

Kompass

Ihr Wegweiser

Ausgabe 2/2009

Internationaler MS-Tag

SEITE 4+5

Tagesausflug nach Leipzig

SEITE 10

Kooperations- vertrag mit dem Vdk – Rat und Auskunft im Sozialrecht

SEITE 13

Was ist Pilates?

SEITE 15



DMSG

DEUTSCHE MULTIPLE SKLEROSE GESELLSCHAFT
LANDESVERBAND BERLIN e.V.

INHALT

LANDESVERBAND

- 3 • Leitartikel
Prof. Dr. med. Judith Haas
- 4 • Vorwort
Ilona Nippert
- 5 • Internationaler MS-Tag
- 6 • Abenteuer in der
Dänischen Südsee/
Berliner MS-Gesellschaft
organisiert den fünften
Segeltörn
- 8 • „Ahoi, Ihr Seebären und
(noch) Landratten!“
Einladung zu einem Tag auf
See bei der HanseSail
- 9 • Die Neubetroffengruppe 2010
sucht Interessierte
- 9 • Angehörigengruppe
- 10 • Tagesausflug nach Leipzig
- 11 • Tagesausflug nach Leipzig
am 28.Juli.2009

- 13 • Kooperationsvertrag mit
dem Vdk – Rat und Auskunft
im Sozialrecht
- 13 • Ärzte, Krankenhäuser und
Pflegeheime finden
- 14 • MS-Präventionskurse –
1. Halbjahr 2010
- 15 • Was ist Pilates?
- 16 • Betreutes Einzelwohnen –
Erfahrungsbericht
- 17 • Kunstgalerie:
Anne Beer

MEDIZIN & FORSCHUNG

- 17 • Koffein als MS-Blocker?
Erfolgreiche Versuche
mit Mäusen
- 18 • Wissenschaftliche
Untersuchungen zur
Wirkung von Grünem Tee

GESETZE & VERODNUNG

- 19 • Argumentationshilfe für
Inkontinenzhilfen
- 19 • Gesetz zur Patientenverfügung
im Bundesrat bestätigt
- 20 • Kasse muss Wünsche der
Versicherten berücksichtigen
- 20 • Entfernungspauschale oder
Fahrkosten

VERMISCHTES

- 21 • Nützliche Links
- 23 • Buchtipp
- 24 • Restaurant-Tipp

VERANSTALTUNGEN

- 26 • Veranstaltungen des
Landesverbands 2009

Bildnachweis Titel:
Titelfoto links: © PIXELIO/Kerstin Dunst

WICHTIGE VERANSTALTUNGEN !

DETAILS UND ANMELDUNG SIEHE RÜCKSEITE DES KOMPASS

Datum: **8. Februar 2010, 18:00 Uhr - 20:00 Uhr**
Ort: **Abgeordnetenhaus von Berlin, (Preußischer Landtag)**

Im Jahre 2001 wurde der Aufbau eines MS – Registers für Deutschland initiiert. Zielsetzung ist die Erfassung verlässlicher Daten zur Multiplen Sklerose so wie die klinischen Charakteristika der MS, die soziodemografischen Aspekte sowie die Versorgungssituation der MS-Erkrankten.

Diese Daten sollen eine Grundlage für gezielte Maßnahmen zur Verbesserung der Lebenssituation von MS-Erkrankten liefern.

Herr Prof. Kesselring wird bei seinem Vortrag auf die MS weltweit eingehen. **Frau Prof. Haas** wird Ihnen die Berliner Zahlen vom MS Register erläutern.

Wir freuen uns, Sie im Anschluss zu einem kleinen Empfang einladen zu dürfen.

Datum: **29. April 2010, 18:00 Uhr- 20:00 Uhr**
Ort: **Novotel, Tiergarten**

Die Verbraucherzentrale Berlin führt Beratungen z. B. zu Themen wie:

- **Mieterfragen**
- **Patienten-/ Pflegeberatung**
- **Versicherungsrecht und Versicherungsfragen und viele andere Schwerpunkte durch.**

Zudem wird eine kostenlose Kredit-, Schuldner- und Insolvenzberatung angeboten.

Frau Dörte Elß, die Juristin der Verbraucherzentrale, wird Ihnen alle Themen erläutern. Danach können bei einem kleinen Imbiss persönliche Erfahrungen ausgetauscht werden.



Prof. Dr. med. Judith Haas
Chefärztin der Neurologie,
Jüdisches Krankenhaus
Vorsitzende DMSG,
Landesverband Berlin

Liebe Mitglieder!

Zwanzig Jahre Deutsche Einheit – unser Staat gibt allen Bürgern in den neuen und alten Bundesländern die gleiche Würde und die gleichen freiheitlichen Rechte. Eines dieser weniger beachteten Rechte ist auch, Mitglied in einer Selbsthilfeorganisation zu sein – z.B. Mitglied in der DMSG. Selbsthilfeorganisationen wurden in der ehemaligen DDR nicht geduldet, da der DDR Staat in einem solchen Bedürfnis schon eine Systemkritik sah. Viele MS-Betroffene haben nach der Wende zu uns gefunden und die DMSG Berlin ist stolz auf diese Einheit ihrer Mitglieder aus Ost- und Westberlin und die vielen aktiven Selbsthilfegruppen, die sich im ehemaligen Ostteil unserer Stadt gegründet haben. Aktuell sind über 40 % (2100 von ca. 5000) der Berliner MS-Betroffenen Mitglieder in der DMSG Berlin.

Nach wie vor finden aber nicht alle MS-Betroffenen zu uns. Das Deutsche MS-

Register des DMSG Bundesverbandes erfasst neben medizinischen Daten und sozialmedizinischen Daten auch die Mitgliedschaft in der DMSG. Inzwischen sind die Daten von mehr als 18 000 MS Betroffenen dokumentiert. Die Zentren, die dokumentieren, sind mit einem Zertifikat der DMSG ausgezeichnet und müssen bestimmte Mindestvoraussetzungen erfüllen. Diese Zertifikate erhalten Praxen, Kliniken und Reha-Kliniken mit MS Schwerpunkt.* Die so gewonnenen Daten erlauben uns die Versorgungssituation der MS-Betroffenen zu analysieren. Wir können Unter- und Überversorgung erkennen. Ganz besonders im Bereich der symptomatischen Therapie, die für die Lebensqualität des einzelnen MS-Betroffenen von herausragender Bedeutung sein kann, sind erhebliche Mängel festzustellen, denen wir entgegenwirken wollen.

Bundesweit sind nur 30 % der MS-Betroffenen, die im MS-Register erfasst wurden, Mitglied in der DMSG. Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen MS-Betroffenen bezüglich der Mitgliedschaft und auch der Teilnahme an Gruppenaktivitäten waren nicht zu erkennen. Gerade in Zeiten, wo das Gesundheitssystem immer wieder im Mittelpunkt der öffentlichen Diskussion steht, ist es wichtig, dass wir als DMSG mit Lobbyarbeit die Entscheidungsgremien beeinflussen. Jeder, der Mitglied bei uns wird, stärkt unsere Stimme und die Stimme, die sich für seine Interessen einsetzt. Werben Sie daher weiterhin um Mitglieder!

Neue Versorgungsstrukturen für MS-Betroffene werden aktuell insbesondere in Zusammenhang mit dem Sicherheitsprofil der neuen hoffnungsvollen Medikamente diskutiert. Der ärztliche Beirat des DMSG Bundesverbandes sieht als seine vorrangige Aufgabe, das Risiko von schwerwiegenden Nebenwirkungen

durch aktuelle Empfehlungen zur Überwachung der Immuntherapien so gering wie möglich zu halten. Aber nach wie vor müssen Sie als gut informierte MS-Betroffene mit Ihrem Arzt eine Entscheidung treffen. Die Information zu neuen und bekannten Therapien, die Chancen, die sie bieten und das etwaige Risiko, das Sie mit diesen Therapien eingehen, darüber möchte Sie die DMSG immer zeitnah informieren. Nutzen Sie diese Informationsmöglichkeiten. Aus gegebenem Anlass sei auf die kontinuierlich aktualisierten Stellungnahmen des ärztlichen Beirates zu Grippeimpfungen verwiesen.

Das Jahr ist nun fast zu Ende. Ich wünsche Ihnen eine besinnliche, friedliche Zeit für die letzten Wochen des Jahres 2009. Ich hoffe, Sie können sich an viele Tage mit Dankbarkeit erinnern, vielleicht auch mit ein wenig Wehmut, weil manches ja unwiederbringlich vorübergeht. Ich wünsche Ihnen, dass Sie aber auch die Kraft haben, Unabänderliches anzunehmen und dennoch mit Mut in die Zukunft zu schauen. Der Vorstand der DMSG Berlin und die Geschäftsstelle wird Sie in den Bereichen, die die Erkrankung Multiple Sklerose betreffen, weiterhin nach Kräften unterstützen und Ihre Interessen vertreten.

Mit allen guten Wünschen und mit Dank für Ihr Vertrauen

Ihre Judith Haas
Vorsitzende der DMSG Berlin

* *Schwerpunktpraxen, Kliniken und Rehakliniken mit Zertifikat der DMSG finden Sie auf der Website des Bundesverbandes der DMSG*

LANDESVERBAND



Ilona Nippert
Geschäftsführerin

Liebe Mitglieder

heute möchte ich Sie über einige für unseren Verein wichtige Veränderungen informieren: Bei der Mitgliederversammlung am 30. Juni dieses Jahres wurden einige Satzungsänderungen beschlossen.

Drei Satzungsänderungen haben wir als Auflage vom Finanzamt für Körperschaften bekommen, die im Wesentlichen der Erhaltung der Gemeinnützigkeit des Vereines dienen. Einer weiteren Satzungsänderung, den Patientenrat betreffend, wurde ebenfalls mit Mehrheit zugestimmt. Der „Patientenbeirat“ heißt nunmehr „Beirat der MS-Erkrankten“.

Wir freuen uns, Ihnen mit dieser aktuellen Ausgabe des „Kompass“ einen neuen Mitgliederausweis zukommen zu lassen. Bewahren Sie den Ausweis bitte gut auf. Sie werden ihn bei künftigen Veranstaltungen brauchen. Ebenso freuen wir uns, Ihnen mitteilen zu können, dass es uns gelungen ist, eine Kooperation mit dem VdK abzuschließen. Dadurch haben alle Mitglieder der DMSG Berlin die Möglichkeit, sowohl Rechts- als auch Rentenberatung beim VdK in Anspruch zu nehmen. Dies verur-

sacht keine zusätzlichen Kosten für Sie, aber auch hierbei ist der Mitgliederausweis, in Kombination mit Ihrem Personalausweis, erforderlich.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich Sie jetzt schon auf den nächsten „Internationalen MS-Tag“ am 26. Mai 2010 aufmerksam machen. Wir werden wieder ein buntes Programm in der Zeit von 12:00 bis 18:00 Uhr in der Geschäftsstelle anbieten. In diesem Jahr konnten wir ca. 100 Gäste begrüßen. Ich hoffe, dass dieses Fest im kommenden Jahr noch besser angenommen wird und wir noch mehr Mitglieder und Gäste persönlich begrüßen können.

Ihre

Ilona Nippert

IMPRESSUM

Herausgeber:

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Berlin e.V.

Verantwortlich für den Inhalt:

Ilona Nippert, Geschäftsführerin (IN)
Paretzer Straße 1, 10713 Berlin
U-Bahn und S-Bahn Heidelberger Platz,
U-Bahn Blissestraße, Bus 101
Tel.: 313 06 47, Fax: 312 66 04
Email: info@dmsg-berlin.de
Web: www.dmsg-berlin.de

Öffnungszeiten Geschäftsstelle

Mo. – Do. 9.00 Uhr – 18.00 Uhr
Fr. 9.00 Uhr – 12.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Redaktion: Reina Mehnert (Rem)

Spendenkonto:

Sparkasse Berlin
BLZ: 100 500 00
Kto: 1130004500

Layout: Madlen Kunst

Graphik und Satz: Jennifer Saewe

Druck: KOMAG mbH, Berlin
gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

Kompass erscheint halbjährlich.

Bezugspreis ist im Mitgliederbeitrag enthalten.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 30.3.2009.

Wir danken der Rentenversicherung des Bundes und der Rentenversicherung Berlin - Brandenburg für Ihre freundliche Unterstützung



Deutsche
Rentenversicherung

INTERNATIONALER MS-TAG

Von Gabriele Vogt

Unsere Geschäftsführerin, Ilona Nippert, organisierte zum ersten Mal einen „Tag der Offenen Tür“ anlässlich des Internationalen MS-Tages am 27. Mai 2009 in unserer Geschäftsstelle.

Sie bat mich und andere ehrenamtlich engagierte Mitglieder ein schönes Fest mit einem gezielten straffen Konzept und tatkräftigem Engagement mit zu gestalten. Dieser Wunsch wurde von uns allen bis zur Leistungsgrenze mit großer Begeisterung und Tatkraft realisiert.

Jeder von uns bekam seine entsprechenden Aufgaben und mit Lust und Freude machten wir uns an die Arbeit. Pünktlich und mit großem Einsatz schmückten und richteten wir die Räumlichkeiten unserer schönen Geschäftsstelle innen und außen ein. Kurz vor Eintreffen der ersten Gäste wurden wir fertig.

Das Wetter spielte mit und so konnten wir die Gäste auch draußen bewirten. Das Programm war so gut, die gesamte Veranstaltung so fröhlich und pannenfrei, dass wir alle lustig und zufrieden waren.

Gabriele Vogt ist seit Jahrzehnten MS-betroffen und seit 1997 Mitglied des DMSG Landesverbands Berlin. Zeitgleich mit ihrem Eintritt in den Verein hat sie eine ehemalige Selbsthilfegruppe im Bezirk Zehlendorf wieder aktiviert.

Zurzeit hilft sie ehrenamtlich in der Geschäftsstelle, ihren Fähigkeiten entsprechend, auch mit ihrem Projekthund Alexa, der bei uns der MS-Streichelhund ist.



Foto: Rieck

links: Monika Thiemen, rechts: Prof. Dr. Judith Haas

Einweihung des MS Buddy Bären am „Internationalen MS-Tag“ vor der Geschäftsstelle am 27. Mai 2009 von der Bezirksbürgermeisterin Monika Thiemen und der Vorsitzenden des Landesverbandes Prof. Dr. Judith Haas.

Der Buddy Bär wirbt für Toleranz und Verständigung zwischen Völkern, Kulturen und Religionen.

Anzeige:

Wer möchte mit mir Skat spielen?!

Wir wollen 1 Mal pro Woche (z.B. Dienstags **14:00 Uhr – 17:00** oder **18:00 Uhr**) zusammentreffen und beim Skatspiel Spaß haben. Kein Turnier, kein Wettkampf – nur Freude haben am konzentrierten Spiel wäre wunderbar.

Bitte meldet Euch, wenn Ihr dieses Kartenspiel könnt und bereit seid mal, zu gewinnen – mal zu verlieren – wie es halt so geht.

Margit Henze, Tel: 8517165

ABENTEUER IN DER DÄNISCHEN SÜDSEE

BERLINER MS-GESELLSCHAFT ORGANISIERT DEN FÜNFTEN SEGELTÖRN

Von Ute Wiepel, Vorstandsmitglied DMSG Berlin



Ob Maggy Messer, Dirk Dampfer oder Andreas Anker: 11 Freizeitskipper und sechs Crewmitglieder stechen mit der Fortuna in See: Eine Woche segeln in der dänischen Südsee. Das bedeutet: Segel setzen und bergen, Manöver fahren, in der Kombüse kochen und abwaschen: Jeder ist mal dran. Das ist Gemeinschaft pur. Zum Segeltörn gehörten aber auch Faulenzen, Spaß, Träumen und Ruhe. Der Traditionssegler mit dem Namen „FORTUNA“ soll nun ab jetzt unser Zuhause für die nächste Woche sein.

Die FORTUNA wurde 1909 in den Niederlanden als einmastiger Frachtsegler gebaut, später verrichtete sie ihren Frachtdienst als Küstenmotorschiff. Mittlerweile wurde FORTUNA wieder zum Segelschiff umgebaut und bietet als Gruppen- und Seminarschiff 25 Personen Platz.

425 m² Segelfläche ist auf zwei Masten und neun Segel verteilt.

Uns erwartet die dänische Südsee, die eine deutsche Bezeichnung für den dänischen Teil der Ostsee südlich des Kleinen und Großen Belts rund um die dort befindlichen kleinen und größeren dänischen Inseln ist. Der Begriff Dänische Südsee ist metaphorischen Ursprungs und stammt aus der Vorstellung einiger Segler, das Segeln in dieser Region sei vergleichbar mit dem in „exotischen“ Gewässern der Südsee. In der dänischen Südsee befinden sich neben der großen Insel Fünen auch Langeland, Ærø, Lolland, Falster, Møn und viele weitere kleine Inseln.

Nachdem alle an Bord sind, der Proviant verstaut und die Kajüten verteilt, sitzen wir um den Salontisch. Der Kapitän begrüßt die Runde: „Unterwegs wird es viel zu tun und zu sehen geben. Obwohl man

sich während des Segelns schnell kennen lernt, starten wir vor der Segeleinweisung mit unserem berühmten Namensspiel. Und so geht's: Jeder stellt sich vor, indem er seinen Namen und einen Begriff nennt, der mit dem gleichen Buchstaben beginnt wie der Name, z. B. ich bin Kapitän Karsten. Der nächste Teilnehmer stellt dann den ersten Teilnehmer, dann sich selbst vor usw. Die Vorstellungsrunde geht im Kreis herum.

Nach der ersten Nacht auf der FORTUNA gibt es gegen 8:30 Uhr ein ausgiebiges Frühstück, das keine Wünsche offen lässt: frisches Obst mit Joghurt, Marmelade, Ei, Müsli, Kaffee und Tee. Nach der üppigen Stärkung für den Tag war auch das Boot klar zum Auslaufen, um rechtzeitig die Klappbrücke zu durchqueren. „Ein toller Anblick, wenn man zwischen den beiden Brückenteilen hindurch fährt.“ schwärmt Monika Mond. Nach kurzer Zeit wechseln wir von der



LANDESVERBAND

Schlei auf die Ostsee und setzen alle Segel. In den folgenden Tagen beherrschten Großsegel, Besansegel, Fock, Binnenklüve und Binnenklüver unseren Tagesablauf. Jeder muss mit anpacken, damit der Wind die neun Segel der FORTUNA vorantreibt. Der Wind war für den ersten Tag ideal. Mit Wind von Achtern läuft unser Schiff beachtliche 5 – 6 Knoten.

„Segeln lädt zum Träumen ein. Auf dem Meer kann man fernsehen ohne Kabelanschluss. Einfach ins Klüvernetz klettern und aufs Meer schauen. Das Meer ist ein großartiger Therapeut. Da wird wieder ganz viel in die richtige Perspektive und ins Gleichgewicht gesetzt, wenn man den Blick auf den Horizont und die Weite richtet,“ philosophiert Andreas Anker. Segeln ist zwar auch eine geistige, aber für unsere Mannschaft vor allem eine körperliche Herausforderung. Der Körper bewegt sich eine Woche lang im Rhythmus des Schiffes und obwohl die Fortuna an manchen Tagen wild über die Wellen tanzt hat das Segeln eine fast therapeutische Wirkung auf den Körper.

„Nach kurzer Zeit haben wir uns an das Auf und Ab des Schiffes und die Abläufe an Bord gewöhnt: die steilen Niedergän-

ge, die schmalen Treppen, sind schnell keine große Hürde mehr. Auch habe ich es genossen, dass ich meinen Stock an Bord nicht brauchte, weil man sich sowieso überall gut abstützen und festhalten kann,“ sagte Ute Unterseeboot.

An Bord eines Segelbootes ist alles im Fluss, alles in Bewegung. Das Wasser, der Strom, der Wind, alles unterliegt einer permanenten Veränderung. Sich allein durch die Kraft des Windes fortzubewegen und über das Wasser zu gleiten, eins zu werden mit der Natur, die Herausforderung stärkerer Winde anzunehmen. Das hat eine fast meditative Wirkung, selbst wenn es körperlich anstrengend ist. Die Weite des Meeres, das in Himmel übergeht, das Klackern des Segels im Wind, das Zischen des Rumpfes auf dem Wasser müssen irgendwelche Glückshormone freisetzen.

Es ist eine einzigartige und spannende Erfahrung, die man lange nicht vergisst. Und am Ende der Woche wissen wir, dass, wer ein Schiff betritt und sich vom sicheren Ufer entfernt, der lässt, symbolisch betrachtet, auch seine Alltagslasten

hinter sich. Und wer sich auf neue, ungewisse Erfahrungen einlässt, wird gelassener und kehrt voller Ideen und Kraft zurück.

Wer jetzt neugierig auf mehr geworden ist, kann im Internet unter www.Youtube.com unter dem Stichwort „FORTUNA Segeltörn“ kurze Trailer und Fotos ansehen.



AHOI, IHR SEEBÄREN UND (NOCH)LANDRATTEN! EINLADUNG ZU EINEM TAG AUF SEE BEI DER HANSE SAIL

Von Dirk Adämmer und Stefan Sprenger



Fortuna in einer Bucht vor Anker

Zuerst die schlechte Nachricht:

Im nächsten Jahr gibt es keinen Segeltörn mit der Fortuna, der wunderschönen alten Lady, die in diesem Jahr 100 Jahre alt wurde.

Viele DMSGler nahmen an den Reisen teil, viele auch mehrmals. Viele Freundschaften entstanden und es gab wohl niemanden, dem eine Fahrt auf der Fortuna nicht unvergleichliche Erlebnisse von Natur und Gemeinschaft offenbarte, die er so schnell nicht vergessen wird.

So wurde aus diesen Crews von 2005 bis heute unter anderem der Stammtisch der Segler geboren, ein Treffen – offen für alle Neugierigen – nicht nur für alte Seebären und ehemalige Mitsegler. In lockerer Folge alle 2 – 3 Monate stattfindend hat sich dort ein Forum entwickelt, in dem man sich trifft, klönschnackt und oft gemeinsame Aktivitäten plant.

Jetzt die gute Nachricht:

Am 8. August wird ein Stammtisch stattfinden, der viel mehr als ein Stammtisch ist!

Wir machen einen Tagesausflug zur HanseSail nach Rostock-Warnemünde!

Wir fahren gemeinsam mit der Bahn oder einem gecharterten Bus nach Rostock. Dort verbringen wir einen Tag auf See an Bord der Fortuna. Der Traditionsegler Fortuna ist ein Zweimaster von 1909, 39 m lang mit 12 Kojen und 6 Hängematten. Für einen Tagestrip können bis zu 60 Personen an Bord.

Wir schiffen uns um 11.00 Uhr ein und sind um 17.00 Uhr wieder in Rostock. An Bord gilt: „Alles kann – nichts muss!“ Für das leibliche Wohl wird gesorgt und anders als bei den einwöchigen Törns

muss hier niemand mit anpacken, obwohl das natürlich gern gesehen wird und die Stammcrew jede nötige Hilfe gibt.

Hier bietet sich die hervorragende Gelegenheit, die Fortuna live und in Farbe zu erleben oder wieder einmal eine Schot in die Hand zu nehmen. Natürlich können auch Freunde und Verwandte an der Fahrt teilnehmen.

Ein wunderschöner Ausflug für alle, die Seeluft schnuppern wollen, sich aber nicht oder nicht mehr in der Lage fühlen oder ganz einfach keine Lust haben gleich eine ganze Woche auf See zu verbringen.

Die Mindestteilnehmerzahl des Tagesmörs auf der Fortuna liegt bei 30 Personen und kostet z. Z. 60 Euro zzgl. Fahrtkosten der Anreise. Der Preis kann sich jedoch bei mehr Teilnehmern verringern.

Interesse?
Dann schickt eine Mail an:

Dirk Adämmer:
dirk.adaemmer@t-online.de

oder

Stefan Sprenger:
sfk.sprenger@t-online.de

oder

DMSG
info@dmsg-berlin.de

DIE NEUBETROFFENENGRUPPE 2010 SUCHT INTERESSIERTE

Von Andrea Ritter, Sozialarbeiterin der DMSG Berlin



Ab Januar 2010 gibt es erneut die Möglichkeit zur Teilnahme an einer Neubetroffengruppe.

Das Angebot richtet sich speziell an Menschen, die neu an MS erkrankt sind. Es bietet die Möglichkeit zum Austausch mit Anderen, die sich in ähnlicher Lage befinden. Gerade zu Beginn der Erkrankung, bzw. nach Diagnosestellung, ergeben sich für die betroffenen Menschen eine Vielzahl von Fragen und Problemen in unterschiedlichen Themenbereichen.

Hier eine kleine Auswahl möglicher Themen:

- Informationen über MS, Phasen der Krankheitsbewältigung, biographischer Kontext, Ängste, Reduzierung der Stressbelastung, Unterstützungs- und Hilfsangebote, soziales Umfeld, Partnerschaft, Schwerbehinderung, Berufstätigkeit, soziale Absicherung, erste Erfahrungen mit Behandlungen und Basistherapie...
- Ein enger Zusammenhalt der Gruppenteilnehmer wird gewünscht und ist für das Gelingen der Gruppe von entscheidender Bedeutung. Für die geschlossene Gruppe, mit begrenzter Teilnehmerzahl, ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.

Für das Jahr 2010 sind zehn Gruppentermine am jeweils dritten Dienstag im Monat vorgesehen.

Die Termine im Juli und Dezember entfallen.

Der erste Termin findet am **19.01.2010** von **17:00 bis 19:00 Uhr** in den Räumen der Geschäftsstelle der DMSG, Paretzer Straße 1, statt.

*Die Anmeldung ist ab sofort telefonisch über das Sekretariat möglich:
Tel.: 313 06 47*

Andrea Ritter freut sich auf Sie!

ANGEHÖRIGENGRUPPE

Die Angehörigengruppe trifft sich an jedem ersten Dienstag im Monat um 18 Uhr in der Geschäftsstelle mit der Diplomsoziologin Ulrike Ruprecht, um Kontakte zu anderen Angehörigen und Freunden von MS-Betroffenen zu knüpfen, Erfahrungen, Tipps und Informationen auszutauschen und Probleme zu besprechen.

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen!

Anmeldungen unter Telefon: 313 06 47



Anzeige:

Psychologisch begleitete Gruppen, Beratung und Therapie für MS-Betroffene und deren Angehörige

Körper und Seele beeinflussen sich gegenseitig. Sie bilden eine Einheit. Bei uns MS-Betroffenen ist dieses System aus dem Gleichgewicht geraten. Die Krankheit bestimmt unser Leben. Nutzen wir unsere Ressourcen und machen uns auf den Weg zu mehr Freiheit, Gesundheit und Lebensfreude.

Kostenloser Info-Dienst: „MS und Psyche“

Dipl.-Psych. Norbert Künneke
(MS Betroffener)

Brandenburgische Str. 83
10713 Berlin

Tel/Fax: 030/8 73 47 07
www.norbert-kuenneke.de

TAGESAUSFLUG NACH LEIPZIG

Von Gabriele Vogt

Nicht ganz pünktlich starteten wir am Morgen des 28. Juli 09 von unserer Geschäftsstelle, Paretzer Str. 1, mit einem behindertengerechten Reisebus nach Leipzig. Das Wetter war gut, so hätte es nur einer leeren Autobahn bedurft, um die verlorene Zeit aufzuholen. Leider kam es anders:

Mit zusätzlicher Verspätung, wegen zweier Staus, kamen wir, an unserem Ziel, am Platz der Thomaskirche, an. Die Thomaskirche ist die letzte Ruhestätte des Thomaskantors Johann Sebastian Bach. An diesem Tag war Bachs Geburtstag und einige Studenten spielten seine unvergleichliche Musik!

Die Thomaskirche, ein historisches Schwergewicht, war 1409 Gründungsstätte der Universität Leipzig, Heimat des Thomanerchores. Gleich in der Nähe ist die Nikolaikirche, die mit den Friedensbeziehungsweise Montagsgebeten 1989 bekannt wurde.

Am Augustusplatz, einem der größten Plätze Deutschlands, spielte früher eine andere Kirche auf dem neu gestalteten Campus der Universität, eine wichtige Rolle. An der Stelle des noch im Bau befindlichen Universitäts-Hauptgebäudes stand die im Krieg weitgehend unversehrte Universitätskirche St. Pauli. Sie wurde jedoch im Mai 1968 auf Geheiß von Walter Ulbricht gesprengt.

Eine sehr nette und sehr wissende Gästeführerin wartete auf unser Eintreffen 1 ½ Stunden. Dennoch ließ sie es sich nicht nehmen mit uns einen interessanten Stadtrundgang durch die Altstadt zu machen.

Es war voll in diesem Zentrum, und wir hatten an so manchen Stellen mit unseren drei übergroßen und drei Falt-Rollstühlen Mühe, auf unserem Weg zu bleiben. Die Altstadt ist nicht behinderten-

gerecht, dadurch versperrten wir leider so manchem Passanten den Weg.

Was wir dort jedoch zu sehen und zu hören bekamen, war so schön, so atmosphärisch dicht und stilvoll harmonisch, dass wir aus dem Staunen nicht herauskamen. Wegen der fehlenden Zeit konnten wir zu wenig im Augenblick verharren und genießen. Die schöne Innenstadt animiert unweigerlich zu einem Einkaufsbummel. Im Dreieck Barfußgasse, Fleischergasse, Klostersgasse befinden sich schicke kleine und große Läden. Auch Einkaufsmöglichkeiten gibt es dort für nahezu jeden Geschmack. Nur, wie schon erwähnt, hatten wir dafür leider keine Zeit! Die Nicolaikirche war das letzte eindrucksvolle Ziel unseres Rundgangs. Dort mussten wir uns auch leider von der netten Gästeführerin verabschieden. Schnell machten wir uns auf den Rückweg. Im Restaurant „Das alte Rathaus“, wurde uns a'la carte, ein köstliches Mittagessen angeboten.

Der Besuch des Völkerschlachtdenkmals musste auf einen anderen Tag verschoben werden. Wir mussten uns beeilen, schnell wieder zu unserem Bus zu kommen, weil inzwischen der Berufsverkehr eingesetzt hatte.

Die Rückfahrt nach Berlin war dennoch staufrei und ging zügig voran. Wir kamen glücklich, mit neuen schönen Eindrücken, aber sehr müde, in Berlin an.

Ein wunderschöner Ausflug im Sommer 2009 ging zu Ende!



TAGESAUSFLUG NACH LEIPZIG AM 28. JULI 2009

Von Bärbel Machander

Zur Fahrt nach Leipzig wurde, wie zu anderen Veranstaltungen, in der Zeitschrift Kompass eingeladen. Ich dachte mir, dass Leipzig, außer dem Leipziger Allerlei, dem Besucher noch mehr zu bieten habe. Ich betrachtete die Fahrt als sehr willkommen. Wie ich später erfuhr, wurde die Fahrt von Gabriele Vogt organisiert, die ehrenamtlich für die DMSG tätig ist.

Die Abfahrt mit dem behindertengerechten Reisebus der Reiseagentur Carsten Müller war für den 28.7. um 10.00 h vorgesehen. Zum Glück trafen alle 12 Teilnehmer (davon 6 Rollstuhlfahrer) pünktlich an der Geschäftsstelle der DMSG ein. Der Reisebus war mit einem Hebelift ausgestattet, mit dem die Rollstuhlfahrer mit Hilfe des Busfahrers in den Bus gelangten. Schließlich konnte der Bus leicht verspätet abfahren.

Zu Beginn der Fahrt wurden wir von der Reisebegleiterin Christiane über die

Bordlautsprecheranlage begrüßt und in die Handhabung der Sitze und Sicherheitsgurte eingewiesen. Dann meldete sich der Busfahrer zu Wort, wobei sich herausstellte, dass uns der Chef, Herr C. Müller, persönlich fuhr.

Zunächst ging es über die Stadtautobahn in Richtung Norden und dann auf die Avus in Richtung Leipzig. Gegen 10.30h wurde die zügige Fahrt durch einen Stau auf der Autobahn in Höhe Seddin unterbrochen. Dieser erstreckte sich – bedingt durch eine Baustelle – auf eine Länge von 5 km. Der Busfahrer verließ die Autobahn und nutzte die ausgewiesene Umfahungsstrecke, um dann gegen 11:05h bei Beelitz wieder auf die A9 zu fahren.

Während der gesamten Fahrt kümmerten sich Gabriele Vogt und die Reisebegleiterin Christiane fast ständig um das Wohlbefinden der Mitfahrenden. Schließlich erreichten wir die Elbbrücke, an deren Beginn auf der rechten Seite ein Turm

steht. Dieser war für mich zu DDR-Zeiten mit seiner großen Werbetafel mit der Aufschrift „Plaste und Elaste aus Skoppau“ ein markantes Zeichen.

Leider kamen wir gegen 11:43h in den nächsten Stau, für den keine Ausweichstrecke zur Verfügung stand. Es ging teilweise nur in Schrittgeschwindigkeit weiter. Gegen 12:20h erreichten wir die Ursache des Staus. Es begann eine Baustelle, an der die drei Fahrstreifen durch Absperrungen auf lediglich einen reduziert wurden. Im Baustellenbereich ging es mit ca. 60 km/h weiter. Endlich konnten wir gegen 12:33h die Fahrt mit der üblichen Reisegeschwindigkeit bis Leipzig fortsetzen.

Gegen 13:15h kamen wir im Zentrum von Leipzig an der Thomaskirche an. Durch die beiden Staus hatten wir ca. 45 Min. an unserer Zeit verloren. Nach 20 Min. waren die Rollstühle entladen bzw. die übrigen Fahrgäste ausgestiegen. Ausgerechnet der größte und schwerste Rollstuhl hatte ein Problem mit der Elektronik. Er ließ sich einfach nicht mehr starten. Es gelang dem Busfahrer wenigstens, diesen E-Rollstuhl manuell soweit in eine Ecke des Busses zu schieben, dass die übrigen Rollis daran vorbeikamen. Wir machten uns alle Sorgen, wie es mit dem defekten E-Rolli nun weitergehen würde. Aber der Rollstuhlfahrer hatte mit der Service-Werkstatt über sein Handy Kontakt aufgenommen und nach Anweisung eine Funktion über die elektronische Steuerung durchgeführt. Glücklicherweise hatte die Elektronik irgendwann ein Einsehen und der Rollstuhl war wieder fahrbereit.



LANDESVERBAND



Gabriele Vogt hatte sogar daran gedacht, eine Stadtführerin zu bestellen mit der wir uns gegen 14:30h an der Thomaskirche trafen. Hier erfuhren wir, dass Johann Sebastian Bach Kantor in dieser Kirche und hier über 25 Jahre seine hauptsächliche Wirkungsstätte war. Er fand dort auch seine letzte Ruhestätte. Zur Kirche gehört auch heute der über die Landesgrenzen hinaus berühmte Thomaner-Chor.

Es ging weiter über den Marktplatz mit dem schönen alten Rathaus. Der Anblick des Marktplatzes war zu dieser Zeit leider durch eine große Baustelle beeinträchtigt. Die Stadtführerin ging mit uns weiter durch Straßen mit kleinen lauschigen Höfen, in denen einladende Restaurants anzutreffen waren. Uns wurde erklärt, dass es sich um ehemalige Messehöfe handelte, in denen früher die Kaufleute ihre Waren ausstellten. Damals wurde in Leipzig überwiegend mit Textilstoffen gehandelt.

Die Stadtführung endete an der um das Jahr 1165 gegründeten Stadt- und Pfarrkirche St. Nicolai. Hier erklärte uns die stadtkundige Führerin, dass die Kirche dem mittelalterlichen Schutzheiligen der

Kaufleute, Nicolaus, geweiht war. Im Jahr 1898 fanden jeden Montag in der Nicolai-Kirche die Friedensgebete statt.

Diese Kirche, offen für alle, vereinte schließlich Menschen aus dem ganzen Gebiet der ehemaligen DDR. Der Geist der Gewaltlosigkeit erfasste die Massen und wurde zur friedlichen Macht. Nur wenige Wochen dauerte die gewaltlose Bewegung und führte schließlich die Partei- und Weltanschauungsdiktatur der DDR zum Einsturz.

Die Stadtführerin verabschiedete sich von unserer Gruppe und wir trafen gegen 14:50h im Restaurant am Alten Rathaus ein. Die Zeit drängte, denn um 16:00h sollten wir wieder am Bus sein. Nachdem wir die Zusage hatten, dass die Mittagsgesänge in spätestens 25 Minuten serviert würden, folgte eine schnelle Bestellung. Wir durften à la carte sowie ein Getränk bestellen. Die Kosten hierfür wurden von der DMSG übernommen. Für ein Dessert blieb keine Zeit mehr. Wir sammelten uns vor dem Restaurant und pilgerten, zu unserem Reisebus zurück, an dem wir gegen 16:30h eintrafen.

Das Programm hatte eigentlich vorgesehen, dass wir noch zum Völkerschlachtdenkmal fahren würden. Aber wegen der bereits überzogenen Zeit verzichteten die Teilnehmer darauf, weil zur geplanten Rückkunft um 19:00h die Fahrzeuge des Sonderfahrdienstes bestellt waren. Als kleines Trostpflaster fuhr uns Herr Müller noch eine kleine Runde durch die Altstadt und erläuterte die verschiedenen Bauwerke. Obwohl der Busfahrer nach eigenen Angaben vor langer Zeit einmal in Leipzig gewesen war, kannte er sich immer noch sehr gut aus.

Die Rückfahrt verlief ohne Stau, sodass wir gegen 19:15h in Berlin an der Geschäftsstelle ankamen, wo Ilona Nippert die Rückkehrer/innen erwartete.

Der Ausflug nach Leipzig war trotz der sehr knappen Zeit ein abwechslungsreiches und gelungenes Ereignis. Hierfür sei Gabriele Vogt für die Organisation und dem LV für seine finanzielle Unterstützung gedankt.

KOOPERATIONSVERTRAG MIT DEM VdK – RAT UND AUSKUNFT IM SOZIALRECHT

Von Berndt Maier, Geschäftsführer VdK



Ab dem Jahr 2010 erhalten Mitglieder der DMSG kostenlosen Rat und Auskunft bei den Sozialberatern und Rechtsanwälten des Sozialverbandes VdK. Gleiches gilt für die Rentenberatung.

Ergibt sich auf Grund der Beratung beziehungsweise der Rechtsauskunft die Notwendigkeit eines Antragsverfahrens gegenüber den Sozialbehörden oder wird ein Widerspruchs- und Klageverfahren in Sozialrechtsangelegenheiten erforderlich, müssen die Mitglieder der DMSG für die Dauer des Verfahrens, gerne auch länger, Mitglied im Sozialverband VdK werden,

denn der VdK darf nur Vereinsmitglieder rechtlich vertreten. Der Mitgliedsbeitrag beträgt derzeit sechs Euro im Monat. Die Mitgliedschaft muss für mindestens ein Jahr erworben werden und mindestens für die Dauer des jeweiligen Verfahrens aufrechterhalten werden. Ein Austritt aus dem Sozialverband VdK ist jeweils zum Ende des Jahres bei einer Kündigungsfrist von drei Monaten möglich. Antragsverfahren sind kostenfrei. Für Rechtsmittel wird eine einmalige Verfahrenskostenpauschale verlangt. Ein Widerspruch kostet derzeit 52 Euro, eine Klage 82 Euro, die Berufung 124 Euro und die Revision beim Bundessozialgericht 144 Euro. Die Verfahrenskostenpauschale wird für jeden Rechtszug separat fällig.

Die DMSG hat sich für die Kooperation mit dem VdK entschieden, weil unser Vertragspartner derzeit vier fachkompetente, beziehungsweise im Sozialrecht erfahrene, Rechtsanwälte, einen Volljuristen als Sozialberater und eine Rentenberaterin in seiner Sozialrechtsabteilung beschäftigt. Bei einem Verfahrensstand von derzeit 1825 laufenden Verfahren werden im Jahr durchschnittlich 1750 Verfahren erledigt.

2008 hatte der VdK eine Erfolgsquote von 57 Prozent.

Als Mitglied erhalten Sie überdies kostenlos zehnmal im Jahr die VdK-Zeitung, die über wichtige sozialpolitische Themen in Deutschland und Berlin-Brandenburg berichtet. Daneben bietet der VdK u. a. eine verbraucherorientierte Beratung über Hilfsmittel sowie eine Wohnraumanpassungsberatung an.

Weitere Informationen über die Kooperation zwischen DMSG und VdK erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle oder beim VdK.

Die Anschrift des VdK lautet:

Sozialverband VdK
Berlin-Brandenburg e. V.,

Berliner Straße 40 – 41, 10715 Berlin
(U-Bahnhof Blissestraße),
Telefon **86 49 10 11**.

Termine für die Rechtsabteilung müssen telefonisch vereinbart werden. Mitzubringen ist der Mitgliedsausweis der DMSG.

ÄRZTE, KRANKENHÄUSER UND PFLEGEHEIME FINDEN

Hilfe bei der Suche nach Ärzten, Krankenhäusern und Pflegeheimen gibt ein neues Internetportal der Senatsgesundheitsverwaltung.

Die Gesundheitsplattform bündelt alle Verzeichnisse, in denen nach Leistungsanbietern wie Ärzten, Krankenhäusern und Pflegeheimen gesucht werden kann. Außerdem vernetzt sie Beratungsangebote im Internet, etwa von Selbsthilfegruppen oder medizinischen Berufsverbänden.

Bis Anfang kommenden Jahres soll eine Datenbank hinzukommen, in der man Berliner Krankenhäuser nach Behandlungshäufigkeit, Qualität und Ausstattung miteinander vergleichen und so die richtige Klinik für seine Bedürfnisse finden kann. Der Klinikführer, der Beschreibungen von Krankenhausbehandlungen enthält, wird vom Tagesspiegel in Kooperation mit dem Verein Gesundheitsstadt Berlin und der Patientenbeauftragten aufgebaut.

Die Patientenbeauftragte bittet alle Nutzer des Portals um ihre Mitarbeit. „Teilen Sie uns Ihre Erfahrungen mit Ärzten oder Krankenhäusern mit!“ Stötzner will diese Daten für ihre Arbeit mit den Leistungsanbietern nutzen.

Das Portal im Internet:
www.berlin.de/gesundheitsplattform

MS-PRÄVENTIONSKURSE – 1. HALBJAHR 2010

Alle von der DMSG Berlin angebotenen Kurse finden in der Geschäftsstelle, Paretzer Straße 1, 10713 Berlin statt.

Sie sind von der MS-Gesellschaft subventioniert und kosten für Mitglieder pro Kurs 75 Euro, für Gäste 100 Euro. Jeder der Kurse besteht aus 12 Übungseinheiten und erfolgt in Gruppen von maximal 10 Teilnehmern.

Die Kurse dienen der Bewegungsbewältigung und Stressreduktion und sind von allen Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt.

Pilates

Donnerstag, 04.03.2010 bis 27.05.2010, von 14.30–15.30 Uhr

Kursleiterin: *Dorothee Bilzer*, anerk. Pilates-Lehrerin

Qigong

Donnerstag, 04.03.2010 bis 27.05.2010, von 16.00–17.00 Uhr

Kursleiterin: *Helga Haas*, Erzieherin, anerk. Qigong-Lehrerin

Hatha-Yoga

Donnerstag, 04.03.2010 bis 27.05.2010, von 17.45–18.45 Uhr

Kursleiterin: *Britta Klemmstein*, Physiotherapeutin, anerk. Yoga-Lehrerin

Rückerstattungsübersicht:

Krankenkasse	Höhe der Rückerstattung pro Kurs/EUR	Maximal-Erstattung pro Pers./Jahr aus unterschiedlichen Gründen
Barmer, KKH, HEK, TK, DAK	75,00 Euro	2 Kurse pro Jahr aus jew. 1 Handlungsfeld
Knappschaft	80,00 Euro	6 Kurse pro Jahr, egal welches Handlungsfeld
GEK	100,00 Euro	150 Euro pro Jahr, 1 Handlungsfeld
IKK	120,00 Euro	Mehrere Kurse pro Jahr, auch gleiche Handlungsfelder unbegrenzt
BKK24/BKK Metro	150,00 Euro	4 Kurse pro Jahr, auch gleiche Handlungsfelder pro Jahr 2 Kurse pro Handlungsfeld, auch Kurse gleicher Art pro Jahr, ein Handlungsfeld
BKK essanelle	80,00 Euro	pro Jahr zwei Kurse pro Handlungsfeld, auch Kurse gleicher Art max. 480 Euro, mehrere Kurse auch gleicher Art
BKK Diakonie	100,00 Euro	Mehrere Kurse auch gleicher Art bis 300 Euro pro Jahr, 1 Handlungsfeld
BKK Gesundheit	80,00 Euro	Erstattungen unterschiedlicher Höhe
Taunus BKK	80,00 Euro	
BKK VBU	80% max. 400,00 Euro	
BKK R&V	160,00 Euro	
Siemens (SBK)	max. 80,00 Euro	
City BKK	80%, max 100,00 Euro	
andere BKKn		

WAS IST PILATES?

Die Pilates-Trainingsmethode wurde in den 30er Jahren von Joseph Pilates in Deutschland entwickelt.

Das einzigartige Sportsystem aus Kräftigungs-, Dehnungs- und Widerstandsübungen, die auf Yogaübungen, griechischen und römischen Bewegungskulturen, der Funktionsgymnastik und dem klassischen Bodentraining von Balletttänzern basieren, gehört seither zum Fitness- und Gesundheitstraining und dient der Prävention von alltagsbedingten Beschwerden des Skelett- und Muskelapparates.

Mit Pilates werden zusammenhängende Muskelketten trainiert, mit dem Ziel, lange, schlanke Muskeln zu formen, die den Ansprüchen der Alltagsbelastung gewachsen sind. Die tiefen Rücken- und Bauchmuskeln, die für die Aufrichtung der Wirbelsäule sorgen, werden gestärkt (optimale Prävention für Bandscheibenvorfälle und degenerative Veränderungen der Wirbelsäule). Daraus erfolgen eine Verbesserung der Haltung und eine Erhöhung der Flexibilität und des Gleichgewichts der Muskeln untereinander, um muskuläre Dysbalancen vorzubeugen. Bei Pilates spielt aber auch die Atmung eine entscheidende Rolle, denn sie unterstützt die Bewegungsintention, versorgt den Körper mit Sauerstoff, aktiviert den Stoffwechsel, fördert die Konzentration und trägt zur inneren Ruhe und Entspannung bei.

Diese Art des körperlichen Trainings dient vor allem auch der Stressregulation, mit dem Ziel körperlichen Beschwerden vorzubeugen.

Pilates ist ein einheitliches Trainingsprogramm für Körper und Geist.

Ziel des Pilatestrainings

- Steigerung von körperlicher und geistiger Vitalität
- Steigerung der Körperwahrnehmung, des Körperbewusstseins und der Körperverantwortung
- Ästhetik und Anmut der Bewegungen durch ein gutes Fundament
- Haltungsverbesserung zur Vorbeugung von Rückenbeschwerden
- Steigerung von Kraft, Dehnung/Flexibilität, Koordination, Ausdauer und Körperkontrolle
- Intensivierung der mentalen Komponente

Hintergrund der Pilatesmethode

- Der Körper wird als Einheit gesehen, deshalb werden die Muskeln nicht isoliert trainiert, es werden alle Körpermuskeln in jeder Übung benutzt
- Die Verbindung von Körper-Geist-Seele steht im Vordergrund
- Das typische Kräftigende wird mit Beweglichkeit verbunden
- Alle Übungen setzen am Powerhouse = Körperzentrum an, sie tragen zu einer guten Haltung bei
- Das Hauptaugenmerk liegt auf der Kräftigung der tiefen Muskulatur. Bei herkömmlichen Fitnessprogrammen wird nur die oberflächliche Muskulatur trainiert, der Kern bleibt schwach

„Körperliche Fitness ist die erste Voraussetzung zum Glück! Wenn man mit 30 Jahren steif und formlos ist, dann wirkt man alt. Wenn man mit 60 geschmeidig und stark ist, wirkt man jung.“

(Joseph Pilates)

Die Prinzipien des Pilatestrainings

Durch das Pilatestraining wird der Körper gedehnt und gestärkt und dabei auf die Balance und richtige Ausrichtung geachtet. Im Kern steht die bessere Haltung, Verlängerung und Kontrolle der Muskeln, denn dadurch bildet sich ein stärkeres Körperzentrum. Die Koordination verbessert sich und die Bewegungen werden geschmeidiger.

Durch die Steigerung des Wohlbefindens lernt der Mensch, Verantwortung und Kontrolle für seinen Körper und seine Gesundheit zu übernehmen.

Die im Folgenden aufgeführten Prinzipien müssen bei jeder Übung korrekt und bewusst ausgeübt werden. Es ist nicht entscheidend, wie oft man eine Übung wiederholt, sondern wie man die Bewegung ausführt. Deshalb ist das Pilatestraining für jeden geeignet!



BETREUTES EINZELWOHNEN – ERFAHRUNGSZWISCHENBERICHT

Von Tobias Ellenberg



Seit dem 1. Mai dieses Jahres erhalte ich die Maßnahme „Betreutes Einzelwohnen“ (BEW) über die DMSG.

Die Beantragung und die Formalitäten waren letztlich nicht ganz so schlimm wie ich es erwartet hatte, und Frau Ritter und Frau Moltrecht von der DMSG haben alles sehr schnell und gut in Gang gebracht!

Der Kostenträger, das Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, hat meinen Antrag sofort bewilligt, wofür ich sehr dankbar bin.

Seit dem 1.5. kommt nun also Frau Wochnik, meine Betreuerin, wöchentlich zu mir, und wir haben seitdem schon so Einiges in die Wege geleitet.

Das hauptsächliche Ziel meines BEWs ist das Finden eines neuen Wohn- und Arbeitsraums für mich.

Dies gestaltet sich wirklich nicht leicht, da meine Ansprüche und die Erfordernisse an die neue Wohnung zugegebenermaßen recht hoch sind und sich meine Möglichkeiten auch finanziell in einem sehr engen Rahmen bewegen (müssen). Wir haben jedoch schon ein paar Wohnungsbesichtigungen durchgeführt, und wir sind guter Dinge, bald etwas Passendes zu finden.

Darüberhinaus habe ich die Möglichkeit, mit Frau Wochnik auch alle anderen anfallenden Probleme zu besprechen, was eine wirklich notwendige und gute Sache ist! Durch ihre Erfahrungen in der MS-WG (Kreuzberg), kennt sie auch das Krankheitsbild mit seinen Besonderheiten wie

keine andere. Sie hilft mir sowohl bei Anträgen und formellen Dingen, gibt mir aber auch konkrete Tipps für den Alltag, die mir mein Leben mit der Krankheit erleichtern können. Durch den ständigen Austausch mit ihr erhalte ich ein Gefühl von „Normalität“ und Sicherheit in meinem Leben, welches mir in den letzten Jahren mit Zunahme der MS-Symptomatik durchaus etwas abhanden gekommen ist.

Ich finde die Einrichtung des BEW wirklich sehr gut. Alle meine Befürchtungen und Zweifel, die ich zuerst hatte, haben sich absolut nicht bewahrheitet. Ich fühle mich z.B. weder bevormundet noch gezwungen. Auch habe ich in keiner Weise das Gefühl, dass ich möglichst schnell abgefertigt werde, damit ich „krankheitsgerecht“ untergebracht bin, oder so ähnlich. Vielmehr empfinde ich das BEW als eine wirkliche Unterstützung, und ich kann bisher sagen, dass dies die richtige Entscheidung für mich war.

Nähere Informationen:

Die DMSG Berlin unterstützt zur Zeit fünf Mitglieder bei der Wohnform „Betreutes Einzelwohnen“.

Sollten Sie Interesse an einer Betreuung haben, melden Sie sich bitte in der Geschäftsstelle bei Andrea Ritter oder Jutta Moltrecht unter Tel: 3130647

KÜNSTLERGALERIE: ANNE BEER – FARBE UND LICHT



Farbe und Licht sind wichtig für unser Wohlbefinden. In den Bildern von Anne Beer finden sich beide Elemente in einem harmonischen und ausdrucksvollen Gleichklang.

Das am stärksten ausgeprägte Element in den Bildern von Anne Beer ist die Farbe. Die Künstlerin trägt diese mit kraftvollen Strichen auf die Leinwand auf und setzt

kontrastreich akzentuierte und spielerische Licht- und Formeffekte dagegen, so dass die Gesamtwirkung der Bilder immer harmonisch und doch ausdrucksstark und markant ist.

Naturgetreue Darstellungen treten in den Bildern der Künstlerin meistens zugunsten von reinen Formen, Farben und Linien in den Hintergrund. Die durch diesen Stil entstandenen Bilder wirken dadurch umso kraftvoller.

Anne Beer malte schon als Kind gerne, allerdings wurde diese Kunst erst nach ihrem Erwerbsleben ihr wichtigstes Hobby. Diese Wendung löste ein Malkurs bei der DMSG aus, bei dem sie sich mit Acrylfarben auseinandersetzte. Im Anschluss daran konnte sie durch Kurse bei der Volkshochschule weitere Maltechniken erproben und für sich weiter entwickeln. Heute malt Anne Beer Acrylbilder in ihrem ganz eigenen Stil.

Die Künstlerin wurde am 30. Oktober 1953 in Stuttgart geboren und lebt seit vielen Jahren in Berlin.

Farbe und Licht

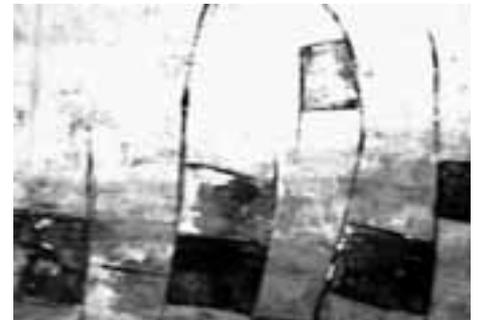
Acryl auf Leinwand

Anne Beer

21. Januar – 30. Juni 2010

MS-Galerie DMSG Berlin

Paretzer Straße 1, 10713 Berlin



MEDIZIN & FORSCHUNG

KOFFEIN ALS MS-BLOCKER? ERFOLGREICHE VERSUCHE MIT MÄUSEN

In der neuesten Ausgabe des Annuals der US-Akademie der Wissenschaften (PNAS) werden Ergebnisse einer Reihe von Tierversuchen veröffentlicht, die darauf hindeuten, dass hochdosiertes Koffein möglicherweise die Entstehung von Multipler Sklerose verhindern bzw. den Rückgang von MS-Symptomen bewirken kann. Die Forscher fanden heraus, dass Mäuse nicht an der Mäuseform der MS erkrankten, wenn sie täglich die Koffeindosis von sechs bis acht Tassen Kaffee

zu sich nahmen. „Diese aufregende und total überraschende Entdeckung“, so die Wissenschaftlerin Linda Thompsen, habe signifikante Bedeutung für die Erforschung der Multiplen Sklerose und anderen Auto-Immunerkrankungen bei Menschen. Weitere klinische Studien müssten nun folgen, in denen bei MS-Patienten ein möglicher Zusammenhang zwischen ihrem Kaffeekonsum und dem Rückgang von MS-Symptomen dargestellt werden könnte.



© PIXELIO/Alice Mungler

WISSENSCHAFTLICHE UNTERSUCHUNGEN ZUR WIRKUNG VON GRÜNEM TEE

Von Dr. Friedemann Paul und Dr. Mario Lorenz

Grüner Tee ist eines der ältesten Getränke der Menschheit und wird täglich von Millionen Menschen weltweit konsumiert. In jüngerer Zeit werden mögliche medizinische Wirkungen des Grünen Tees und einzelner seiner Inhaltsstoffe zunehmend intensiv erforscht. So ist mittlerweile bekannt, dass das sogenannte Epigallocatechin-Gallat (EGCG), eine der biologisch aktivsten Substanzen im Grünen Tee, günstige Wirkungen auf das Immunsystem und den Kreislauf hat sowie Krebszellen bekämpfen und Nervenzellen schützen kann.

Die Charité ist im deutschsprachigen Raum führend, was die Forschung auf diesem Gebiet angeht. Mehrere klinische Studien zur Gefäßfunktion, zur Multiplen Sklerose und zum Metabolischen Syndrom wurden und werden durchgeführt. Weitere Studien sind in Vorbereitung bzw. beginnen derzeit u.a. zur Alzheimer-Demenz und zur Muskeldystrophie vom Typ Duchenne. Diese Studien sind von den Wissenschaftlern selbst initiiert und daher in ihren Aussagen wissenschaftlich unabhängig, u.a. auch von (finanziellen) Interessen der pharmazeutischen Industrie.

Auf Initiative von Wissenschaftlern des Clinical Research Centers (NCRC) des Exzellenzclusters NeuroCure und der Medizinischen Klinik mit Schwerpunkt Kardiologie und Angiologie an der Charité treffen sich seit einem Jahr regelmäßig deutschsprachige Wissenschaftler und Ärzte, die zu medizinischen Wirkungen des Grünen Tees und seiner Inhaltsstoffe forschen. Die Teilnehmer sind in den verschiedensten Forschungsbereichen tätig, so u.a. in der Neurologie, Nephrologie,

Onkologie, Gastroenterologie, Genetik, Pädiatrie, Kardiologie, Epidemiologie und Ernährungswissenschaften. Auch in diesen Zentren und Kliniken laufen Studien zu Grünem Tee und dessen Wirkungen auf eine Vielzahl von klinischen Indikationen bzw. sind dort in Vorbereitung. Ziel dieser Treffen ist es, Erfahrungen auszutauschen und zukünftige Forschungsaktivitäten zum Grünen Tee besser zu vernetzen und zu koordinieren. Die meisten der oben genannten Klinischen Studien stehen erst am Anfang oder befinden sich noch in der Planungsphase. Vor 2011 ist daher nicht mit Ergebnissen zu rechnen.

Ein wichtiges Thema spielt dabei der Umgang mit Probanden- bzw. Patientenfragen rund um das Thema Grüner Tee, die uns in unserem Alltag regelmäßig erreichen. Es ist uns ein wichtiges Anliegen,

dass Patienten entsprechend dem neuesten Stand der Wissenschaft über Sicherheit, Verträglichkeit und Wirksamkeit von Grünem Tee und Tee-Extrakten informiert werden. Weiterhin geht es uns darum, über die Risiken und Probleme, die entstehen können, wenn sich Patienten privat Grüntee-Präparate beschaffen, aufzuklären. Dabei geht es auch um eine rechtliche Absicherung der Beantwortung von Patientenfragen. Da gesicherte Erkenntnisse über Verträglichkeit und Wirksamkeit von Grüner-Tee-Präparaten im Rahmen von placebo-kontrollierten klinischen Studien in den unterschiedlichen klinischen Indikationen erst in einigen Jahren vorliegen werden, kann man zum derzeitigen Zeitpunkt keine sicheren Empfehlungen über Hersteller, Art, Dosen und Einnahmehäufigkeit von Tee-Extrakten oder isolierten Einzelsubstanzen geben.



© PIXELIO/Steffi Pelz

MEDIZIN & FORSCHUNG

Da die Forscher und Kliniker der oben genannten Einrichtungen immer wieder Anrufe und Anfragen von Patienten zu Einnahmeempfehlungen erreichen, möchten wir hiermit unsere aktuelle Sicht der Dinge mitteilen - mit der Bitte, diese an Patienten oder Angehörige, die sich an Sie wenden, weiterzuleiten.

Beim gegenwärtigen Stand der Forschung zu medizinischen (therapeutischen) Wirkungen von Grünem Tee und seinen Inhaltsstoffen muss dringend von einer unkontrollierten Selbstmedikation der Patienten mit frei verkäuflichen Grüner-Tee-Extrakten abgeraten werden – und zwar unabhängig von der Erkrankung, zumal in Patientengesprächen berichtet wurde, dass mitunter unverantwortlich hohe Dosen dieser Extrakte eingenommen wurden, die einem Vielfachen der vom Hersteller empfohlenen Tagesdosis entsprechen. Zu den im Handel oder über das Internet beziehbaren Präparaten gibt es kei-

ne gesicherten Erkenntnisse bzgl. ihrer Unbedenklichkeit (z.B. in toxikologischer Hinsicht). Es gibt keine Daten zu einer möglichen Dosis-Wirkungs-Beziehung. Das mögliche Nebenwirkungsprofil ist weitgehend unbekannt bzw. schlecht untersucht und die möglichen Interaktionen mit anderen von den Patienten eingenommenen Medikamenten sind unklar. Es hat in den vergangenen Jahren u.a. mehrere Berichte von Leberschäden bis hin zu fulminantem Leberversagen unter Einnahme von Grüner-Tee-Extrakten gegeben, v.a. bei Patienten mit Ko-Medikation. Zudem wurde beobachtet, dass Grüner-Tee-Extrakte die Wirksamkeit von anderen Medikamenten, z.B. bei der Chemotherapie, beeinträchtigen können. Zusammenfassend muss also von einer „over the counter“ Selbstmedikation der Betroffenen abgeraten werden. Derzeit sollten Grüner-Tee-Extrakte nur im Rahmen kontrollierter wissenschaftlicher Studien eingenommen werden.

Zur Multiplen Sklerose laufen derzeit 2 Studien mit EGCG in der Arbeitsgruppe Klinische Neuroimmunologie des Exzellenzclusters NeuroCure an der Charité.

Interessenten können bei

Frau Marret Heinold
(marret.heinold@charite.de;
Tel. 030-450 639057)

weitere Informationen einholen.

Mit freundlichen Grüßen



Dr. Friedemann Paul Dr. Mario Lorenz

GESETZE & VERORDNUNG

ARGUMENTATIONSHILFE FÜR INKONTINENZHILFEN

Der Bundesverband für körper- und mehrfachbehinderte Menschen e.V. (BVKM) hat eine vollständige Argumentationshilfe (inkl. Musterantrag und Musterwiderspruch) zur Antragstellung von Inkontinenzhilfen bei den Krankenkassen für eine bessere Versorgung von Inkontinenz-Betroffenen ins Internet gestellt.

Mit Sorge beobachten alle Verbände, die die Interessen von Inkontinenz-Betroffenen vertreten, dass Kosteneinsparungen der Krankenkassen auf Kosten der Qualität bei der Versorgung gehen.

Nähere Informationen:

www.bvkm.de/o-10/recht,argumentationshilfen,Versorgung_mit_Inkontinenzhilfen,index.html

GESETZ ZUR PATIENTENVERFÜGUNG IM BUNDES RAT BESTÄTIGT

Nachdem auch der Bundesrat der gesetzlichen Regelung der Patientenverfügung bestätigt hat, trat sie am 1. September 2009 dieses Jahres in Kraft. Das Gesetz kann im Internet nachgelesen oder heruntergeladen werden:

www.patverfue.de/gesetz.html

KASSE MUSS WÜNSCHE DER VERSICHERTEN BERÜCKSICHTIGEN

Ist zur Stabilisierung des Gesundheitszustandes eine ambulante Behandlung nicht mehr ausreichend, besteht Anspruch auf stationäre Rehabilitation. Bei der Wahl der Klinik sind berechtigte Wünsche der Versicherten zu berücksichtigen. Hierdurch kann das Auswahlermes- sen der Krankenversicherung entfallen. Dies entschied in einem heute veröffent- lichten Urteil der 1. Senat des Hessischen Landessozialgerichts.

Der 1939 geborene Kläger aus dem Main- Taunus-Kreis leidet an einem komplexen und chronischen Krankheitsbild. Er erhält seit 1985 Erwerbsunfähigkeitsrente. Der Grad seiner Behinderung beträgt 80 %. Im Jahre 1997 war dem Kläger ein statio- näres Heilverfahren in der als Reha-Ein- richtung zugelassenen Malteser-Klinik gewährt worden. Im Juli 2000 beantragte

er eine erneute stationäre Reha-Kur in dieser Fachklinik für Naturheilkunde und ganzheitliche Medizin. Die Krankenver- sicherung lehnte dies jedoch ab. Hierge- gen erhob der Kläger Klage. Noch wäh- rend des Gerichtsverfahrens führte der Kläger die Kur im Jahr 2003 auf eigene Kosten durch.

Im Berufungsverfahren gaben die Richter dem Kläger Recht und hoben das ableh- nende Urteil des Sozialgerichts auf. Die Leistung sei zu Unrecht abgelehnt wor- den. Der Versicherte habe die Behand- lung erst nach der Entscheidung der Ver- sicherung begonnen. Den Ausgang des gerichtlichen Verfahrens habe er hinge- gen nicht abwarten müssen. Die statio- näre Reha-Behandlung sei auch erforderlich gewesen, um die Beschwerden des multi- morbid und chronisch erkrankten Klägers

zu mindern. Sie habe ihm weiterhin ein selbst bestimmtes Leben ermöglicht und die drohende Pflegebedürftigkeit aufgeschoben. Bei der Auswahl unter den zugelassenen Reha-Einrichtungen sei den berechtigten Wünschen der Versi- cherten Rechnung zu tragen. Insbesonde- re seien Lebenssituation, Alter und sonstige Bedürfnisse des Leistungsberechtig- ten zu berücksichtigen.

Die Stellungnahmen der behandelnden Ärzte hätten ergeben, dass bei dem komplexen Krankheitsbild des Klägers der ganzheitliche Therapieansatz der Malteser-Klinik Erfolg versprechend gewesen sei.

AZ L 1 KR 2/05 - Die Revision wurde nicht zugelassen. Urteil unter [www.rechtspre- chung.hessen.de](http://www.rechtsprechung.hessen.de) im Internet

ENTFERNUNGSPAUSCHALE ODER FAHRTKOSTEN

Stark behinderte Menschen können für die Wege zwischen Wohnung und Arbeitsstät- te anstelle der Entfernungspauschale ge- gebenenfalls die höheren tatsächlichen Fahrtkosten als Werbungskosten abzie- hen. Eine Kombination von Entfernungs- pauschalen und tatsächlichen Aufwendun- gen bei der Bemessung der Wegekosten ist dagegen nicht zulässig. Die insoweit einschlägige Vorschrift des § 9 Abs. 3 Satz 2 EStG verlangt vielmehr, wie der Bundes- finanzhof jetzt feststellte, eine einheitliche Ausübung des Wahlrechts.

In dem vom BFH entschiedenen Streitfall suchte die Klägerin, deren Grad der Behin- derung 90 v. H. beträgt, an 195 Tagen ihre 99 km entfernte Arbeitstätte auf. Hierzu fuhr sie zunächst mit dem PKW von ihrer Wohnung 17 km bis zum Bahnhof. Die ver- bleibenden 82 km legte sie mit der Bahn zurück. Das Finanzamt berücksichtigte die

Fahrtkosten in Höhe der Entfernungspau- schale als Werbungskosten. Hiergegen legte die Klägerin Einspruch ein und bean- tragte die Kosten für die Fahrten mit dem PKW zum Bahnhof nicht in Höhe der Pau- schale (1.248 Euro) sondern mit den höhe- ren tatsächlichen Kosten (1.989 Euro) an- zusetzen. Für die Fahrten mit der Bahn wollte sie weiter die günstigere Entfer- nungspauschale (5.112 Euro) und nicht die tatsächlichen Kosten (1.682 Euro) berück- sichtigt wissen. Einspruch und Klage blie- ben erfolglos.

Der BFH entschied nun, dass die von der Klägerin begehrte Kombination von Entfer- nungspauschale und tatsächlichen Auf- wendungen bei der Bemessung der Wege- kosten mit § 9 Abs. 2 Satz 3 EStG nicht vereinbar sei. Menschen mit einer entspre- chenden Behinderung hätten nach dem eindeutigen Wortlaut der Vorschrift nur

die Wahl, die Wegekosten entweder ein- heitlich nach den Entfernungspauschalen oder einheitlich nach den tatsächlichen Aufwendungen zu bemessen. Eine andere Wahlmöglichkeit biete die Regelung nicht. § 9 Abs. 2 Satz 3 EStG ermögliche Behin- derten aus sozialen Gründen Fahrtkosten in tatsächlicher Höhe abzuziehen. Der Gesetzgeber trage damit vor dem Hinter- grund nicht kostendeckender Pauschalen insbesondere bei der Nutzung eines PKW, typisierend dem Umstand Rechnung, dass erheblich gehbehinderte Personen nur eingeschränkt auf öffentliche Verkehrsmit- tel ausweichen könnten. Eine "Meist- begünstigung" –wie von der Klägerin begehrt– sei hierzu nicht erforderlich, der Abzug der tatsächlichen Kosten vielmehr ausreichend.

Bundesfinanzhof, Beschluss vom 05.05.09 – VI R 77/06

ENDE DES ERNÄHRUNGSBEDINGTEN MEHRBEDARFS BEI MS?

Von Carmen Flecks

(Rechtsanwältin und Fachanwältin für Sozialrecht)



Bis Ende letzten Jahres erhielten von MS betroffene ALG II- und Sozialhilfeempfänger einen ernährungsbedingten Mehrbedarf von

25,56 EUR ausbezahlt. Dieser Betrag ergab sich aus den Empfehlungen des Deutschen Vereins für öffentliche und private Fürsorge e.V. aus dem Jahr 1997. Aufgrund neuer ernährungswissenschaftlicher Erkenntnisse wurden diese Empfehlungen zusammen mit Ärzten überarbeitet und im Oktober 2008 veröffentlichte der Deutsche Verein eine neue Empfehlung zum ernährungsbedingten Mehrbedarf. Nach dieser neuen Empfehlung ist bei einer MS-Erkrankung normale Vollkost ausreichend.

MS zählt damit nicht mehr zu den Krankheiten, bei denen regelmäßig davon ausgegangen wird, dass eine besondere Ernährung erforderlich ist und somit ein Mehrbedarf für kostenaufwändige Ernährung erforderlich bewilligt werden kann.

Eine Bewilligung von ernährungsbedingtem Mehrbedarf in Höhe von ca. 30.- EUR kommt nur noch in Ausnahmefällen in Betracht. Zum einen ist dies der Fall bei einem krankheitsbedingten Gewichtsverlust von 5% des ursprünglichen Körpergewichts innerhalb von ca. 3 Monaten. Sie sollten deshalb bei Arztbesuchen und Krankheitsschüben darauf achten, dass Ihre Ärzte ihr Gewicht notieren. Damit haben Sie einen geeigneten Nachweis gegenüber den Behörden. Ein weiterer Ausnahmefall ist gegeben bei Untergewicht infolge der MS-Erkrankung. Untergewicht liegt danach vor bei einem Body Maß Index (BMI) von unter 18,5. Ihren Body Maß Index können Sie mit folgender Formel

errechnen: Ihr Körpergewicht./.(Körpergröße x Körpergröße) oder fragen Sie Ihren Arzt nach Ihrem BMI.

Beachten Sie im Zusammenhang mit den Kosten für eine ausgewogene Ernährung auch, dass in einigen wenigen Fällen die Krankenkassen die Kosten für Mineralien- und Vitaminpräparate übernehmen. Auch dies sollten Sie mit Ihrem Arzt besprechen.

Auch wenn die Empfehlungen des Deutschen Vereins keine Gesetze sind, so ist ihre Bedeutung als Entscheidungsgrundlage für die Sozialämter und JobCenter von der Rechtsprechung anerkannt. Ein rechtliches Vorgehen gegen die Entscheidungen der Behörden zum Mehrbedarf verspricht daher derzeit nur Aussicht auf Erfolg, wenn in den genannten Ausnahmefällen der Mehrbedarf von der Behörde abgelehnt wird oder andere ungewöhnliche Umstände bei Ihnen vorliegen.

VERMISCHTES

NÜTZLICHE LINKS

www.Rollstuhlpannendienst.de
24 h Direktruf: 0177 833 57 73

Barrierefreie Arztpraxen
<http://nullbarriere.de/nl0947.arztpraxis-barrierefrei.htm>

Anzeige:

Lesung

Gabriele Lenk, selbst MS-Patientin, liest aus Ihrem Buch:

Lerne mit Deiner Krankheit zu gehen – 80 alternative Therapien bei MS

Am 20. Februar 2010 um 18:00 Uhr, „Quantum“, Raumerstraße 23, 10437 Berlin

Der Veranstaltungsraum ist mit dem Rollstuhl befahrbar.
Anmeldungen unter Tel: 678 09 480

BUCHTIPP

von Hiltrud Bahner v. Hoffs



Silvia Bovenschen,
WER? WEIß? WAS?
Eine deutliche Mordgeschichte
S. Fischer Verlag, 2009

Rechtzeitig zur Frankfurter Buchmesse hat Silvia Bovenschen, die Autorin des Bestsellers „Älterwerden“, ein neues Buch vorgelegt mit dem populären Rate-spiel-Titel „Wer? Weiß? Was?“.

Es ist – natürlich – ein Kriminalroman, der diese drei skrutinösen Fragen aufwirft, und, wie man es von dieser grandiosen Autorin erwarten darf, einer der ganz besonderen Art.

Nach vielen Jahren streng literaturwissenschaftlichen Arbeitens und der Veröffentlichung bedeutender theoretischer Schriften und preisgekrönter Essays wendet sich Silvia Bovenschen jetzt einem literarischen Genre zu, das der schreiberischen Experimentierfreude und Phantasie kaum Grenzen setzt, in seiner besten Form jedoch ein Höchstmaß an kompositorischem Können und handwerklicher Perfektion verlangt. Bovenschens Roman steht einerseits in der Tradition großer Vorbilder wie George Simenon und Agatha Christie und beherrscht in diesem kriminalistischen Erstlingswerk alle Register der Verwicklung, Täuschung und Spannung – andererseits ist diesem Krimi mit den genregängigen Rezeptionskriterien und bewährten Entschlüsselungsstrategien nicht beizukommen.

Alles ist hier anders, neu und überraschend. Während sich der Leser an der Eleganz, Leichtigkeit und Präzision des Schreibstils lustvoll delectiert wird sein kriminalistischer Spürsinn mit größtmöglicher List auf die falsche Fährte gesetzt. Eine ganze Reihe von deutlichen Mordmotiven wird offen gelegt, wenigstens ebenso viele Akteure des Romans geraten in dringenden Tötungsverdacht. Schauplatz des Mordes und Fundstelle des hinterrücks Erdolchten – ein veritabler Literaturprofessor – ist der Campus einer deutschen Universität.

Deren Personal tritt nun hintereinander (besonders gegeneinander) auf und stellt sich dem Verhör des ermittelnden Kommissars. Es sind typische Vertreter der geisteswissenschaftlichen Zunft – was ihre statusadäquat abgestufte, bornierte Überheblichkeit oder Weltfremdheit angeht; in ihrer Verstrickung in banale Kompetenz- und Konkurrenzkämpfe könnten sie aber auch jede andere Gesellschaftsschicht repräsentieren.

Allen gemeinsam ist eine mehr oder weniger unverhohlen geäußerte Antipathie, wenn nicht sogar Abneigung, gegenüber dem Mordopfer. Sehr bald schleicht sich so auch beim Leser das deutliche Gefühl ein, dass der auf dem Klo aufgefundene, tote Lehrstuhlinhaber in jeder Hinsicht ein Scheusal war, der sein Mitleid nicht verdient.

Ein vorsichtiger Solidarisierungsprozess mit der/dem Mörder/in wird in Gang gesetzt. Deren/dessen Enttarnung wird derweil vom Kommissar Erwin Merker unaufhaltsam voran getrieben. Diesem polizeilichen Ermittler verleiht die Autorin überaus menschliche Züge. Ein wenig berufsmüde, gedankenschwer, ohne fanatischen Eifer aber gewissenhaft und routiniert, macht er seine Arbeit. Die Sympathie der Erzählerin gilt in diesem Roman besonders den Figuren, die aus gesellschaftlichen Zwängen und Konventionen ausbrechen, von der Spur abgekommen sind, Neues und Außergewöhnliches wagen. Wie es die liebenswürdige Haushälterin und Pflegerin Molly tut, die aus Lie-

be jedes Ungemach auf sich nimmt – und dabei Schritt für Schritt die finale, befreiende Glückserfüllung vorbereitet. Oder der akademische Oberrat Norman Krüss, der sich in vorgetäuschter Verrücktheit dem alltäglichen Leben völlig entzieht. Die subtil gezeichneten Charaktere tauschen sich eloquent, verächtlich oder witzig über das sinistre Geschehen aus und darüber, wie dieses außergewöhnliche Ereignis ihre eigene Existenz berührt. Obgleich die Autorin intime Einblicke ins Seeleninnere ihrer Figuren eröffnet, hütet sie deren tiefste Geheimnisse bis ganz zum erlösenden Schluss.

Alle Elemente dieses genial komponierten Romans – Personen und Ereignisse – sind so raffiniert miteinander verwoben und in Beziehung gesetzt, dass der Leser aus einer permanenten, lustvollen Denkanstrengung nicht heraus kommt. Das motiviert zum Weiterlesen und erzeugt eine ganz ungewöhnliche Spannung bis zum Ende hin.

Dieses Ende ist jedoch so überraschend und unvorhersehbar, dass alle auch noch so krimierfahrenden Lösungsversuche auf der Strecke bleiben.

Auch aus großer Distanz betrachtet, nämlich aus der orbitalen Perspektive Außerirdischer, die Studien mit den Erdbewohnern machen, wirkt diese ganze menschliche „Gekreisel“, einschließlich Mordgeschehen, rätselhaft und ziemlich sinnlos. In Kapiteln, die außerhalb von Zeit und Raum spielen und den Fortgang der Handlung kurz unterbrechen, kommentieren diese fernen Beobachter äußerst scharfsinnig das tellurische Treiben und kommen zu dem Schluss, dass es mit der Intelligenz und Selbstbestimmtheit der menschlichen Spezies nicht weit her ist. Der Mord von ganz oben betrachtet spiegelt so letztlich nur deren generelle Unzulänglichkeit und „fundamentale Untauglichkeit“ wider. Diese analytisch-spöttischen Kommentierungen des irdischen Geschehens sind sprachlich höchst originell und witzig und lassen erahnen,

welches Vergnügen die Autorin beim Schreiben dieses Romans hatte, der so viel spielerische Freiheit zuließ.

Durchgängiges Vergnügen löst dieser Krimi auch beim Leser aus. Und Erstaunen, Verblüffung (auch Rührung) über des Rätsels Lösung am Schluss:

Wo bleibt die Überführung des Mörders? Wo dessen Sühne durch harte Bestrafung? Wo die Erfüllung von Recht und Gesetz?

Ein Gefühl der Genugtuung stellt sich ein, eine Art klammheimliche Freude über das unerwartete Ende: über die folgenlose Eliminierung zweier hassenswerter Exemplare der menschlichen Gattung. Über den Sieg wahrer Gerechtigkeit. Über den Triumph der Liebe und des Erbarmens.

Das alles gibt's nur im Roman!

„Wer Romans list, der list Lügen“
(Gottfried Heidegger, 1698)

Dieses Zitat eines Autors aus dem 17. Jahrhundert wird dem soeben erschienenen Kriminalroman quasi als Warnung voran gestellt.

RESTAURANT-TIPP:



(Rem) Das Restaurant „Scheune“ in der Eichkampstrasse, umgeben von Reitställen, nahe dem Grunewald, ist ein gutbürgerliches Speiselokal, das sich hervorragend zur Einkehr nach einem Ausflug, besonders im Winter, eignet.

Das Restaurant besteht aus vier Gasträumen und einer großen Terrasse für die warmen Sommertage. Die Innenräume mit ihren niedrigen Decken, dunklen Holzpaneelen und rohen Backsteinwänden strömen die Gemütlichkeit eines alten Fachwerkhäuses aus. Zur Dekoration hängen an den Wänden kupferne Kuchenformen, kleine Hirschgeweihe, Wagenräder und alte Ölgemälde mit Bauernhof- und Wildmotiven. Man sitzt auf rustikalen Holzstühlen mit roten Kissenauflegen entweder an langen Tafeln oder quadratischen Holzti-

schen, die je nach Belieben zusammengestellt werden können. Zwischen zwei Gaststuben befindet sich zentral ein offener Kamin, der zum Aufwärmen einlädt und eine anheimelnde Atmosphäre schafft.

Die umfangreiche Speisekarte besteht hauptsächlich aus regionalen Spezialitäten aus Berlin und Brandenburg. Zur kalten Jahreszeit wartet sie mit speziellen Gans- und Entengerichten auf, die man sich auch nach Hause bestellen kann. Eine Gans für 4 Personen mit Rotkohl/Grünkohl, Klößen/ Kartoffeln, Soße und einer Flasche auserlesenem Rotwein des prämierten Weinguts Allendorf kostet pro Pers. 21 Euro. Für den kleinen Hunger gibt es aber auch Bayrisches wie vier Weißwürste mit Krautsalat und Laugenbrezel (6,50 Euro) und Kaiserschmarren mit Pflaumenkompott (5,20 Euro) oder Kleinigkeiten wie „Strammer Max“ bestehend aus drei Spiegeleiern mit Salat (7,90 Euro). Auch spezielle Veranstaltungen werden angeboten wie z.B. Spanferkelessen, „Scampi satt“, Eisbein-Essen oder Bayrische Abende. Frisches Bier vom Faß der Brauereien Berliner Kindl, Veltins, Königspilsner, und Bitburger sowie ausgewählte Weine aus dem Rheingau komplementieren das Angebot.

Im Kontrast zur deutschen Speisekarte und bürgerlichen Inneneinrichtung wird

man in der „Scheune“ im Grunewald sehr freundlich von exotisch gutaussehenden jungen Frauen bedient, deren Heimat sich weit weg in südlichen Gefilden vermuten lässt.

Da das Lokal von der Nachbarschaft sehr frequentiert wird, ist es ratsam, speziell für die Abendstunden ab 18.00 Uhr, rechtzeitig einen Tisch zu reservieren. Das Restaurant ist mit dem Rollstuhl zugänglich und hat eine Behindertentoilette. Parkplätze sind vorhanden.

Restaurant „Scheune“

Eichkampstr. 155, 14055 Berlin
(Direkt am S-Bahnhof Grunewald)

Telefon: **030-8924903**
Telefax: **030-89095111**

Öffnungszeiten

Mo.-So. von 11:00-24:00 Uhr
Küche von 11:00-22:00 Uhr

Nähere Informationen:

<http://www.scheune-restaurant.de>

Tischreservierungen:

<http://www.scheune-restaurant.de/tisch.php>

Lieferservice:

<http://www.gaensebraten-lieferservice.de/>

VERANSTALTUNGEN

VERANSTALTUNGEN DES LANDESVERBAND 2010

Wichtig! Notieren Sie bitte die Termine in Ihrem Kalender!

Bitte beachten: Unsere Veranstaltungen finden jeweils an anderen Orten statt!

Faxen oder senden Sie uns bitte die Anmeldung so schnell wie möglich.

Fax: 312 66 04 oder Mail: info@dmsg-berlin.de

Ausnahmsweise kann man sich auch telefonisch anmelden. Tel.: 313 06 47 • DMSG Berlin, Paretzer Straße 1, 10713 Berlin

Nichtmitglieder zahlen pro Veranstaltung eine Teilnehmergebühr von **10,00 Euro**.

Veranstaltungen finden ab einer Teilnehmerzahl von **6 Personen** statt.

Name: _____

Vorname: _____

Ich bin Rollstuhlfahrer/in

ZIELE UND ERGEBNISSE DES MS-REGISTERS

Datum: Montag, den 8. Februar 2010, von 18:00 – 20:00 Uhr

Ort:

Referent: **Prof. Jürg Kesselring**, MS – Spezialist aus Valens / Schweiz
Prof. Judith Haas, Chefärztin Neurologie im Jüdischen Krankenhaus Berlin

Anmeldung

Ich komme mit Begleitung

ROLLSTUHLFAHRERTRAINING

Datum: Samstag, den 20. März 2010, von 10:00 – 13:00 Uhr

Ort:

Referent: Durchgeführt wird das Training von **Herrn OA Dr. Luedke** und der Physiotherapeutin **Frau Otto**

Anmeldung

Ich komme mit Begleitung

PATIENTENRECHTE IM WANDEL DER ZEIT

Datum: Donnerstag, den 29. April 2010, von 18:00 – 20:00 Uhr

Ort:

Referent: **Frau Dörte Elß**, Juristin Verbraucherzentrale

Anmeldung

Ich komme mit Begleitung