

Kompass

Ihr Wegweiser

Ausgabe 1/2003

**Kürzungen
beim Telebus**

SEITE 7

**Pockenschutz-
impfung**

SEITE 12

**Psyche und
MS**

SEITE 13

Tag der MS

SEITE 23

JÜDISCHES MUSEUM



Foto: Jens Ziehe, Berlin

Altbau und Libeskind-Bau, frontal © Jüdisches Museum Berlin

BARRIEREFREIER ZUGANG ZU KUNST UND KULTUR

DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT
LANDESVERBAND BERLIN e.V.

INHALT

- 3** • Leitartikel

LANDESVERBAND

- 4** • Qualitätsmanagement
5 • Neue Studie Lebensqualität
• MS – Thema in der Journalistenschule Berlin
• Freikarten für „Stars in Concert“
6 • Portrait *Ute Wiepel*
• Der Vorstand
• Sprechstunde des Vorstandes
7 • Kunstgalerie
• Mitgliederversammlung
• Finanzkürzung beim Telebus

INTERVIEW

- 8** • Gertrud Finke
9 • Impressum

GRUPPEN

- 10** • Selbsthilfe in Köpenick
• Kürzungen beim Telebus

MEDIZIN & FORSCHUNG

- 11** • MS-Qualitätszirkel
12 • Pockenschutzimpfung
13 • Psyche und MS

ALTERNATIVE THERAPIEN

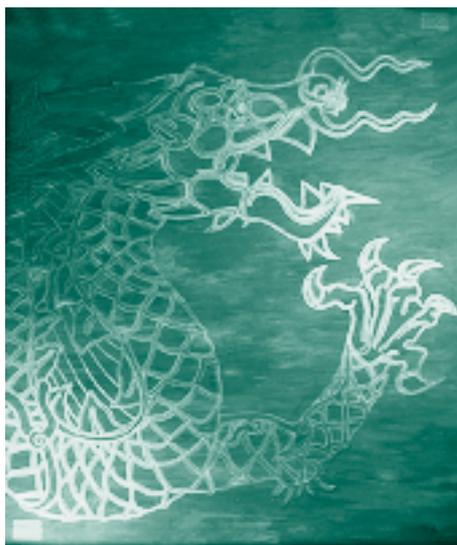
- 15** • Qigong



20 *Haupteingang
Jüdisches Museum Berlin*



17 *Fahrschule Handicap
Behindertengerechte Fahrschule*



7 *Kunstgalerie –
ein Bild der Künstlerin „Bini“*

REPORTAGE

- 16** • Die innere Unsicherheit

VERMISCHTES

- 17** • Damen Tennis Turnier
„German open“
• Fahrschule Handicap
18 • Urteil zu Mehraufwendungen
• Urteil zu Behinderten WCs
• Überprüfung des Rentenbescheides
19 • Buchtipp
• Howard Carpendale

FREIZEIT

- 20** • Das Jüdische Museum
22 • Café LebensArt
• Kleinanzeigen

EINLADUNG

- 23** • Tag der MS



Hanns-Peter Herz, *Staatssekretär a.D.*
Vorsitzender DMSG, Landesverband Berlin e.V.

Liebe Mitglieder,
liebe Angehörige,
verehrte Öffentlichkeit,

der September dieses Jahres wird im Zeichen eines internationalen MS-Kongresses im Kongresszentrum des Estrel Hotels in Berlin-Neukölln stehen. Delegierte aus aller Welt werden vom 21. bis 24. September Gäste Berlins sein. Es ist für uns eine Ehre und eine Auszeichnung zugleich, dass dieser Kongress in der deutschen Hauptstadt stattfindet. Berlin hat seine besonderen Erfahrungen mit den Betroffenen und ihren Familien. Wir haben in den letzten Jahren Stück für Stück ein Organisationsleben aufbauen können, das sich weltweit sehen lassen kann. Deshalb bitte ich den Bundesverband und den internationalen Verband, die Möglichkeiten in unserer Stadt auszunutzen zu einem Erfahrungsaustausch, der nach beiden Seiten wirksam sein sollte und sein kann. Wir sind offen dafür und ich bitte unsere Mitglieder, wann immer sie vorab angesprochen werden, sich für diesen Erfahrungsaustausch bereit zu halten und vor allem das Leben in unseren Selbsthilfegruppen den Gästen aus aller Welt vorzustellen. Natürlich gehe ich davon aus, dass der Bundesverband dieses Angebot aufgreifen und unterstützen wird, sonst würden wir ein Kapital, das in unserer Stadt für mehrere Tage angeboten wird, verschleudern.

Die Diskussion in Deutschland wird zurzeit beherrscht vom Begriff „Sparen“. Wo immer es geht und nicht geht, wird vom Sparen gesprochen und äußerste Sparsamkeit gefordert.

Die Behörden überschlagen sich mit Angeboten und Vorschlägen und wenn man genau hinsieht, ist das Ziel der Sparsamkeit häufig eine der Schwachstellen unseres sozialen Systems.

Unter Schwachstellen verstehe ich das, was der Staat und was die Gesellschaft für die Behinderten und ihre Familien anbieten bzw. was für die Jugend getan wird und jetzt unterlassen werden soll. Es ist mir völlig klar, dass gespart werden muss und da ich selbst fast 10 Jahre an führenden Positionen des öffentlichen Dienstes dieser Stadt tätig war, weiß ich auch, wo man sparen kann.

Ich stelle jedoch fest, dass viel zu oft an Stellen gespart werden soll, die keine Sparmaßnahmen vertragen bzw. an denen das Sparen zu kleineren oder größeren Katastrophen führen würde. Es gibt in dieser Stadt unwahrscheinlich viele Möglichkeiten, sinnvoll zu sparen aber viele andere, bei denen Sparen absolut sinnlos ist. Wenn ich zum Beispiel daran denke, was bei der Erhaltung von Schulen gespart werden soll, dann graut mir vor der Aussicht, dass jeder Euro, den wir heute sparen, in spätestens drei bis fünf Jahren 10fach gezahlt werden muss, um diese Einrichtungen zu erhalten.

Die Gesundheitsvorsorge und -fürsorge ist seit fast 15 Jahren ein heißes Diskussionsthema der deutschen Politik. Bisher haben sich über dieses Thema Leute hergemacht, die sich zu selbsternannten Fachleuten erklärt hatten, bzw. in Bereichen tätig waren, die weit entfernt von der Realität, nämlich nur in der Theorie mit Fragen des Gesundheitswesens umgingen. Wir, die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Berlin, appellieren an die Fachleute, sich vor jeder Entscheidung ein Bild von der Wirklichkeit zu machen. Unsere Arbeit, unsere Gruppen, stehen jedem offen, der wissen will, wie es den Betroffenen heute geht und welche Probleme sie bereits jetzt mit den Sparmaßnahmen im öffentlichen Gesundheitswesen und im Verhältnis zu ihren Krankenkassen haben. Alle Verantwortlichen bitte ich, uns spüren zu lassen, dass sie sich ihrer Verantwortung bewusst sind, sich für die Betroffenen einzusetzen und mit ihren Angehörigen und uns echte Diskussionen darüber zu führen, wo und wie gespart werden kann, bzw. wo nicht gespart werden darf.

Mit freundlichen Grüßen

Hanns-Peter Herz

QUALITÄTSMANAGEMENT BEI DER DMSG BERLIN

Die Organisation von Beratung und Betreuung im sozialen Bereich wird zukünftig besonderen Anforderungen gegenüberstehen. Um sich den verschärften Bedingungen (Verringerung der Finanzen und folglich erhöhter Bedarf an Beratung und Betreuung der Mitglieder und strengere Maßstäbe der Kostenträger bez. Wirtschaftlichkeit und Transparenz) zu stellen, hat der DMSG Landesverband Berlin beschlossen „Qualitätsmanagement“ für die MS-Gesellschaft einzuführen.

Qualitätsmanagement ist ein einrichtungsinternes Konzept der Qualitätsverbesserung. Das Bestreben des DMSG Landesverbandes Berlin nach einer kontinuierlichen Verbesserung aller Vereinsstrukturen und Arbeitsbereiche, wie auch das Einbeziehen aller MitarbeiterInnen in diesen Entwicklungsprozess zeichnen dieses spezielle Konzept aus.

Das Ziel ist es, die Tätigkeit aller MitarbeiterInnen zum Nutzen der MitgliederInnen zu koordinieren und zu optimieren. Dazu bedarf es einer hohen Zufriedenheit und Identifikation aller MitarbeiterInnen mit dem Verein.

Qualitätsmanagement bietet allen gemeinsam die Möglichkeit, sich Klarheit über Schwachstellen in den Arbeitsabläufen ihres Bereiches zu verschaffen und mitzuentcheiden, welche Veränderungen für eine Verbesserung ihrer Arbeit notwendig sind.

Weiterhin können die Arbeitsabläufe in eine effizientere, dem Verein individuell angepasste, organisatorische Struktur gebracht werden. Die Abläufe sollen transparenter gemacht, dadurch vereinfacht, finanziell optimiert und in kürzerer Zeit erledigt werden können. Diese Arbeitsstrukturverbesserung soll schließlich in allen Abteilungen dazu führen, eine stetig wachsende Qualität bei Bera-

tung, Betreuung und Verwaltung zu gewährleisten. Qualitätsmanagement bietet außerdem Sicherheit in Haftungs-fällen, da besondere Sorgfalt bei allen Leistungen nachweisbar ist.

Am Ende dieser umfassenden organisatorischen Einführung eines zu erarbeitenden Qualitätssystems steht der Wunsch, das international anerkannte Zertifikat gemäß der Norm DIN ISO 9001 zu erhalten, ein Qualitätssiegel, das die Anwendung von „Qualitätsmanagement“ im DMSG Landesverband Berlin bestätigt. Um dieses Qualitätsmanagementzertifikat zu erhalten, ist es notwendig, ein speziell entwickeltes „Qualitätsmanagementsystem“ auf Grundlage der ISO - Norm zu nutzen.

Die Einführung eines Qualitätsmanagementsystems ist besonders in einem Verein keine leichte Aufgabe, gilt es doch, die verschiedenen Erwartungen, Vorstellungen und Wünsche der MitgliederInnen, der KostenträgerInnen und der MitarbeiterInnen unter einen Hut zu bekommen.

Um das Qualitätsmanagement erfolgreich im Landesverband einsetzen zu können und gemeinsam ein auf der Grundlage der ISO-Norm angepasstes System zu entwickeln, wurden vor kurzem zwei externe Qualitätsmanagerinnen beauftragt. Sie sollen alle MitarbeiterInnen des Vereins beraten und die Planung, Umsetzung und Prüfung des Qualitätsmanagementsystems begleiten.

Die beiden Fachfrauen, Anne Lengemann (Dipl. Politologin) und Heidemarie Kröger (Dipl. Sozialpädagogin) waren, bevor sie sich im Bereich Qualitätsmanagement selbstständig machten, in führenden Positionen sozialer Unternehmen tätig. Sie haben neben der fachlichen Kompetenz auch die notwendige Distanz, um bestehende Strukturen neutral bewerten zu können und sie in den Vergleich mit



Die Managerinnen von links nach rechts: Anne Lengemann und Heidemarie Kröger

anderen Unternehmungen im sozialen Bereich zu stellen. Die Vorbereitung auf die Zertifizierung soll bis Ende des Jahres abgeschlossen sein.

Der Begriff Qualitätsmanagement entwickelte sich in der Industrie aus der Qualitätskontrolle. Anfang der 80er Jahre wurde die internationale Norm DIN ISO 9000 zur Zertifizierung von Qualitätsmanagement eingeführt. Daraus entwickelte sich die neue Norm DIN ISO 9001. Immer mehr Unternehmensbereiche erkannten die Orientierung an der Norm als ein gutes Wettbewerbsinstrument und strebten eine Zertifizierung nach ISO-Norm an, um ihre Qualitätssicherungsmaßnahmen vergleichbar nachweisen zu können. Ein Qualitätsmanagementsystem ist jedoch nicht immer mit der Zugrundelegung der ISO-Norm verbunden. Ein anerkanntes Zertifikat nach DIN ISO 9001 empfiehlt sich jedoch, um im wachsenden Wettbewerb der sozialen Einrichtungen bestehen zu können und bei der Verteilung von Senats-, Spenden- und Stiftungsgeldern einen gesicherten Anspruch zugunsten der Mitglieder zu erwerben.

Im Eingangsbereich der Geschäftsstelle der DMSG Berlin befindet sich ein weißer Briefkasten. Dort können alle Mitglieder dem Landesverband ihre Verbesserungsvorschläge, Wünsche aber auch Lob oder Tadel in schriftlicher Form kundtun.

NEUE STUDIE LEBENSQUALITÄT



Die Autoren der Studie „Lebensqualität bei MS“ von links nach rechts: P. Scherer, D. Pöhlau, I. Nippert, J. Haas, J. Kugler vor einem Bild des Künstlers Gutierrez

Für dieses Jahr plant die DMSG Berlin eine Befragung ihrer Mitglieder zu ihrer aktuellen Lebenssituation. Dabei geht es neben der Ermittlung der sozialen Lage von MS-Erkrankten auch u.a. um Fragen zu ihrer Zufriedenheit oder Unzufrieden-

heit mit ihrem behandelnden Arzt, mit den ihnen verordneten Medikamenten, mit den Leistungen der Kostenträger und mit der Unterstützung durch die Bundes- und Landesregierung. Die Studie hat zum Ziel mögliche Schwachstellen bei der

Behandlung und Versorgung von Betroffenen aufzudecken und somit deren Lebensumstände zu verbessern. Ende letzten Jahres erschien im Buchhandel die weltweit erste Studie über die Lebenssituation von MS-Betroffenen. Das im Walter de Gruyter erschene Buch „Lebensqualität bei Multipler Sklerose“, herausgegeben von J. Haas, J. Kugler, I. Nippert, D. Pöhlau und P. Scherer, beschreibt die Lebens- und Versorgungssituation von MS-Betroffenen im Jahre 1996 in Berlin, dem Jahr an dem das erste Medikament zur Behandlung einer schubartigen MS in Deutschland zugelassen wurde. Damals hatten sich 54% aller Mitglieder der DMSG, Landesverband Berlin, an der Befragung beteiligt. Die neue Studie soll diese Aufzeichnungen ergänzen. Anfang nächsten Jahres soll die neue Studie fertiggestellt sein.

Teilnehmer der letzten Umfrage im Jahre 1996, die sich noch kein kostenloses Exemplar der ersten Studie abgeholt haben, werden gebeten, bis zum 30.6.2003 in die Geschäftsstelle zu kommen oder einen Vertreter zur Abholung eines Buches zu schicken.

MS – THEMA IN DER JOURNALISTENSCHULE BERLIN

Wer an der Journalistenschule Berlin eine Ausbildung machen möchte, muss unter anderem verschiedene Textbeispiele einreichen. Eine Auswahl an Themen wird von der Schule vorgegeben. Hiervon kann der Schüler wählen, was er gerne schreiben möchte. Eines der Themen, die den Schülern zur Auswahl stehen, ist seit zwei Jahren „Mein Nachbar hat MS- Wie wir mit chronisch Kranken umgehen“. Mehrere Schüler haben sich bisher für dieses Thema entschieden.

Eine Reportage der Schülerin Silke Wichert gefiel der KOMPASS Redaktion besonders gut, daher haben wir sie auf Seite 17 veröffentlicht.

Auf Anregung von Hanns-Peter Herz, Vorsitzender DMSG Berlin, gibt es seit 2001 die Zusammenarbeit mit der Journalistenschule. Ziel ist, angehende Journalisten mit der Krankheit MS bekannt zu machen und sie für dieses Thema zu interessieren.

KONZERTKARTEN ZU VERSCHENKEN



Zwei Karten für die Show „Stars in Concert“ im Estrel Convention Center in Berlin zu verschenken. Intres-

sierte senden bitte eine Postkarte an die DMSG Berlin, **Stichwort "Konzert"**. **Einsendeschluss ist der 31. März 2003.** Bei mehreren Zuschriften werden die Karten verlost.

SPRECHSTUNDE DES VORSTANDES

Der Vorsitzende, der stellv. Vorsitzende und die Vorsitzende des Patientenbeirats halten eine Sprechstunde ab.

Jeden 1. Mittwoch im Monat,
10.00 Uhr – 12.00 Uhr
Um telefonische Anmeldung wird
gebeten!



Vorstand von links nach rechts:
Mario Czaja, Ursula Birghan, Karl-Heinz Werther, Hanns-Peter Herz, Karin Seidel-Kalmutzki, Dr. Christian Beyer, Ute Wiepel, Torsten Hollstein, Prof. Dr. Holger Altenkirch

Foto: Diederichs

FINANZKÜRZUNG BEIM TELEBUS

Der Berliner Senat plant Kürzungen von Finanzmitteln für den Telebus. Von Einsparungen in Höhe von zwei Millionen Euro in diesem Jahr und weiteren vier Millionen 2004 ist die Rede. Begründet wird die Kürzung mit der desolaten finanziellen Situation des Landes Berlin. „Die Pläne des Senats stehen im kras-

sen Widerspruch zu den Inhalten des Landesgleichberechtigungsgesetzes“, so Ilona Nippert, Geschäftsführerin der DMSG, Landesverband Berlin. „Da es keine Alternative zum Behindertenfahrtdienst gibt, der notwendige Hilfeleistungen wie Anzieh- und Tragehilfe bietet, würde eine Reduzierung der Fahrten

oder sogar des Personals für viele MS-Betroffene eine enorme Einschränkung ihrer Mobilität bedeuten“, so Nippert weiter. Schon jetzt seien die Leistungen der Telebusse knapp bemessen. Es gäbe Wartezeiten. Einige MS-Betroffene kämen zu spät zu ihrer Therapiestunde in die Geschäftsstelle der DMSG, Berlin, einige müssten zu lange warten bis sie wieder abgeholt würden.

„BINI“ IN DER KÜNSTLERGALERIE



Die Künstlerin Sabine Faust, alias „Bini“, vor einem ihrer Bilder

Als „Modern Tribal Art“ bezeichnet die Künstlerin Sabine Faust, alias „Bini“, ihre Kunst. Bini schöpft aus zwei Inspirationsquellen: dem Ursprung der Malerei

und ihrem Alltag im Berliner Großstadtdschungel. Die Symbole ursprünglicher Stammeskunst und ihre reduzierten Formen sind Gegenstand ihrer Bilder. Die Untergründe ihrer Werke bilden nachempfundene Felswände, Tierhäute und andere natürliche Gegenstände. Fundstücke aus der Natur wie Aststücke und Holzteile arbeitet die Künstlerin in ihre Werke ein.

Bini ist 42 Jahre alt. Sie ist in Stuttgart geboren und kam über Umwege 1989 nach Berlin. Sie studierte Malerei und Grafik-Design und ist auch Sängerin und Songschreiberin. Sie gehört zu den Gründern der Band „Wave Gothic D. Clay“ und der Heavy Rock Band „Bad Fun“. Vor 8 Jahren, nach der Geburt ihrer ersten Tochter, zeigten sich bei Sabine Faust die ersten Symptome von MS. Nach einem vierjährigen Aufenthalt auf Mallorca kehrte sie nach Berlin zurück. Seit 3 Jahren tourt sie mit ihren Bildern durch Berlin und zeigt ihre

Werke in leerstehenden Ladenräumen. Sie malt auch direkt vor Ort. Die unterschiedlichen Raumsituationen und fremden Umgebungen regen die Künstlerin an und die spezifische Wirkung dieser Orte wird in ihrer Malerei umgesetzt.

Die DMSG, Landesverband Berlin, zeigt in ihrer Geschäftsstelle Bilder und Skulpturen von Künstlern mit Multipler Sklerose. Der Verein bietet den Künstlern die Möglichkeit, ihre Werke der Öffentlichkeit zu präsentieren.

Aktuelle Ausstellung :

Bini (Sabine Faust)

1. März – 11. April 2003

Kommende Ausstellung:

Aquarelle von Lutz Moik

Öffnungszeiten Künstlergalerie:

Montag-Freitag, 10.00–14.00 Uhr
DMSG Berlin, Knesebeckstraße 3
10623 Berlin

MITGLIEDER-VERSAMMLUNG

(Bitte vormerken! Die Tagesordnung und das Anmeldeformular werden fristgerecht versandt)

MONTAG, 16. JUNI 2003, 19.00 UHR

Hotel Hilton Berlin • Mohrenstrasse 30 • 107117 Berlin-Mitte

INTERVIEW MIT GERTRUD FINKE



Gertrud Finke, Diplom-Psychologin

Gertrud Finke ist Diplom-Psychologin. Seit 13 Jahren arbeitet sie bei der MS-Gesellschaft in Berlin. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Beratung der MS-betroffenen Mitglieder. Für die Geschäftsleitung fungiert sie aber auch als amtliche Vertretung. Mit ihr sprach Reina Mehnert, Redakteurin des KOMPASS.

Frau Finke, Sie beraten die Mitglieder des Landesverbandes Berlin. Wie kann Ihre Beratung in Anspruch genommen werden?

Finke: Die Mitglieder und auch ihre Angehörigen können sich während der Bürozeiten telefonisch an mich wenden oder ein persönliches Gespräch mit mir vereinbaren. Nach einem persönlichen Gespräch besteht unter Umständen auch die Möglichkeit der Teilnahme an einem Gruppengespräch.

Welche Fragen werden Ihnen im Rahmen Ihrer Tätigkeit am häufigsten gestellt?

Finke: Mir werden Fragen im Zusammenhang mit der veränderten Lebenssituation gestellt. Angst vor einer Verschlechterung des Gesundheitszustands ist oft ein Gesprächsthema. Aber auch Fragen zu finanziellen, sozialen und medizinischen Belangen, wie Fragen zur Pflegeversicherung, zur Einnahme und Wirkung von Medikamenten, zur Beschaffung von Hilfsmitteln sowie zu möglichen Rehabilitationsmaßnahmen werden häufig an mich gerichtet.

Neubetroffene Mitglieder haben ein besonderes Bedürfnis nach Information. Wie werden Sie dem gerecht?

Finke: MS-Betroffene wenden sich nach Diagnosestellung auf Anraten der Ärzte oder aufgrund eigener Initiative zur Beratung an mich. Für viele MS-Erkrankte bedeutet die Diagnose einer chronischen Erkrankung wie MS massive Einschnitte in ihre bisherige Identität als gesunde Menschen. In den Beratungsgesprächen steht die Frage nach dem weiteren Verlauf der Erkrankung im Vordergrund. Je nach der speziellen Situation des MS-Betroffenen können dies Fragen zu privaten, beruflichen oder familiären Bereichen sein. Im Gespräch ist es dann notwendig, die Fragen nach der aktuellen Bedeutung zu strukturieren und gemeinsam mit dem MS-Betroffenen zu diskutieren, welche Schritte jetzt einzuleiten sind. Hier sind auch die rechtlichen Fragen zu nennen, z.B. der Antrag auf einen Schwerbehindertenausweis oder auf eine Rehabilitationsmaßnahme usw.

Je nach den Bedürfnissen der Neubetroffenen mache ich unterschiedliche Angebote zur weiteren Betreuung. Für einige ist es ausreichend, wenn sie sich bei neuen Problemen wieder zur Beratung an mich wenden können, die meisten Neubetroffenen äußern den Wunsch, sich in einer Gruppe mit anderen über Erfahrungen austauschen zu können.

Wie sind die von Ihnen angebotenen Gruppengespräche organisiert?

Finke: Die therapeutisch angeleiteten Gesprächsgruppen für Neubetroffene finden 14tägig statt, eine Sitzung dauert 90 Minuten. In einer Gruppe sind 8 – 10 Teilnehmer und die Gruppe wird über ca. ein Jahr angeleitet. Danach soll die Gruppe ohne Anleitung als Selbsthilfe-Gruppe weiter bestehen. Hier haben die Teilnehmer die Möglichkeit, sich über alle Bereiche der MS auszutauschen. Da jeder Teilnehmer die Erkrankung, die Symptome und die psychischen Belastungen, wie Ängste und Depressionen, anders erlebt, können eigene Sichtweisen in der Diskussion und im Vergleich mit anderen überdacht werden. Dies wirkt entlastend. Nach meiner Erfahrung profitieren viele MS-Betroffene für die eigene Krankheitsbewältigung von diesen Gesprächsgruppen.

Sie bieten auch Beratung für Angehörige an. Wie ist diese Arbeit organisiert und wie geht diese Beratung vor sich?

Finke: Natürlich sind auch Angehörige von der Erkrankung betroffen. Das Gefüge einer Familie oder einer Partnerschaft verändert sich. Auch die Angehörigen müssen sich mit der MS auseinandersetzen und meistens auch nach neuen Wegen im Zusammenleben suchen. Zurzeit bieten wir zwei

Gesprächsgruppen für Angehörigen an, eine für Partner und eine für Eltern von MS-betroffenen „Kindern“. Auch hier wirkt der Erfahrungsaustausch entlastend für die Teilnehmer der Gesprächsgruppe.

Die DMSG Berlin beschäftigt zwei Psychologinnen für die Beratung der Mitglieder. Wie viele der über 2000 Mitglieder haben im letzten Jahr bei Ihnen Rat gesucht?

Finke: In der Beratung decken wir zwei große Themenbereiche ab, den sozialrechtlichen wie auch psychologischen Bereich. Im letzten Jahr haben wir 1.374 telefonische Beratungen und 356 persönliche Gespräche durchgeführt. Wir haben 3 Neubetroffenen- und 2 Angehörigen-Gruppen geleitet.

Was können Sie leisten und was nicht?

Finke: Ich berate zu allen Fragen der Multiplen Sklerose und verweise an andere Organisationen, mit denen wir kooperieren und die sich auf bestimmten Gebieten spezialisiert haben, z.B. Hilfsmittelberatung. Bei uns haben die Mitglieder und die Angehörigen die Möglichkeit, sich in Gruppen unter Anleitung auszutauschen. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit liegt in der Förderung des Erfahrungsaustausches der Betroffenen untereinander. So informiere ich auch über die bestehenden Selbsthilfe-Gruppen in den Bezirken. Ich mache keine Angebote für Einzeltherapien.

An wen kann ich mich wenden, wenn ich eine Therapie machen möchte?

Finke: Wenn MS-Betroffene den Wunsch nach einer Einzeltherapie äußern, verweise ich an die jeweilige

Krankenkasse. Dort gibt es Listen von Psychotherapeuten, die über Krankenkasse abrechnen können. Auf eigene Initiative suchen sich dann MS-Betroffene einen Therapeuten, der einen Antrag auf Kostenübernahme für die Einzeltherapie stellt, und in der Regel übernehmen die Krankenkassen die Kosten.

Was raten Sie im Allgemeinen MS-Betroffenen und ihren Angehörigen in Bezug auf ihre Psyche?

Finke: Mit einer chronischen Krankheit wie der MS, deren Verlauf nach Diagnosestellung nicht voraussagbar ist, konfrontiert zu sein, bedeutet nach meinen Erfahrungen für viele einen massiven Einschnitt im bisherigen Lebensweg. Jeder Erkrankte muss sich mit der Gefahr neuer Symptome, also mit Verschlechterungen auseinandersetzen. Ich denke, für diesen Prozess der Krankheitsbewältigung gibt es kein Patentrezept, deshalb stelle ich mich in der Beratung auf die Sichtweise der MS-Betroffenen ein und kann dann Denkanstöße für eine andere Sichtweise anbieten. Ich bemühe mich, den individuellen Weg zu fördern und möglichst allgemeine Aussagen zu vermeiden. MS-Betroffenen wird z.B. geraten, psychische und körperlich Belastungssituationen zu meiden, das stimmt sicherlich, ist aber leichter gesagt als getan. Ich denke, an diesem Punkt ist es hilfreicher, diese Situationen zu diskutieren und gemeinsam nach Lösungsmöglichkeiten zu suchen.

Vielen Dank für das Gespräch.

IMPRESSUM

Herausgeber:

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Berlin e.V.

Verantwortlich für den Inhalt:

Ilona Nippert, Geschäftsführerin
Knesebeckstraße 3, 10623 Berlin

Tel: 030/ 313 06 47

Fax: 030/ 312 66 04

Email: dmsg-berlin@dmsg.de,

Web:

www.dmsg.de/dmsg/berlin/Home.htm

Büro – Öffnungszeiten

Mo. – Do. 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Fr. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Redaktion:

Reina Mehnert

Beiträge ohne Angabe des Verfassers stammen von Reina Mehnert.

Layout, Graphik:

Madlen Kunst

Druck:

KOMAG GmbH,
gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Kompass erscheint vierteljährlich.

Bezugspreis ist im Mitgliederbeitrag enthalten.

Redaktionsschluß für die nächste Ausgabe: 20. Juni 2003

SELBSTHILFE IN KÖPENICK

Von Karl-Heinz Werther (Leiter der Gruppe Köpenick und Vorstandsmitglied der DMSG Berlin)

Das Motto war von Beginn an „Hilfe zur Selbsthilfe“.

Die Selbsthilfegruppe Köpenick beging vor zwei Jahren ihr 15-jähriges Bestehen. Aus anfangs 5 Teilnehmern wurde eine Selbsthilfegruppe von heute 16 Mitgliedern. Die Selbsthilfegruppe Köpenick ist offen für alle MS-Betroffenen aus dem Bezirk, d.h. es gibt keine Beschränkung der Mitgliederzahl. Bis 1996 zählte die Selbsthilfegruppe Köpenick 30 Mitgliedern aus den beiden Bezirken Treptow und Köpenick. Die Gruppenarbeit wurde jedoch auf Grund dieser vielen Mitglieder schwierig und man beschloss eine eigenständige neue „Selbsthilfegruppe Treptow“ ins Leben zu rufen. Bewährt haben sich weiterhin gemeinsame Aktivitäten, die

jede Gruppe für sich kaum alleine realisieren könnte.

Was bietet die Selbsthilfegruppe Köpenick den Betroffenen an?

Sie bietet vor allen Dingen Hilfe und Information von Betroffenen für Betroffene. Neuste Erkenntnisse der MS-Therapie werden von selbst Betroffenen verständlich übermittelt, es werden Gespräche geführt und persönliche Erfahrungen bei der Behandlung von MS weitergegeben und ausgetauscht. Man erfährt aber auch aus erster Hand, wie man, trotz großer Behinderung, sein Leben sinnvoll gestalten kann und welche Möglichkeiten jeder selbst für sich finden kann, um seine Krankheit besser zu bewältigen.

Neben Veranstaltungen zu alternativen Therapien, wie Atemtherapie und Feldenkrais, werden Tagesausflüge unternommen und gesellige Zusammenkünfte organisiert.

Auch einen Zirkel für Seidenmalerei und kreatives Basteln gibt es in der Selbsthilfegruppe Köpenick.

Treffpunkt:

Selbsthilfegruppe Köpenick:
Sportclub in der Wendenschlossstrasse.
Jeden 1. und 4. Montag im Monat.
Nähere Informationen unter:
Telefon und Fax: 030/6555114
(Karl-Heinz Werther, Gruppensprecher)

AUFRUF ZUR TEILNAHME AN EINEM TREFFEN MIT DER BVG

Von Olaf Burmeister (Selbsthilfegruppe Überbezirklich)

Wie Ihr wisst, will sich der Senat drücken und beim T-Bus sparen. Die Alternative ist das Zurückgreifen auf die öffentlichen Verkehrsmittel, was nicht immer einfach ist.

Um den Rollstuhlfahrern die Angst zu nehmen, hatte die BVG bereits vor einigen Tagen auf dem Weddingener Busbahnhof mit einigen Rollstuhlfahrern einen Termin anberaumt, der zeigen sollte, dass der Teufel nicht im Detail steckt. Auch wenn am Vorführtag eine automatische Rampe ausfiel, war es doch für die Teilnehmer interessant zu erfahren, was der Unterschied zwischen Theorie und Praxis ist. Meine Kinder nennen mich den „Rampentod“ und dies nicht zu Unrecht, denn von drei Rampen funktionieren leider immer nur zwei in der Stra-

ßenbahn und im Bus ist es nicht viel anders.

Die Verantwortlichen wissen um dieses Problem, nur fehlte bisher der Bezugspunkt zur Praxis und die kennen nur wir. Deshalb möchte die BVG ein Training unter Anwesenheit von Verantwortlichen des Senats und einem Fernsehsender durchführen, um Wege aufzuzeigen, wie sich Theorie und Praxis vereinen lassen. Zu diesem Treffen möchte ich alle einladen, denn Ihr wisst ja, die Masse macht es.

Ein fester Termin steht noch nicht fest, nur dass die Veranstaltung im Zeitraum März–Mai 2003 stattfinden soll. Mitglieder der DMSG Berlin, die an dem Training interessiert sind, können sich in der Geschäftsstelle des Vereins melden.

Im Bezug auf die barrierefreie Gestaltung der Bahnhöfe und der öffentlichen Verkehrsmittel hat uns ein verantwortlicher des Senats bereits einen Ausblick gegeben. Die Busse und Straßenbahnen sollen nach und nach umgerüstet werden, so dass sie nur noch mechanisch ausklappbare Rampen haben (Gleichstellungsgesetz).

Es geht vorwärts, nur sollten sich möglichst viele zu dem Termin anmelden. Es geht bei dieser Veranstaltung schließlich um uns – wir müssen klar kommen! Also meldet Euch!

Tel.: 030/313 06 47, (Hildegard Weber, DMSG Berlin).

MS-QUALITÄTSZIRKEL „ARBEITSKREIS MULTIPLE SKLEROSE E.V.“



Dr. Andreas Rohr, Neurologe und Vorsitzender des MS-Qualitätszirkels

Der eingetragene Verein „Arbeitskreis Multiple Sklerose Berlin e.V.“ ist ein Qualitätszirkel, ein Zusammenschluss von Neurologen, die die Qualität bei der Behandlung und Diagnostik der Multiplen Sklerose verbessern bzw. sichern wollen. Dies geschieht insbesondere durch Fortbildungen, Diskussionen und Fallbesprechungen, aber auch durch die Kooperation mit anderen Fachgruppen und Kliniken sowie Verhandlungen mit den Kostenträgern. Die Geschäftsführerin der DMSG, Landesverband Berlin, Ilona Nippert, nimmt an allen Sitzungen des Qualitätszirkels teil.

Der Arbeitskreis der Neurologen wurde bereits vor zwei Jahren gegründet und finanziert sich selbst über seine Mitgliedsbeiträge. Der Verein zählt heute 20 Mitglieder. Jeder Neurologe, der sich besonders mit MS beschäftigt, kann Mitglied werden. Für den MS-Patienten bedeutet die Mitgliedschaft

seines Neurologen im Qualitätszirkel die Sicherheit, von einem Arzt behandelt zu werden, der sich ständig fortbildet und über neueste Entwicklungen auf dem Laufenden ist. Den Patienten werden von diesen Neurologen notwendige Therapien aus Angst vor Regressansprüchen der Kostenträger nicht vorenthalten, wobei natürlich der „off-label-use“ in manchen Fällen zu Problemen führt. Unnötige Krankenhausaufenthalte werden vermieden, z.B. durch die ambulante Behandlung von Schüben in der Praxis. Die Verbesserungen von Struktur und Qualität sind nicht nur für die Patienten von Vorteil, sondern helfen auch den Neurologen bei ihrer Arbeit mit MS-Patienten. Unter den derzeitigen Bedingungen sind chronisch Kranke, wie MS-Patienten, ein „wirtschaftlicher Risikofaktor“. Die Behandlungen sind sehr teuer und sprengen alle Budgets, weshalb die behandelnden Ärzte ständig mit Prüfungen und Regressforderun-

gen durch die Kassen konfrontiert sind.

Das Budget, das ein Neurologe für einen Patienten im Quartal zur Verfügung hat, ist nach 1 bis 2 Patientenkontakten aufgebraucht. Wenn eine Schubtherapie durchgeführt wird, hat der Patient mehrere Behandlungstermine. Der Neurologe bekommt jedoch für diese Mehrarbeit kein Geld mehr. Dabei vermeiden die Neurologen durch ambulante Schubtherapien und Lumbalpunktionen die Kosten für sehr teure Krankenhausaufenthalte. „Es müsste in Zukunft möglich sein, einen Teil dieser Einsparungen dem ambulanten Sektor zukommen zu lassen, um die ambulante Versorgung weiter ausbauen zu können“, so der Neurologe Andreas Rohr, Vorsitzender des Qualitätszirkels. Darüber wollen dessen Mitglieder mit den Kostenträgern verhandeln. Sie wollen die ambulante fachärztliche Versorgung erhalten und sichern. Nach den Plänen von Gesundheitsministerin Schmidt soll die ambulante fachärztliche Versorgung jedoch immer mehr von den Kliniken übernommen werden. Das hieße für die Patienten lange Wartezeiten, längere Wege und ständigen Arztwechsel.

Im letzten Jahr hat der Qualitätszirkel zu Diagnostik und Therapie der MS im ambulanten Bereich Standards definiert, die sich an Empfehlungen der Fachgesellschaften und Expertenkommissionen orientieren. In mehreren Arbeitskreisen wurden die einzelnen Themen vorbereitet und bei einem Arbeitswochenende gemeinsam diskutiert, Ergebnisse bezüglich Erstdiagnostik, Labor- und Liquoruntersuchungen, MRT, immunmodulatorische Therapien, Schubbehandlung etc. wurden verabschiedet.

Lesen Sie weiter auf S.12...

Fortsetzung von S.11...

Eine Zusammenarbeit soll es auch mit Fachgruppen aus Hausärzten, Urologen, Augenärzten, Physiotherapeuten etc., geben.

In Zukunft wird der Qualitätszirkel „Arbeitskreis Multiple Sklerose e.V.“, auch Kriterien dafür definieren, was eine „MS-Spezialpraxis“ ausmacht. Dabei werden insbesondere Erfahrungen mit den Patienten, die Möglichkeit der Durchführung ambulanter Schubtherapien, die Einrichtung für immunmodulatorische Therapien, wie die mit Interferon und Copaxone, zugrunde gelegt. Auch die regelmäßige Fortbildung des Arztes, seine Mitarbeit im Arbeitskreis und die regelmäßige Weiterbildung seiner Praxismitarbeiter/-innen („MS-Nurse“) spielen dabei eine Rolle.

Der Berliner MS-Qualitätszirkel trifft sich regelmäßig mindestens alle 2 Monate und einmal jährlich zu einem Arbeitswochenende. Darüber hinaus stehen die Mitglieder ständig telefonisch miteinander in Kontakt. „Wir wollen die Qualität unserer Arbeit transparent und überprüfbar machen. Deshalb entwickeln wir gemeinsam mit dem norddeutschen MS-Qualitätszirkel geeignete Dokumentationssysteme. Patientendaten werden selbstverständlich vertraulich behandelt und nicht weitergegeben, dazu verpflichtet uns die Schweigepflicht“, so Rohr. MS-Qualitätszirkel gibt es in Deutschland in Berlin, in Norddeutschland und in NRW.

Die Mitglieder des Berliner MS-Qualitätszirkels stehen Patienten für schriftliche Anfragen zur Verfügung.

Kontaktadresse:

Dr. Andreas Rohr
Hildegardstr. 31, 10715 Berlin

POCKENSCHUTZIMPfung

BEI MS

Zurzeit gibt es keine konkreten Hinweise zu geplanten Terroranschlägen in Deutschland. Wegen der Irakkrise ist jedoch wiederholt vom Pockenvirus (*Variola major*) die Rede. Der Pockenerreger gehört heute zu der Gruppe der potentiellen Biowaffen. Wegen der Befürchtung von Terroranschlägen werden Bund und Länder bis Ende des Jahres rund 200 Millionen Euro für Pockenimpfstoffe ausgeben, vermeldete jüngst die Nachrichtenagentur AP.

Da wiederholt Fragen von Mitgliedern über die Wirkung einer Pockenschutzimpfung in Zusammenhang mit MS gestellt wurden, hat der DMSG Bundesverband eine Stellungnahme verfasst. Zusammenfassend heißt es da, dass es, laut Aussagen des Robert Koch- und Paul Ehrlich Instituts, momentan keine Empfehlung für eine Pockenschutzimpfung gebe. Die Beschaffung von ausreichendem Impfstoff sei lediglich eine Vorsichtsmaßnahme des Staates, um die Bürger im Notfall zu schützen.

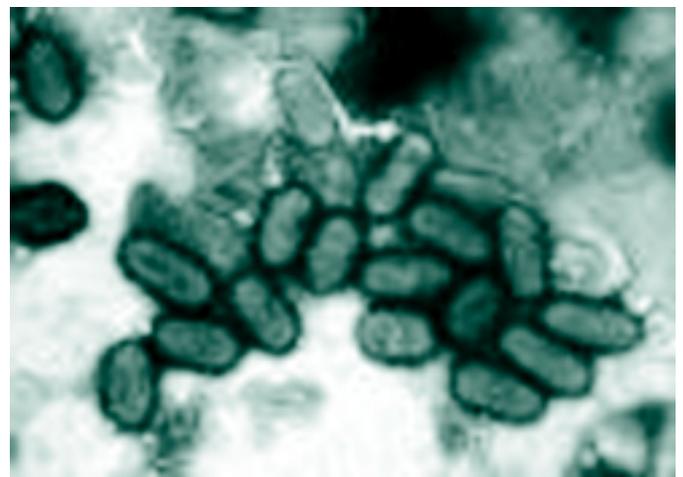
Aus der Zeit, als die Bürger in Deutschland verpflichtet waren, sich gegen Pocken impfen zu lassen, weiß man, dass die Risiken solch einer Impfung, besonders für Kinder, groß sind. Gehirnentzündungen gehören zu den gefährlichen Folgeerscheinungen aber auch Sterbefälle durch die Impfung sind bekannt geworden.

Bis heute gibt es keine wissenschaftlichen Untersuchungen und Erfahrungsberichte über die Wirkung der Pocken-

schutzimpfung auf die Entwicklung der Multiplen Sklerose. Man weiß nicht, ob sie zu einer Verschlechterung des Krankheitsbildes führen oder sogar neue Schübe auslösen kann.

Sollte eine Pockenschutzimpfung als Pflichtimpfung wieder eingeführt werden, dann muss das Risiko für MS-Patienten individuell abgewogen werden. Die Infektion mit dem Pockenvirus (*Variola major*) führt bei 30% von nicht-geimpften Menschen zu einem tödlichen Ausgang der Erkrankung und bei 1 von 500 Fällen zu einer Gehirnentzündung. Jeder Mensch sollte sich jedoch, in Anbetracht der Nebenwirkungen, nur bei Gefahr einer epidemischen Ausbreitung des Pockenvirus impfen lassen.

MS-Kranke, die sich einer immunsuppressiven Therapie unterziehen, (z.B. mit Mitoxantron, Azathioprin, Cyclophosphamid, hochdosiertem Cortison), sollten nur geimpft werden, wenn sie vom Pockenvirus unmittelbar bedroht sind. Dann kann eine Impfung auch 2-3 Tage nach einem direkten Kontakt mit dem Virus noch schützend wirken. In Deutschland ist der Pockenimpfstoff in Apotheken derzeit noch nicht erhältlich.



Pockenvirus

PSYCHE UND MS

Seit langem sind die enge Verbindung von Krankheit und Psyche und deren wechselseitige Beeinflussung wissenschaftlich erwiesen. In hohem Maße gilt dies für die Multiple Sklerose, eine chronische Erkrankung, die in ihren vielfältigen Erscheinungsformen, individuellen Ausprägungen und völlig unterschiedlichen Verlaufsformen die Betroffenen über lange Phasen des Lebens hin psychisch gewissermaßen „in Atem hält“, weil sie voller Unwägbarkeiten ist, die sich jeder gesicherten Vorhersage entziehen.

Die Schwankungen der körperlichen Verfassung bei MS bedürfen in besonderer Weise der Stabilisierung der Psyche, der positiven Orientierung der Seele. Dies wird letztendlich auch darüber entscheiden, ob die körperlichen Einschränkungen als erträglich empfunden werden und die notwendigen Abweichungen von der intendierten Lebensplanung, dennoch, als sinnhaft und befriedigend angenommen werden können.

Psychologie und Psychotherapie spielen bei der Bewältigung der Multiplen Sklerose eine entscheidende Rolle. Die Frage, ob die Psyche an der Genese dieser Autoimmunerkrankung beteiligt ist oder an ihrer Auslösung mitwirkt, wird viel diskutiert, ist jedoch noch nicht wissenschaftlich geklärt.

Ungewissheit und Unsicherheit sind die Faktoren, die für die MS von Anfang an bestimmend sind. Trotz der erheblichen Verbesserung der Diagnosemöglichkeiten in den letzten Jahren, die oft erst nach einem begründeten Verdacht auf MS zur Anwendung kommen, ist der Prozess der Erkennung häufig langwierig und schwierig und von vielen Irrtümern und den daraus resultierenden Irritationen für die Patienten geprägt.



Foto: Archiv KOMAG GmbH

Das Erfassen der endgültigen, unumstößlichen Diagnose und ihrer Bedeutung kann unterschiedlichste psychische Reaktionen hervorrufen: Schock, Angst, Panik – aber auch Verleugnung und Verdrängung.

Sachliche Informationen und ärztliche Ratschläge werden in der ersten Phase nur schwer angenommen. Die Seele befindet sich in einem Blockadezustand, der vor allzu großen psychischen Qualen schützt; auch das Verdrängen der Wahrheit wirkt hier als eine Art Schutzmechanismus.

Nur ganz allmählich weichen die verstörten, aufgewühlten Emotionen einem rationalen Begreifen der tatsächlichen Gegebenheiten. Erst danach werden die für die Bewältigung der Krankheit wichtigen Fragen an den Arzt gestellt, erst dann wird die panische Angst von der Erkenntnis abgelöst, dass MS eine zwar bisher nicht heilbare chronische Erkrankung, aber keine „Krankheit zum Tode“ ist, sondern eine Krankheit mit der man leben kann – leben muss.

Das Akzeptieren der Krankheit MS ist der erste große Schritt zu ihrer Bewältigung, das heißt: die Auseinandersetzung mit den möglichen Lebensveränderungen durch die körperlichen Einschränkungen und die individuelle Anpassung an die neuen Lebensbedingungen.

Neue Regeln, die von den Bedürfnissen des kranken Körpers aufgestellt werden, müssen beachtet und eingehalten werden. Leben mit MS heißt jedoch nicht, dass die Krankheit die Oberhand über alle Facetten des täglichen Lebens gewinnen darf, im Gegenteil. Der Versuch, die MS so weit wie möglich aus dem Leben herauszuhalten, sollte immer unternommen werden, wenn gleichzeitig das Nötige und Hilfreiche zu ihrer Bewältigung getan wird. Das Annehmen der Krankheit darf niemals bedeuten, sich ihr auszuliefern und sie passiv zu erleiden, sondern zu kämpfen, genau hinzusehen, sich zu informieren, zu wissen, wie und wo sich die Krankheit bemerkbar macht, was nützt oder schadet. *Lesen Sie weiter auf S.14...*

MEDIZIN & FORSCHUNG

Fortsetzung von S.13...

Mit jeder Verschlechterung des körperlichen Zustands kann diese Fähigkeit zu akzeptieren erneut abverlangt werden.

Die Erkenntnis, dass sich körperliche Beschwerden nur vorübergehend bessern oder aussetzen und ein neuer Schub wahrscheinlich ist, strapaziert die Nerven vieler Patienten so sehr, dass Ausbrüche heftiger Gefühlsregungen nicht unterdrückt werden können. Zorn und Wut auf „Gott und die Welt“ Neid und sogar Hass auf alle (gesunden) Mitmenschen, selbst auf die, die hilfreich zur Seite stehen, machen sich häufig Luft. Solchen negativen Gefühlen folgt oft Scham, die die innere Anspannung noch weiter verstärken kann.

Die Unfähigkeit, sein Leben unabhängig kontrollieren, planen und gestalten zu können, führt häufig zu einem Gefühl der Selbstverachtung, das auch in Aggressionen umschlagen kann, die nicht selten zu schweren Konflikten im unmittelbaren Umfeld führen. Wer die ihm zugedachte Rolle im Job oder in der Familie nicht mehr ausfüllen kann, fühlt sich unbrauchbar und minderwertig – in einer Gesellschaft, die vor allem auf Leistung setzt. Zu oft wird vergessen, dass Menschsein und Menschlichkeit mit körperlicher Unversehrtheit nicht das Geringste zu tun haben.

Je nach psychischer Prädisposition entwickeln MS-Kranke ein Gefühl von anhaltender Niedergeschlagenheit und Antriebsarmut, die sich bis zu schweren Depressionen steigern können. Wenn das Gespräch mit engsten Vertrauten, mit der Familie und Freunden, nicht mehr ausreicht, das verdunkelte Gemüt aufzuhellen und auch der Gedanken – und Erfahrungsaustausch mit anderen MS-Betroffenen keinen Trost mehr spenden kann, dann ist spätestens der Zeitpunkt gekommen, wo professio-



Foto: Archiv KOMAG GmbH

nelle Hilfe in Anspruch genommen werden muss.

Psychologen /Psychotherapeuten werden versuchen, sich unvoreingenommen der Persönlichkeit des MS-Erkrankten zu nähern, die komplizierten Strukturen seiner Psyche aufzudecken, die spezifischen Verhärtungen seiner Seele aufzulösen. Sie werden dem Patienten den ihm angemessenen Weg aus der Depression aufzeigen und die Hilfe geben, die ihm die Verantwortung für sich selbst nicht abnimmt, sondern ihn neu motiviert, sich dem Leben zu stellen.

Psychologie/Psychotherapie stellen viele Mittel und Methoden zur Selbsthilfe bereit:

Gesprächstherapie, Gestalttherapie, Verhaltenstherapie, Bewegungstherapie, Autogenes Training, Meditationsübungen, Selbsthypnose, Familientherapie etc. Die MS-Betroffenen können auf vielfältige Weise lernen, die chronische Krankheit in ihr Leben zu integrieren, mit ihr zu leben.

Die psychische Unterstützung fördert durch die Erweiterung des Bewusstseins vor allem die Entdeckung neuer Werte

und Ziele im Leben. So können Betroffene z.B. dazu befähigt werden, Menschen neu zu entdecken und kennen zu lernen.

Vielleicht gelingt es sogar einigen Erkrankten, die MS als einen Neubeginn und nicht als die Beendigung eines besseren Lebens zu sehen – und die ewige Suche nach dem Sinn des Lebens, die immer nach dem Großen, Schönen, Idealen trachtet – auf das Kleine, Alltägliche und Machbare umzu lenken. Das „Carpe diem“ (Nutze den Tag) von Horaz, sollte im Leben eines jeden von MS betroffenen Menschen zur vorrangigen Maxime des Handelns werden.

MS- Betroffene sollten sich nicht scheuen die professionelle Hilfe eines Psychotherapeuten in Anspruch zu nehmen. Nähere Informationen und aktuelle Adressen anerkannter Psychotherapeuten erhalten Interessierte bei ihrer jeweiligen Krankenkasse.

In der Regel werden Therapien vollständig von den gesetzlichen Kassen übernommen.

ALTERNATIVE THERAPIEN

QIGONG

von Helga Haas (Therapeutin für Qigong)

Qigong (Tschigung) bedeutet arbeiten (gong) an der Lebenskraft (Qi). Wie Akupunktur ist Qigong ein Zweig der Traditionellen Chinesischen Medizin und stellt den aktiven Teil dar, d.h. durch eigenes Bemühen, seine Gesundheit zu stärken und die Heilung zu fördern.

Wir können unsere Lebenskraft ebenso trainieren wie die Stimme, die Muskeln oder das Gedächtnis. Qigong bietet diese Möglichkeit für alle Menschen, denn die einfachen Bewegungen, langsam und fließend ausgeführt, sind leicht erlernbar. Für Menschen mit eingeschränkter Bewegungsfreiheit können die Übungen individuell angepasst werden.

Der Ablauf und die Intensität der Bewegung werden durch den Fluss des Atems bestimmt, begleitet von geistiger Ruhe und Konzentration. Darin spiegelt sich eine Grundannahme der Traditionellen Chinesischen Medizin, den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Psyche zu sehen (und zu behandeln). Dabei kommt dem geistigen Aspekt eine besondere Bedeutung zu: grundlegend für die positive (heilende) Wirkung ist die Ruhe des Geistes.



Augenübung

Josefine Zöller (Ärztin und Qigonglehrerin) schreibt dazu:

„Der Beginn allen Lebens ist eine Funktion der Materie (Jing). Die Energie dazu, das Qi, die innere Leitung, das Shen, (Geist), das die Materie beseelt“. Shen meint eine Form von Energie, die das Bewusstsein aber auch das Unterbewusstsein beinhaltet.

Es zeigt sich, dass dies auch ein Hauptanliegen der KursteilnehmerInnen ist, innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden.

Ein weiteres Konzept der „Traditionellen Chinesischen Medizin“ ist das Prinzip von Yin und Yang, welches besagt, dass „jedes Ding“ zwei Seiten hat, die einander beeinflussen und bedingen. Die beiden Seiten müssen immer wieder in Ausgleich und Harmonie gebracht werden.

Wird eine Seite zu stark, entsteht ein Ungleichgewicht, das beim Menschen zur Krankheit führen kann. Die Harmonie von Yin und Yang, z.B. den Ausgleich zwischen Arbeit und Erholung, oder zwischen Wärme und Kälte, immer wieder herzustellen, dazu kann Qigong beitragen.

Qigong versucht kranke Energien anzuleiten und die Organfunktionen zu beleben und zu harmonisieren. – Qigong ist kein Wundermittel, aber ein wunderbares Mittel, das die Eigenverantwortung für die Gesundheit und Heilung in die Tat umzusetzen kann.

In den Kursen der DMSG üben wir in kleinen Schritten die Bewegungsabläufe, wir lernen den Atem richtig einzusetzen und dem Geist Ruhe und Konzentration zuzuführen. Dies geschieht sowohl in sitzender als auch in liegender und stehender Position, je nach Bedürfnis und Möglichkeiten der KursteilnehmerInnen. Da das selbstständige



Chinesisch: Qigong

Üben zuhause eine große Rolle spielt, beschäftigen wir uns auch damit, wie man die Übungen nach und nach in seinem Tagesablauf integrieren kann. Es zeigt sich, dass das gemeinsame Üben und der Erfahrungsaustausch die Motivation steigert.

Von den KursteilnehmerInnen wurden unterschiedliche Wirkungen berichtet. Als Beispiele seien erwähnt: größere innere Ruhe und Ausgeglichenheit, Nachlassen von anhaltender Müdigkeit, verbesserte Augenfunktion, verminderter Zittern, mehr Standfestigkeit und Sicherheit beim Gehen (eine Teilnehmerin konnte auf ihren Gehstock verzichten). Eine Teilnehmerin berichtete, dass ihre Inkontinenz zuerst nachgelassen hat und dann ganz verschwand.

Qigong für Mitglieder der DMSG Berlin findet jeweils Donnerstags von 13.00–14.00 Uhr in der Geschäftsstelle, Knesebeckstraße 3, 10623 Berlin statt. Voranmeldungen für den Kurs können im Sekretariat vorgenommen werden.

Tel: 030/313 06 47 (Isolde Flößner)
Nähere Fragen zu Qigong gibt es unter Tel.: 030/ 791 78 45 (Helga Haas).

DIE INNERE UNSICHERHEIT

Von Silke Wichert

Dritter Stock, Altbau. Kein Aufzug. Toto geht langsam, vielleicht ein wenig zu langsam die Treppe hinauf in seine Wohnung. Bei jeder Stufe knarrt das ausgetretene Holz unter den Füßen. Dieses Gefühl, zu spüren wie der Boden unter ihm arbeitet, das wird er vermissen, irgendwann, sagt er. Seine Freunde haben ihn für verrückt erklärt, dort einzuziehen. Wie man bloß so unvernünftig sein könne. Dritter Stock! Wer weiß, was in ein paar Jahren ist. Eben. Wer weiß das schon.

Multiple Sklerose verläuft häufig in Schüben, wann sie auftreten und wie lange sie dauern, ist vorher nicht abzusehen. Nach Abklingen des ersten Anfalls bleiben manche Betroffene oft jahrelang symptomfrei. Aber die Krankheit kommt wieder, eigentlich ist sie ja nie richtig fort; und irgendwann hinterlässt sie ihre bleibenden Spuren.

Bei Toto bislang noch nicht, jedenfalls keine körperlichen. Aber seit der Diagnose vor zwei Jahren, an seinem 28. Geburtstag, ist sein Leben ein anderes geworden. Als seine Hände das erste Mal taub wurden, steckte er mitten im Vordiplom für Kommunikationsdesign an der FH Essen. Warum er seine Arbeiten nicht zu Ende gebracht hatte, wollte er den Professoren damals nicht sagen. Erst ein Jahr später, im zweiten Anlauf, erfuhren sie bei einer Filmvorführung warum sein „Lebensraum in acht Bildern“ sich nun in allen Einstellungen geändert hatte. Sein Vordiplom hatte er damit in der Tasche, nicht die kleinste Kritik wurde an seinen Arbeiten geübt. Wahrscheinlich trauten sie sich nicht.

Für die Menschen, die einem näher stehen, ist die Nachricht einer unheilbaren Erkrankung viel schwieriger aufzuneh-

men. Und doch haben sie, im Gegensatz zu Toto, noch die Wahl, ob sie die Krankheit annehmen oder sich von ihr fernhalten. Seine engsten Freunde und seine Eltern sind ihm seitdem noch näher gekommen. Aber mit seiner Freundin ist er nicht mehr zusammen. Sie war es, die ihm anfangs die meiste Kraft gab; soweit, bis sie selbst keine mehr hatte. Auch zu vielen anderen ist der Kontakt abgebrochen. Manche melden sich einfach nicht mehr, weil sie nicht wissen, was sie sagen sollen. Oder zu betroffen sind, um noch in einem normalen Tonfall fragen zu können „wie geht es dir?“. Etwas nicht einschätzen zu können, macht Menschen unsicher. Was man nicht erleben will, davor verschließt man die Augen.

Oder man kann sie gar nicht mehr abwenden. Wenn Peter früher in Pasing mit seiner Frau in ein Lokal ging, konnten sie sich setzen, wo sie wollten. Heute gibt man ihnen, wenn möglich, einen Tisch weit ab vom Geschehen, am besten in einer abgetrennten Ecke, wo sie Ruhe haben. Gemeint ist aber, dass die anderen Gäste ihre Ruhe haben; und nicht ständig starren. Starren müssen.

Peters Frau leidet seit 26 Jahren an Multipler Sklerose. Als sie sich kennen lernten und sie ihm von der Krankheit erzählte, da wusste er nicht einmal, was MS überhaupt ist. Vor kurzem hat er seinen Job aufgegeben, um sich nur noch um seine Frau zu kümmern. Nach einem sehr schweren Verlauf kann sie mittlerweile nur noch ihren Kopf bewegen und ist vollkommen auf seine Hilfe angewiesen. Auch beim Essen. Wie er eine Gabel voll Nudeln vorsichtig an ihren Mund führt, verfolgt dann manchmal das ganze Restaurant. Bis er irgendwann entnervt in die Runde

fragt, ob jemand vielleicht probieren wolle. Dann schauen die meisten schnell wieder auf ihren eigenen Teller und der ganze Raum hüllt sich in betretenes Schweigen. Peter stellt immer wieder fest, dass viele von einer körperlichen automatisch auf eine geistige Behinderung schließen. Die wenigen Male, die seine Frau überhaupt das Haus verlassen kann, begegnen ihr die Leute mit übertriebener Vorsicht, sprechen besonders langsam oder richten sich von vornherein nur an ihn. Anstatt über die Behinderung hinwegzusehen, blenden sie lieber gleich die ganze Person aus.

Bevor die Symptome sichtbar werden, unterscheidet einen Multiple Sklerose Erkrankten äußerlich nichts von einem gesunden Menschen. Aber wenn die Hände anfangen zu zittern und der Gang immer schwankender wird, fällt das den Leuten auf. Die Nachbarn wussten damals gleich zu berichten, dass die von nebenan schon morgens anfängt zu trinken.

Mit Nebenwirkungen lernt man während der Krankheit zu leben. Die meisten schmerzlichen Erfahrungen entstehen ohnehin aus bloßer Unsicherheit, da ist Toto sich sicher. Wie sollen die anderen es auch besser wissen? Das ist wie in der Geschichte der Eintagsfliege, die mit dem Tausendfüßler eine Wanderung machen möchte: „Ja gerne“, sagt er, „ich muss nur schnell meine Schuhe anziehen“. Und dann beginnt er einen nach dem anderen zuzuschnüren. „Wie lange dauert denn das?“, erkundigt sich die Eintagsfliege nach einer Weile. „Bis morgen“, entgegnet ihr da der Tausendfüßler. „Morgen? Was ist das?“ Niemand der gesund ist kann verstehen, was es bedeutet, krank zu sein.

KOSTENLOSER EINTRITT

FÜR DAS DAMEN –TENNISTURNIER „GERMAN OPEN“



Tribüne für Rollstuhlfahrer

Wie schon in den Jahren zuvor, bietet die Neurologin und leidenschaftliche Tennisspielerin, Carsta Drillisch, im Auftrag des Tennisclubs LTTC Rot-Weiß

e.V., der DMSG Berlin eine begrenzte Anzahl an kostenlosen Eintrittskarten für das Damen-Tennisturnier „German Open“ an. Das Angebot gilt nur für Rollstuhlfahrer mit Begleitperson. Wer Interesse an einem Besuch der Tennisveranstaltung hat, meldet sich bitte in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin, um sich vormerken zu lassen.

Die German Open vom 5. bis 11. Mai 2003 in Berlin bieten Damen-Tennis der Extra-Klasse. Die Russin Anna Kurnikowa hat bereits ihre Teilnahme zugesagt. Das größte deutsche Damen-Tennisturnier wartet mit einem Preisgeld von mehr als 1,2 Millionen auf.

Nähere Infos unter:
www.mastercard-german-open.de/



Serena Williams, Nr.1 der Weltrangliste

FAHRSCHULE HANDICAP



Außenansicht der Fahrschule Handicap

Nicht nur wer einen Führerschein machen muss ist in der „Fahrschule Handicap“ in Berlin-Wilmersdorf sehr gut aufgehoben. Die Fahrschule bietet neben den üblichen Leistungen auch Sonderleistungen an, die speziell auf die Wünsche behinderter Menschen ausgerichtet sind. So kann man dort sein Fahrzeug behindertengerecht aus- und

umrüsten und sich seinen Bedürfnissen entsprechend schulen lassen.

Der Inhaber und Fahrlehrer Rainer Schöne besitzt seit 1982 die Fahrlehrerlizenz. Von 1997–2000 leitete er die Fahrschule des Deutschen Roten Kreuzes mit Spezialausbildung für Behinderte. Vor drei Jahren machte er sich selbstständig und richtete seine Fahrschule in der Sächsischen Straße professionell und barrierefrei ein. Auch die zwei Fahrzeuge, beide Marke Audi A3, mit Automatik- oder Schaltgetriebe, lassen sich umrüsten und sind bei verschiedensten Behinderungen einsetzbar.

Dass Rainer Schöne seinen Beruf nicht nur des Geldes wegen ausübt, sondern viel Freude an seiner Arbeit hat, merkt man schnell, sowohl beim Besuch einer Theoriestunde als auch beim praktischen Üben. Behinderte und nicht

Behinderte, Junge und Alte, Deutsche und Ausländer werden in freundlicher und angenehmer Atmosphäre unterrichtet. Rainer Schöne vermittelt die Regeln des Fahrens leicht und verständlich. Man kann jederzeit Fragen stellen und geht nach einer Stunde mit dem Gefühl nach Hause, wirklich etwas gelernt zu haben. Das Schönste ist jedoch, dass man nicht nur die Richtlinien des öffentlichen Straßenverkehrs lernt, sondern auch vieles über rücksichtsvolles Umgehen miteinander.

Fahrschule Handicap
mit Spezialausbildung für Behinderte
Rainer Schöne,
Sächsische Straße 38, 10713 Berlin

Tel: 030/ 47 47 51 30
Fax: 030/ 47 47 51 31
Handy: 0172 32 00 331

MEHRAUFWENDUNGEN

FÜR BEGLEITPERSONEN KÖRPERBEHINDERTER AUF REISEN

Laut einer Meldung der Deutschen Presse Agentur(DPA) können Körperbehinderte, die auf eine ständige Begleitperson angewiesen sind, die bei ihren Reisen entstandenen Aufwendungen für ihre Begleitperson in angemessener Höhe steuerlich geltend machen. Wie die Anwaltsauskunft Berlin mitteilte, hat der Bundesgerichtshof in München eine dementsprechende Entscheidung gefällt.

Demnach gelten diese Kosten als außergewöhnliche Belastung.

Den Angaben zufolge stritt ein schwer körperbehinderter Mann mit seinem Finanzamt vor Gericht. Er wollte die ihm entstandenen Kosten für seine Begleitperson steuerlich absetzen. Im Jahre 1994 hatte der schwerbehinderte Kläger für seine Begleitperson während einer Urlaubsreise insgesamt

20 000 Mark ausgegeben. Der Bundesgerichtshof gab dem Kläger grundsätzlich recht. Bei der Bemessung des steuerlich absetzbaren Betrages legte jedoch das Gericht die Ausgaben zugrunde, die ein Bundesbürger durchschnittlich im Jahr für eine Urlaubsreise aufbringt.

Das waren für das Streitjahr 1994, laut Berechnung, 1500 Mark (767 Euro).

(AZ: II R 58/98).

BEHINDERTEN-WCs

Der Gang zur Toilette, für „laufende“ Menschen eine Selbstverständlichkeit, ist für Rollstuhlfahrer ein Problem. Ein wichtiges Urteil erging jetzt vom Verwaltungsgericht Frankfurt/Oder. Ein Bauherr klagte, da ihm die Baugenehmigung für sein Restaurant von der Bau-

verwaltung nicht erteilt wurde. Die Klage wurde abgewiesen. Die Nichterteilung der Baugenehmigung geschah zu recht, entschied das Gericht. Der Kläger hatte sich geweigert, obwohl es Auflage war, eine Behindertentoilette in die Baupläne seines Restaurants aufzunehmen.

Aufgrund des Gleichstellungsgesetzes müssen neue öffentliche Gebäude, die für mehr als 24 Personen eingerichtet werden, ein WC haben, das für Rollstuhlfahrer „barrierefrei“ d.h. rollstuhlgerecht zugänglich ist.

(AZ: 7 K 1720/99)

ÜBERPRÜFUNG

DES RENTENBESCHIDES

Ob Steuer- oder Rentenbescheid, jeder amtliche Beschluss mit finanzieller Auswirkung sollte überprüft werden. Die Überprüfung kann von einem Fachmann, wie einem Steuerberater oder Rentenberater, durchgeführt werden. Wenn man

es sich jedoch zutraut, kann man dies auch selber machen.

Leitlinien zur Überprüfung eines Rentenbescheides hat der gerichtlich zugelassene Rentenberater und Rechtsberater im Sozialrecht, Tibor

Jockusch, in einem Drei-Seiten-Papier zusammengefasst und der DMSG zur Verfügung gestellt. Wer Interesse daran hat, kann sich diese Information in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin kostenlos abholen.

BUCHTIPP

WORTE FÜR DIE SEELE

„Worte der Seele“ ist ein kleines Handbuch mit Niederschriften des bedeutenden Schweizer Psychologen C.G. Jung, das im Herder-Verlag, 2000, erschienen ist.

Dem Fernsehjournalisten und profunden Kenner Jungscher Arbeiten, Franz Alt, Herausgeber des Werkes „Worte der Seele“, ist es mit diesem Auswahlwerk gelungen, eine Lektüre zusammenzustellen, die sich sowohl für Fachleute als auch für Laien gleichermaßen eignet. In kurzer, einprägsamer Weise, gegliedert in sechs Kapitel, (Seele, Träume, Gewissen, Religion, Selbsterkenntnis, Mensch-Werden) stellt Alt die essentiellen Aussagen des großen Psychologen und Psychoanalytikers des 20. Jahrhunderts vor. Dem Leser wird es leicht gemacht, die Seele besser verstehen zu lernen.

Carl Gustav Jung wurde am 26. Juli 1875 in Kesswyl in der Schweiz geboren. Er studierte Medizin und arbeitete

von 1900 bis 1909 an der psychiatrischen Klinik der Universität Zürich (Burghölzli). 1905 bis 1913 war er Dozent an der Universität Zürich, 1933 bis 1942 Titularprofessor an der Eidgenössischen Technischen Hochschule und 1943 Ordentlicher Professor für Psychologie in Basel.

Jung gehört mit Sigmund Freud und Alfred Adler zu den drei Wegbereitern der modernen Tiefenpsychologie. 1912 wandte sich Jung gegen seinen Lehrer Sigmund Freud, da er dessen Anschauungen über Sexualität nicht teilte. Für ihn war nicht mehr die kindliche Sexualität ausschlaggebend für die Libido, sondern der generelle Wille zur Liebe maßgebend. Jung entwickelte nach der Trennung von Sigmund Freud (1913) die eigene Schule der Analytischen Psychologie und entwickelte seine eigene Tiefenpsychologie, in die vielfältige Lehren, wie ostasiatische Weisheitslehren und Alchimie, Eingang fan-



Buchcover „Worte der Seele“ von C.G. Jung

den. Jung starb am 6. Juni 1961 in Küsnacht.

„Denn das größte und zugleich uns allernächste Welträtsel ist der Mensch selber.“
C.G. Jung

HOWARD CARPENDALE

AN MULTIPLER SKLEROSE ERKRANKT

Howard Carpendale hat Multiple Sklerose. „Die Diagnose steht fest“, sagte der 56-jährige Schlagersänger der „Bild am Sonntag“.

Vor einem Jahr habe er ein seltsames Kribbeln im Bein gespürt. Die Beschwerden hätten sich dann in zeitlichen

Abständen wiederholt. Dann habe er das Gefühl in einem Bein ganz verloren. Howard Carpendale möchte dem weiteren Verlauf der Krankheit mit einem intensiven Fitness-Programm entgegenwirken. Die für Herbst angekündigte Deutschland-Tournee werde wie geplant ablaufen.



Howard Carpendale auf einem Konzert

DAS JÜDISCHE MUSEUM

BARRIEREFREIER ZUGANG ZU GESCHICHTE UND KULTUR



Libeskind-Bau © Jüdisches Museum Berlin

Seit seiner Eröffnung am 9. September 2001 ist das Jüdische Museum der neue Publikumsmagnet der deutschen Hauptstadt.

Schon als das Haus noch leer stand, pilgerten Hunderttausende von Besuchern durch den Libeskind-Bau, der mit seiner spektakulären, symbolträchtigen Architektur die Funktion eines großen Erinnerungsprojekts so eindrucksvoll erfüllte, dass viele die Freihaltung des Hauses von Exponaten forderten, weil allein die Gestaltung der Räume intensive Bewusstseins- und Gefühlserlebnisse auslöse.

Diese Forderung machte deutlich, dass der Bau nach einer subtilen Nutzung und einer Reduktion der gestalterischen Mittel verlangte. Ob diesem Anspruch in allen Teilen, sowohl formal als auch inhaltlich, Genüge getan wurde, wird von den verschiedenen Besuchern sehr unterschiedlich beurteilt. Allen gemeinsam ist jedoch der Eindruck, dass sich die Ausstellungsmacher ganz ungewöhnlicher, stellenweise geradezu sensationeller Mittel bedienen, um die

Fülle und Komplexität des großen Themas zu bewältigen.

Der Neuseeländer Ken Gorbey, der weder Jude ist, noch in den Irrungen und Wirrungen europäischer Geschichte allzu befangen, wurde vom weltläufigen und klugen Initiator und Direktor Michael Blumenthal zum Chefkonzeptors der Ausstellung ernannt. Gorbey belebte das „Manseion“ (griech. Stätte des Lernens) mit einer spannenden, oft überraschenden, Auswahl an Exponaten, die besonders der Tatsache Rechnung trägt, dass die Mehrzahl der künftigen Besucher nur flüchtige Kenntnis der deutsch-jüdischen Geschichte besitzt und wenig weiß von der Religion und den Traditionen der Juden. Also mussten Grundkenntnisse für diejenigen vermittelt werden, die sonst nicht ins Museum gehen, insbesondere Kinder und Jugendliche, die gegen konservative, didaktische Informationsmethoden resistent sind.

Das populäre Motto der Ausstellung ist „für ein breites Publikum etwas Aufklärendes“ zu bieten. (M. Blumenthal). Dadurch entsteht die ganz unmuseale Farbigeit und Lebendigkeit, die große

Teile der Ausstellung prägt, aber auch die gelegentlich kritisierte Plakativität und Unwissenschaftlichkeit der historischen Präsentation.

Infoschubkästen, audiovisuelle Szenarien, Touchscreens, PCs, Vergrößerungen und Reproduktionen, die Geschichte anschaulich und begreifbar machen, finden sich in allen Stockwerken und stehen im spannenden Gegensatz zur dramatischen Architektur der Räume, die den Gedanken an den Holocaust durchgängig wachhält.

Das Hauptanliegen der Ausstellung ist es jedoch, einen neuen Blick auf die Jahrtausende alte jüdische Geschichte zu werfen, nämlich die Juden nicht nur als leidende Objekte, sondern als handelnde Subjekte zu sehen, nicht nur als Opfer und Außenseiter, sondern als handelnde Bürger, Förderer und Gestalter staatlicher Gemeinschaften. Das Jüdische Museum ist, wie Michael Blumenthal es sich vorgenommen hat, ein „Haus des Lebens“ geworden, ganz anders als viele andere Gedenkstätten in Berlin und Deutschland, die den antisemitischen Wahnsinn, den nazistischen Terror, die Vernichtung, dokumentieren.



Ausstellungssegment
Moses Mendelssohn und die Aufklärung, 1740-1800

© Jüdisches Museum Berlin

Foto: Jens Ziehe, Berlin

Foto: Marion Roßner, Berlin



Foto: Jens Ziehe, Berlin

Vogelperspektive Libeskind-Bau
© Jüdisches Museum Berlin

Es ist auch kein Haus der Abstraktionen, sondern ein Haus der konkreten „Erzählung“ entstanden.

Die Ausstellung auf 3000 qm Fläche zeichnet chronologisch entlang an 13 Kapiteln und anhand von 3900 Exponaten die Geschichte der Juden von der Römerzeit bis zur Gegenwart nach. Das älteste Zeugnis jüdischer Präsenz in Germanien ist ein Dekret Kaiser Konstantins aus dem Jahre 321, das den Status der Kölner Juden festschreibt (das Original befindet sich im Vatikan). Dann folgen Dokumente von der Blüte frühmittelalterlichen Judentums in den Städten Speyer, Mainz und Worms, Gemeinden, die durch fanatische Kreuzfahrer und die Pogrome der Pestjahre ausgelöscht wurden. Auch Luthers fatale Schrift „Wider die Juden“, die im 16. Jahrhundert einen nicht nur religiös begründeten Antisemitismus entfachte, befindet sich unter den Exponaten. Der beschwerliche Weg in die Emanzipation und Assimilation zwischen 1740 und 1933 wird dokumentiert, der bedeutungsvolle geistige Austausch von jüdischen und nichtjüdischen Intellektuellen und Künstlern, der vornehmlich in den Salons jüdischer Frauen wie Rachel Varnhagen und Henriette Herz stattfand, wird in Bildern und Briefen vor Augen geführt. Dem großen jüdischen Aufklärer Moses Mendelssohn kommt dabei, unverständlicher Weise, in der Darstellung dieser Epoche zu wenig Aufmerksamkeit zu. Hingegen wird die Berliner Kaufhaus-Kultur, die sich mit den Namen Wertheim,

Tietz und Ka-De-We verbindet, mit opulenten Bildern und Erinnerungsstücken bedacht.

Mit großer Zurückhaltung bei den erzählerischen Mitteln werden die unerträglichen Lebensbedingungen für Juden im Nationalsozialismus, die Massenflucht und der Massenmord dokumentiert. Hier übernimmt die Architektur Daniel Libeskind die Aufgabe, das schier Unaussprechliche, das kaum Darstellbare, für die Nachgeborenen nicht wirklich Fassbare, ins Bewusstsein des Besuchers zu heben. Der Holocaustturm, ein drei Stockwerke aufragendes graues Betongelass, in das durch Schlitze nur schwaches Licht dringt und das durch eine Metalltür hermetisch verschlossen ist, wird zum Ort des Grauens, dem keiner, der dort nur für wenige Minuten verharret, ohne Erschütterung entkommt.

„Deutschland war für Juden einst ein Ort der Hoffnung und der unbegrenzten Möglichkeiten“, schreibt Michael Blumenthal in seinem Buch 'Die unsichtbare Mauer'. Das eindrucksvolle Aufblühen jüdischen Lebens und jüdischer Kultur in der Weimarer Republik barg jedoch schon die tödlichen Keime der absoluten Katastrophe, der Endlösung für alles Jüdische in Deutschland. Das Jüdische Museum in Berlin, das Geschichte und Geschehenes rückhaltlos dokumentiert, ist weit mehr als ein historisches Museum. Es ist ein Ort der zukünftigen Annäherung von Juden und Deutschen, ein Ort der Toleranz und des weltweiten Kampfes gegen Rassismus und Unterdrückung von Minoritäten, wie sie überall in menschlichen Gesellschaften vorkommen. Teile des Konzepts der Ausstellung werden derzeit neu überdacht und bearbeitet. Ein neues Segment zur Nachkriegsgeschichte ist im Entstehen. Es sollen u.a. Briefe veröffentlicht werden, die der Journalist Henryk M. Broder und die Jüdische Allgemeine Zeitung während der Antisemitismusdebatte der vergangenen Monate erhalten haben.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Das Jüdische Museum Berlin ist barrierefrei eingerichtet. Dennoch ist die Architektur mit ihren Steigungen und Schrägen in den Achsen und im Exilgarten, für behinderte Besucher insbesondere Rollstuhlfahrer, mit einigen Schwierigkeiten verbunden. Das Besucherservice-Personal, erkennbar an schwarzer Kleidung und roten Schals, kann jederzeit angesprochen werden und hilft individuell. Es gibt je eine rollstuhlgerecht eingerichtete Toilette in den Eingangsbereichen des alten und neuen Museumbaus. Außerdem verfügt das Museum über 10 Rollstühle, die jederzeit ausgeliehen werden können.

Adresse:

Jüdisches Museum Berlin
Lindenstrasse 9–14, 10969 Berlin
Infotelefon: 030/ 308785-681

Öffnungszeiten:

Mo.: 10–22 Uhr u. Di.-So.: 10–20 Uhr

Das Museum ist geschlossen:

- 4. März 2003 (Wartungsarbeiten)
- 27–28. September 2003 (Jüdische Feiertage)
- 6. Oktober (Jüdischer Feiertag)
- 24. Dezember

Eintrittspreise

Erwachsene: **5,00 Euro**
Ermäßigt: **2,50 Euro**
Kinder bis zum sechsten Lebensjahr
Eintritt frei
Familientickets (zwei Erwachsene, bis zu vier Kindern): **10 Euro**

Öffentliche Verkehrsmittel:

U1, U6, U15, Hallesches Tor oder U6, Kochstraße
Bus 129 Oranienstr./Lindenstr.
Bus 240 Am Jüdischen Museum
Bus 341 Blücherplatz
Parkplätze sind vorhanden, aber gebührenpflichtig

CAFÉ LEBENSART

Die Brötchen schmecken dort nicht nach Pappe, der Kuchen nicht nach Backpulver, der Obstkuchen besteht vor allem aus Obst und der Schokoladenkuchen lagert nicht wochenlang in der Vitrine, sondern zergeht förmlich auf der Zunge. Alle Kuchen sind frisch und schmecken außergewöhnlich gut - und das nicht nur für Berliner Verhältnisse.

Das Café LebensArt in Zehlendorf wurde im Oktober 2002 neu eröffnet. Es ist bereits das dritte Kaffeehaus mit dem Namen „Café LebensArt“, was beweist, dass das Konzept, bestehend aus guter Speisenqualität verbunden mit freundlichem Service, angenehmer Atmosphäre sowie soliden Preisen, ein Vorhaben ist, das aufgeht. Die beiden anderen Kaffeehäuser sind in den Bezirken Kreuzberg und Berlin-Mitte.

Die Inneneinrichtung des Cafés in Zehlendorf ist modern und dennoch gemütlich. Es dominieren warme Töne bei den Farben der Wände und der Möbel und vermitteln so eine angenehme Kaffeehaus-Atmosphäre. Ob jung oder alt, allein, zu zweit oder mit Kindern, alle Besucher schätzen den freundlichen, lockeren und dennoch professionellen Service.

Sämtliche Brotwaren, Kuchen und Torten kann der Gast nicht nur vor Ort genießen, sondern auch mit nach Hause nehmen. Der Inhaber ist in der dritten Generation selbständiger Konditormeister. Die Produktion der Backwaren, die über das übliche Sortiment einer Konditorei hinausgeht, findet im eigenen Hause statt. Neben den vielen süßen, werden auch herzhaftere Speisen angeboten.

Auf der liebevoll zusammengestellten Karte findet jeder Gast das für ihn Passende, auch vegetarische Gerichte. Varianten von Frühstück kann man den ganzen Tag über genießen. Eine wöchentlich wechselnde Tageskarte präsentiert ein zusätzliches Speiseangebot.



„Café LebensArt“ Aussenansicht

Das Café LebensArt in Zehlendorf in der Clayallee 346 ist barrierefrei zugänglich und hat eine rollstuhlgerechte Toilette. Wer in der Nähe wohnt, sollte einen Besuch nicht scheuen. Es lohnt sich!

Öffnungszeiten in Zehlendorf:

Täglich von 9.00–24.00 Uhr

KLEINANZEIGEN

Kommt doch mal vorbei!

Wir, MS-Betroffene und Anhang, treffen uns zum Lachen, Reden und Infoaustausch jeden 3. Mittwoch im Monat um 18.00 Uhr im Blisse-Café. Interesse? Fragen? Ruft doch mal an!

Marion: 35 50 70 75

Liebe Mitpatientinnen/ Mitpatienten,

da dem größten Teil von uns derzeit eine Behandlung mit Immunglobulinen durch die Krankenkassen verwehrt wird – so auch mir – beabsichtigt mein behandelnder Arzt, bei mir nun eine Behandlung mit MITOXANDRON zu beginnen. Diesem Mittel werden einige Nebenwirkungen nachgesagt. Aus diesem Grunde würde ich mich freuen, wenn sich die /der mit mir oder andere Mitpatientin/Mitpatient in Verbindung setzt, zwecks Informa-

tionen und/ oder einem eventuellen Erfahrungsaustausch.

Ingeborg Thiele: 030/854 07 776

Suche Kontakt mit Frau (ca. 40-60), die chronische MS hat und die Betaferon spritzt.

Gisa Schwinghammer: 843 11 983

Erste Schwule MS-Gruppe

Berlin-Brandenburg

Interessenten melden sich unter:

0179/665 23 57

oder Trenee@aol.com

Wer hat Lust Musik zu machen?

Ich spiele Strom-Gitarre.

Freue mich über jeden Anruf

Armin: 030/ 784 71 24

Zum Kennenlernen!

Wir kommen als MS-Betroffene mit Angehörigen und Freunden am letzten Sonntag in jedem zweiten Monat zusammen. Wir sind aus verschiedenen Stadtbezirken und freuen uns auf unseren nächsten Austausch am:

Sonntag, 30 März 2003,

15.00-18.00 Uhr

Cantianstr. 9 (rollstuhlgerecht)

10437 Prenzlauer Berg

Sie sind herzlich eingeladen, auch dabei zu sein.

Info-Telefon: 030/916 42 49

Austausch?

Wer hat Interesse an einem Austausch mit einer MS-betroffenen Person (mir), die mit ähnlichen Symptomen zu tun und /oder einen vergleichbaren Verlauf hat. Ich bin weiblich, 33 Jahre alt. Seit März 2002 bin ich mit der Diagnose konfrontiert.

Meine Symptome verschlechtern sich, neue kommen hinzu. Besonders meine Augen machen mir zu schaffen. Ich bin müde und wie benommen. Über einen Erfahrungsaustausch würde ich mich freuen.

(Alltag, Kinderwunsch, Medikamente)

Sabine: 030/853 66 31

EINLADUNG

TAG DER MS

31. März 2003

Hotel Hilton Berlin, Mohrenstrasse 30, 10117 Berlin-Mitte, (U-Bahnhof Stadtmitte)

UHRZEITEN

(MitgliederInnen können an einem oder mehreren Vorträgen teilnehmen!)

THEMEN u. REFERENTEN

(Veranstaltungsräume werden vor Ort auf Hinweistafeln angegeben)

15.00 – 16.00 Uhr

„Cannabis in der MS-Therapie“ (Magdalena Brons)

15.00 – 16.00 Uhr und nochmals um 19.00 – 20.00 Uhr

„Depressionen“ (Dr. Peter Scherer)

16.00 – 17.00 Uhr und nochmals um 18.00 – 19.00 Uhr

„Nebenwirkungen von Medikamenten“ (PD. Dr. Karl Baum)

16.00 – 17.00 Uhr und nochmals um 18.00 – 19.00 Uhr

„Spastik“ (Dr. Almuth Piest)

Von 17.00-18.00 Uhr findet für alle Anwesenden eine Pause statt

Bitte faxen Sie das Formular unter: 030/ 312 66 04 oder senden Sie es per Post an: DMSG Landesverband Berlin e.V., Knesebeckstraße 3, 10623 Berlin, Anmeldeschluss ist Mittwoch, der 26. März 2003

ANMELDUNG „TAG DER MS“

31. März 2003, Hotel Hilton Berlin, Mohrenstrasse 30, 10117 Berlin-Mitte

Ihr Name: _____

Ihre Telefonnr.: _____

(Bitte möglichst in Druckbuchstaben ausfüllen)

Zu der Veranstaltung „Tag der MS“:

komme ich allein

komme ich mit einer Begleitperson

komme ich mit einem Rollstuhl

und nehme teil an dem Vortrag / den Vorträgen:

„Cannabis in der MS-Therapie“

15.00 – 16.00 Uhr

„Nebenwirkungen von Medikamenten“

15.00 – 16.00 Uhr

18.00 – 19.00 Uhr

„Spastik“

16.00 – 17.00 Uhr

18.00 – 19.00 Uhr

„Depressionen“

15.00 – 16.00 Uhr

19.00 – 20.00 Uhr

Wir danken für die Übersendung des Anmeldeformulars und hoffen auf eine rege Beteiligung!

DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT



**Multiple Sklerose?
Wir lassen Sie nicht
alleine! Aufklären,
beraten, helfen.**

030 / 313 06 47