

**Landesverband Hessen e.V.**

Wittelsbacherallee 86  
60385 Frankfurt am Main

Telefon (069) 40 58 98 – 0  
Telefax (069) 40 58 98 – 47

Weitere Auskünfte gibt gern:  
Sonja Thelen, Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon (069) 40 58 98 - 22

## Pressemitteilung

**+++ Trotz schwieriger Zeit: Jahresprogramm 2021 für MS-Betroffene aus Hessen liegt vor**

**+++ Auf 72 Seiten Auswahl an Bewegungs-, Sport und Entspannungs-Angeboten**

Trotz aller Unsicherheiten und Herausforderungen ist es der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) Landesverband Hessen gelungen, für 2021 ein attraktives und abwechslungsreiches Jahresprogramm für MS-Betroffene zu erstellen. Mit diesen Angeboten möchte die DMSG Hessen den Alltag mit Multiple Sklerose erleichtern und Teilhabe ermöglichen. Vor allem Angebote zu „Bewegung und Sport bei MS“ oder „Entspannung und Balance“ sind immer stärker von MS-Betroffenen nachgefragt. Die Therapie-Kurse, Seminare, Vorträge oder Foren für MS-Betroffene finden hessenweit statt. Auch Nichtmitglieder können teilnehmen und sich anmelden. Das Jahresprogramm der DMSG Hessen ist online abrufbar oder kann über die Geschäftsstelle in Frankfurt angefordert werden.

Frankfurt am Main, 16. Dezember 2020. Das Jahr 2020 war geprägt von massiven Einschränkungen, Unsicherheiten und Ängsten. Die Kontaktbeschränkungen hatten auch Auswirkungen auf eine Vielzahl von Angeboten aus dem Jahresprogramm der DMSG Hessen, die die MS-Selbsthilfeorganisation absagen musste. „Dabei sind die speziell auf die Bedürfnisse von MS-Betroffenen abgestimmten Therapie-Kurse, Wochenende-Seminare, Infoveranstaltungen wichtige Bausteine, um das Leben mit der neurologischen Erkrankung Multiple Sklerose zu erleichtern“, betont Monika Dettke, Leiterin Soziale Dienste bei der DMSG Hessen: „Trotz aller Unsicherheiten haben wir uns dazu entschlossen, zu planen, zu hoffen und zu wünschen, dass unsere Angebote 2021 wieder live stattfinden können, ergänzt beispielsweise um ‚sportliche‘ Online-Angebote.“ So findet sich auf 72 Seiten eine große Auswahl an Kursen, Seminaren, Foren, Treffs, Vorträgen. Das Jahresprogramm 2021 der DMSG Hessen unterteilt sich in die Schwerpunkte „Information“, „Erfahrungsaustausch“, „MS und Familie“, „Bewegung und fit im Alltag“, „Gesundheit und Ernährung“, „Entspannung und Balance“, „Kreativ dabei“, „Hin und weg“ und „Ehrensache“ für ehrenamtlich engagierte Mitglieder. Um den individuellen Anforderungen jedes einzelnen MS-Betroffenen gerecht zu werden, ist das Spektrum vielfältig. Multiple Sklerose ist zwar bislang nicht heilbar,

**Landesverband Hessen e.V.**

Wittelsbacherallee 86  
60385 Frankfurt am Main

Telefon (069) 40 58 98 – 0  
Telefax (069) 40 58 98 – 47

Weitere Auskünfte gibt gern:  
Sonja Thelen, Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon (069) 40 58 98 - 22

## Pressemitteilung

aber behandelbar. Der Krankheitsverlauf ist nicht vorhersehbar und bei jedem Betroffenen verschieden. Daher bildet das Jahresprogramm eine große Spannweite ab: Sie reicht von „Achtsamkeit bei MS“ über Klettern bis hin zu Yoga-Kursen. Ebenso sind Vorschläge von Mitgliedern eingeflossen, wie das Wochenendseminar „Selbstverteidigung für Menschen mit Handicap.“ Die Angebote finden über ganz Hessen verteilt, möglichst wohnortnah statt: im Rhein-Main-Gebiet, Süd-, Nord-, Mittel- und Osthessen.

Insbesondere Angebote zu Bewegung und Sport sind stark nachgefragt. „Auf die Bedürfnisse von MS-Betroffenen abgestimmte Trainings- oder Bewegungsprogramme können sich positiv auf Mobilität, kognitive Fähigkeiten und Ausdauer auswirken“, erläutert Sportwissenschaftlerin Dr. Stephanie Woschek. Sie hat in Kooperation mit der Hochschule Fresenius für die DMSG Hessen 2019 das von der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung geförderte „Funktionstraining bei MS“ entwickelt. Das Training läuft seit dem Start mit großem Zuspruch – und seit den Corona-bedingten Einschränkungen auch als virtuelles Angebot zum Mitmachen in den eigenen vier Wänden. Eine gezielte sport- und bewegungstherapeutische Beratung der DMSG Hessen ist die Basis, um für jeden Interessierten das passende Sport- und Trainingsprogramm zu erarbeiten.

Für 2021 wieder ein so ein vielfältiges Jahresprogramm für MS-Betroffene entwickelt zu haben, war für die DMSG Hessen nicht nur ein organisatorischer, sondern auch ein finanzieller Kraftakt. „Wir mussten in diesem Jahr, in dem wir unser 40-jähriges Bestehen feiern wollten, nicht nur zahlreiche Angebote absagen, sondern auch eine Vielzahl an Benefizaktionen. Dieser Wegfall an Spenden hat uns finanziell sehr getroffen“, sagt Dagmar Spill, Vorsitzende der DMSG Hessen: „Aber gerade in diesen Zeiten, in denen Multiple-Sklerose-Erkrankte noch mehr mit Isolation zu kämpfen haben, ist es wichtig zu zeigen, dass wir MS-Betroffene weiterhin begleiten. Um das künftig leisten zu können, sind wir für jede Spende dankbar!“

Das Jahresprogramm kann über die Geschäftsstelle der DMSG Hessen (Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt am Main, Tel. 069/405898-0) angefordert oder heruntergeladen werden: [www.dmsg-hessen.de](http://www.dmsg-hessen.de).

**Das Spendenkonto der DMSG Hessen: Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE74 550 205 000 007 605 200, BIC: BFSWDE33MNZ.**

**Landesverband Hessen e.V.**

Wittelsbacherallee 86  
60385 Frankfurt am Main

Telefon (069) 40 58 98 – 0  
Telefax (069) 40 58 98 – 47

Weitere Auskünfte gibt gern:  
Sonja Thelen, Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon (069) 40 58 98 - 22

## Pressemitteilung

**Bildunterschriften:**

DMSG Hessen Monika Dettke\_Copyright Sophie Schueler: Monika Dettke, Leiterin Soziale Dienste. Bild: Sophie Schüler

DMSG Hessen Vorsitzende Dagmar Spill\_Copyright Sonja Thelen: Dagmar Spill, Vorsitzende DMSG Hessen. Bild: Sonja Thelen

Funktionstraining bei MS Team\_Copyright Sophie Schüler: Das Team von „Funktionstraining bei MS“: Charlotte Klump (v.l.), Teamleiterin Dr. Stephanie Woschek und Nadine Scholl. Bild: Sophie Schüler

Funktionstraining-bei-MS\_Irina Kollander\_Copyright Sonja Thelen: Irina Kollander beim „Funktionstraining bei MS“ in der Frankfurter Physiotherapie-Praxis von Sabine von Arnim. Bild: Sonja Thelen

**Die DMSG Hessen**

Die DMSG, Landesverband Hessen e.V., ist eine Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung für MS-Kranke in Hessen, wurde vor 40 Jahren, 1980, gegründet und hat in Frankfurt ihren Sitz. 18 haupt- und über 500 ehrenamtliche Mitarbeiter arbeiten hier für etwa 8000 bis 10.000 Betroffene. In den Reihen der DMSG Hessen bestehen derzeit hessenweit 42 Selbsthilfegruppen und 36 MS-Treffs. Der Landesverband Hessen ist einer von 16 Landesverbänden, die der Bundesverband mit Sitz in Hannover umfasst. Ziel der Selbsthilfeorganisation ist vornehmlich die umfassende und individuelle Beratung MS-Betroffener und ihrer Angehörigen in psychosozialen, medizinischen, beruflichen und sozialrechtlichen Fragen. Weitere Anliegen der DMSG Hessen sind, bei der Organisation und Beantragung von pflegerischen Leistungen und Rehabilitation zu beraten sowie MS-Betroffene und ihre Angehörigen in allen Aspekten ihres sozialen Lebens zu begleiten und im Beratungstermin persönliche Anliegen zu besprechen.

**Was ist Multiple Sklerose?**

Die Multiple Sklerose (MS) ist eine chronisch entzündliche Erkrankung des Zentralnervensystems (Gehirn und Rückenmark), die zu Störungen der Bewegungen, der Sinnesempfindungen und anderen weitgehenden Beeinträchtigungen führen kann. In Deutschland leiden rund 240.000 Menschen an MS, davon vermutlich mehr als 10.000 in Hessen. Trotz intensiver Forschungen ist die Ursache der Krankheit nicht bekannt. Sie ist nicht ansteckend. Welche anderen Faktoren zum Auftreten der MS beitragen, ist ungewiss. MS kann heute frühzeitig günstig beeinflusst werden. Die Anzahl der Neuerkrankungen gerade bei jungen Menschen nimmt von Jahr zu Jahr stetig zu.

[www.dmsg-hessen.de](http://www.dmsg-hessen.de)

Das Spendenkonto der DMSG Hessen: Bank für Sozialwirtschaft, IBAN: DE74 550 205 000 007 605 200, BIC: BFSWDE33MNZ