2024

#MutigundStark

Für den 16. Welt-MS-Tag hat der DMSG-Bundesverband das Motto für Deutschland erneut in einem Wettbewerb ermittelt. Zahlreiche Bewerber haben ihre Vorstellung zum von der internationalen MS-Gesellschaft MS International Federation (MSIF) festgelegten Rahmenthema „Meine MS-Diagnose“ in einem Mottovorschlag umgesetzt.

Im Innenteil berichten die Gewinnerin des Motto-Wettbewerbs, der Vorstand des Bundesbeirates MS-Erkrankter, die Vorsitzende der DMSG, der Vorsitzende des Ärztlichen Beirats und prominente MS-Erkrankte, was sie mit dem Motto verbinden und wie die DMSG hilft und die Forschung fördert.

**Neuer Wettbewerb startet:
Füllen Sie das Motto „DIAGNOSE MS:
MIT MUT UND STÄRKE LEBEN LERNEN“
mit Leben**

Verleihen Sie den vielen Formen und Wegen für Gemeinschaft und gemeinsame Aktionen Gestalt – in Videos, Bildern, Geschichten, Songs, Veranstaltungen und mehr. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Ihre Vorschläge senden Sie bitte bis Ende Juni an weltmstag@dmsg.de



© Bayerischer Rundfunk

TV-Moderatorin **Mirjam Kottmann** (49) lebt und arbeitet seit 1998 mit der Diagnose MS

AUCH MIT MS KÖNNEN BERUFLICHE TRÄUME VERWIRKLICHT WERDEN

Die Treffen mit anderen Neuerkrankten im Rahmen der Selbsthilfegruppe der DMSG fand ich hilfreich. Ich habe dort viele Tipps bekommen und, was noch wichtiger war, mich nicht mehr so allein gefühlt. Dort habe ich Kontakte geschlossen, aus denen Freundschaft geworden ist. Wichtig war auch, dass ich mein Leben im Prinzip weitergelebt habe, wie vorher: mit Reisen, Sport und viel Spaß. Geholfen hat mir, dass ich sofort wieder in die Arbeit gegangen bin. Dort wusste niemand von meiner Diagnose, ich war beschäftigt und abgelenkt und konnte die Krankheit für viele Stunden vergessen. Sucht Euch einen guten Arzt und beginnt frühzeitig mit einer Therapie, denn heutzutage gibt es eine ganze Reihe wirksamer Medikamente, die den Verlauf günstig beeinflussen. Die gab es früher nicht. Und vor allem: lebt! Macht alles, worauf Ihr Lust habt, stresst Euch nicht wegen Kleinigkeiten und habt Freude am Leben!



Sabrina W.
Gewinnerin des Wettbewerbs zur Ermittlung des Mottos für den Welt-MS-Tag 2024. Die Lehrerin lebt seit 2021 mit der Diagnose MS.



AUFGEBEN IST KEINE OPTION!

Diagnose MS: Mit Mut und Stärke leben lernen: Die Diagnose kann zunächst überwältigend und beängstigend sein, oft löst sie viele negative Gedanken aus. Doch lass dich nicht davon einschüchtern! Zeige Mut und Stärke und finde zu neuem Selbstvertrauen! Erwinnere dich: Du bestimmst, wer du bist, nicht deine Krankheit! Denk positiv!

Stell dich den Herausforderungen und du wirst sehen, mit der Diagnose MS kannst auch du ein erfülltes Leben führen. **Trau Dich!**

DIE DMSG STÄRKT UND MACHT MUT

Aus meiner jahrzehntelangen Erfahrung weiß ich, dass die Diagnose MS bei vielen Menschen zunächst tiefe Verzweiflung, Zukunftsängste und ein Chaos der Gefühle verursacht. Seit 70 Jahren ist die DMSG an der Seite der Betroffenen und will MUT machen. Mut macht die neurologische Betreuung in von der DMSG ausgezeichneten MS-Spezialpraxen, Ambulanzen von Kliniken und Rehakliniken. Mut macht die kompetente sozialmedizinische Begleitung der DMSG in den Landesverbänden bei Fragen zu Beruf, Familie und seelischer Befindlichkeit. Mut machen Gespräche mit anderen MS-Betroffenen. Die hoffnungsvolle Entwicklung neuer hochwirksamer Immuntherapien kann das Eintreten einer Behinderung verzögern. Ja, es gehört Mut dazu, sich mit dem Verlauf der MS, möglichen Symptomen und Risiken von Therapien auseinanderzusetzen. Aber dieses Wissen nimmt Unsicherheit, vermindert Ängste und macht stark. **MUT** und **STÄRKE** wecken will deshalb unser Motto des Welt-MS-Tages 2024.



© Johannes Kirchherr

Prof. Dr. med. Judith Haas
Vorsitzende der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e.V.

© privat

Vorstand des DMSG-Bundesbeirates MS-Erkrankter (BBMSE)
Vlnr.: Vorsitzende Claudia Schilewski und die Stellvertreter Simone Sengstock, Markus van de Loo, Ulf Blohm sowie Prof. Dr. med. Judith Haas



DER BBMSE SETZT SICH FÜR MS-ERKRANKTE EIN

Nach der einschneidenden Diagnose **MS**, wachsen wir mit **Mut** und **Stärke** zum eigenen Experten heran. Die vielen Gruppen und Ehrenamtlichen innerhalb der DMSG zeigen uns täglich, wieviel wir trotz unserer Erkrankung erreichen können. Wir engagieren uns in Selbsthilfegruppen, in Vorständen und Beiräten. Wir organisieren Veranstaltungen und teilen unsere neu entdeckten oder altbewährten Fähigkeiten und Stärken mit anderen Betroffenen.

© Johannes Kirchherr

Prof. Dr. med. Ralf Gold
Vorsitzender im Ärztlichen Beirat, DMSG-Bundesverband, Direktor der Neurologischen Klinik der Ruhr-Universität Bochum am St. Josefs-Hospital



DIE FORTSCHRITTE IN DER FORSCHUNG ERMUTIGEN UND STÄRKEN: DIE DMSG VERBINDET EXPERTEN UND MS-ERKRANKTE

Die MS hat heute glücklicherweise viele Ihrer Schrecken verloren, die ich aus den 1980er Jahren noch kenne: wir können in den meisten Fällen durch kluge Auswahl und ggf. Wechsel von Immuntherapien die Entzündung zum Stillstand bringen. Unsere Kenntnis der möglichen Schadensmechanismen erweitert sich durch stetige Forschungsbemühungen, zu denen auch die DMSG-Förderung beiträgt. Mit MS hat man heute eine normale Lebenserwartung und gute Lebensqualität.

Gehen Sie die Zukunft mit Mut an – sowohl privat als auch beruflich!



INFORMATIONEN MACHEN STARK FÜR DAS LEBEN MIT MS

„Für mich war die Diagnose MS erstmal ein Schock. Anfangs hatte ich unzählige Horrorszenerarien im Kopf, doch dann kam alles ganz anders. **Je mehr ich mich informiert habe, desto mutiger und stärker wurde ich.** Heute bin ich sogar dankbar, denn die MS hat mir unglaublich viel Lebensqualität geschenkt. Jeden neuen Morgen können wir ganz selbstbestimmt entscheiden, ob wir uns von der Angst beherrschen lassen oder uns mit gezieltem Selbstmanagement, Sport & Ernährung so viel Gutes tun, dass die Krankheit zum TeamPlayer wird. Es ist ganz allein unsere Entscheidung. Wir sind mehr als unsere Diagnose!“



© Eckard Albrecht

Jana Crämer
Buchautorin

Gemeinsam STÄRKER ALS MS: Willkommen in der DMSG

Multiple Sklerose (MS) kann jeden treffen – jederzeit. Weltweit leben rund 2,8 Millionen Menschen mit der noch unheilbaren Erkrankung, in Deutschland mehr als 280.000. Für alle bedeutet die Krankheit einen tiefen Einschnitt in ihre Lebensplanung. Die DMSG verbindet, informiert unabhängig über Therapien, fördert die Forschung und berät in ihren 16 Landesverbänden.

Gemeinsam möchten wir das Leben mit MS erleichtern. Stärken Sie den Verband durch Ihre Mitgliedschaft, damit wir in der Öffentlichkeit, der Politik, beim Gesetzgeber und bei Leistungs- und Kostenträgern nachdrücklich Gehör für die Belange MS-Erkrankter finden. Interesse? Dann füllen Sie dieses Formular bitte vollständig aus, unterschreiben es und schicken es per Post oder Fax (0511 968 34-50) an: DMSG, Bundesverband e.V., Krausenstraße 50, 30171 Hannover, oder **melden Sie sich online an.**



www.dmsg.de/mitglied-werden

Ich möchte Mitglied der DMSG werden. Bitte senden Sie mir den Aufnahmeantrag des in meinem Bundesland zuständigen DMSG-Landesverbandes zu.

Name, Vorname:

Geburtsdatum:

Straße:

PLZ / Wohnort:

Bundesland:

Telefon:

Ort / Datum:

Unterschrift:

Die Daten Ihrer Mitgliedschaft werden unter Beachtung des Bundesdatenschutzgesetzes automatisiert von uns verarbeitet. Weitere Hinweise zum Datenschutz können Sie dem Impressum auf www.dmsg.de entnehmen.