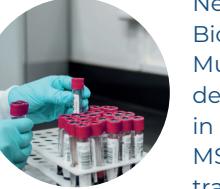


Online-Vortrag:
Biomarker NfL – ein neues Fenster
ins zentrale Nervensystem



Neurofilament light chain (NfL) ist ein Biomarker für neuronale Schäden bei Multipler Sklerose. Was genau hat es mit dem Biomarker NfL auf sich? Wie ist er in der neurologischen Behandlung der MS einzusetzen? Ein spannender Vortrag zum Thema mit der anschließenden Möglichkeit, Fragen zu stellen.

Referentin:	Dr. med. Said Masri (Neurologe, neurologie.berlin im Tempelhofer Hafen)
Zielgruppe:	Nur für DMSG-Mitglieder
Termin:	Mittwoch, den 25.02.2026 von 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Ort:	Online (via Zoom)
Teilnahmekosten:	Keine
Anmeldung:	Erforderlich bei der DMSG Berlin

Nr.: 26-01-13

Zweiteiliger Online-Vortrag:
Neurogene Blasen- und Darmstörungen



Franziska Weise ist seit über 20 Jahren examinierte Krankenschwester und seit 14 Jahren auf die Versorgung von Menschen mit neurogenen Blasen- und Darmfunktionsstörungen spezialisiert. In ihrer täglichen Arbeit widmet sie sich der ganzheitlichen Therapie, Ernährungsberatung bei neurogenen Darmstörungen sowie der Prophylaxe und dem frühzeitigen Management von Blasenfunktionsstörungen. In ihren Schulungen vermittelt sie anschaulich die Grundlagen von Anatomie und Physiologie, erklärt die neurologischen Fehlfunktionen bei MS und gibt praxisnahe Tipps, wie Betroffene ihre Symptome besser verstehen und ihre Lebensqualität verbessern können.

Online-Vortrag: Neurogene Blasenstörungen

Referentin:	Franziska Weise (Kooperationsmanagement, Therapiespezialistin Kontinentz, Amacuro Homecare)
Zielgruppe:	Nur für DMSG-Mitglieder
Termin:	Donnerstag, den 29.01.2026 von 18:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr
Ort:	Online (via Zoom)
Teilnahmekosten:	Keine
Anmeldung:	Erforderlich bei der DMSG Berlin

Nr.: 26-01-15

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

Termin: Donnerstag, den 23.03.2026 von 17:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr
Ort: **Online (via Zoom)**
Teilnahmekosten: **Keine**

Anmeldung: Erforderlich über die Website der DMSG Brandenburg

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

Auf unserer Website



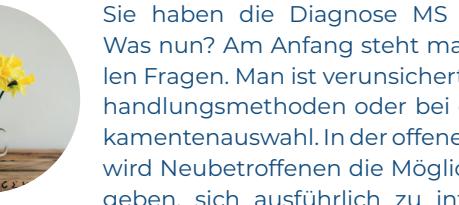
www.dmsg-berlin.de/unser-angebot/veranstaltungen
finden Sie zusätzlich auch für Sie relevante (Online)-Veranstaltungen der DMSG Brandenburg.

Hinweis zu Vor-Ort-Veranstaltungen

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

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 geben, sich ausführlich zu informieren und sich gegenseitig auszutauschen, zu diskutieren oder 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

Teilnahmekosten: **Keine**

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Nr.: 26-01-16

Angehörigengruppe

Zielgruppe: Angehörige und Freunde MS-Betroffener

Termin: Jeden 2. Montag im Monat von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

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

Teilnahmekosten: **Keine**

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

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 Freunde MS-Betroffener

Termin: Jeden 2. Montag im Monat von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

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

Teilnahmekosten: **Keine**

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

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:

26-01-01

Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe

26-01-02

Online-Kurs: Therapeutisches Fitness-Boxen mit Mirko Lorenz

26-01-03

Vor-Ort-Workshop: Ganganalyse

26-01-04

Vor-Ort-Workshop: Mobilitäts- und Rollstuhltreaining mit Physiotherapie

26-01-11

WissenKompakt (online): Schlafstörungen und Restless Legs (ruhelose Beine) bei MS

26-01-12

Hybrid-Vortrag: Behandlung der chronisch progredienten Verlaufformen der MS

26-01-05

Familienausflug: Deutsches Technikmuseum mit Führung zu den Highlights

26-01-13

Online-Vortrag: Biomarker NfL – ein neues Fenster ins zentrale Nervensystem

26-01-06

Vor-Ort-Workshop: Kochen mit neurologischen Einschränkungen

26-01-14

Hybrid-Vorlesung: Fragerunde für MS-Neubetroffene

26-01-07

Vor-Ort-Veranstaltung: Vom Umgang mit Veränderungen

26-01-15

Online-Vortrag: Neurogene Blasenstörungen

26-01-08

Online-Vortrag: Fit im Kopf – Tipps zur Gehirngesundheit

26-01-16

Online-Vortrag: Neurogene Darmstörungen

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Online-Veranstaltungen

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



www.dmsg.de/service/veranstaltungen

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

Um unser Sekretariat zu entlasten, senden Sie Ihre Anmeldung nach Möglichkeit per Post, Fax oder E-Mail.

Geben Sie bitte bei Anmeldungen zu Online-Veranstaltungen immer Ihre E-Mail-Adresse an.

DMSG Landesverband Berlin e.V.

Aachener Straße 16

10713 Berlin

030 / 312 66 04

veranstaltungen@dmsg-berlin.de

Bildnachweis

„Gesangstherapeutisches Angebot“: © StockSnap/Pixabay | „Therapeutisches Fitness-Boxen“: © Keep Moving | „Ganganalyse“: © DMSG Berlin | „Mobilitäts- und Rollstuhltraining“: © Steve Buisseinne/Pixabay | „Technikmuseum“: © Raimond Spekking / CC BY-SA 4.0 (via Wikimedia Commons)

„Kochen mit neurologischen Einschränkungen“: © Silvia / Pixabay | „Vom Umgang mit Veränderungen“: © LakshmiRaman Oza / Pixabay | „Fit im Kopf“: © H. B./Pixabay | „Rechtliche Betreuung“: © Max/Pixabay | „Basiswissen MS“: © DMSG Berlin | „Schlafstörungen“: © Michaela / Pixabay | „Hybrid-Vortrag“: © Sarah Sever/Pixabay | „Biomarker NfL“: © fernando zimrinacela / Pixabay | „Fragerunde“: © DMSG Berlin |

Veranstaltungen

1. Halbjahr 2026

www.dmsg-berlin.de



Musik und Bewegung

Gesangstherapeutisches Angebot in einer Sing-Gruppe Nr.: 26-01-01

Wollten 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. Sie erfahren Ihren Körper als Resonanzraum und Ihre Stimme als schwingungsfähiges Instrument, mit dem Sie Töne und Klänge erzeugen können. Hinterher fühlen Sie sich beschwingter, wacher und klarer, weil die Stimmarbeit Ihren Atem vertieft und Ihre Gedanken fokussiert.

Begleitet durch: Susanne Bohmann-Fortuzzi (Sängerin/Gesangspädagogin)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termine: Jeweils Freitag von 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr

Ort: Hybrid (Online oder Geschäftsstelle DMSG Berlin, Aachener Straße 16, 10713 Berlin)

Teilnahmekosten: Mitglieder monatlich 5,00 €, Nichtmitglieder monatlich 10,00 €

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Online-Kurs: Therapeutisches Fitness-Boxen mit Mirko Lorenz Nr.: 26-01-02

Die DMSG Berlin lädt alle Mitglieder und Interessierten herzlich ein zum Fitness-Boxen für Menschen mit MS – ein ganz besonderes Training, das Körper und Geist stärkt. Fitness-Boxen ist ein speziell angepasstes Training, bei dem die deine Koordination und Ausdauer verbessert, mentale Stärke und neue Kraft aufbaut und einfach aktiv bleibt – ganz in deinem Tempo. Das Training ist für alle Fitnesslevel geeignet, egal ob im Stehen oder Sitzen. Es beinhaltet: eine boxspezifische Aufwärmung, Schlagtechniken und Beinarbeit, Übungen für Hand- und Fußkoordination, leichtes Intervaltraining sowie ein Cooldown mit Entspannung aus dem Taiji und Qigong (10 Minuten). **Voraussetzungen gibt es keine!** **Wichtig:** Achte bitte darauf, dass deine Kamera eingeschaltet ist, damit wir als Gruppe miteinander trainieren können.

Hinweis:
Die Teilnahme an diesem Kurs erfolgt auf eigene Verantwortung. Bitte beteiligen Sie sich nur an Übungen, die Sie sich auch zutrauen und die Sie nicht überfordern. Eine Hoffnung der DMSG Berlin und des Kursleiters wird ausgeschlossen.

Begleitet durch: Mirko Lorenz (zertifizierter Ausbilder des Deutschen Dachverbandes für Taiji & Qigong (DDQT)/Präventions-Trainer)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termine: 6 Termine: Jeweils am Dienstag (27.1., 3.2., 10.2., 17.2., 24.2. und 3.3.2026) von 18:00 Uhr bis 18:45 Uhr (erste 30 Minuten: Boxtraining, letzte 10 Minuten: Entspannung)

Ort: Online (via Zoom)

Teilnahmekosten: Mitglieder 30,00 € insgesamt für 6 Termine, Nichtmitglieder 60,00 € insgesamt für 6 Termine

Anmeldung: Erforderlich bis 15.01.2026 bei der DMSG Berlin

Mobilität

Vor-Ort-Workshop: Ganganalyse Nr.: 26-01-03

In einer 30-minütigen 1-zu-1-Betreuung wird ein*e Therapeut*in Ihre Bewegungen beim Gehen genau beobachten und analysieren. Dabei wird Ihr Gangmuster hinsichtlich Stabilität, Schrittfolge und Balance untersucht, um zu erkennen, wo sich mögliche Schwachstellen oder Unregelmäßigkeiten befinden. Im Anschluss findet eine weitere 30-minütige Einheit statt, in der Sie gemeinsam mit dem*der Therapeut*in gezielt an den erkannten Bereichen arbeiten. Hierbei werden spezielle Übungen durchgeführt, die darauf abzielen, die Balance zu verbessern, die Beweglichkeit zu fördern und die Muskelkraft zu stärken. Das Ziel ist es, Ihre Gangsicherheit zu erhöhen und so auch Ihr Selbstvertrauen beim Gehen zu stärken. **Bequeme Kleidung oder auch Sportkleidung wird empfohlen. Räume zum Umkleiden sind vor Ort.**

Begleitet durch: Felix Göbel (Therapieleiter)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termin: Termin wird rechtzeitig auf unserer Website bekanntgegeben

Ort: KSB – Kompetenzzentrum für Spastik + Bewegungsstörung, Taubenstraße 39, 10117 Berlin

Teilnahmekosten: Mitglieder 10,00 € Nichtmitglieder 20,00 €

Freizeit und Alltagsbewältigung

Familienausflug: Deutsches Technikmuseum mit Führung zu den Highlights Nr.: 26-01-05

Was müssen Sie im Deutschen Technikmuseum auf jeden Fall gesehen haben? Diese Führung nimmt Sie mit auf einen Rundgang durch die vielfältigen Ausstellungen und präsentiert Ihnen Highlights der Sammlung. Entdecken Sie imposante Lokomotiven, beeindruckende Schiffe und kuriose Flugapparate. Bestens vorbereitet, können Sie das Museum anschließend selbstständig erkunden. **Die Führung ist geeignet für Kinder ab 10 Jahre.**

Zielgruppe: Nur DMSG-Mitglieder

Termin: Samstag, den 21.03.2026 von 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Ort: Eingang Deutsches Technikmuseum Trebbiner Str. 9, 10963 Berlin

Teilnahmekosten: Je Erwachsener 5,00 €

Anmeldung: Erforderlich bis 01.03.2026 bei der DMSG Berlin (maximal 30 Personen)

Recht

Vor-Ort-Veranstaltung: Vom Umgang mit Veränderungen Nr.: 26-01-07

Veränderungen können uns aus dem Gleichgewicht bringen, sie können uns Angst machen oder auch beleben. Es ist hilfreich, nicht sofort zu reagieren, sondern erst einmal innezuhalten: Was zeigt sich da? Wenn wir in uns hineinlauschen, werden wir unsere Gefühle und Bedürfnisse wahrnehmen. Wir kommen mit uns selbst in Kontakt. Und vielleicht tun sich neue Möglichkeiten jenseits der alten Wege und Muster auf. Dafür braucht es Mut. Und manchmal auch andere Menschen, um sich zu verbünden und zu bestärken. An diesem Nachmittag untersuchen wir unsere inneren Vorgänge und Möglichkeiten und tauschen uns in Ruhe aus.

Referent: Matthias Scharlipp (Volljurist, Abteilung Cura Betreuungsverein, Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V.)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termin: Samstag, den 30.05.2026 von 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr

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

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bis 15.05.2026 bei der DMSG Berlin

Welt-MS-Tag 2026



Tag der offenen Tür in unserer Geschäftsstelle

Das Programm wird rechtzeitig auf unserer Website bekannt gegeben.

WissenKompakt (online): Schlafstörungen und Restless Legs (ruhelose Beine) bei MS Nr.: 26-01-11

Circa zwei Drittel aller MS-Betroffenen leiden unter verschiedenen Formen von Schlafstörungen. Damit treten Schlafstörungen häufiger auf als in der Durchschnittsbevölkerung. Zu den Schlafstörungen gehören schlafbezogene Bewegungsstörungen wie Restless Legs (ruhelose Beine) und periodische Bewegungsstörungen im Schlaf. Der Vortrag gibt eine Übersicht über die Diagnostik und Behandlung der Schlafstörungen bei MS.

Referent: PD Dr. med. Karl Baum (Neurologe / Vorstandsvorsitzender DMSG Berlin)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termin: Donnerstag, den 16.04.2026 von 12:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Ort: Online (via Zoom)

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bei der DMSG Berlin

Medizin und Gesundheit

Hybrid-Vortrag: Basiswissen MS für Angehörige, Freund*innen und Unterstützer*innen von MS-Betroffenen, Erklärung und Demonstration von MS-Symptomen Nr.: 26-01-10

Frisch und gesund kochen, das geht meist auch mit Einschränkungen, zum Beispiel einhändig nach einem Schlaganfall. Nick und Martina Tscherirner, die bereits drei Einhänderkochbücher veröffentlicht haben, bereiten mit Ihnen zusammen ein saisonales Drei-Gang-Menü, das einfach und barrierefrei umzusetzen ist. Angepasst an die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmenden gibt es viele Tipps und Infos über Hilfsmittel. Bitte bringen Sie nur Appetit mit!

Geplantes vegetarisches Menü: Appetithappen: Kräuterbutter und Brot; Vorspeise: Tömaten-Brot-Salat; Hauptspeise: Vegetarisches Curry; Dessert: Trifle mit Apfelkompost

Begleitet durch: Martina & Nick Tscherirner (Veranstalter*innen von Kochkursen)

Zielgruppe: Nur für DMSG-Mitglieder

Termin: Samstag, den 14.03.2026 von 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Ort: DMSG Landesverband Berlin e.V., Stützpunktwohnung Hochparterre, Hallesches Ufer 42 (HoPa), 10963 Berlin

Teilnahmekosten: Mitglieder 10,00 €

Anmeldung: Erforderlich bis 14.02.2026 bei der DMSG Berlin (maximal 10 Personen)

Online-Vortrag: Fit im Kopf – Tipps zur Gehirngesundheit Nr.: 26-01-08

Um das Verständnis für diese facettenreiche Erkrankung zu erhöhen, richtet sich dieser in möglichst einfacher Sprache gehaltener Vortrag an Angehörige, Freund*innen und Unterstützer*innen von MS-Betroffenen, aber auch an andere Interessierte. Nach dem Vortrag findet eine Demonstration der Störungen statt, die für Gesunde oft schwer nachvollziehbar sind. Teilnehmer*innen vor Ort können diese mit Hilfe der sogenannten Fühlsträbe selbst nachempfinden.

Referent*innen: PD Dr. med. Karl Baum (Neurologe / Vorstandsvorsitzender DMSG Berlin) und Barbara Wohlfeld (DMSG-Vorstandsmitglied und DMSG-Betroffenenberaterin)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termin: Mittwoch, den 03.06.2026 von 17:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Ort: Charité Campus Berlin Buch (Hochschulambulanz für Neuroimmunologie im Käthe-Beutler-Haus), Lindenberger Weg 80, 13125 Berlin

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bis 31.05.2026 bei der DMSG Berlin

Hybrid-Vortrag: Behandlung der chronisch progredienten Verlaufformen der MS Nr.: 26-01-12

Bei der Behandlung der chronisch progredienten Verlaufformen der MS stehen symptomatische Behandlungsmaßnahmen im Vordergrund. Hierzu gehören medikamentöse Behandlungssätze ebenso wie Physio- und Ergotherapie sowie die Logopädie. Neben der zusammenfassenden Darstellung der verschiedenen symptomatischen Therapien geht der Übersichtsvortrag auch auf die Immuntherapien ein und darauf, inwieweit sich durch diese Immuntherapien die Behinderungszunahme bremsen lässt.

Referent: PD Dr. med. Karl Baum (Neurologe / Vorstandsvorsitzender DMSG Berlin)

Zielgruppe: Alle Interessierten

Termin: Donnerstag, den 11.06.2026 von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Ort: Hybrid (online oder Geschäftsstelle DMSG Berlin, Aachener Straße 16, 10713 Berlin)

Teilnahmekosten: Keine

Anmeldung: Erforderlich bis 01.06.2026 bei der DMSG Berlin