

Kompass

Ihr Wegweiser

Ausgabe 1/2004

**Interview:
Finanzen der
DMSG Berlin**

SEITE 11

**Gesundheits-
reform**

SEITE 14

Patientenpass

SEITE 18

**Einladung
Mitgliederver-
sammlung**

SEITE 28

DER VIERBEINIGE THERAPEUT



**TIERE IM EINSATZ
FÜR KRANKE**

SEITE 16

DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT
LANDESVERBAND BERLIN e.V.

DIE WOHNGRUPPE FÜR MS-BETROFFENE

IN DER WESERSTRASSE

Seit dem 24. Oktober 03 existiert sie: die neue Wohngruppe für MS-Erkrankte in der Weserstraße in Berlin Neukölln. Fünf Bewohnern bietet die WG bereits ein neues Zuhause. Die neue Wohngemeinschaft, die vom AHK-Pflegeteam in Zusammenarbeit mit dem Verein „Pro-Horizonte“ (Verein für selbstbestimmtes Wohnen e.V.), konzipiert und ins Leben gerufen wurde, hat insgesamt acht Bewohnerzimmer, so dass noch drei Interessenten die Chance haben, dort zu wohnen!



Die acht Bewohnerzimmer liegen im Erdgeschoss des Hauses Nr. 153 und sind von der Straße aus barrierefrei, d.h. ohne Stufen, zu erreichen. Die gesamte Wohnung ist rollstuhlgerecht gestaltet. Die Bewohner teilen sich zwei großzügig und behindertengerecht gestaltete Küchen und haben die Wahl zwischen insgesamt drei Bädern, bzw. Duschbädern, die auch behindertengerecht sind. Das gesellige Zusammensein findet in den beiden Gemeinschaftswohnräumen statt, die zugleich Wohnküchen sind. Die gesamte Lebensgestaltung in der Wohngruppe zielt auf die Erhaltung der Selbstbestimmung seiner Bewohner. Die Bewohner haben alle privaten Freiräume, wozu die individuelle Gestaltung des Tagesablaufes ebenso gehört wie



auch die gemeinschaftliche Planung von Unternehmungen. Diese individuelle Lebensgestaltung wird pflegerisch durch die erfahrenen Mitarbeiter des AHK-Pflegeteams Rund-um-die-Uhr betreut. Ein speziell geschultes Team kümmert sich um alle Belange der WG-Bewohner, wobei examinierte Fachpflegekräfte, unterstützt von Hauspflegekräften, die Versorgung bei Tage sicherstellen. Die Nachtdienste werden von (Medizin-)Studenten übernommen, die telefonisch mit einer examinierten Pflegekraft in Verbindung stehen. Formelle Voraussetzung zur Aufnahme in die Wohngruppe ist eine Erkrankung der Pflegestufe II. Wichtig ist der



Wunsch der Bewohner, das Privatleben mit den Aktivitäten der Mitbewohner zu verbinden und dabei rundum pflegerisch begleitet zu werden. Dies macht, nach Aussagen der Bewohner, den großen Reiz dieser Wohngruppe

aus. Und auch für die Freizeitgestaltung außerhalb der Gemeinschaftswohnung bieten sich in der nahen Umgebung zahlreiche Möglichkeiten, die von den derzeitigen Bewohnern (alleine oder in pflegerischer Begleitung) genutzt werden. Die Wohngemeinschaft, mit ihren noch drei freien Plätzen, bietet für alle MS-Betroffenen die einmalige Chance zu einem echten Neuanfang in Selbstbestimmung, begleitet von einer optimalen pflegerischen Versorgung.



*Informieren Sie sich!
Ein Anruf genügt! Die Bewohner und das Team vor Ort freuen sich über jeden Besucher.*

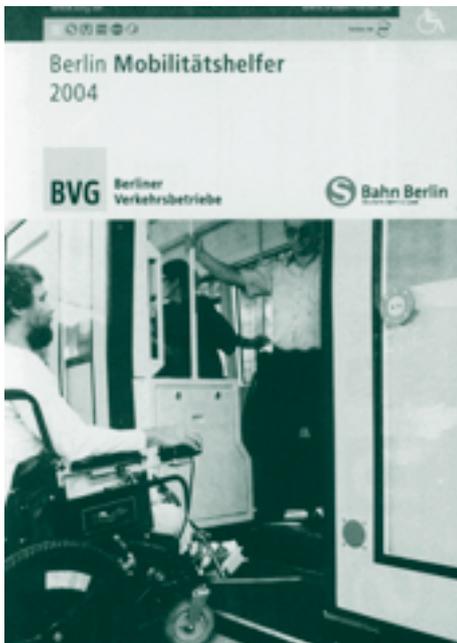
**Nähere Informationen:
AHK Pflegeteam GmbH
Tel.: 030/69568915**



INHALT

LANDESVERBAND

- 4** • Leitartikel
- Bericht der Geschäftsführerin der DMSG Berlin
- 6** • Karate für MS-Betroffene
Erfahrungsberichte
- Aufruf
- 7** • Rollitraining für Fortgeschrittene
- BVG-Training
- 8** • Wieder ein Einbruch in der Geschäftsstelle
- Alternative Therapien bei der DMSG Berlin
- Selbsthilfe Prenzlauer Berg
- 9** • Portrait
Torsten Hollstein
- Rollstuhlpannendienst
- 10** • Jugend und MS
- Kunstgalerie



BVG-Training

INTERVIEW

- 11** • Wie sieht der Haushalt der DMSG Berlin aus?
Fragen an Dr. Beyer



Tiere helfen Menschen – nicht nur physisch

MEDIZIN & THERAPIE

- 12** • MS-Patienten für Studien gesucht
- 13** • Status „Chronisch Krank“
- 14** • Fragen und Antworten zur Gesundheitsreform
- 16** • Der vierbeinige Therapeut
- 18** • Patientenpass
Eine Erleichterung für Arzt und Patient
- Hörsendungen & Hörkassetten
- 19** • Gesund und bewusst essen bei MS

VERMISCHTES

- 20** • Veranstaltungen in Brandenburg
- Multi-Taxi vorerst nur ein Musterwagen
- 21** • Sozilläden – Lebensmittel für Bedürftige
- 22** • Buchtipps
Das große Buch vom Geiz
- 23** • Achtung – Achtung!
- PC-Kurse für MS-Betroffene
- Impressum

FREIZEIT

- 24** • Moderne Kochkunst
Hundertjährige Tradition
- 25** • Freier Eintritt
- Tischtennis – Sport für Rollifahrer

REISEN

- 26** • Kur in Piestany in der Slowakei
- Anzeige
- 27** • Segelfreizeit für MS-Betroffene

RÜCKSEITE

- 28** • Mitgliederversammlung



Reisen: Mit der Mignon auf hoher See



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

Liebe Mitglieder, liebe Angehörige,
verehrte Öffentlichkeit,

zunächst möchte ich mich für das lebhaft
te Echo bedanken, das mein letzter Leit-
artikel gefunden hat. Es ist gut, wenn aus
der Mitgliedschaft kritische Anregungen
gegeben werden. Deshalb will ich auch
gleich auf zwei Punkte eingehen. Ein Mit-
glied aus Prenzlauer Berg hat kritisch

angemerkt, dass ich mich wohl etwas ver-
galoppiert hätte, wenn ich gemeint habe,
„wir hätten alle über unsere Verhältnisse
gelebt“. Ich habe natürlich versäumt, die
Betroffenen ausdrücklich auszunehmen.
Sie waren nicht gemeint und sie sind
nicht gemeint. Gemeint ist die Gesell-
schaft, in der wir leben und gemeint sind
vor allem diejenigen, die für uns die Ver-
antwortung tragen. Der zweite Punkt, auf
den ich eingehen möchte, der nicht nur in
dem schon erwähnten Brief angemerkt
wurde, sondern auch von anderen Mit-
gliedern unserer Organisation in Briefen
und Anrufen angesprochen wurde, ist der
Einsatz des Landesverbandes gegen etliche
Zumutungen in der Gesundheitsre-
form. Es wird bemängelt, man hätte
nichts von uns und unseren Protesten
gehört oder gespürt. Dazu stelle ich fest,
wir haben alles unternommen, was in
unseren Möglichkeiten stand, das wird in
diesem Heft auch ausführlich dargestellt,
aber wir haben uns im Gegensatz zu
anderen gehütet, Streitfragen auf dem
öffentlichen Markt auszutragen. Das wäre
in diesem Falle kontraproduktiv gewesen.
Wir haben unsere Kontakte genutzt und
das, was wir unternommen haben, war
wiederum für Sie alle nützlich. Doch dazu
lesen Sie bitte den Artikel unserer
Geschäftsführerin.

Ich möchte diese Gelegenheit nutzen, um
noch einmal ausdrücklich unseren beiden
Abgeordneten im Vorstand, Karin Seidel-
Kalmutzki und Mario Czaja, sowie dem
Präsidenten des Abgeordnetenhauses,
Walter Momper, und seinen Mitarbeitern
zu danken für den Empfang einer größe-
ren Gruppe unserer Mitglieder im Abge-
ordnetenhaus von Berlin.
Lassen Sie mich mit Bemerkungen zum
Thema Sparen schließen. Auch wir müs-
sen sparen, denn die Zuschüsse von
öffentlicher Seite, die Spenden und die
Sponsorengelder sind nicht mehr so dicht
gesät, wie das einmal der Fall war. Sie
werden feststellen, dass wir trotz all die-
ser Sparzwänge versuchen, unser Pro-
gramm, so gut es geht und so komplett
es geht, weiter durchzuführen. Aber Ände-
rungen kann und will ich nicht ausschlie-
ßen. Wenn sie getroffen werden müssen,
werden sie so sein, dass sie möglichst
wenig Schaden anrichten und den Nutzen
unserer Arbeit nicht minimieren.

Mit herzlichen Grüßen und guten Wün-
schen auf dem Weg zum Osterfest

Ihr Hanns-Peter Herz

BERICHT DER GESCHÄFTSFÜHRERIN DER DMSG BERLIN

von Ilona Nippert

Am Montag, dem 19. Januar 2004, saß
ich dem Bundestagsabgeordneten Klaus
Uwe Benneter (SPD) in seinem Büro
gegenüber. Ich hatte nur 15 Minuten
Zeit, ihm die besondere Problematik der
MS-Erkrankung zu erläutern und ihm die
Unvereinbarkeit mit der Neudefinition
des Begriffs der „chronischen Erkran-
kung“ zu verdeutlichen.

Was war geschehen? Ende Dezember
2003 kursierten erste Verlautbarungen
einer neuen Definition des Begriffs
„chronisch krank“. Dazu hieß es: als
schwerwiegend chronisch krank gelten
lediglich Personen, die wegen dersel-
ben Erkrankung ein Jahr lang zwei Mal
pro Quartal in ambulanter Behandlung
und zusätzlich zwei Mal innerhalb des

letzten Jahres in stationärer Behand-
lung waren oder Pflegestufe 2 oder 3
haben – oder wegen der chronischen
Erkrankung eine Minderung der
Erwerbsfähigkeit zu 70 Prozent und
mehr belegen können. Diese „harten
Kriterien“ waren zum Jahresbeginn
vom Bundesausschuss der Ärzte und
Krankenkassen gefasst worden. Die

Politik gab den gesetzlichen Rahmen für die Gesundheitsreform vor. Für die Details der Umsetzung war die Selbstverwaltung im Gesundheitswesen zuständig. Dahinter verbirgt sich zum Beispiel der „Gemeinsame Bundesausschuss von Ärzten und Krankenkassen“.

Der von diesem Ausschuss bekannt gegebene Kriterienkatalog erkannte viele MS-Erkrankte nicht mehr als chronisch Kranke an. Sie hätten im Falle der oben angeführten Definition den höheren Anteil von 2 % ihres Bruttoeinkommens an Zuzahlungen selber tragen müssen, was angesichts der kostenintensiven Medikamente und der oft eingeschränkten Verdienstmöglichkeiten eine nicht akzeptable Mehrbelastung dargestellt hätte. Einige MS-Patienten hätten so eventuell ihre bewährte Therapie aus Kostengründen abbrechen müssen.

Ich besprach umgehend die Situation mit unserem Vorsitzenden, Hanns-Peter Herz. Wir beschlossen unsere Kritik entschieden zum Ausdruck zu bringen, um eine Verbesserung der Situation für MS-Erkrankte zu erwirken. Nachfolgende Aktionen wurden daraufhin von der DMSG Berlin eingeleitet:

- Wir versandten Anfang Januar Protestbriefe mit Fallbeispielen von MS-Erkrankten an die Bundesgesundheitsministerin und an die neu benannte Patientenbeauftragte.
- Wir nahmen Kontakt zu den einzelnen Bundestagsabgeordneten auf und baten um schnellstmögliche Termine.
- Wir telefonierten mit anderen Landesverbänden um Aktionen gemeinsam überparteilich zu organisieren. Saarland, Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen, Hamburg und Schleswig-Holstein schlossen sich uns an.
- Wir baten die Mitglieder, die bei uns anriefen, weil sie verunsichert oder

aber wütend waren, sich ebenfalls direkt an die Ministerin und an die Patientenbeauftragte Frau Kühn-Mengel zu wenden.

- Wir schrieben an den Gesundheitsausschuss des Deutschen Bundestages, um erneut auf die besondere Problematik des Krankheitsbildes der MS aufmerksam zu machen.

Der Bundestagsabgeordnete Benneter fragte mich bei unserem Gespräch, weshalb MS-Erkrankte als chronisch Kranke anzuerkennen seien. Ich fasste die wichtigsten Argumente zusammen und noch während unseres Gesprächs nahm er Kontakt mit dem Büro der Ministerin auf, um ihr zu erklären, dass an der bestehenden Definition Änderungen vorgenommen werden müssten. Für das daraufhin am Abend mit der Ministerin geplante Gespräch erbat Klaus Uwe Benneter von mir Zahlen und Daten für die Berliner Situation. Diese konnte ich ihm dank der Lebensqualitätsstudie von 1996 per Email nachreichen.

Fünf Tage vor dem avisierten Datum, am 22. Januar, wurde die heute geltende neue Definition für chronisch Erkrankte bekannt gegeben. Die Gesundheitsministerin hatte die Möglichkeit, die Vorlagen des Gemeinsamen Bundesausschusses zu beanstanden, was sie auch tat. So stoppte sie z.B. auch die Chroniker-Definition, weil ihr die Verlautbarung zu eng gefasst war. Der Ausschuss musste nachbessern.

Anders sah es bei den Heil- und Hilfsmittelrichtlinien (HMR) und bei den Krankentransportrichtlinien aus. Diese Veränderungen sollen erst ab dem 01.04.2004 gelten. Die vom Bundesausschuss der Ärzte und Krankenkassen vorgelegten Änderungen der HMR wurden Mitte Januar von den Behindertenbeauftragten und von der Patientenbeauftragten ohne Einwände akzeptiert. Die Gesundheitsministerin konnte den Entwurf daher nach Prüfung nicht

ablehnen. Dieser Entwurf sah Mitte Januar Diagnosegruppen, Gesamtverordnungsmengen, zwölf Wochen Therapiepause und Langfristverordnung außerhalb des Regelfalls vor.

Als Vertreter der DMSG Landesverband Berlin protestierten wir erneut bei der Patientenbeauftragten gegen diese Regelung. Wir schrieben an die Krankenkassen und an den Verband der Ersatzkrankenkassen. Wir motivierten unsere Mitglieder, ebenfalls bei der Patientenbeauftragten zu protestieren.

Anfang Februar reagierte die Patientenbeauftragte Helga Kühn-Mengel angesichts der zahlreichen Proteste von Verbänden und Einzelpersonen und regte eine Überprüfung durch das Bundesgesundheitsministerium an.

Das Resultat gab das Ministerium am 16. Februar 2004 als Pressemitteilung bekannt:

1. Ermöglichung der langfristigen Verordnung
2. Verordnungsfähige Mengen pro Verordnungsblatt, die im Regelfall 6 Einheiten betragen, sind nicht als solche fest vorgegeben. Der Arzt kann die Verordnungsmenge selbst bestimmen.
3. Keine Unterbrechung der Behandlung. Die Genehmigung für die Fortsetzung einer Behandlung gilt als erteilt, wenn die Kasse nicht innerhalb von 5 Werktagen etwas anderes entschieden hat.

Mitte Januar zeichnete sich auch für die „Krankentransportrichtlinien“ eine Einigung ab. Nach einem Krisengespräch im Gesundheitsministerium stand fest: Ab sofort müssen die Kassen Krankentransporte zur ambulanten Behandlung u.a. dann bezahlen, wenn Patienten in ihrer Mobilität schwer eingeschränkt sind. Eine Einschränkung liegt dann vor, wenn der Patient hilfsbedürftig, gehbehindert, schwerbehindert oder sehbehindert ist.

KARATE FÜR MS-BETROFFENE

ERFAHRUNGSBERICHTE

Von Dirk Adämmer

Oi-zuki in Zehlendorf
Neugierig und gespannt machte ich mich auf, um das Wesen des Karate kennen zu lernen. Angeleitet von Michael und seiner Frau Petra, zwei erfahrene Karate-trainer, die seit Jahren mit Jugendlichen arbeiten, wird den Teilnehmern die Scheu vor dem Kontakt mit dem Gegenüber genommen. Die eigene Achtsamkeit wird erhöht und Phasen der Konzentration und Entspannung stehen in einem ausgewogenen Verhältnis. Den Spaß, den wir sechs Teilnehmer haben, würden wir gerne mit weiteren Teilnehmern teilen. Die Halle ist groß genug und Parkplätze sind reichlich vorhanden.

Von Martin Engel

Mein Alter beträgt erst 30 Jahre und ich bin Läufer, doch meine ersten Gedanken, als ich den Artikel gelesen habe, waren:

- geht nicht
- kann ich nicht (mehr)

Doch schon in der ersten Stunde habe ich erfahren, dass jeder Ausbildungsab-

schnitt sehr langsam und wiederholt durchgenommen wird. Michael, unser Trainer, unterbricht gerne den Unterricht, um Hintergrundinformationen (z.B.: über den Ursprung des Karate) zu geben. Dadurch wird der gesamte Unterricht sehr locker.

Alles in allem macht der Unterricht viel Spaß und ist nicht so stressig, wie ich zuerst befürchtet hatte.

Von Andrea Mehwald-Skutnik,

Im Kompass stolperte ich über diese zunächst ungewöhnliche Notiz: Karate für Rollstuhlfahrer. Ich meldete mich kurz entschlossen und staunte beim ersten Treffen in der Sporthalle dann allerdings sehr, dass ich aus der großen Zahl der DMSG-Mitglieder die einzige Teilnehmerin im Rollstuhl war.

Mein Urteil: klasse, unbedingt mitmachen!

Beim modernen Karate werden Muskeln angesprochen, die sonst nicht gefordert werden, ungewohnte Bewegungen und Drehungen durchgeführt, Atemtechnik geübt und nicht zuletzt auch schnelle

ressieren Ihre Erfahrungen, Schwierigkeiten und Nöte, die Sie mit dieser Reform gemacht haben – oder die Sie für die Zukunft befürchten. Bitte schreiben, faxen oder mailen Sie uns! Wir brauchen Ihre Anregungen und Kommentare, um die Öffentlichkeit, die Medien und vor allem die Politiker auf bestehende Probleme aufmerksam zu machen.

Kommen Sie auch zu unserer Veranstaltung und stellen Sie Ihre Fragen direkt an die Vertreter der Krankenkassen, an Ärzte und Apotheker.



Michael Thiemer, Karate-Trainer

Reaktion und Selbstverteidigung geschult.

Ich bin so begeistert, dass ich nur allen Mitgliedern empfehlen kann, bei dem kostenlosen Kurs, der nach Leipzig und Erfurth nun erstmals auch in Berlin angeboten wird, mitzumachen – es lohnt sich!

Wer Fragen zu Karate für Rollstuhlfahrer hat, kann sich gerne an Andrea Mehwald-Skutnik unter Telefon: 711 33 88 melden.

Wer Interesse am Karate-Training hat, kann noch am Kurs teilnehmen.

Nähere Informationen dazu gibt es in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin unter Tel.: 030/ 313 06 47

AUFRUF

Knapp 3 Monate sind seit Inkrafttreten der „Gesundheitsreform“ vorübergegangen und Sie haben vermutlich in dieser Zeit Ärzte, Medikamente, Hilfs- und Heilmittel in Anspruch genommen. Wir haben in dieser Ausgabe des KOMPASS versucht, durch Benennen und Erklären vieler wichtiger Aspekte der neuen Gesetze und Vorschriften der Gesundheitsreform etwas Licht ins Dunkel des neuen Paragraphen-Wirrwarrs zu bringen. Wichtig jedoch wäre für uns zu wissen, wie die Reform sich auf Sie als Betroffene konkret auswirkt. Uns inte-

Gesundheitsmodernisierungsgesetz und die Auswirkung für MS-Patienten

Mittwoch, 28. April 2004,

18.00 Uhr – 20.00 Uhr

Wappensaal, Berliner Rathaus
Rathausstraße 15, 10173 Berlin-Mitte
(behindertengerechter Eingang in der Jüdenstraße)

Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle der DMSG Berlin ab sofort entgegen:

Tel.: 030/ 313 06 47 (Isolde Flößner)

ROLLTRAINING FÜR FORTGESCHRITTENE

(RM) Rollifahren ist nicht so einfach wie es scheint.

Nur wer als Fußgänger einmal in einem Rollstuhl gesessen und sich an einigen Fahrübungen versucht hat, kann sich annähernd vorstellen, wie mühsam es für einen behinderten Menschen sein muss, alle Hürden im öffentlichen Straßenland, an Gebäuden, Bussen und Bahnen zu überwinden. Das Fortbewegen, Bremsen, Drehen, und Rangieren mit dem Rollstuhl bedarf schon einiger Routine. Besonders das Fahren und Stehen auf zwei Rädern, Kippeln genannt, ist sehr schwierig. Zur Bewältigung von Stufen und Bordsteinen und zum Einsteigen in die S- oder U-Bahn ist es aber unerlässlich. Beim Rolltraining für Fortgeschrittene am 11. Januar

diesen Jahres ging es um die Vertiefung erlernter Fahrtechniken und vor allem um das Üben des Kippelns. Der Veranstaltungsort war, wie bei Schulungen zuvor, die hochmoderne Turnhalle in der Neuen Kantstraße. Der geduldige und lebenswürdige Theologie-Student Christian Bode (26) war wieder Coach des Trainings. Er ist prädestinierter Rolllehrer, denn er hat eine spezielle Lizenz für den Rehabilitationssport und außerdem kann er, obwohl er Fußgänger ist, perfekt mit dem Rollstuhl fahren. Diese sinnvolle Trainingseinheit ist für jeden Rollstuhlfahrer mit Begleitung zu empfehlen und sicherlich wäre es auch eine wertvolle und eindrucksvolle Erfahrung für so manchen Politiker in verkehrspolitischer



Christian Bode, Coach des Trainings in der Mitte, mit zwei Kursteilnehmern

Funktion. Obwohl ein Datum für ein kommendes Rollstuhlfahrertraining noch nicht avisiert ist, können sich Interessenten in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin melden. Bei einer entsprechenden Anzahl an Teilnehmern kann eine erneute Trainingseinheit organisiert werden.

BVG-TRAINING

Wo gibt es Informationen über behindertengerechte öffentliche Verkehrsmittel? Es gibt periodisch erscheinende Printprodukte: Flyer-Mobilitätshelfer, VBB Fahrplanbuch und BVG Atlas. Der Flyer zeigt speziell die S- und U-Bahnhöfe an, die mit Aufzügen oder Rampen ausgestattet sind. Zudem informiert er über Straßenbahn- und Omnibuslinien, die mit behindertengerechten Fahrzeugen bedient werden. Gleiches finden Sie im VBB-Fahrplanbuch und im BVG-Atlas. Auch unter www.bvg.de kann man vielfältige Informationen zum Thema abrufen. In o.g.

Flyer sowie unter www.bvg.de/mobilitaet Auf dieser Internetseite erhält man auch weitere Informationen zu Störungen von Aufzügen usw. Jeder Fahrplan (Fahrplanbuch und Haltestellenfahrplan) ist, so die Fahrt oder die Linie barrierefrei bedient werden, mit dem Symbol behindertengerecht oder behindertenfreundlich gekennzeichnet. Wer Hilfe braucht, kann das Fahrpersonal in Straßenbahn und Omnibus befragen. Auf den U-Bahnhöfen findet man Informations- und Notrufsäulen, über die man schnell Hilfe erhält. Bei Bedienung dieser Säulen wird man auto-

matisch aus der Leitstelle per Video beobachtet und kann ggf. sein Anliegen auch durch Zeichen kommunizieren.

BVG-Training für Rollstuhlfahrer

Die Berliner Verkehrsbetriebe bieten ein Training für Rollstuhlfahrer an. **28. April 2004, 10.00 Uhr**
Berliner Verkehrsbetriebe (BVG) Omnibus- und Straßenbahnbetriebshof Lichtenberg,
Siegfriedstraße 30-35, 10365 Berlin,
Treffpunkt beim Pförtner bei der Ein- und Ausfahrt.



WIEDER EIN EINBRUCH IN DER GESCHÄFTSSTELLE

(RM) Einbrecher haben erneut die Geschäftsstelle der DMSG Berlin heimgesucht. Wie die Geschäftsführerin, Ilona Nippert, mitteilte, ließen die Kriminellen am Tatort eine Spur der Verwüstung zurück. Der Sachschaden soll mehr als 10 000 Euro betragen. Entwendet wurden diesmal neben Computer, Laptop, Faxgerät und Drucker auch eine Filmkamera, ein Fotoapparat sowie ein Beamer. Der weiße VW Golf des Vereins wurde nicht mitgenommen, obwohl die Schlüssel griffbereit da lagen. Die große Werbeaufschrift „Aktion Mensch“ muss die Einbrecher vom Diebstahl abgehalten haben. Entdeckt wurde der Einbruch am Sonntag, den 5. Januar, gegen 19.30 Uhr. Eine Therapeutin, die Bilder für eine Ausstellung lieferte, und die Putzfrau des Vereins verständigten umgehend die Polizei und Ilona Nippert.

Die Polizei, die den Tatort sicherte und Fingerabdrücke abnahm, sprach von Beschaffungskriminalität, die durch die Nähe zum Bahnhof Zoo begünstigt wird. Dieser Einbruch in die Geschäftsstelle ist bereits der dritte in 1 ½ Jahren. Beim letzten Einbruch hatten die Täter deutliche Spuren hinterlassen. Beim Versuch einen Scheck einzulösen, wurden sie durch eine Überwachungskamera der Bank gefilmt und auch der gestohlene schwarze VW Golf (wir berichteten) konnte sichergestellt werden. Dennoch konnten die Täter nicht ermittelt werden und das Verfahren wurde eingestellt. Aufgrund der Auflage der Versicherung hat die DMSG Berlin jetzt eine Alarmanlage mit direktem Anschluss an den Wachschatz. Am Wochenende nach dem Einbruch las man in einem Artikel der Morgenpost, dass die Kriminalitätsrate in Berlin gesunken sei.



Eingangstür der DMSG-Geschäftsstelle

Das wollten die Mitarbeiter der Geschäftsstelle dann doch nicht so recht glauben.

ALTERNATIVE THERAPIEN BEI DER DMSG BERLIN

Im Januar haben die neuen Therapiekurse begonnen.

Wer an Themenzentriertem Gestalten, an Malen mit Musik, Yoga, Qigong, Feldenkrais oder Atemtherapie Interesse hat, kann sich jetzt schon für die nächsten Kurse ab Juli bei Gertrud Finke in der Geschäftsstelle anmelden.

Die Therapieplätze werden wie folgt vergeben:

1. an Mitglieder, die noch keinen Kurs belegt haben
2. an Mitglieder, die im letzten Durchgang keinen Kurs belegt haben
3. an Mitglieder, die wenige Kurse belegt haben

4. an Mitglieder, die eine entsprechende Position auf der Warteliste haben. Mitglieder zahlen pro Kurs 32,00 Euro. Den Rest der Kosten, pro Mitglied und Kurs zwischen 85 bis 173 Euro, übernimmt die DMSG Berlin. Die Kurse dauern sechs Monate und finden ein Mal in der Woche statt. Die Teilnehmerzahl ist auf 9 Personen pro Kurs begrenzt.

SELBSTHILFE PRENZLAUER BERG

NEUE MS-SELBSTHILFEGRUPPE FÜR FRAUEN IN PRENZLAUER BERG GEPLANT.

Interessentinnen ab 18 Jahre melden sich direkt bei Yvonne Zimmermann Tel: 030/ 448 91 93

PORTRAIT

TORSTEN HOLLSTEIN

Sein Handy klingelt an manchen Tagen ununterbrochen. Er beantwortet die Anrufe akzentfrei in englischer, deutscher oder französischer Sprache. Manchmal trifft man ihn im Flugzeug auf dem Weg nach London, Paris oder Cannes, oft in der Bahn nach Berlin, Hannover, München und Hamburg. Seinen ersten Wohnsitz hat er in der Hauptstadt, er arbeitet jedoch in Hannover als Syndikus bei der Hannover Finanz GmbH. „Ich lebe zwischen den Welten“ sagt er ohne Bedauern, denn dieses unruhige, oft hektische Leben gefällt ihm.

Torsten Hollstein (38) ist in Kassel geboren, wo er auch seine Schuljahre verbrachte. Einen Großteil seines Studiums absolvierte er in Hamburg und Lausanne. Später kam er nach Berlin, legte hier sein zweites juristisches Staatsexamen ab und wurde zum Rechtsanwalt bestellt.

Wenn er nicht arbeitet, und das geschieht selten vor Mitternacht, sitzt er gern in fröhlicher oder besinnlicher Runde unter Gleichgesinnten und diskutiert über das Weltgeschehen, besonders über die großen Ereignisse auf den internationalen Finanzmärkten, denn dort ist er schon, obgleich noch jung an Jahren, seit seinem Volontariat bei den berühmten Lehman Brothers in London, ein höchst erfahrener „alter Hase.“

Torsten Hollstein ist ein Mensch, der ständig etwas bewegen will, nie eigennützig sondern um der guten Sache willen und zum Nutzen anderer – und verzichtet dabei oft auf den bequemen

Rückzug ins Private. Seine Begeisterung und sein Optimismus für sein Tun sind absolut mitreißend.

Seine Freunde, die überall in der Welt verstreut sind und zu denen er immer in regem Kontakt steht, schätzen an ihm besonders seine Offenheit, Loyalität und Zuverlässigkeit. Als Schüler und ganz junger Mann war Torsten Hollstein leidenschaftlicher Sportler und gewann im Schwimmen viele Medaillen. Er schwärmt von den großen Männern der Geschichte und hegt einen geradezu jugendlichen Enthusiasmus für wirkliches Heldentum.

Dass er zu viele Dinge auf einmal will und oft auch ungeduldig ist, zählt Torsten Hollstein selbst zu seinen größten Schwächen. Seine von ihm sehr geliebte Schwester, eine engagierte Allgemeinmedizinerin, ist der ruhige Gegenpol in seinem hochaktiven Leben und wichtige Gesprächspartnerin.

Für Torsten Hollstein ist es sehr wichtig, dass er sein Wissen, seine Kontakte und seine beruflichen Erfahrungen in den Vorstand der MS-Gesellschaft einbringen kann. Er weiß, dass er hier höchst notwendige Hilfestellung in sozialen, rechtlichen und finanziellen Fragen geben und seine große Energie und sein ausgeprägtes „Helfersyndrom“ in wirksamer Weise zur Geltung bringen kann.

Das Privatleben nimmt nur einen geringen Anteil in Torsten Hollsteins Leben ein. Die wenigen Urlaube verbringt er vorzugsweise im Süden Frankreichs, wo



Torsten Hollstein, Vorstandsmitglied DMSG Berlin

er besonders Licht und Farben der Landschaft, das gute Essen, den kühlen Roséwein und den unkonventionellen Lebensstil der Menschen schätzt. Dann endlich kommt er auch zum Lesen, am liebsten aktueller, politischer, oder biografischer Literatur und zum Hören von Musik. Zu seinen Lieblingsbüchern zählt *Tres tristes tigres* des bekannten kubanischen Journalisten und Autors Guillermo Cabrera Infante. Sein Lieblingskomponist – welch spannender Gegensatz zum gegenwartsorientierten, finanzpolitischen „Macher“ Torsten Hollstein – ist der hintergründig, romantische Operettenkomponist Jacques Offenbach.

ROLLSTUHLPANNENDIENST

Störungen am Rollstuhl treten immer dann auf, wenn man sie am wenigsten braucht.

Der Rollstuhlpannendienst ist 24 Stunden am Tag kostenlos unter der Rufnummer: 0180 111 47 47 zu erreichen.

Reparaturkosten werden direkt mit der Krankenkasse abgerechnet.

JUGEND UND MS

Von Nora Pauli-Nieper

Das Leben liegt vor ihnen. Liebe, Ausbildung, Gemeinschaft, Kinder, Lebensplanung...

Junge MS-Betroffene haben andere Fragen an das Leben und andere Interessen als die „Oldies“, zu denen aus junger Sicht schon nahezu alle Menschen Anfang 30 zählen. Im „young people coffee“, das regelmäßig in der

Geschäftsstelle stattfindet, ist ein Rahmen geschaffen worden, der allen 16 – 26 jährigen die Möglichkeit gibt, sich in lockerer Atmosphäre kennen zu lernen und auszutauschen.

Die ersten Treffen wurden zahlreich besucht und positiv aufgenommen. Bei Kaffee und Kuchen fiel es leicht, miteinander in Kontakt zu treten und über dies und jenes zu philosophieren. Bei Bedarf konnten Anliegen und Fragen an Nora Pauli-Nieper gerichtet werden, die das Treffen moderierte. Im Austausch

der Adressenlisten der Teilnehmer untereinander und der Diskussion darüber, was von den gemeinsamen Treffen erwartet wird, ist ein erster Schritt in Richtung „Eigenaktivität und Gemeinschaft der Jungen“ in der DMSG Berlin getan.

Es gibt viele Ideen und Wünsche, die auf Umsetzung warten und gemeinsam geht einiges leichter. Packen wir es an! Interessenten melden sich bitte in der **Geschäftsstelle Telefon: 030/ 313 06 47 (Frau Pauli-Nieper)**

KÜNSTLERGALERIE

Ausstellung „Sommerimpressionen“ der Gruppe „Malfriends“

Zur Gruppe „Malfriends“, gehören Angelika, Heidrun, Yvonne, Marina, Magdalene, Waltraud, Ursula und Uta. Die Frauen, alle aus verschiedenen Berufen, wie Maskenbildnerin, Gesangspädagogin und Bankfrau, lernten sich im Jahre 2001 bei einem Volkshochschulkurs unter der Leitung der bekannten Künstlerin Ria den Breejen kennen. Sie „verfielen“ der Malerei und beschlossen, fortan zusammen zu bleiben, um über den Kurs hinaus gemeinsam zu malen. Jede von ihnen hat ihren eigenen Malstil entwickelt. Das Wich-



„Wellenspiel“, 55x45 cm mit Rahmen

tigste dabei ist die Freude beim Fertigstellen eines begonnenen Bildes, das Sammeln neuer Erfahrungen und das

Entdecken neuer kreativer Aufgaben in der Malerei. Dies ist für alle Künstlerinnen eine immerwährende Herausforderung, der das Streben nach Veränderung und Qualität zugrunde liegt. Die Ausstellung in der Künstlergalerie der DMSG Berlin entstand auf Initiative von Angelika Adamek, deren Ehemann an MS erkrankt ist.

**„Sommerimpressionen“
Künstlergruppe „Malfriends“**

21. April 2004 – 20. Juli 2004

Mo. – Do. 10.00 – 16.00 Uhr

Künstlergalerie DMSG Berlin

Knesebeckstraße 3, 10623 Berlin



Die Künstlerinnen der Gruppe „Malfriends“

WIE SIEHT DER HAUSHALT DER DMSG BERLIN AUS?

Fragen zu Geld, Finanzen und Spenden beantwortete Dr. Beyer, Schatzmeister des Vereins, in einem Interview. Das Gespräch führte Reina Mehnert, Redakteurin des KOMPASS.



Dr. Christian Beyer, Schatzmeister der DMSG Berlin

Wie finanziert sich die DMSG Berlin?

Dr. Beyer: Die Haupteinnahmequelle sind Zuschüsse, aber nicht nur staatliche sondern auch gemeinnützige, wie z.B. die der Hertie-Stiftung. An zweiter Stelle sind, etwa gleichrangig, Mitgliedsbeiträge (75.000 Euro in 2004) und Spenden (ebenfalls 75.000 Euro) zu nennen, wobei zwischen freien und zweckgebundenen Spenden zu unterscheiden ist. Eine weitere wichtige Einnahmequelle sind Erbschaften.

Welche Einnahmen gelten als sicher bzw. mit welchen kann man auch in der Zukunft rechnen?

Dr. Beyer: Die Mitgliedsbeiträge sind relativ stabil und in der Vergangenheit durch deutliches Mitgliederwachstum gestiegen; beim Spendenaufkommen macht sich leider das konjunkturelle Umfeld deutlich bemerkbar; insbesondere staatliche Zuschüsse können aufgrund der Verschuldung der öffentli-

chen Haushalte und der Konsolidierungsbemühungen keineswegs als langfristig gesichert angesehen werden. Erbschaften sind ohnedies nicht planbar.

Wie viel Prozent des Gesamtetats werden für Verwaltungskosten des Vereins aufgewendet und wie viel Prozent kommen den Betroffenen zugute?

men den Betroffenen zugute?

Dr. Beyer: Der Vorstand und die Geschäftsführung sind bestrebt die Verwaltungskosten so niedrig wie möglich zu halten. Die Abgrenzung der Kosten ist sehr schwierig. Verwaltungskosten beinhalten z.B. die Ausgaben für die Miete der Geschäftsstelle, für Personalkosten, für Therapieangebote, für Beratungsleistungen, für die Mitgliederzeitung, für die Organisation und Ausrichtung von Informationsveranstaltungen. Alle diese finanziellen Aufwendungen kommen letztlich, zumindest indirekt, auch den Betroffenen zugute.

Welche Einsparungen wurden von der DMSG Berlin getroffen und welche Bereiche betreffen sie?

Dr. Beyer: Erhebliche Einsparungen ließen sich bei den Personalkosten nicht vermeiden. Dabei wurde großer Wert darauf gelegt, dass die Beratungsleistungen für Mitglieder auf hohem Niveau weiter erbracht werden können. Auf-

grund der Reduzierung der Arbeitszeit der Mitarbeiter, können jedoch Wartezeiten bei Terminvergaben für Beratungsgespräche nicht ausgeschlossen werden.

Wie werden Erbschaften an den Landesverband gehandhabt?

Dr. Beyer: Es ist zu unterscheiden, ob der Landesverband oder der Bundesverband Erbe ist. Details zur Abwicklung regelt eine Finanzvereinbarung zwischen dem Bundesverband und dem Landesverband. Falls gerade der Landesverband Berlin bedacht werden soll, ist es wichtig, dass „DMSG, Landesverband Berlin e.V.“ in der letztwilligen Verfügung deutlich zum Ausdruck gebracht wird.

Was muss an den Bundesverband abgeführt werden und warum?

Dr. Beyer: Abführungen gibt es im Wesentlichen bei Erbschaften (20%) und Mitgliedsbeiträgen (25 %). Grundlage ist die bereits erwähnte Finanzvereinbarung. Durch die Abführung eines Teils des Mitgliedsbeitrags ist jedes Mitglied des Landesverbandes Berlin auch Mitglied im Bundesverband.

Wäre es nicht besser, eingehende Gelder der Betroffenen direkt und zweckgebunden zukommen zu lassen?

Dr. Beyer: Laut Satzung der DMSG Berlin dürfen Mitglieder keine direkten Zuwendungen aus Mitteln des Vereins erhalten.

Fortsetzung auf Seite 12...

INTERVIEW

Fortsetzung von Seite 11...

Die Einnahmen des Vereins dienen dem Zweck des Vereins, d.h. der Verbesserung und Erweiterung der Beratung, Betreuung, Behandlung und Rehabilitation von MS-Betroffenen. Auch die Verbreitung der Kenntnis der Krankheit MS in der Öffentlichkeit ist eine der Kernaufgaben des Vereins.

Wie wichtig wäre es, Gelder der DMSG für Forschungszwecke aufzuwenden?

Dr. Beyer: Das wäre im Einzelfall vorstellbar, würde aber regelmäßig den finanziellen Rahmen sprengen. Die För-

derung der Forschung hat der Bundesverband übernommen, da er von allen Landesverbänden finanzielle Mittel aus den Mitgliedsbeiträgen und Erbschaften erhält. Dennoch ist eine solche Förderung seitens des Bundesverbandes nur begrenzt möglich da z.B. die Entwicklung eines neuen Arzneimittels Millionenbeträge erfordert.

Was geschieht, wenn ein Mitglied das Geld für die Mitgliedschaft nicht mehr aufbringen kann?

Dr. Beyer: Nach Überprüfung der finanziellen Situation des Mitglieds ist in Härtefällen eine Ratenzahlung möglich.

Was können Mitglieder in finanzieller Hinsicht für den Verein tun?

Dr. Beyer: Es gibt viele Möglichkeiten zu helfen.

Sie können neue Mitglieder werben, Spenden erbringen (selbst oder durch Bekannte).

Auch bei der Testamentabfassung können Mitglieder die DMSG Berlin mit einer gewissen Summe bedenken. Dies ist vielen Fällen bereits geschehen – besonders dann, wenn die Mitglieder mit der Betreuung durch den Landesverband Berlin zufrieden sind und wollen, dass die Arbeit für andere MS-Kranke weitergeht.

MS-PATIENTEN FÜR STUDIEN GESUCHT

ORALES MS-PRÄPARAT

Im Juni 2003 hat eine internationale, placebo-kontrollierte, doppelblinde Studie der Schering AG mit einem neuen MS-Medikament (ZK 811752) begonnen. Für diese Studie werden TeilnehmerInnen gesucht. Ziel der Studie ist es, die Sicherheit, Verträglichkeit und kernspintomographisch erfassbare Wirksamkeit von ZK 811752 zu prüfen. ZK 811752 ist ein sogenannter Chemokin-Rezeptor-Antagonist. Die Substanz soll verhindern, dass weiße Blutkörperchen in das zentrale Nervensystem gelangen und dort den Entzündungsprozess der MS auslösen bzw. unterhalten. ZK 811752 wird vom Magen-Darm-Trakt aufgenommen und kann daher in Tablettenform eingenommen werden.

In der jetzt geplanten Studie wird ZK 811752 erstmalig bei MS-Patienten eingesetzt. Teilnehmen können gehfähige

Patienten mit schubförmig verlaufender Multipler Sklerose, die einen Krankheits-schub im vergangenen Jahr hatten und zur Zeit keine MS-Dauerbehandlung erhalten. Insgesamt werden 94 Patienten in die Studie eingeschlossen. Die Rekrutierungsperiode endet voraussichtlich im Mai 2004. Im Rahmen der Untersuchung werden täglich dreimal zwei Tabletten eingenommen. Die Hälfte der Patienten wird Tabletten mit der Wirksubstanz erhalten. Die anderen Patienten erhalten ein Scheinmedikament (die sogenannte "Placebo"-Kontrolle). Die gesamte Studie dauert 6 Monate. Sie besteht aus einer einmonatigen Vorlaufzeit, vier Monaten Behandlung sowie einem Monat für die Nachbeobachtung. Wenn bei günstigen Studienergebnissen die Entwicklung des Medikamentes durch die Schering AG fortgesetzt werden sollte,

wird allen Studienteilnehmern, die die Studie regulär beendet haben, eine Behandlung mit der Wirksubstanz im Rahmen einer Nachfolgestudie angeboten. Auch die Patienten, die zuvor das Scheinmedikament erhalten haben, werden dann Tabletten mit der Wirksubstanz erhalten. Diese Nachfolgestudie beginnt nach einer vollständigen Auswertung der Studiendaten, d.h. alle Patienten müssen nach Beendigung der regulären Studie die Einnahme des Studienmedikamentes zunächst unterbrechen.

Interessierte Patienten wenden sich an:

Jüdisches Krankenhaus
Neurologische Abteilung
Chefärztin Prof. Dr. Judith Haas
Heinz-Galinski Strasse 1, 13347 Berlin
Tel.: 49 94 23 48, Fax.: 49 94 29 82
Email: haas@jkb-online.de

BEYOND-STUDIE

Für eine BEYOND-Studie des Jüdischen Krankenhauses (Prof. Haas), des Krankenhauses Spandau (Prof. Altenkirch) sowie der Klinik Hennigsdorf (Priv.-Doz. Baum) werden MS-Patienten gesucht. In dieser Studie gibt es keine Placebo-Patienten. Alle Teilnehmer erhalten ausnahmslos ein immunmodulatorisches Präparat. Die Studie läuft über 2 Jahre. Alle Teilnehmer werden besonders intensiv betreut.

Ein- und Ausschlusskriterien:

1. Schubartige Form der MS (einschl. eines ersten Schubs mit Aktivitätsnachweis im MRT nach 3 Monaten)
2. keine Vorbehandlung mit Beta-Interferonpräparaten oder Glatirameracetat (bei Azathioprin notwen-

dige Pause von 6 Monaten vor Studienbeginn)

3. Gehfähigkeit des Patienten (EDSS 0-5,0)
4. Alter: 18-55 Jahre
5. keine schwerwiegenden Begleitscheinungen, keine Schwangerschaft

Ziel dieser III B-Studie ist zum einen der Vergleich der Standarddosis Betaferon (8MIU) mit einer doppelt so hohen Dosis (16MIU), zum anderen der Vergleich erstmals mit Copaxone in der Standarddosis (20mg). Alle Patienten erhalten eine der drei Behandlungsformen nach dem Zufallsprinzip.

Eine nordamerikanische Phase II-Studie hatte gezeigt, dass bei langsamer Aufdosierung unter Begleitmedikation 16 MIU Betaferon nicht schlechter als 8 MIU vertragen werden.

Patienten, die an dieser Studie teilnehmen möchten, wenden sich bitte an eine der drei Prüfzentren:

- **Jüdisches Krankenhaus**
Neurologische Abteilung
Chefärztin Prof. Dr. Judith Haas
Heinz-Galinski Strasse 1, 13347 Berlin
Tel.: 49 94 23 48, Fax.: 49 94 29 82
- **Krankenhaus Spandau**
Neurologische Abteilung
Chefarzt Prof. Dr. Holger Altenkirch
Neue Bergstraße 6, 13585 Berlin
Tel.: 33 87 15 01, Fax.: 33 87 19 04
- **Klinik Hennigsdorf**
Neurologische Abteilung
Chefarzt Priv. Doz. Dr. K. Baum
Marwitzer Str. 91, 16761 Hennigsdorf
Tel.: 03302- 54 54-2 64 /3
Fax.: 03302- 54 54-4 90

STATUS „CHRONISCH KRANK“

Wie erhalte ich als MS-Betroffener den Status „chronisch krank“ im Sinne der Zuzahlungsregelung der Gesundheitsreform?

Als chronisch krank im Sinne der Zuzahlungsregelung gelten in diesem Jahr MS-Betroffene, die im letzten Jahr (2003) mindestens 1 Mal im Quartal beim Arzt waren und zusätzlich entweder 60% behindert sind oder die Pflegestufe 1 oder 2 haben oder durch ärztliches Attest nachweisen können, dass sie eine kontinuierliche Behandlung oder Therapie benötigen und ein Absetzen der Behandlung eine lebensbedrohliche Verschlimmerung herbeiführen, die Lebenserwartung vermindern oder die Lebensqualität dauerhaft beeinträchtigen würde. Alle anderen MS-Betroffenen müssen in diesem Jahr bis zu 2% ihres jährlichen Bruttoeinkommens bei Ledigen (oder des jährlichen Bruttoeinkommens der Familie) an Zuzahlung leisten. Achten Sie in diesem

Jahr und in Zukunft darauf, dass Sie mindestens ein Mal im Quartal den Arzt wegen der MS aufsuchen, um unter die 1% Regelung für Zuzahlungen zu fallen.

Alle MS-Betroffenen ohne Behindertenausweis mit 60 % und ohne Pflegestufe 1 oder 2, sollten, um nur 1 Prozent ihres jährlichen Bruttoeinkommens als Lediger (oder 1 Prozent des Bruttoeinkommens der Familie) für ihre Krankenversorgung zuzahlen zu müssen, wie folgt vorgehen:

1. Vereinbaren Sie mindestens einen Termin pro Quartal wegen der MS bei Ihrem Neurologen
2. Erbitten Sie von dem Neurologen eine Bescheinigung, die Sie als chronisch krank im Sinne der Zuzahlung ausweist. (nur falls kein Behindertenausweis mit 60 % oder Pflegestufe 2 oder 3 vorliegt)
2. Senden Sie die Bescheinigung Ihres Arztes und Ihren Einkommensnachweis des letzten Jahres (bei Familien

aller Personen) an die Kasse und beantragen Sie eine Bescheinigung nach § 62, SGB 5 um nur 1% an Zuzahlungen leisten zu müssen.

3. Berechnen Sie die 1 Prozent Ihres jährlichen Bruttoeinkommens (bzw. Bruttoeinkommens der Familie)
4. Tragen Sie alle Ihre Zuzahlungen in die Ihnen von der Kasse zugesandten Unterlagen ein und sammeln Sie die entsprechenden Quittungen.
4. Sobald Sie die 1% an Zuzahlungen geleistet haben, beantragen Sie die Befreiung von weiteren Zuzahlungen für das laufende Jahr.
5. Legen Sie die erhaltene Bescheinigung auf Befreiung von weiteren Zuzahlungen beim Arzt, Therapeuten, in der Apotheke u.s.w. vor, um keine weiteren Zuzahlungen mehr leisten zu müssen.
6. Sollten Sie bereits zuviel an Zuzahlungen geleistet haben, stellen Sie bei Ihrer Kasse einen Antrag auf Rückerstattung zuviel bezahlter Zuzahlungen.

FRAGEN UND ANTWORTEN ZUR GESUNDHEITSREFORM

Die Gesundheitsreform für gesetzlich Versicherte trat am 1. Januar 2004 in Kraft. Es gibt viele neue Regelungen und bereits einige Nachbesserungen. Damit sich die Leserinnen und Leser besser orientieren können, stellen wir hier einige der häufigsten Fragen und Antworten zusammen.

Wie viel muss ich maximal für alle bei Krankheitsfall anfallenden Leistungen pro Jahr zuzahlen?

Die Belastungsobergrenze für Zuzahlungen liegt bei zwei Prozent des Bruttoeinkommens, für chronisch Kranke bei einem Prozent. Auf Familien wird besondere Rücksicht genommen, denn sie werden mit einem Freibetrag von 3.648 Euro pro Kind zusätzlich entlastet.

Wer ist Chroniker im Sinne der neuen Zuzahlungsregelung?

Chroniker ist, wer sich in ärztlicher Dauerbehandlung befindet (nachgewiesen durch mindestens einen Arztbesuch pro Quartal ein Jahr lang wegen derselben Krankheit) und zusätzlich entweder pflegebedürftig in der Stufe 2 oder 3 ist oder eine Behinderung von mindestens 60 % hat oder wer durch ärztliches Attest bestätigen kann, dass er eine kontinuierliche Behandlung oder Therapie benötigt und ein Absetzen der Behandlung eine lebensbedrohliche Verschlimmerung herbeiführen, die Lebenserwartung vermindern oder die Lebensqualität dauerhaft beeinträchtigt würde.

Für welche Bereiche gelten die neuen Zuzahlungsregeln?

Die Regelungen gelten für nahezu alle Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung. Hierunter fallen die Arztbesuche, die Versorgung mit Arzneimitteln, Heil- und Hilfsmitteln, Krankenhausaufenthalte, Rehabilitationsmaßnahmen, häusliche Krankenpflege, Haushaltshilfe und Fahrkosten.

Wie wird die Zuzahlung berechnet, wenn einer in der Familie chronisch krank ist?

Die Frage war lange Zeit ungeklärt. Jetzt steht fest: Ist in der Familie einer chro-

nisch krank, zahlt die ganze Familie bis zur Ein-Prozent-Grenze.

Werde ich von meiner Krankenkasse benachrichtigt, sobald die Belastungs-obergrenze für Zuzahlungen erreicht wurde?

Nein. Man muss selbst die Zuzahlungen im Auge behalten und die Quittungen sammeln. Sobald die Belastungsgrenze innerhalb eines Kalenderjahres erreicht wird, muss bei der Krankenkasse eine Befreiung beantragt werden. Erst dann bekommt man eine Bescheinigung darüber erteilt, dass für den Rest des Kalenderjahres keine Zuzahlungen mehr zu leisten sind.

Werden Rentner künftig stärker belastet?

Ja. Rentner müssen auf Betriebsrenten und Nebeneinkünfte von 2004 an den vollen Versicherungsbeitrag zahlen anstatt wie bisher den halben.

Was muss ich zuzahlen, wenn sich mein Einkommen im Laufe des Jahres ändert?

Jeder ist verpflichtet, eine Änderung des Einkommens unverzüglich seiner Kasse mitzuteilen. Diese wird die neuen Voraussetzungen prüfen. Entscheidend für die Festlegung der Zuzahlungshöhe ist das Vorjahreseinkommen. Wenn das aktuelle Einkommen deutlich geringer ist als das des Vorjahres, soll die Zuzahlungshöhe nach Rücksprache mit der Kasse verringert werden.

Muss ein Mensch, der im Pflegeheim liegt, auch zuzahlen?

Pflegebedürftige Menschen müssen ein Prozent zuzahlen. Die Grundlage ist der Sozialhilfesatz. Der liegt im Osten bei durchschnittlich 285 Euro monatlich und im Westen bei 295 Euro. Die pflegebe-

dürftige Person muss also (vorausgesetzt der Sozialhilfesatz beträgt in ihrem Bundesland 295 Euro) 35,52 Euro (diese Summe entspricht einem Prozent für chronisch Kranke im Jahr), zuzahlen. Hierin fallen alle Kosten, auch die Praxisgebühr, die Zuzahlungen für die Medikamente oder ein Aufenthalt im Krankenhaus. Die Zahlungen sollen so aufgeteilt werden, dass die Pflegeheim-Bewohner nur einen kleinen Anteil jeden Monat übernehmen und nicht gleich am Jahresanfang alles zahlen. Die kommunalen Spitzenverbände lehnen diesen Vorschlag der Bundesgesundheitsministerin aber bislang ab und verweisen darauf, dass das Bundesgesetz keine Sonderbehandlung von einzelnen Betroffenen vorsieht.

Wie funktioniert die Praxisgebühr?

Sie zahlen einmal im Quartal zehn Euro Praxisgebühr beim Hausarzt und noch einmal, wenn Sie den Zahnarzt aufsuchen. Für Frauenarzt, Urologen, Augenarzt oder andere Fachärzte können Sie sich eine Überweisung geben lassen, die dann für ein Vierteljahr gilt. Frei sind alle Vorsorgeuntersuchungen. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre sind von allen Kosten befreit. Geht man zuerst zu einem Neurologen oder Augenarzt zahlt man dort die Gebühr und kann sich weiter überweisen lassen.

Zahle ich auch eine Praxisgebühr, wenn mir vom Arzt nur ein Rezept ausgestellt wird?

Ja. Generell zahlen gesetzlich Versicherte, die das 18. Lebensjahr vollendet haben, eine Praxisgebühr von 10 Euro, sobald sie eine ärztliche Leistung eines Haus- oder Facharztes in Anspruch nehmen. Der Fall tritt bereits ein, wenn man sich in der Praxis ein

Rezept ausstellen oder Blut abnehmen lässt.

Gilt die Praxisgebühr auch für Notfälle?

Auch wer in Notfällen zum Arzt geht oder ärztliche Leistungen telefonisch in Anspruch nimmt, zahlt künftig eine Praxisgebühr.

Was passiert, wenn sich meine Behandlung bis ins nächste Quartal zieht?

Dauert eine Behandlung bis in das nachfolgende Quartal, muss man nochmals eine Praxisgebühr zahlen. Die Praxisgebühr deckt beliebig viele Behandlungen ab, allerdings nur innerhalb eines Quartals.

Zahlt das Sozialamt die Praxisgebühr?

Auch Sozialhilfeempfänger müssen die seit Januar fällige Praxisgebühr und Arzneizuzahlungen aus eigener Tasche zahlen. Das Verwaltungsgericht Neustadt wies die Klage einer Frau zurück, die für diese zusätzlichen Kosten der Gesundheitsreform das Sozialamt verantwortlich machen wollte. Die Richter verwiesen darauf, dass auch Sozialhilfeempfänger zwei Prozent und Chroniker ein Prozent ihres Bruttoeinkommens für die Gesundheitsversorgung aufbringen müssen.

Werden Fahrtkosten zum Arzt erstattet?

Die Kassen zahlen Fahrten für schwer Seh- und Gehbehinderte. Die Bedingung ist, dass die Betroffenen einen Schwerbehinderten-Ausweis mit dem entsprechenden Kürzel haben. Das sind Menschen mit außergewöhnlicher Gehbehinderung ("aG" nur unter großer Anstrengung außerhalb des Kfz bewegungsfähig), mit schwerer Sehstörung ("BL" wie blind) oder besonderer Hilfebedürftigkeit ("H" wie hilflos) aber auch die Pflegestufen 2 oder 3 werden anerkannt. Allerdings zahlen auch diese Patienten zu jeder Fahrt hinzu. Dabei werden zu jeder Hin- und Rückfahrt jeweils 5 oder 10 Euro (abhängig von der Entfernung) fällig. Diese Fahrtzuzahlungen fallen aber genau wie die

Medikamentenzuzahlung in die Belastungsgrenze von 1 oder 2 Prozent.

Wann werden die Fahrten mit dem Krankenwagen übernommen?

Grundsätzlich werden alle Nottransporte und Fahrten zur stationären Behandlung ohne Zuzahlung übernommen.

Erfährt man künftig, was die Arztbehandlung kostet?

Ja. Jede Patientin und jeder Patient kann künftig vom Arzt, Zahnarzt oder Krankenhaus eine Patientenquittung erhalten. Darauf sind in verständlicher Form alle Leistungen und Kosten aufgelistet, die der Arzt bei der Krankenkasse abrechnet. So kann der Patient die medizinischen Leistungen besser nachvollziehen und bekommt einen besseren Überblick über die Behandlung.

Benötige ich für das Krankengeld eine Extra-Versicherung?

Nein. Das Krankengeld wird bei längerer Arbeitsunfähigkeit wegen Krankheit ab der 7. Woche von der Krankenkasse gezahlt. Damit diese Leistung abgesichert ist, müssen gesetzlich Versicherte ab 2006 einen Sonderbeitrag von 0,5 Prozent leisten. Er wird von den Krankenkassen automatisch erhoben. Auch am Umfang der Leistungen ändert sich nichts.

Wann brauche ich eine Zahnersatz-Versicherung?

Bis Ende 2004 ist der Versicherungsschutz in der jetzigen Form gültig. Erst ab 2005 wird Zahnersatz als zusätzliche Satzungsleistung von den gesetzlichen Krankenkassen angeboten. Das bedeutet: Man zahlt für die Absicherung des Zahnersatzes einen eigenen monatlichen Beitrag, der automatisch zusammen mit dem Krankenversicherungsbeitrag eingezogen wird. Auf Wunsch kann man Zahnersatz auch privat versichern. In der gesetzlichen Krankenversicherung wird der monatliche Beitrag für den Zahnersatz voraussichtlich unter 10 Euro liegen, mitversicherte Familienan-

gehörige zahlen keinen eigenen Beitrag. An Umfang und Qualität der Versorgung wird sich gegenüber dem heutigen Stand nichts ändern.

Bekommt man in Zukunft für alle Arten von Zahnersatz einen Kassenzuschuss?

Ja. Die bisherigen prozentualen Anteile der gesetzlichen Krankenkassen an den Kosten beim Zahnersatz werden ab 2005 durch sogenannte befundbezogene Festzuschüsse ersetzt. Maßgeblich ist dann nicht mehr die medizinisch notwendige Versorgung im Einzelfall, sondern diejenige, die in der Mehrzahl der Fälle angewandt wird. Diese Regelung bringt einen großen Vorteil: zukünftig kann man sich für jede medizinisch anerkannte Versorgungsform mit Zahnersatz entscheiden, ohne den Anspruch auf den Kassenzuschuss zu verlieren. Kontrolluntersuchungen oder Zahnbehandlungen wie Füllungen sind von den Veränderungen bei den Zuzahlungen überhaupt nicht betroffen.

Was ist eine Gesundheitskarte?

Die Patientinnen und Patienten werden ihre Gesundheitsdaten zukünftig selbst in der Hand haben. Ab 2006 wird die bisherige Krankenversichertenkarte durch eine elektronische Gesundheitskarte ersetzt. Sie wird die Versichertenangaben enthalten und alle Daten, die zur Ausgabe eines elektronischen Rezepts erforderlich sind. Dazu, auf freiwilliger Basis, gibt es einen medizinischen Teil mit Gesundheitsdaten. Das bedeutet konkret: Jeder, der dies möchte, kann die Daten erfassen lassen, die für die eigene Gesundheit wichtig sind: von der Dokumentation eingenommener Arzneimittel bis zu Notfallinformationen wie Blutgruppe, Allergien oder chronische Erkrankungen.

Weitere Fragen werden kostenlos von Mitarbeitern des Bürgertelefons des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung beantwortet. Hotline: Montag bis Donnerstag zwischen 8 und 20 Uhr
Tel.: 0800/ 151 51 59

DER VIERBEINIGE THERAPEUT

Von *Reina Mehnert*

Seit Jahrtausenden leben Menschen und Tiere in Symbiose miteinander. Die Krone der Schöpfung, der „homo sapiens“, profitiert jedoch in weit größerem Maße vom Tier als es umgekehrt der Fall ist. Er kann genau genommen ohne Tiere nicht existieren, während Tiere, je freier und ungezähmter sie sind, um so lebens- und widerstandsfähiger werden.

Ohne Domestizierung durch den Menschen stehen sie im Einklang mit der Natur und Umwelt, richten sich instinktiv nach ihren Bedürfnissen und nehmen die Signale ihres Körpers unmittelbar wahr. Sie selbst kennen Methoden und Mittel, Krankheiten zu vermeiden oder sogar zu heilen. Sie sind den Menschen, besonders denen, die in städtischen, industriell geprägten hyperzivilisierten Lebensräumen der Natur hochgradig entfremdet werden, in mancher Hinsicht überlegen. Dennoch haben Menschen und Tiere vieles gemeinsam. Das fängt bei ähnlichen Körperfunktionen und einem vergleichbaren Stoffwechsel an und reicht bei höher entwickelten Tierarten bis zu verwandten Verhaltensmustern auf der Ebene sozialer Kontakte. Verhaltensforscher haben längst herausgefunden, dass Menschen Beziehungen zu Tieren aufbauen können, die denen zu anderen Menschen qualitativ absolut gleichwertig sind und dass es schon bei unseren frühen Vorfahren Mensch-Tier-Beziehungen gab, die weit über ein reines Zweckbündnis hinausgingen.

Die unmittelbare Nähe zu Tieren – und damit zur Natur – prägte seit jeher maß-



*Die lustigen Vier aus dem Tierheim
Foto: Regina Söffker*

geblich das, was der Mensch zu seinem körperlichen und seelischen Wohlbefinden braucht.

In einer philosophischen Auseinandersetzung zum Thema Mensch und Tier schreibt Jürgen Körner in seinem Buch „Bruder Hund und Schwester Katze“ (Kiepenheuer und Witsch, Köln, 1996). „Tiere sollen helfen, die Schmerzen menschlicher Zivilisation zu ertragen. Und je tiefer die Kluft zwischen unseren Idealen und unserer persönlichen Wirklichkeit wird, desto dringlicher wird unser Bedürfnis, diese Schmerzen – wenn auch illusionär – über die Liebe zum Tier zu lindern.“

Etwa ab Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts deckten systematische wissenschaftliche Versuche mehr über das Wesen der Mensch-Tier-Beziehung auf, mit der zentralen Fragestellung, ob die starke Verbundenheit zwischen Mensch und Tier auch zu therapeutischen Zwecken genutzt werden kann. Sehr bald stellte sich heraus, dass der Kontakt mit Tieren zu einer erheblichen Steigerung der Lebensqualität des Menschen beitragen und bei vielen Krankheiten eine Bes-

serung sowohl auf der physischen als auch auf der psychischen Ebene bewirken kann. Eine herausragende Rolle spielt hierbei der Hund als des Menschen „bester Freund.“ Im Zusammenleben mit Hunden erfahren Menschen aller Altersstufen Gefühle vorbehaltlos entgegengebrachter Liebe und kritikfreie Akzeptanz. Wissenschaftliche Untersuchungen haben bewiesen, dass der regelmäßige Kontakt mit Hunden bei vielen Testpersonen zu einer signifikanten Redukti-

on von Depressionen und anderen psychischen Erkrankungen führte. Zudem bewirkte die bloße Anwesenheit eines als freundlich erlebten Hundes die Senkung von Herzfrequenz und Blutdruck. Der Anblick eines friedlich und entspannt ausgestreckten Hundes baut Stress ab und signalisiert das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit, die Beobachtung spielender Vierbeiner ist anregend, lustvoll und hebt die Stimmung.

Der Kontakt zu Hunden kann oft leichter hergestellt werden als der zu Menschen. Die äußerst sensible Wahrnehmung des Hundes von Stimmungen und kleinsten Gesten seines Besitzers suggeriert die Vorstellung genauester Verständigung auch ohne Worte.

Neueren Studien zufolge schätzen Hundebesitzer ihre allgemeine Lebenszufriedenheit überdurchschnittlich häufig positiver ein als Menschen ohne Tiere. Hunde sind Ansprechpartner, hören immer zu, sind immer da. Sie können auch helfen Beziehungen aufzubauen oder wieder aufzunehmen. Mit ihnen und an ihnen können auch menschliche Eigenschaften wie Zuwendung und Übernehmen von Verantwortung geübt werden. Im Zusam-

mensein mit Menschen haben Tiere, insbesondere Hunde, einen hohen Aufforderungscharakter. Sie motivieren zur aktiven Beschäftigung mit ihnen, ihre eigene Lebendigkeit und Bewegungsfreude ermuntern zu Spaziergängen und Bewegung in der frischen Luft.

Menschen mit Tieren haben nachweislich stärkere Abwehrkräfte, weil das naturnähere Leben die Einhaltung penibelster Hygienevorschriften nicht zulässt. Das Füttern und die Pflege eines Tieres strukturieren den Tagesablauf und geben ihm einen natürlichen Rhythmus.

Hunde jedoch sind nicht nur Balsam für Körper, Herz und Seele. Sie können richtig arbeiten, das heißt, ganz konkret Hilfestellung geben in Situationen, die körperbehinderte Menschen nur mit Mühe oder gar nicht mehr zu bewältigen in der Lage sind. Sie öffnen Türen, bedienen den Fahrstuhl, apportieren Medikamente, heben Gegenstände vom Boden auf, knipsen Lichtschalter an oder holen im Notfall Hilfe.

Die erfolgreichsten Hunderassen für diese Aufgaben sind der Labrador, der Retriever und der deutsche Schäferhund, doch zeichnet sich ein aus England kommender Trend ab, dass auch zunehmend mittlere und kleinere Hunde für Rollstuhlfahrer in Einsatz kommen. Auch in Deutschland bemühen sich viele Selbsthilfegruppen um die Bereitstellung von ausgebildeten Hunden für Behinderte.

Es gibt kaum eine Tierart, die, wenn es gelingt, sie in die unmittelbare Nähe zum Menschen zu bringen, sich nicht positiv auf ihr Lebensgefühl auswirkt.

Auch Hausgenossen wie Kanari-



Katze Mimo, Foto: Regina Söffker

vögel, Kaninchen oder Goldfische bereichern und beleben schal gewordene Alltagsrituale.

Besonders die Interaktion mit einer Katze, die in ihrer ausgeprägten, oft geheimnisvoll undurchschaubaren, Persönlichkeit die ganze Aufmerksamkeit ihres Besitzers auf sich zieht, lenkt von eigenen Problemen ab und selbst die sprödeste Schönheit wird zum wichtigen Beziehungspartner. Eine gezielte Arbeit mit Katzen hat sich besonders bei depressiv erkrankten Menschen als therapeutisch wirksam erwiesen.

In jüngster Zeit nehmen viele Kliniken, Pflege- und Altersheime die Hilfe vierpfötiger Co-Therapeuten für ihre Patienten in Anspruch. Es zeigte sich, dass ein regelmäßiger Besuch von Hunden in solchen Einrichtungen zu einer unmittelbaren Verbesserung der Atmosphäre dient und besonders ängstliche Patienten wieder mehr Mut und Selbstvertrauen bekommen. Tiere reagieren im Gegensatz zu uns Menschen ohne Scheu auf kranke Personen. Sie sind vorurteilsfrei und der kranke Mensch bekommt durch die Akzeptanz des Tieres ein neues Selbstwertgefühl. Mehr als 100 Krankenhäuser in Deutschland arbeiten mit Tieren als Co-Therapeuten.

Ein wichtiger Schwerpunkt der Forschung ist in den letzten Jahren die Hippotherapie geworden, eine Physiotherapie hoch zu Pferde. Das sanfte Bewegtwerden auf dem Pferderücken ist ideal bei neurologisch bedingten Bewegungsstörungen, besonders bei Multipler Sklerose. Beim Reiten werden etwa 100 Schwingungsimpulse pro Minute vom Pferd auf den Reiter übertragen und dieser wird so ständig minimalen Bewegungsänderungen ausgesetzt. Um sich auf dem Pferd zu halten, muss der Reiter diese ausgleichen. Das richtet Becken



Mitglieder der DMSG Berlin bei der Hippotherapie

und Wirbelsäule auf und verbessert das Gleichgewichtsgefühl. Da die Gangart Schritt dem Gang des Menschen entspricht, können auch Menschen, die sich sonst nur im Rollstuhl fortbewegen, wieder dreidimensionale Bewegungsabläufe erfahren. Das therapeutische Reiten, das auch von dem sinnlichen Vergnügen des engen Umgangs mit einem Pferd profitiert, macht den Patienten Spaß und wird mehr als Hobby denn als anstrengende Therapie empfunden. Erste vorliegende Messungen (EMG) und Berichte von MS-Patienten zeigen, dass dieser Therapieansatz erfolgsversprechend ist. Der positive Erlebnisaspekt steht im täglichen Umgang mit Tieren und deren therapeutischem Einsatz stets im Vordergrund. Die animalischen Helfer sind aus Medizin und Forschung nicht mehr wegzudenken. Sie sind in der Tat zu unverzichtbaren Co-Therapeuten geworden, die in der Lage sind, kranken Menschen eine nie endende Geduld, ungeteilte Aufmerksamkeit und eine geradezu uner-schütterliche Zuneigung entgegen zu bringen. Und in allen diesen Fähigkeiten sind sie beinahe allen menschlichen Therapeuten – Ärzten, Psychiatern, Psychologen – haushoch überlegen.

PATIENTENPASS

EINE ERLEICHTERUNG FÜR ARZT UND PATIENT

(RM) Die Gesundheitsreform hat mit ihren Gesetzesänderungen, Neuverordnungen, Neudefinitionen, Kürzungen und Streichungen bei schwer- und chronisch Kranken großen Unmut, vor allem aber Ratlosigkeit und Verwirrung hervorgerufen.

Nie zuvor war es daher so wichtig wie jetzt, den Betroffenen ein Dokument in die Hand zu geben, das ihren ganz individuellen Status innerhalb dieser vielschichtigen und komplizierten Veränderungen im Gesundheitswesen nach allen Seiten hin definiert und für den Kranken selbst wie für die, die sich mit ihm medizinisch oder therapeutisch befassen, eine klare Orientierung gibt. Der Arbeitskreis Multiple Sklerose Berlin e.V. – ein Qualitätszirkel, in dem sich Neurologen zusammengeschlossen haben, um die Diagnostik und Behandlung der MS zu verbessern, hat jetzt für MS-Betroffene einen Patientenpass entwickelt, der alle wichtigen Daten bezüglich Diagnose, Verlaufsform, Untersuchungsmethoden und Therapiearten chronologisch erfasst und Wirkungen und Nebenwirkungen aller verordneten

Medikamente individuell genau beschreibt.

Auf 12 Seiten wird eine Art Screening des Patienten unternommen, das nicht nur Fakten und Zahlen bezüglich der Krankheit erfasst, sondern auch die behandelnden Ärzte mit Adressen und Telefonnummern benennt.

So dient dieser Pass maßgeblich der besseren Kommunikation zwischen allen an der Behandlung des Patienten Beteiligten. Der Pass entbindet zudem von der Last, die eigene, oft lange und umfangreiche Krankengeschichte selbst aufzuzeichnen und immer wieder neu vorzutragen. Der Patientenpass definiert auch eindeutig den Grad der Behinderung und die daraus hervorgehende Berechtigung auf Medikamente und Therapien. Legt der Patient dieses umfassend informative Dokument beim Arztbesuch vor, ist er einiger verbaler und psychischer Anstrengung enthoben und auch der Kampf im Paragraphendschungel wird sich sowohl für den Kranken als auch für den Arzt auf solchen gesicherten Grundlagen erträglicher gestalten.



Patientenpass des Qualitätszirkels

Der Patientenpass enthält auch einen Hinweis darauf, ob der Patient auf die Unterstützung einer Selbsthilfegruppe oder der DMSG zurückgreifen kann.

Dass der Patientenpass immer beim Patienten verbleibt und lediglich beim Arztbesuch vorgelegt wird, hat auch den Vorteil, dass Daten nicht missbraucht werden können.

HÖRSENDUNGEN & HÖRKASSETTEN

MS und Spiritualität

Kulturradio 92,4, RBB Berlin, 28. 3. 2004, 9.05 Uhr.

Radiobeitrag von Mona Motiramani.

Eine Kasette mit einem Mitschnitt der Sendung kann bei der DMSG Berlin ausgeliehen werden.

Der Tagesspiegel zum Hören im Internet

Jeden Donnerstag unter www.Tagesspiegel.de/hoeren.

Aktivheft und die Verbandszeitschrift zum Hören

Die DMSG Verbandszeitschriften können kostenlos als Hörkassetten bestellt werden.

Mitglieder mit Sehbehinderung melden sich für den Hördienst in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin, Tel.: 030/ 313 06 47

GESUND UND BEWUSST ESSEN BEI MS

(RM) Wie ernähre ich mich richtig?
Welche Diät wird bei MS empfohlen?
Was esse ich bei Darmproblemen?

Diese und andere Fragen rund um die Ernährung, speziell für Menschen, die an Multipler Sklerose erkrankt sind, beantworten Dr. Dieter Pöhlau, (Chefarzt der Neurologie, Kamillus Klinik Asbach und Mitglied im Ärztlichen Beirat des DMSG- Bundesverbandes) und die Ernährungswissenschaftlerin Gudrun Werner in ihrem in der 2. Auflage erschienenen Buch „Gesund und bewusst essen bei Multipler Sklerose“.

Das handliche im TRIAS Verlag erschienene Buch, enthält nicht nur die neusten Informationen über Ernährung bei MS sondern auch viele illustrierte Rezepte, die leicht nachzukochen sind.

Rezepte aus dem Buch:

Pellkartoffeln mit Grüner Soße

Zutaten für 2 Personen

- 500 g Kartoffeln
- 1 Becher Joghurt (3,5% Fett; 150 g)
- 1 Becher Sauerrahm (10% Fett; 150 g)
- 4 EL frische Kräuter (gehackte Mischung aus Borretsch, Kerbel, Kresse, Petersilie, Pimpinelle, Sauerampfer, Schnittlauch)
- 1 TL Senf (mittelscharf)
- 1 TL Zitronensaft (frisch gepresst)
- Salz
- Pfeffer (frisch gemahlen)
- 2 Eier (hart gekocht (Größe M))
- Borretschblüten oder Kapuzinerkresse

Zubereitung

Die Kartoffeln als Pellkartoffeln kochen. Den Joghurt mit dem Sauer-

rahm glatt rühren und dann die Kräutermischung zugeben.

Mit Senf, Zitronensaft sowie Salz und Pfeffer abschmecken. Eier schälen, in Würfel schneiden und in die Soße geben. Die Soße mit den Blüten garnieren und zu den Kartoffeln reichen.

Reis mit Pilzen

Zutaten für 2 Personen

- 15 g Steinpilze, getrocknet
- 125 g Naturreis
- 1 Zwiebel, geschält
- 1 Stange Lauch, geputzt (100 g)
- 400 g Champignons, geputzt
- 1 EL Margarine, ungehärtet (10 g)
- 40 g Frischkäse mit Kräutern, Doppelrahmstufe
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 EL Petersilie, gehackt

Zubereitung

Die getrockneten Steinpilze mit Wasser bedecken und einige Stunden einweichen.

Den Reis in gut der doppelten Menge Wasser 30–40 Minuten köcheln lassen.

Zwiebeln würfeln, Lauch halbieren und in Streifen schneiden.

Die Champignons je nach Größe vierteln oder achteln.

Margarine erhitzen und das vorbereitete Gemüse darin andünsten.

Die Steinpilze mit dem Einweichwasser zufügen und alles ca. 10 Minuten bei geschlossenem Deckel köcheln lassen.

Pilze, gegarten Reis und Frischkäse mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die Petersilie darüber streuen.



Das Kochbuch „Gesund und bewusst essen bei Multipler Sklerose“.

ISBN 3-8304-3070-1, Preis 19,95 Euro

Bananen-Sorbet

Zutaten für 2 Portionen

- 3 Bananen, geschält (390 g)
- 1/2–1 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 1/2 TL Vanille, gemahlen
- 1 EL Honig (20 g)
- 50 g Himbeeren

Zubereitung

Bananen in Stücke brechen und in einer Schüssel für 5 Stunden in den Tiefkühlschrank stellen.

Die Bananenstücke antauen lassen und im Mixbecher pürieren, sodass eine weißliche Eiscreme entsteht.

Mit Zitronensaft, Vanille und – je nach Süße der Bananen – mit Honig abschmecken.

Das fertige Sorbet in Schalen füllen und für 30 Minuten gefrieren lassen.

Mit den Himbeeren garnieren.

VERANSTALTUNGEN IN BRANDENBURG

Kleinmachnow

Theaterstück „Der Schub“,

7. Mai 2004, 19.00 Uhr,
Stiftstheater Augustinum
Kleinmachnow.

Das Theaterstück handelt von einem jungen Mädchen, das an MS erkrankt.

Dargestellt wird das Geschehen von dem Augenblick an, wo der Arzt die noch unheilbare Krankheit diagnostiziert, die dann das Leben des jungen Mädchens in ihren Liebesbeziehungen, in dem Miteinander mit der Familie und

im Umgang mit anderen Menschen schicksalhaft bestimmt.

Eintritt: 5,00 Euro. Nähere Informationen: Tel.: 030/ 401 03 687 (Irina Viohl)

WANDLITZ

MS-Forum – Neuste und zukünftige Therapieansätze bei MS

16. Juni 2004, 14.00 Uhr –
18.00 Uhr.

Brandenburg Klinik, Brandenburgallee 1, 16321 Bernau-Waldsiedlung.

Vorträge:

Zukünftige medikamentöse Therapien.

Referentin: Prof. Dr. med. Frauke Zipp, Direktorin des Instituts für Neuroimmunologie der Charité Berlin

Möglichkeiten der Objektivierung von Therapieerfolgen mit Hilfe der funktionellen Kernspintomografie.

Referent: PD. Dr. med. Michael Sailer, lfd. Oberarzt der Klinik für Neurologie der Otto von Guericke Universität, Magdeburg.

Die Teilnahme ist kostenlos.
Anmeldeschluss: 10. Juni 2004
Tel: 033 39 73 15 00
Fax: 033 39 73 19 18

MULTI TAXI VORERST NUR EIN MUSTERWAGEN

(RM) Der Autobauer Opel stellte im Januar in Berlin das Musterfahrzeug „Vivaro Multi Taxi“ vor, das speziell

auf die Bedürfnisse von Behinderten zugeschnitten ist. Aufgrund seines variablen Innenraums ist das behinder-

tenfreundliche Fahrzeug auch als konventionelles Großraum-Taxi oder Privatfahrzeug nutzbar. Das Auto bietet bis zu sieben Mitfahrern Platz. Mit einem Rollstuhlfahrer an Bord können fünf weitere Passagiere mitfahren. Das Multi Taxi ist mit einer Luftfederung ausgestattet, die den Rampenwinkel durch Absenken des Hecks innerhalb von wenigen Sekunden deutlich reduziert und somit Rollstuhlfahrern die Einfahrt ermöglicht. Die seitliche, hydraulische Absenkung erleichtert Gehbehinderten den Einstieg.

Zusätzliche Sicherheit bietet eine beleuchtete Einstiegshilfe, die bei Bedarf ausgefahren werden kann. Für weiteren Komfort lässt sich die zweite Sitzreihe des Autos drehen. Bei entsprechender Nachfrage wird das Musterfahrzeug in Serie produziert.



„Vivaro Multi Taxi“

SOZIALLÄDEN – LEBENSMITTEL FÜR BEDÜRFTIGE

(RM) In einer Zeit, in der die von Politikern groß angekündigten Reformen bisher keine anderen Ergebnisse hervorgebracht haben als drastische Kürzungen im Sozialbereich und Groß-Berater für Millionenbeträge vergeblich versuchen, den politisch Verantwortlichen auf die Sprünge zu helfen, sind Ideen und Hilfsprogramme privater Initiatoren wichtiger denn je.

Dass „Not erfinderisch macht“, ein altes Sprichwort, das freilich nur für die unmittelbar Betroffenen gilt, wurde vom „Sozialverein Friedrichshain“ eindrucksvoll unter Beweis gestellt. Er gründete vor 5 Jahren den ersten Nahrungsmittel-Sozialladen in seinem Stadtteil und betreibt inzwischen 5 weitere Läden dieser besonderen Art in verschiedenen anderen Bezirken der Innerstadt.

Die Grundidee des Konzepts: Leute mit wenig Geld sollen dort Lebensmittel stark verbilligt, d. h. bis zu 20% reduziert, kaufen können.

Besonders Grundnahrungsmittel werden extrem preiswert angeboten: Kartoffeln für 0,36 Euro pro Kilo, Nudeln für 0,20 Euro, 10 Schrippen für 0,30 Euro, um nur einige wenige Beispiele aus dem reichhaltigen Angebot, das bis zu 1800 Artikel umfasst, zu nennen. Es gibt keineswegs nur Eintopf in Büchsen, sondern ebenso frische Ware von der Wurst- und Fleischtheke, knusprige Backwaren und ein reichhaltiges Obst- und Gemüseangebot. Schon 200 Firmen stehen unter Vertrag und beliefern die Sozialläden täglich mit Lebensmitteln vom Hersteller oder vom Groß- und Einzelhandel.

Das Geheimnis, das hinter dieser verblüffenden Niedrigpreiskalkulation steckt, ist die Tatsache, dass dort Produkte in den Verkauf kommen, deren

Haltbarkeitsdatum kurz vor dem Ablauf ist oder deren Verpackungen kleine Schönheitsfehler aufweisen. Auch Lebensmittel, die in zu großen Mengen produziert worden sind, kommen dort in die Regale und finden reißenden Absatz. Es sind hochwertige Waren, die allen Vorschriften der Lebensmittelhygiene Genüge tun – aber eben schnell an den Verbraucher gebracht werden müssen. So ist allen geholfen: den Herstellern, dem Groß- und Einzelhandel und vor allem den Kunden.

Darüber hinaus widersetzt sich dieses geniale Konzept den unsinnigen Prinzipien unserer gedankenlosen Wegwerfgesellschaft. Die unabdingbare Voraussetzung für das Kaufen in den Sozialläden ist die wirkliche Bedürftigkeit: nur Sozialhilfeempfänger, Arbeitslose, Schwerbeschädigte und Rentner über 75 Jahre dürfen ihre Lebensmittel so günstig erwerben und sie müssen ihren bedürftigen

Status mit einer persönlichen Kundenkarte nachweisen. Damit bleibt wohlhabenden Geizhalsen und Raffgierigen der Zutritt in diese Einkaufsoasen verwehrt.

Über 12 000 Kunden sind derzeit registriert und angesichts der zunehmenden Kürzungen im Sozialbereich wird ihre Anzahl weiter ansteigen. Die große Resonanz, die diese Sozialläden bei den Kunden finden, wird dazu führen, dass diese Einrichtungen bald ohne jede Form der öffentlichen Subventionierung durch Bezirk und Land auskommen werden.

Sozialläden :

Gartenstraße 112, Mitte
(Nahe Torstraße)

Boxhagener Straße 116, Friedrichshain
Oderstraße 10, Friedrichshain
(Ecke Jessner Straße),

Edisonstraße 18, Köpenick,
Mehringplatz 9, Kreuzberg



Fassade einer der Sozialläden

BUCHTIPP

Rainer Nitsche

Das große Buch vom Geiz

(RM) Das „große“ Buch vom Geiz ist in Wirklichkeit ein kleines Buch von nicht mehr als 120 Seiten. Der Titel ist eine ironische Anspielung darauf, dass der moderate Anschaffungspreis – auf dem Cover als „Sparpreis“ von 9,95 Euro aufgedruckt – für den Geizigen eine große Ausgabe bedeutet.

Dieses große kleine Buch behandelt das Thema Geiz in vielfältigster Weise, zeigt dieses Phänomen in seinen unterschiedlichsten Erscheinungsformen durch die Jahrhunderte hindurch und macht deutlich, wie sehr diese so verbreitete menschliche Eigenschaft durch soziale, politische, kulturelle Entwicklungen in Gang gesetzt oder genährt wurde/wird.

Der Autor zeigt Geiz als einen Charakterzug, der, wenn er nicht psychotische Züge annimmt, zwischen Tugend und Untugend changiert, je nach Moral und Wertvorstellungen des historischen Hintergrunds.

So galt im Mittelalter die „avaritia“ (lat. Geiz) als Todsünde, die gelegentlich drastische Austreibungsrituale nach sich zog, in der Neuzeit hingegen kam dem Geiz in einigen Epochen hohe Wertschätzung zu – so z.B. im Frühkapitalismus des 19. Jahrhunderts, wo Geiz zu einer bürgerlichen Tugend erhoben wurde.

Im neuen Testament wird den Reichen (= Geizigen) der Zutritt ins Himmelreich verwehrt – hier zitiert der Autor das schöne Gleichnis vom Kamel, das nicht durchs Nadelöhr passt- wohingegen in protestantisch/calvinistisch geprägten Regionen diese biblische Drohung keinerlei Wirkung zeitigt. Geiz ist hier

unabdingbare Voraussetzung für eine respektable Existenz.

Der Autor führt vor, wie Dichter und Denker sich mit diesem speziellen Lebensprinzip auseinander setzten und spickt sein Buch mit interessanten und amüsanten literarischen Zitaten. Er spürt dem Phänomen Geiz über die Grenzen anderer europäischer Völker nach und kommt zu der peinlichen Schlussfolgerung, dass Geiz sich besonders in deutschen Landen perfekt entwickeln konnte und kann.

Das Buch enthält köstlich zu lesende Kapitel über die geschlechtsspezifischen Ausprägungen von Geiz, wobei die Männer sehr viel schlechter wegkommen als die Frauen.

Drastisch führt der Autor vor Augen, wie beziehungs- und lustfeindlich Geiz generell ist. In der Familie führt er zu frustrierten Kindern und verhärmten Ehefrauen, in amourösen Beziehungen wirkt er, weil hochgradig kränkend, als absoluter Liebestöter.

Die Frage, warum Geiz in unserer Gegenwart Hochkonjunktur hat und der ebenso hässliche wie triviale Slogan „Geiz ist geil“ so erfolgreich eingesetzt wird, kann sich der Leser des „großen“ Buches selbst beantworten. Der Verdacht drängt sich auf, dass Geiz als neue Leit-Tugend ersatzweise für den zunehmenden Verlust echter Werte und wahrer Tugenden herhalten muss.

Zum Schluss hält der Verfasser für die Leser, die Geiz für eine hochgradige psychische Deformation halten, eine schöne Tröstung bereit: Geiz in seinen vielen kuriosen und abscheulichen Varianten ist zwar in der



„Geiz“-Buch

Menschheitsgeschichte unausrottbar, aber – gottlob – nicht ansteckend.

Das große Buch vom Geiz ist ein geistreiches, humorvolles, informatives, nachdenklich stimmendes Geschichts- und Erzählbuch von erheblicher literarischer Qualität.

Die Empfehlung der Rezensentin lautet, frei nach der J.G. Lichtenbergs auf dem Buchrücken: „Wer zwei paar Hosen hat, mache eines zu Geld und schaffe sich dieses Buch an.“

Rainer Nitsche

Das große Buch vom Geiz

128 Seiten, Format 12x20 cm, ca. 10 Abbildungen; gebunden, fadengeheftet
TRANSIT- Buchverlag, Berlin, 2003;
ISBN 3-88747-185-7, 9,95 Euro

ACHTUNG – ACHTUNG – ACHTUNG

EIN FALL VON UNGLAUBLICHER SKRUPELLOSIGKEIT – OBSKURE ORGANISATION ERSCHLEICHT SPENDEN FÜR MS-KRANKE.

Im Januar 2004 tauchten die ersten Spendenaufrufe einer obskuren Organisation in Berlin auf, die sich „Multiple Sklerose International Deutschland gGmbH“ nennt und ihren Firmensitz in Köln hat. Die Aufrufe richteten sich vor allem an Mitglieder der DMSG, denen in

Briefform alle möglichen Symptome der MS detailliert und in furchteinflößender Form vor Augen geführt werden. Dieser Appel an das Mitgefühl und die Hilfsbereitschaft der Adressaten steckt in einem ansprechend gestalteten Briefumschlag: Margarithenblüten auf zartlila Untergrund

umrahmen die zum Öffnen des Briefes motivierende Verheißung: „Ein Geschenk für Sie... und wie Sie die MS bekämpfen können.“ Die DMSG warnt ausdrücklich vor dieser Spenden-Aktion.

Ihre Recherchen haben ergeben, dass die MSi Deutschland gGmbH, allen Anschein nach Tochtergesellschaft einer holländischen Organisation, in keinerlei Verbindung, weder mit der DMSG selbst noch zur „Multiple Sclerosis International Federation“ steht und Auskünfte über Projekte und Aktivitäten verweigert hat.

Also: höchste Vorsicht ist geboten, wenn derlei anrührende Post ins Haus schwirrt und der sorgfältig ausgefüllte, beiliegende Überweisungsschein nur noch eine einzige (Ihre) Unterschrift nötig macht.



PC-KURSE FÜR MS-BETROFFENE

Das Caritas Seniorenbüro InterAktiv in Berlin-Charlottenburg bietet PC-Kurse für Menschen ab 50 Jahren mit Unterstützung kompetenter ehrenamtlicher Trainer an.

Auf Grund eigener Betroffenheit uns somit eines großen Wissens – auch in Bezug auf Selbsthilfe und Informationen im Internet – bietet eine Trainerin seit einiger Zeit – speziell für MS-Betroffene – den Kompaktkurs „Internet-Recherche“ (2 Tage á 5 Stunden für 25 EURO) an. Anmeldung per Telefon: 030/ 34 09 88 97, Mo–Fr 9.00–13.00 Uhr.

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
Bankverbindung:

Berliner Sparkasse BLZ.: 100 500 00,
Konto: 11 3000 4500
*Wir danken der Hertie-Stiftung für ihre
freundliche Unterstützung*

Büro – Öffnungszeiten
Mo. – Do. 9.00 Uhr – 16.00 Uhr
Fr. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Redaktion: Reina Mehnert

Layout, Graphik: Madlen Kunst
Druck: KOMAG mbH,
Druck und Verlagsgesellschaft.
Gedruckt auf 100% Recyclingpapier

Kompass erscheint vierteljährlich.
Bezugspreis ist im Mitgliederbeitrag
enthalten.

Redaktionsschluss für die nächste
Ausgabe ist der **31. Juli 2004**.

MODERNE KOCHKUNST

HUNDERTJÄHRIGE TRADITION

Von *Reina Mehnert*

In keinem Jahrhundert der Menschheitsgeschichte haben Kochen und Essen eine derart herausragende Rolle gespielt wie in unserer Gegenwart.

Dieses Phänomen begann vor etwa 10 Jahren, inzwischen haben Essen und die dazugehörigen Zeremonien Kultstatus erlangt. Schon lange geht es nicht mehr um eine in den Alltag selbstverständlich und unauffällig integrierte Nahrungsaufnahme, sondern die Essenzubereitung und die daraus folgenden Verspeisungsrituale haben Event-Charakter angenommen. Auf allen Kanälen der Fernsehanstalten wird rund um die Uhr öffentlich und demonstrativ gekocht und unter den Händen von Starköchen, Künstlern und Politprofis entstehen wahre Wunderwerke der Kochkunst. Es gibt keinen Winkel der Erde, dessen exotische Speisegenüsse nicht durchforscht, probiert und dokumentiert worden sind. Eine neue Philosophie bildet sich heraus: Der Mensch ist, was er isst.

Hinter dieser kühnen These steckt die Erkenntnis einer unumstößlichen Tatsache, nämlich die enge Verbindung zwischen Essen und Körpergefühl. Nie zuvor gab es ein so ausgeprägtes Bewusstsein für den Zusammenhang von Essen und Gesundheit, von Wohlbefinden und gesunden Nahrungsmitteln. Es gibt keine Krankheit, die nicht durch gesundes Essen positiv beeinflusst wird und auch der Umkehrschluss, dass ungesundes Essen krank macht, gilt.

Leider sind die ökologisch erzeugten, schadstofffreien Lebensmittel ebenso teuer wie gesundheitsförderlich, das Essengehen in ein gutes Restaurant, das wohlschmeckende und bekömmliche

Speisen anbietet, ein für Normalverdiener nur selten erschwingliches Vergnügen.

Nur wenige Berliner wissen, dass es mitten in Schöneberg, im bürgerlich-eleganten Quartier des Viktoria-Luise-Platzes einen Ort gibt, wo sie zu mittäglicher Stunde Mahlzeiten genießen können, die genau die besagte Doppelqualität von schmackhaft und gesund besitzen und darüber hinaus auch noch den Geldbeutel äußerst schonend behandeln. Im berühmten geschichtsträchtigen Lette-Verein, eine der ältesten Ausbildungsstätten Europas, wird seit 1886 gekocht, gebrutzelt und gebacken – und zwar in den frühen Jahren sogar unter dem kaiserlichen Protektorat von Viktoria-Luise von Preußen. Das geschah, so die Idee der Gründer, zum Behufe der „Erwerbsfähigkeit des weiblichen Geschlechts“ und keineswegs zur Bewirtung institutsfremder Gäste. Hauswirtschaftlerinnen wurden hier ausgebildet, die sich mit beruflichem Kochen ein eigenes Einkommen verschaffen sollten.

Heute gibt es fünf unterschiedliche Lehranstalten auf dem Campus des Lette-Vereins mit verschiedenen Ausbildungsausrichtungen und über 1000 Schülern. Zur Mittagszeit wird die Mensa zum Zentrum dieses großen Instituts und eben dort werden auch zwischen 11.30 Uhr und 13.30 Uhr hauserne Gäste zum Diät-Mittagstisch empfangen. In dem großen, lichtdurchfluteten Raum mit hohen Fenstern zur Geisbergstraße hin, finden die Diät-Gäste in einem von Blumenkästen abgegrenzten Geviert Platz und können von einer langen Glas-theke unterschiedliche Speisen und Getränke auswählen. Es gibt diabetesgerechte und cholesterinarme Kost,



Haupteingang Lette-Verein

leichte Vollwertspeisen und auch andere für MS-Betroffene geeignete Diätformen, die nach Absprache mit der Leiterin der Diätküche eigens zubereitet werden können. Ein Hauptgericht kostet 3.20 Euro, ein ganzes Drei-Gang-Menü nur einen Euro mehr.

Besondere Leckerbissen gibt es an Prüfungstagen, wenn die angehenden Diät-Assistentinnen ihre erlernten Kochkünste unter Beweis stellen müssen, aber auch an ganz normalen Tagen, wird hier eine außergewöhnliche Essensqualität angeboten.

Jeder Vorgang der Essenzubereitung wird von den strengen Lehrerinnen der hauswirtschaftlichen Abteilung angeleitet, kontrolliert, gelegentlich zensiert. Seit vielen Jahren bietet der Lette-Verein diesen besonderen Service an. Die Gäste, die in der Regel aus dem gutbürgerlichen Umfeld des Lette-Vereins kommen, haben meist die Schule längst hinter sich und genießen hier in ihrer Mittagspause aus angenehmer Distanz die lebhaft – nie lärmige – junge Atmosphäre eines traditionsreichen Schul- und Ausbildungsbetriebs.

Viel Vergnügliches ist hier zu sehn und zu erleben. Die Auftritte der extravaganteren Eleven/innen der Modeabteilung, die in schriller Kostümierung ihre Salatteller abgrasen, die ernst diskutierenden Jungwissenschaftler der Biochemie, die selbst beim Essen auf den weißen, respektgebietenden Kittel nicht verzichten wollen, das pausbäckige türkische Riesensbaby Erkan, das am Tresen konzentriert und

mit hochroten Wangen den Schöpflöffel in die heiße Suppe schwingt. Der Lette-Verein, als Stiftung des öffentlichen Rechts ganz entschieden ein Non-Profit-Unternehmen, freut sich über Gäste, die von draußen kommen und den Diätmittagstisch genießen. Die Schulleiter und Dozenten wissen, dass

eine solche Öffnung nach außen geeignet ist, den Bekanntheitsgrad der altherwürdigen Bildungseinrichtung und deren guten Ruf zu wahren und zu mehren. Und schon deshalb wird die mittägliche Einkehr in die Mensa des Lette-Vereins immer ein die kulinarischen Bedürfnisse sehr befriedigendes Erlebnis bleiben

und darüber hinaus viele interessante Eindrücke vermitteln, die diesem Speiselokal besonderer Art zu eigen sind.

Lette-Verein

Viktoria-Luise-Platz 6

10777 Berlin

Für Rollstuhlfahrer gibt es eine Rampe am Eingang Welsnerstraße.

FREIER EINTRITT

FÜR ROLLFAHRER BEIM „GERMAN OPEN“

Die Internationalen Deutschen Tennismeisterschaften der Damen, die German Open, finden vom **3. bis 9. Mai 2004** auf der Anlage des LTTC „Rot-Weiß“ Berlin am Hundekehlesee statt. Das Preisgeld

für dieses Turnier ist mit 1,3 Millionen US-Dollar dotiert. Rollifahrer, die dabei sein wollen, können sich in der Geschäftsstelle der DMSG Berlin unter 313 06 47 anmelden. Es gibt eine

begrenzte Anzahl an Freikarten für die Rollstuhlfahrer-Tribüne.

Anmeldungen ab sofort in der Geschäftsstelle unter Tel.: 313 06 47

TISCHTENNIS – SPORT FÜR ROLLFAHRER

*Von Hartmuth Keller
und Irith Lowack*

Hartmuth Keller und ich spielen Tischtennis im Rollstuhlsportclub Berlin. Der kleine Verein für Rollstuhlfahrer hat insgesamt ca.60 Mitglieder. Wir sind dort bisher die einzigen MS-Patienten. Da wir morgens nach drei bis vier Stunden Anreise zum Veranstaltungsort nicht gleich ein Tischtennis-Turnier bestreiten können, (das würde uns völlig überfordern), benötigen wir, neben einem Bahnticket, eine Übernachtungsmöglichkeit. Der kleine Verein und auch wir selbst können diese Kosten für Turniere und Lehrgänge leider finanziell nicht aufbringen.

Im Jahr 2002 erhielten wir zur Deckung unserer Teilnahmekosten das erste Mal Geld für unsere Sportförderung von der Gemeinnützigen Hertiestiftung über den DMSG Landesverband Berlin. Wir

konnten damit die Teilnahme an den Norddeutschen Meisterschaften (ich konnte den zweiten Platz belegen), an einem Deutschlandpokalturnier, (Hartmuth Keller wurde erster), drei Lehrgängen und zwei Oberligaspielen bestreiten.

Durch die Sportförderung war auch die Teilnahme an zwei Lehrgängen und zwei Oberligaspielen (Aufstieg in die Regionalliga) möglich. Außerdem konnten wir die nächsten beiden Regionalligaspielen und die Norddeutschen Meisterschaften (Hartmuth Keller wurde fünfter, ich wieder zweite) sowie das internationale Behindertensportfest in Wilhelmshaven (zwei Goldmedaillen für mich) besuchen.

Die für uns sehr wichtige Unterstützung ermöglichte uns, da es keine Mitfahrgelegenheiten im privaten PKW gab, einmal ein Auto zu mieten und ansonsten

die Bahn- und Übernachtungskosten zu bezahlen. Unsere sportlichen Leistungen konnten wir durch die Turniere und Lehrgänge kontinuierlich steigern und die Teilnahme an den Turnieren hat unsere Lebensqualität enorm verbessert. Daher bedanken wir uns ganz herzlich für diese Zuwendungen und hoffen sehr, auch für die Zukunft, auf eine Weiterförderung unserer Sportaktivitäten durch Spender und Sponsoren. Wer uns unterstützen kann und möchte, überweise bitte eine zweckgebundene Spende an den Landesverband Berlin bei der Berliner Sparkasse, BLZ: 100 500 00, Konto: 11 300 04 500 mit dem Stichwort „Sportförderung- Keller u. Lowack“.

Tischtennis-Sport Interessierte

melden sich für nähere Informationen direkt bei Irith Lowack
Tel.: 823 14 37 oder
Email: irithlowack@gmx.de

KUR IN PIESTANY IN DER SLOWAKEI

Von Olaf Burmeister



Auf der Suche nach einem preiswerten Kurhotel und natürlich einer ordentlichen Anwendung bin ich über den Reiseveranstalter EURO Med auf ein Angebot für einen dreiwöchigen Aufenthalt gestoßen, und da es auch preiswert war, schlug ich zu.



Also flog ich nach Piestany, um mich dort verwöhnen zu lassen. Um es vorweg zu nehmen: diese Reise ist für Rollstuhlfahrer nicht besonders emp-



fehlenswert. Ich war anschließend froh, wieder zu Hause zu sein.

Das Kurhotel war bestrebt mir alles Recht zu machen, aber, wenn die Grundvoraussetzungen für Rollstuhlfahrer fehlen, können sich die Angestellten so viel Mühe geben wie Sie wollen, man kann kein selbständiges Leben führen. Der Erfahrungsaustausch mit anderen slowakischen MS-Betroffenen war sehr interessant. Die Ausstattungen für MS-Betroffene erfüllen die Normen der Slowakei, sind aber von dem, was wir hier in Deutschland vorfinden, noch sehr weit entfernt. Dafür sind die Menschen dort auch anders. Das Bestreben nach unten zu treten, um nach oben zu kommen, kennen die Slowaken noch nicht. Sie sind kameradschaftlicher, solidarischer, herzlicher und freundlicher. Da können wir uns als deutsches Volk noch was abschneiden.

Ansonsten war es recht nett dort. Vor allem die Ausflüge in die weitere Umgebung waren sehr lehrreich. Das Wetter hat auch mitgespielt und das fast volle 3 Wochen. Das Preis-Leistungsverhältnis ist für Rentner sehr von Vorteil, so dass am Ende die positiven Seiten des Aufenthalts überwogen.

 Dronningens Ferieby



Urlaub für die ganze Familie

 – ohne Hindernisse!

In unserem Feriendorf »Dronningens Ferieby«, daß von der dänischen Multiple Sklerose Gesellschaft errichtet worden ist, können Sie das ganze Jahr über inhaltreiche und unbeschwerte Ferientage verbringen – auch wenn jemand von Ihnen behindert sein sollte. Die Ferienhäuser, mit reichlich Platz für 5 Personen, sind zu einem der behindertenfreundlichsten Ferienangebote in Dänemark auserwählt worden und so eingerichtet, daß Sie sich in seinen Umgebungen sofort geborgen fühlen. Viele Aktivitätsmöglichkeiten für Kinder und Erwachsene, sowohl im Freien als auch innerhalb der Räumlichkeiten.

Das Feriendorf hat eine zentrale Lage, ganz in der Nähe von Stadt und Wald - und befindet sich direkt neben einem der besten Badestrände in Dänemark - dazu liegt es mitten in einer reizvollen Gegend, die in ihrer näheren Umgebung eine Menge Erlebnisangebote und kulturelle Möglichkeiten für Groß und Klein bereit hält.

Preis pr. Ferienhaus pr. Woche ab 322 EURO.

Rufen Sie uns doch einfach an, wenn Sie gern mehr wissen wollen. Bestellen Sie unsere Broschüre und Preisliste oder sehen Sie weitere Informationen unter

dronningensferieby.dk



Dronningens Ferieby · Kystvej · DK-8500 Grenaa · Dänemark
Tel.: +45 87 58 36 50 · Fax: +45 86 30 07 80
post@dronningensferieby.dk · www.dronningensferieby.dk

Ferien ohne Hindernisse...

SEGELFREIZEIT FÜR MS-BETROFFENE

(RM) Eine Seefahrt, die ist lustig – ein Segeltörn ist weit mehr als das. Er bedeutet echtes Abenteuer, enge Verbundenheit mit der Natur, Anregung für Körper und Seele. Für Menschen mit körperlichen Behinderungen stellt eine große Segeltour, die sie selbst aktiv mitgestalten können, die ultimative Herausforderung dar, alle verfügbaren – oft verloren geglaubten – körperlichen Kräfte zu mobilisieren und sinn- und lustvoll in Einsatz zu bringen.

Das geschieht beim Segeln auf die denkbar schönste Weise: im Zusammenspiel mit den Kräften der Natur, in Zusammenwirken mit Menschen, die alle, solidarisch, in wahrsten Sinn des Wortes, „an einem Strang ziehen.“ Das Schiff will bewegt werden – in die von allen gewünschte Richtung – gegen den Wind und mit dem Wind, bei Sonne und Regen, und im Kampf mit Tauen, Segeln und Fock treten körperliche Behinderungen oft schnell in den Hintergrund oder werden vorübergehend fast völlig vergessen.



Die Mignon auf hoher See

Seit dem Jahr 2000 führt die DMSG Hamburg zwei Mal pro Jahr einwöchige Segeltouren durch – auf der FORTUNA, einem 39 Meter langen Zwei-Mast-Küstensegler, mit einer Stamm-Crew von fünf erfahrenen Seglern.

Eigentümer des Schiffs und Kooperationspartner der DMSG ist der gemeinnützige Verein „Mignon Segelschiffahrt e.V.“, der sich ansonsten u.a. um körperlich und geistig behinderte Kinder kümmert.

Von Hamburg aus werden – je nach Wetterlage und den Wünschen der MitseglerInnen unterschiedliche dänische Häfen angesteuert. Bis zu 18 Teilnehmer, die die sommerlichen Törns schon weit im Voraus planen und Aufgabenverteilungen an alle Beteiligten vornehmen, können an Bord genommen werden. Spätestens Ende Mai sticht dann das erste Segelschiff in See und läuft innerhalb einer Woche so schöne Inseln wie „Barsö“ oder „Lyö“ an, schippert vorbei an schroffen Fjorden und durch tiefblaue Sunde.

Bei steifen Brisen wird der tatkräftige Einsatz der gesamten „Mannschaft“ nötig, bei Flaute lässt man entspannt die Beine über Bord baumeln und blinzelt träge in die warme Frühjahrs Sonne. Eine Teilnehmerin aus dem vorigen Jahr schwärmte besonders von den Landgängen, bei denen sie die kleinen Inseln erkunden konnte und abends am romantischen Lagerfeuer dem Gitarrenspiel des Skippers lauschte.

Es sind eindrucksvolle Naturerlebnisse, die solche Segeltouren für alle Beteiligten bereithalten, aber auch prägende Erfahrungen eines konstruktiven Miteinanders auf engem Raum, die an kaum einem anderen Ort so intensiv erlebt werden können.

Der einwöchige Segeltörn kostet inklusive Verpflegung pro Person 270,00 Euro.

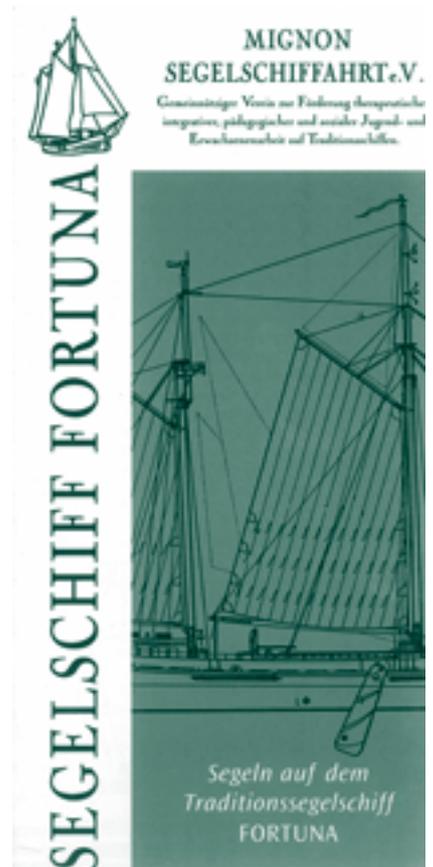
Die individuelle Anreise nach Hamburg mit Auto, Bahn oder Flugzeug ist im Preis nicht inbegriffen.

Für die Landausflüge sollte man ein zusätzliches Taschengeld mitnehmen. Für Rollstuhlfahrer ist die Reise leider nicht geeignet.

Sollten sich 18 interessierte Personen in Berlin finden, kann das Segelschiff gechartert werden.

Wer Interesse hat, im nächsten Frühjahr (2005) an einem Segeltörn teilzunehmen, meldet sich in der DMSG Geschäftsstelle unter

Tel.: 030/ 313 06 47



DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT
LANDESVERBAND BERLIN e.V.

MITGLIEDERVERSAMMLUNG 2004

MITTWOCH, 9. JUNI 2004, 18.00 UHR – 20.00 UHR

Hilton Hotel Berlin, Mohrenstraße 30, 10117 Berlin
(Am Gendarmenmarkt, U-Bhf. Stadtmitte)

TAGESORDNUNG

1. Begrüßung	5. a. Bericht der Revisoren b. Aussprache zum Bericht der Revisoren
2. Wahl eines/r Protokollführers/in	6. a. Bericht des Patientenbeirats b. Aussprache zum Bericht des Patientenbeirats
3. a. Geschäftsbericht b. Aussprache zum Geschäftsbericht	7. Entlastung des Vorstands
4. a. Finanzbericht b. Aussprache zum Finanzbericht	8. Verschiedenes

ANMELDUNG ZUR MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Diesen Abschnitt bitte per Fax (030/312 66 04) oder Post bis zum 28. Mai 2004 an die
DMSG Berlin, Knesebeckstraße 3, 10623 Berlin, senden.
(In Einzelfällen sind telefonische Anmeldungen möglich)

Name: _____ Vorname: _____

Ich komme am 9. Juni ja nein

Ich komme in Begleitung ja nein

Ich bin Rollstuhlfahrer/in: ja nein