



**Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft  
Landesverband Hamburg e.V.**

# Jahresbericht 2019

**Angebote | Schwerpunkte | Finanzen**

# 2019

---

*Die DMSG Hamburg  
ist eine gemeinnützige  
Selbsthilfeorganisation  
und unabhängige  
Interessenvertretung  
für Menschen  
mit Multipler Sklerose.*

#### **IMPRESSUM**

**Herausgeber** Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Hamburg e.V., Eppendorfer Weg 154-156  
20253 Hamburg, Tel 040 - 422 44 33, Fax 040 - 422 44 40, info@dmsg-hamburg.de, www.dmsg-hamburg.de  
**Redaktion** Stefanie Bethge, Andrea Holz, Dr. Ludwig Linder | **Gestaltung** Susanne Adamek, www.adamek-design.de  
**Bildnachweis** Titel: S. Holzweiß, RehaCentrum Hamburg, privat; S. 4,15: M. Bustamante; S. 7, 8, 9, 10 (unten Mitte), 11:  
H. Günther; S. 11 oben: RehaCentrum Hamburg; S. 13 rechts: S. Holzweiß; S. 21: © solvod-Fotolia.com  
alle weiteren privat | **Erscheinungsweise** Jährlich | **Druck** Druckzentrum Neumünster

## INHALT

### Einstieg

Editorial .....	4
Organisationsstruktur, Kennzahlen der DMSG Hamburg .....	6

### Rundum gut beraten!

Unsere Sozialberatung .....	7
Beratung für und Betreuung von Menschen mit einem schweren Verlauf der MS und für deren Angehörige .....	7
Schwerbetroffene Mitglieder über ihre Situation .....	8
Telefonberatung „Plan Baby bei MS“ .....	8
Jobcoaching .....	9
Arbeitsrechtliche Beratung .....	9
Psychologische Beratungsstelle .....	9
„Betroffene beraten Betroffene“ .....	10
Antworten auf medizinische Fragen: unser Ärztlicher Beirat .....	10

### Keiner muss alleine zuhause bleiben!

Mobilität durch unseren Fahrdienst .....	11
Unser Besuchsdienst: Brücken bauen zur Außenwelt .....	12

### Gemeinsam schaffen wir das!

Selbsthilfegruppen: eigenständig aktiv unter dem Dach der DMSG Hamburg .....	12
Selbsthilfebeirat: wichtige Aspekte für unsere Arbeit .....	13
Unsere Mitgliederversammlung: die DMSG aktiv mitgestalten .....	13
„Offener Treff“ für junge Menschen mit MS: eine Tür zur DMSG .....	14
MS Connect – bundesweit in Verbindung .....	14

### Unabhängige Informationen für alle .....

### Besser leben mit der MS .....

### Die MS ist nicht alles .....

### Ihr Einsatz für die DMSG Hamburg

Tatkräftig .....	19
Finanziell .....	19
Ideell .....	20

### Wir sagen „Danke“

An unsere Ehrenamtlichen .....	20
An unsere Förderer .....	21

### Was ist MS? .....

### Finanzbericht 2019

Gewinn- und Verlustrechnung .....	22
-----------------------------------	----

## EDITORIAL

## Liebe Förderer und Freunde der DMSG Hamburg, liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,



**ein weiteres ereignisreiches Jahr liegt hinter uns. Was uns in den vergangenen 12 Monaten besonders beschäftigt hat, haben wir in diesem Jahresbericht zusammengefasst. Unter dem Strich lässt sich festhalten: Viel Gutes konnten wir dank der tatkräftigen Unterstützung**

**unserer Ehrenamtlichen, unserer Förderer und natürlich auch unserer Mitarbeiter in der Geschäftsstelle erreichen und die nicht geringen Widrigkeiten, mit denen wir uns zwangsläufig auseinandersetzen mussten, haben sich letztlich doch zum Positiven gewendet.**

So haben die Schäden an den Abwasserleitungen unserer Geschäftsstelle am Eppendorfer Weg 156 zu einer fast vollständigen Untergrund-Erneuerung und zur Renovierung der angemieteten Räume geführt. Allerdings mussten wir unsere Büroräume dafür umschichtig komplett räumen. Die meisten Mitarbeiter saßen deshalb das ganze Jahr 2019 über in einer Art „Großraumbüro“. Und der eigentliche Seminarraum war für unsere Mitglieder und Gruppen nicht mehr nutzbar. Das bedeutete für alle eine große Einschränkung. Ganz besonders für unsere Mitglieder. Das Team der Geschäftsstelle ist trotzdem mit der gewohnten Kompetenz und Empathie seiner Arbeit nachgegangen, so dass die meisten von Ihnen, liebe Leser, von den erschwerten Umständen wohl nichts bemerkt haben.

Wir haben dann begonnen, die langersehnte Renovierung auch unserer eigenen Räume am Eppendorfer Weg 154 zu starten. Dafür hatten wir Spenden aus der NDR-Aktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ seit 2014 zurückgelegt. Auch haben uns mehrere Stiftungen hier mit teilweise beachtlichen Zuwendungen sehr geholfen. Noch vor Weihnachten haben die Handwerker mit der kompletten Modernisierung des großen Behinderten-WCs begonnen. Ein rollstuhlgerechter Bodenbelag, teilweise neue Fenster, eine Schiebetür im großen Seminarraum und ganz viel weiße Farbe folgten. Jetzt ist die Geschäftsstelle wieder schön und um einiges barriereärmer. Kommen Sie doch gerne bei uns vorbei und machen Sie sich selbst ein Bild.

Die Arbeit für unsere Mitglieder lief in dieser ganzen Zeit fast reibungslos weiter. Und bei vielen Gelegenheiten konnten wir auch wieder auf unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter zählen: im Besuchsdienst, bei der Betroffenenberatung und als helfende Hände bei unseren Veranstaltungen. Unseren Dank dafür können wir nicht deutlich und oft genug aussprechen! Wir wünschen uns sehr, Sie, unsere Ehrenamtlichen, auch im Jahr 2020 an unserer Seite zu wissen.

Wie Sie unserer Gewinn- und Verlustrechnung für 2019 entnehmen können, haben wir im vergangenen Jahr nach langer Zeit trotz der renovierungsbedingt hohen Aufwendungen für unsere Geschäftsstelle wieder einmal ein positives Ergebnis zu verzeichnen. Wir konnten sogar unsere Rücklagen geringfügig stärken. Dies haben wir insbesondere zwei großzügigen Erbschaften zu verdanken, über die wir in der GEMEINSAM berichtet haben. Daran wird deutlich, wie außerordentlich wichtig und unerlässlich die testamentarischen Zuwendungen für unsere finanzielle Stabilität, Kontinuität und Sicherheit unserer laufenden Arbeit sind.

Zahlreiche Stiftungen stehen an unserer Seite und helfen unseren Mitgliedern in ganz unterschiedlichen Notsituationen, wie sie in einem Leben mit einer chronischen Erkrankung häufig vorkommen. So haben wir zum Beispiel einer alleinerziehenden Mutter mit schwerer Behinderung (Multiple Sklerose mit GdB 100) die Anschaffung eines Falt-Elektromobils über eine Stiftung ermöglichen können. Die Krankenkasse hätte nur ein deutlich größeres Hilfsmittel bewilligt, welches sie in ihrer kleinen Wohnung nicht hätte unterstellen und aufladen können. Solche Fallbeispiele, besser: Schicksale, vor denen unsere Mitarbeiter immer wieder stehen, und bei denen sie helfend eingreifen, könnten wir noch viele schildern. An dieser Stelle deshalb ein besonderer Dank an alle privaten Förderer, Unternehmen und Krankenkassen, deren Mitarbeiter und Geschäftsleitungen, sowie an die diversen Stiftungen und deren Stifter, die uns trotz der für sie zinsbedingt gegenwärtig ja schwierigen eigenen Ertragslage weiterhin maßgeblich unterstützen. Ebenso dankbar sind wir unseren vielen privaten Spendern, die mit großen und kleinen Spenden seit langen Jahren, teilweise Jahrzehnten, treu verbunden unsere Tätigkeit erst ermöglichen und uns damit zeigen, wie relevant, wertvoll und geschätzt auch aus ihrer Sicht unsere Arbeit ist.

Lesen Sie auf den nächsten Seiten bitte im Detail nach, was unseren Verband 2019 bewegt hat und was wir an Gewohntem und Neuem unternommen haben. Ein bunter Strauß von Angeboten und Leistungen, den wir – ungeachtet aller Abwechslung, die wir ins „Programm“ bringen – jedes Jahr für unsere Mitglieder bereithalten. Und nun: Viel Freude beim Lesen. Wir sind immer für Sie persönlich ansprechbar – für Fragen und Anregungen oder auch einfach „nur so“!

**Mit allen guten Wünschen,**

Ihr  
**Dr. Ludwig Linder**  
Vorsitzender

Ihre  
**Andrea Holz M. A.**  
Geschäftsführerin

## ORGANISATIONSSTRUKTUR



## KENNZAHLEN DER DMSG HAMBURG 2019

Mitglieder:	1.655
Selbsthilfegruppen:	25
Hauptamtliche Mitarbeiter:	9
Bundesfreiwillige:	1
Ehrenamtliche:	89
Beratungen:	mehr als 2.000
Internetzugriffe:	fast 700.000
Kilometerleistung unseres Fahrdienstes für mobilitäts- eingeschränkte Mitglieder:	19.274

# Rundum gut beraten!

## Unsere Sozialberatung

Direkt nach der Diagnose und auch im weiteren Verlauf der Erkrankung stehen an Multipler Sklerose erkrankte Menschen und ihre Angehörigen immer wieder vor Fragen, auf die sie selbst keine oder jedenfalls keine stabile Antwort finden. Beim Neurologen oder Hausarzt reicht für manche Themen die Zeit einfach nicht und das Internet ist voll von widersprüchlichen und verwirrenden Informationen. Hier hilft unser sozialpädagogisches Team. **Drei Mitarbeiter beraten telefonisch, per Mail und im persönlichen Gespräch bei uns in der Geschäftsstelle oder bei einem Hausbesuch.** Zu den am häufigsten gefragten Themen gehören:

- > *Bewältigung der Diagnose*
- > *Anträge und Widersprüche bei der Kranken- und Pflegekasse und der Deutschen Rentenversicherung*
- > *Einstufung in die Pflegeversicherung*
- > *Umgang mit der Diagnose im Arbeitsverhältnis und bei der Jobsuche*

Da nicht nur die Betroffenen selbst, sondern auch ihre Angehörigen, Freunde, Kollegen oder Arbeitgeber sich mit vielen Fragen und Befürchtungen konfrontiert sehen, steht unsere Beratung auch diesen Personenkreisen offen und wird entsprechend oft genutzt. Wenn sich der Krankheitsverlauf verschlechtert, ist oft weitere Unterstützung notwendig, zum Beispiel bei der Suche nach einer barrierefreien Wohnung und bei der Anschaffung von neuen Hilfsmitteln. Wir arbeiten eng mit verschiedenen Sozial- und Behindertenverbänden, Behörden, Freiwilligenagenturen und Beratungszentren zusammen, so dass wir auch bei komplexeren Themen eine Lösung finden können.

***Neben den allgemeinen Themen hat jeder unserer drei hauptamtlichen Berater einen zusätzlichen Schwerpunkt, auf den er sich unter anderem durch besondere Fortbildungen spezialisiert hat:***

## Beratung für und Betreuung von Menschen mit einem schweren Verlauf der MS und für deren Angehörige

Nimmt die MS einen schweren Verlauf, sind die Betroffenen einer Vielzahl belastender Symptome ausgesetzt. Dazu gehören starke Schmerzen, Spastiken und Lähmungen, aber auch fortschreitende kognitive Einschränkungen, Sprachstörungen, vermindertes Sehvermögen und Inkontinenz. Viele dieser Menschen leben, unabhängig von ihrem Alter, in einem Pflegeheim. Entsprechend komplex sind die Probleme, die zu bewältigen sind. Mitglieder, die sich in einer solchen Situation befinden, werden von unserer Sozialberaterin **NADJA PHILIPP** intensiv begleitet. Sie unterstützt umfassend, wenn sich der unfreiwillige Ausstieg aus dem Arbeitsleben abzeichnet, die schwierige Suche nach einer barrierefreien Wohnung nötig wird oder finanzielle Armut aufgrund einer geringen Rente droht.



Es ist für die so Betroffenen oft sehr schwierig, zu akzeptieren, dass sich der Gesundheitszustand stetig verschlechtert, weitere Symptome hinzukommen und Fähigkeiten verloren gehen. Hier hilft Nadja Philipp dabei, die neuen Hürden anzunehmen, anzugehen und nach Möglichkeit zu überwinden. **Die zunehmenden Einschränkungen wirken sich oftmals auch auf das soziale Netz aus** – es dünnt aus. Um der Isolation entgegenzuwirken, vermitteln wir in enger Absprache mit den Betroffenen ehrenamtliche Mitarbeiter für regelmäßige Besuche. > **siehe Seite 12**

**Für Mitglieder, die nicht mehr eigenständig mobil sein können**, steht außerdem ganzjährig und täglich, gelegentlich auch am Wochenende, unser Fahrdienst zur Verfügung. > **siehe Seite 11**

## Schwerbetroffene Mitglieder über ihre Situation

(wörtlich zitiert aus Gesprächen für die GEMEINSAM Nr. 2/2019)

*„Die Ungewissheit, was möglicherweise noch kommen wird, ist sehr belastend und ich bin deswegen auch immer wieder verzweifelt. Das Akzeptieren der Krankheit fällt mir sehr schwer. Ich befinde mich in einer grundsätzlichen Abwehrhaltung gegenüber einer Sache, die ich nicht abwehren kann. Schön wäre, wenn jeden Tag jemand vorbeikäme oder mit mir telefonieren würde. Einfach, um zu reden.“*

*„Ich kann nicht mehr laufen, da die Nervenbahnen zu den Beinen geschädigt sind. Außerdem wechselt meine Tagesform sehr stark. Das macht es sehr schwer, Kontakte zu pflegen, weil ich zum Beispiel langfristige Verabredungen oft nicht einhalten kann. Die Krankenkasse legt einem Steine in den Weg, was Medikamente und Hilfsmittel angeht. Ich habe ein Jahr gebraucht, um den richtigen Elektroantrieb für meinen Rollstuhl zu bekommen.“*

*„Ich komme nicht damit klar, dass die Verschlechterung meines Zustands nicht in meiner Hand liegt. Es gibt nichts, was ich ändern kann. Ich denke oft an die Sachen, die ich erlebt habe, als ich noch gesund war. Das baut mich auf. Aber ich sehne mich sehr danach, was ich alles hätte erreichen können, vor allem in Bezug auf Familie und Kinder. Ich habe keine Freunde und Kontakte mehr von früher – aus den Augen, aus dem Sinn.“*

Die Beratung für Schwerbetroffene und ihre Angehörigen ist im jetzigen Umfang dank der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ 2014 und zwei uns danach speziell dafür zugewandten Spenden für insgesamt fünf Jahre abgesichert.

**Geschäftsführerin Andrea Holz** über den Einsatz der DMSG Hamburg für Menschen mit einem schweren Verlauf der MS:

*„Unser Verein muss dafür Sorge tragen, dass diese Menschen und ihre Familien nicht ins Abseits rutschen, weil sie nicht mehr laut genug auf sich aufmerksam machen können. Wir müssen für ihre Rechte und ihre gute Versorgung eintreten, aber auch darauf achten, dass sie bei alledem ihre Selbstachtung und die Achtung ihrer Umwelt nicht verlieren. Beides tun wir.“*

## Telefonberatung „Plan Baby bei MS“

**Etwa 30 Prozent der mehr als 240.000 an Multipler Sklerose Erkrankten in Deutschland sind zwischen 20 und 40 Jahre alt. Gerade für sie spielen die Themen Kinderwunsch, Schwangerschaft und Elternschaft eine große Rolle** – insbesondere vor dem Hintergrund der nach wie vor lebenslangen Erkrankung, deren Verlaufsentwicklung und Symptomauswirkung auf den Alltag nicht vorhersehbar ist.



Unsere Mitarbeiterin **KERSTIN KNAPWERTH** hat sich auf die Themen rund um Kinderwunsch, Schwangerschaft, Entbindung, Stillzeit und Elternschaft spezialisiert.

Damit die Beratung möglichst unkompliziert und mit wenig Zeitaufwand verbunden ist, findet sie vor allem telefonisch statt. Für medizinische Fragen, zum Beispiel zu Medikamenten während Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit, steht Privatdozentin Dr. med. Kerstin Hellwig, die Initiatorin des Deutschen Multiple Sklerose und Kinderwunschregisters, als erfahrene Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Das bundesweite Projekt „Plan Baby bei MS“ wird von der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung gefördert. Manuela Schwesig, Ministerpräsidentin des Landes Mecklenburg-Vorpommern, hat die Schirmherrschaft für dieses Projekt übernommen.

## Jobcoaching

**Multiple Sklerose bricht meistens im Alter zwischen 25 und 35 aus. Damit trifft sie vor allem diejenigen Menschen, die sich gerade beruflich orientieren wollen oder schon mehr oder weniger fest im Erwerbsleben stehen.**

In den Beratungen wird immer wieder deutlich, dass besonders diese Altersgruppe nur unzureichend über ihre Rechte und über die Unterstützungsmöglichkeiten hinsichtlich des Erhalts ihrer Arbeitsfähigkeit bzw. ihres Arbeitsplatzes, oft auch hinsichtlich einer Umschulung, informiert ist.



Unser Mitarbeiter **JOHANNES WIGGERS** hat sich zum „Jobcoach“ weitergebildet, um die Ratsuchenden bei Fragen und Entscheidungen rund um den Beruf

und ggf. auch zum Überwechseln auf einen „MS-kompatiblen“ Arbeitsplatz sachkundig und unbürokratisch begleiten und unterstützen zu können. Die Betonung liegt dabei auf „Hilfe zur Selbsthilfe“: Herr Wiggers stellt den Betroffenen primär sein Fachwissen und seine Erfahrung zur Verfügung und unterstützt sie bei einer selbstsicheren Entscheidungsfindung.

Bei arbeitsrechtlichen Fragen steht uns ein Rechtsanwalt ehrenamtlich zur Seite. > **siehe unten**

## Arbeitsrechtliche Beratung

Die Situation schwerbehinderter und chronisch kranker Menschen auf dem Arbeitsmarkt ist nach wie vor schwierig. Nicht nur Vorurteile gegenüber beeinträchtigten Arbeitnehmern und mangelndes Wissen über Fördermöglichkeiten sind ein Problem. **Aufgrund der manchmal unbekannteren oder nicht ganz offensichtlichen Rechtslage wissen auch Menschen mit Mul-**

**tipler Sklerose nicht immer, wie sie bei der Arbeitssuche und im bestehenden Arbeitsverhältnis mit ihrer Erkrankung umgehen sollen.** Um diesen Unsicherheiten in rechtlichen Fragen entgegenzuwirken, bieten wir für unsere berufstätigen Mitglieder eine kostenlose arbeitsrechtliche Beratung an. Unter anderem kann dort erörtert werden, wann eine Erkrankung im Vorstellungsgespräch angegeben werden muss und in welchen Fällen das Verschweigen einer Schwerbehinderung negative Folgen nach sich ziehen kann. Um bei solchen und ähnlichen Fragen sowie in Kündigungsfällen und bei einer angestrebten oder angebotenen Teilzeitbeschäftigung eine erste Orientierung zu bieten, steht uns, wie oben bereits erwähnt, ein Rechtsanwalt mit langjähriger arbeitsrechtlicher Erfahrung ehrenamtlich zur Seite.

## Psychologische Beratungsstelle

**Kurzfristige und unbürokratische Unterstützung in Krisensituationen, wie etwa direkt nach der Diagnose, bietet unsere Psychologische Beratungsstelle.** In bis zu drei kostenlosen Gesprächen mit Diplom-Psychologen, die alle über langjährige Erfahrung mit an Multipler Sklerose erkrankten Menschen verfügen, können akute psychische Belastungen und Probleme thematisiert werden. Dabei kann auch der Bedarf an weiterführender psychologischer Behandlung abgeklärt und der Weg dahin begleitet werden. Die Beratung kann gemeinsam mit einem Angehörigen und auch von einem Angehörigen allein in Anspruch genommen werden. Die Sitzungen finden völlig diskret in den Räumen der MS-Ambulanz an der Uniklinik Eppendorf statt, die Terminvereinbarung läuft über unsere Geschäftsstelle.

*Die Psychologische Beratung wurde 2019 durch die zweckgebundene Spende eines Ehepaares finanziert.*

## „Betroffene beraten Betroffene“

**Von der Erfahrung anderer Menschen mit Multipler Sklerose zu profitieren – das ist das Prinzip hinter „Betroffene beraten Betroffene“.** Die sorgsam ausgewählten und schon vor ihrem Einstieg in dieses Beratungsmodell eingehend geschulten Berater können den Ratsuchenden auf Augenhöhe begegnen und bei vielen Fragen auf ihren Erfahrungsschatz im jahrelangen Umgang mit der Erkrankung zurückgreifen. Ursprünglich haben wir dieses Angebot 2008, das zu der Zeit noch „Peer Counseling“ hieß, mit 6 Beratern gestartet. Diese hatten damals an einer umfassenden, von uns organisierten Fortbildungsreihe teilgenommen.

**Eine wesentliche Erweiterung erfährt dieses Angebot im Jahr 2020.** Nachdem im Oktober 2019 insgesamt 14 neu gewonnene Interessenten eine weitere Ausbildungsreihe abgeschlossen haben, konnten wir das Betroffenenberater-Team deutlich vergrößern. So sind Beratungen im gesamten Stadtgebiet zu unterschiedlichen Terminen und daneben auch per Telefon und E-Mail möglich.

*Das Ende 2019 neu aufgestellte Team von „Betroffene beraten Betroffene“*



*Als Berater jeden Freitag vormittag am DMSG-Telefon: Silke Bathke, Tabea Fiebig und Helmut Neubacher*

Zusätzlich findet eine wöchentliche Telefonberatung durch Betroffene über unsere Geschäftsstelle statt. Alle diese Berater sind ehrenamtlich tätig. Das kostenlose Angebot steht auch Nicht-Mitgliedern offen.

*Die Ausbildungsreihe „Betroffene beraten Betroffene“ 2019 wurde von der Techniker Krankenkasse finanziert.*

## Antworten auf medizinische Fragen: unser Ärztlicher Beirat

**Acht Ärzte, Kliniker und Niedergelassene mit neurologischem Hintergrund und ausgewiesener MS-Expertise, sind in unserem Ärztlichen Beirat aktiv.** Den Vorsitz hat Prof. Dr. Christoph Heesen, Leiter der MS-Ambulanz und MS-Tagesklinik an der Universitätsklinik Eppendorf. Bei medizinischen Fragen ist der Ärztliche Beirat für unsere Mitglieder jederzeit ansprechbar. Im monatlichen Wechsel beantworten die Ärzte bestmöglich und meist kurzfristig alle Fragen unter anderem rund um Medikamente, Therapieoptionen, Rehabilitation und Nahrungsergänzungsmittel vertraulich und ehrenamtlich per Mail: [aerztlicher.beirat@dmsg-hamburg.de](mailto:aerztlicher.beirat@dmsg-hamburg.de).

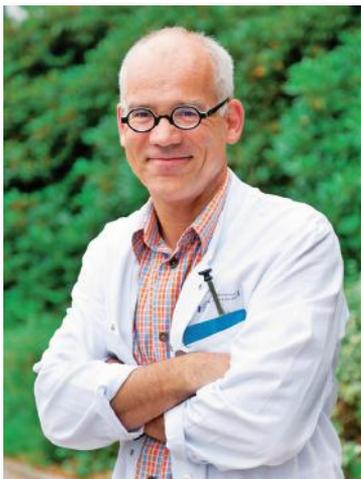
Auch für Vorstand und Mitarbeiter der DMSG Hamburg ist der Ärztliche Beirat der primäre und wichtigste Berater, wenn es um aktuelle medizinische Entwicklungen und Fragestellungen geht. Hinzu kommt die prägende konzeptionelle Vorbereitung und die inhaltliche Ausgestaltung unserer beiden jährlichen, pharmunabhängigen Vortragsreihen, dem Hamburger MS-Forum und dem Neuroimmunologie-Workshop.

Für unsere Mitgliederzeitschrift GEMEINSAM steuert der Ärztliche Beirat regelmäßig wissenschaftlich fundierte Beiträge zu den unterschiedlichsten Themen bei.

Eine besondere Auszeichnung hat Frau Dr. Gabriele Bender, die dem Ärztlichen Beirat seit 2018 angehört, im vergangenen Jahr entgegennehmen dürfen: Das RehaCentrum Hamburg, bei dem sie als Ärztliche Direktorin und Chefärztin der Neurologischen Rehabilitation tätig ist, wurde als MS-Rehabilitationszentrum nach den Kriterien der DMSG zertifiziert. Aus diesem Anlass hat Herr Christian Wulff, seit vielen Jahren engagierter Schirmherr des DMSG-Bundesverbandes, das RehaCentrum im September 2019 besucht und sich von Frau Dr. Bender durch die Abteilungen führen lassen.



oben:  
Christian Wulff,  
Schirmherr der  
DMSG, zu Besuch  
im RehaCentrum  
Hamburg,  
unten:  
Prof. Dr. Christoph  
Heesen, Vorsit-  
zender des Ärzt-  
lichen Beirats



## Keiner muss alleine zuhause bleiben!

### Mobilität durch unseren Fahrdienst

**Unser Fahrdienst ist für viele unserer Mitglieder ein besonders wichtiges Angebot – nämlich für diejenigen, die nicht mehr eigenständig mobil sind und sich keine Beförderung mit einem privaten Anbieter leisten können.**

Wir verfügen über zwei Fahrzeuge mit Rampe, in denen auch Platz für jeweils eine Person im Rollstuhl ist. Der Fahrdienst bringt unsere Mitglieder zum Beispiel zu ihrer Selbsthilfegruppe oder zum Einkaufen, fährt sie für einen Nachmittag „ins Grüne“ oder zu Freunden und Verwandten. Daneben hilft unser Fahrdienst-Team beim Einkauf oder bei kleinen Reparaturen in der Wohnung.



Hartmut Dignas (li.) und Henry Lippeck: Unser Fahrdienst – damit alle aktiv auch am Leben „draußen“ teilnehmen können

Zum Team des Fahrdienstes gehört neben einem Bundesfreiwilligen vor allem unser ehemaliger Bundesfreiwilliger Hartmut Dignas, der früher der Feuerwehr am Flughafen angehörte und der sich in Teilzeit und darüber hinaus ehrenamtlich in seiner Freizeit für uns und unsere Mitglieder einsetzt.

Der Fahrdienst wird von der Oscar und Ilse Vidal-Stiftung und dem Förderkreis der DMSG in Hamburg e.V. unterstützt.

Anzahl der Fahrten:	386
Zurückgelegte Kilometer:	19.274

## Unser Besuchsdienst: Brücken bauen zur Außenwelt

**Mit dem Fortschreiten der Erkrankung und der Zunahme der Einschränkungen verkleinert sich bei vielen Menschen über die Jahre das soziale Umfeld.** Nicht wenige unserer Mitglieder haben dadurch mit großer Einsamkeit zu kämpfen. Hier schaffen wir durch unseren Besuchsdienst im Rahmen des Möglichen Abhilfe. Mit viel Einfühlungsvermögen, Geduld und Offenheit, aber auch mit der Bereitschaft zuzuhören, gelegentlich auch vorzulesen, stellen sich unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter auf die Bedürfnisse der von ihnen besuchten Menschen ein. Sie haben nicht nur ein offenes Ohr für Sorgen und Nöte, sondern erfüllen auch den Wunsch nach Begleitung zu Freizeitaktivitäten, die im Rahmen der Behinderung noch möglich sind. So ist der Besuchsdienst von besonders hohem Wert für diese Mitglieder, er ist oft die einzige Kontaktbrücke zur Außenwelt.

**In der Beratung** erfahren wir immer wieder, wie groß der Bedarf hier ist. Um das Angebot, das heißt, die Zahl der auf diese Weise zwischenmenschlich für unsere Mitglieder tätigen Ehrenamtlichen auszuweiten, nehmen wir daher regelmäßig an der „Aktivoli“-Messe in der Handlungskammer teil. 2019 waren wir als Mitveranstalter an der Organisation beteiligt. Zusätzlich sind wir gut mit diversen Freiwilligenagenturen vernetzt.

**Wir bieten Ehrenamtlichen,** die sich im Besuchsdienst engagieren, die Möglichkeit, an einem Supervisionsseminar teilzunehmen. Unter erfahrener Leitung werden dort auch schwierige Erfahrungen reflektiert. Die Teilnehmer können sich über Eindrücke und Probleme austauschen und gemeinsam mit der Seminarleitung Lösungsansätze suchen.

### **Edith S. über ihre Besuche von Karoline M.:**

*„Der Kontakt zu Karoline ist sehr erfrischend und man sieht manche Dinge von einer ganz anderen Seite. Es macht Spaß, rauszugehen und was anderes zu sehen und zu hören.“*

### **Inge S. über ihre Besuche bei Gudrun L.:**

*„Man lernt immer dazu, wenn man sich intensiv mit anderen Menschen beschäftigt. Jeder hat andere Erfahrungen gesammelt, so dass jedes Gespräch bereichernd ist.“*

## Gemeinsam schaffen wir das!

### Selbsthilfegruppen: eigenständig aktiv unter dem Dach der DMSG Hamburg

**Unsere 25 Selbsthilfegruppen sind über das gesamte Hamburger Stadtgebiet und das Umland verteilt.** Je nach Ausrichtung bieten sie fachlichen Austausch, freundschaftliche Unterstützung, lockeres Beisammensein oder gemeinsame Freizeitaktivitäten. Bei Bedarf unterstützen wir unsere Mitglieder bei der Gründung und der Organisation einer neuen Selbsthilfegruppe und helfen, wenn es einmal zu Problemen kommen sollte.

Die Sprecher der Gruppen treffen sich regelmäßig zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch im Selbsthilfebeirat der DMSG Hamburg.

> **siehe rechts**

## Selbsthilfebeirat: wichtige Aspekte für unsere Arbeit

Wie unser Ärztlicher Beirat hat auch unser Selbsthilfebeirat eine wichtige beratende Funktion. **Er trägt die Anliegen, die aus der Sicht von Menschen mit MS aktuell von Bedeutung sind, an unsere Mitarbeiter und den Vorstand heran.** Aus diesem Grund ist der Vorsitzende des Selbsthilfebeirats automatisch auch Mitglied im Vorstand.



Setzen sich im Selbsthilfebeirat ein:  
Lydia Boothe und Markus van de Loo

Im Selbsthilfebeirat sind die gewählten Vertreter unserer 25 Selbsthilfegruppen organisiert. Sie treffen sich mehrmals im Jahr zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch. Weitere Informationen und Anregungen erhält der Selbsthilfebeirat über seine Kontakte zu anderen Selbsthilfe- und Behinderteneinrichtungen in Hamburg, wie der Landesarbeitsgemeinschaft für behinderte Menschen (LAG) oder den Kontakt- und Informationsstellen für Selbsthilfegruppen (KISS). Der Vorsitzende des Selbsthilfebeirats ist Markus van de Loo.

*Austausch, Mitgestaltung,  
Einflussnahme: Unsere Mitglieder-  
versammlung bietet viele  
Möglichkeiten, sich aktiv in die  
Vereinsarbeit einzubringen.*

## Unsere Mitgliederver- sammlung: die DMSG aktiv mitgestalten

Einmal im Jahr laden wir alle unsere Mitglieder zur Mitgliederversammlung ein. **Diese Veranstaltung ist eine wichtige Gelegenheit für die Mitglieder, auf die Schwerpunkte unserer Arbeit und die Zukunft unseres Vereins Einfluss zu nehmen.** Vorstand, Mitarbeiter und Vertreter des Ärztlichen Beirats stellen sich an diesem Tag den Fragen und auch der Kritik der Mitglieder. So hat jedes Mitglied die Möglichkeit, sich einzubringen und durch diese Art der Mitgestaltung aktive Selbsthilfe zu erleben. Um noch mehr interessierte Teilnehmer für unsere Mitgliederversammlung zu gewinnen, bieten wir seit 2018 zusätzlich zu den gesetzlich vorgeschriebenen Tagesordnungspunkten einen Fachvortrag an.

**2019 hat Frau Dr. Gabriele Bender, Mitglied unseres Ärztlichen Beirats, zum Thema „Reha-Antrag richtig stellen!“ referiert** und im Anschluss die Fragen des Publikums beantwortet. Eine weitere Bedeutung erhält die Mitgliederversammlung als soziales Event – sie ist eine gute Möglichkeit für alle, um mit alten Bekannten wieder ins Gespräch und mit neuen in Kontakt zu kommen.



## „Offener Treff“ für junge Menschen mit MS: eine Tür zur DMSG

Junge Menschen scheuen oftmals vor einem ersten Kontakt mit der Selbsthilfe zurück. Die Gründe dafür sind unterschiedlich – viele verdrängen zunächst jeden Gedanken an die Erkrankung, manche haben kaum oder keine Symptome, so dass sie noch keine Notwendigkeit sehen, andere wiederum empfinden Selbsthilfegruppen und -vereine als altmodisch. All diese Menschen **vorsichtig an die Möglichkeiten der Selbsthilfe und an unsere Hilfsangebote heranzuführen, ist das Ziel unseres „Offenen Treffs“.**

Wir bieten den „Offenen Treff“ einmal im Monat in einem Lokal in Rotherbaum an. In lockerer Atmosphäre können sich junge Menschen mit MS unverbindlich ein Bild von der DMSG machen und sich untereinander austauschen. Der „Offene Treff“ ist kostenfrei und kann ohne vorherige Anmeldung besucht werden. Außerdem dürfen Freunde, Partner oder Angehörige mitgebracht werden. Im Vordergrund steht der Austausch von Erfahrungen und Gedanken der Betroffenen. Diese und ähnliche Fragen werden dort regelmäßig besprochen:

- > *Wie gehe ich mit der MS um?*
- > *Wie kann ich mich gegenüber Angehörigen, Freunden oder dem Arbeitgeber verhalten, wenn es wegen der Erkrankung zu Schwierigkeiten oder Konflikten kommt?*

Weitere häufige Themen:

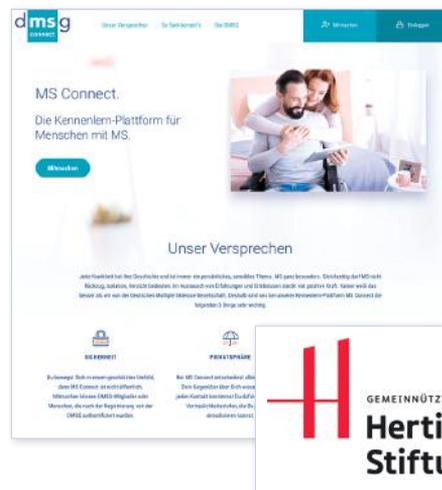
- > *Krankheitsverläufe der MS, berufliche Perspektiven, Familienplanung, Ernährung, Sport und alles, was die Teilnehmer aktuell sonst noch bewegt.*

**Um auf Wunsch bei Fragen zu unterstützen, die nicht in der Runde der Betroffenen geklärt werden können, wird der „Offene Treff“ von einem Sozialpädagogen der DMSG begleitet.** Oft ergibt sich daraus ein dauernder Kontakt, häufig auch eine Mitgliedschaft, die dort aber nicht aktiv eingefordert wird.

## MS Connect – bundesweit in Verbindung

**Das soziale Netzwerk der DMSG „MS Connect“ ermöglicht es Menschen mit MS und ihren Angehörigen sich kennenzulernen, miteinander regional und überregional zu vernetzen und später auf Wunsch auch privat auszutauschen.** Nutzer haben außerdem die Möglichkeit, Gruppen zu bestimmten Themen einzurichten. Der Vorteil gegenüber anderen sozialen Netzwerken: Auf „MS Connect“ lassen sich neue Kontakte gezielt nach Kriterien suchen, die für Menschen mit MS besonders relevant sind. Neben den klassischen Eckdaten wie Beruf, Hobbys, Alter oder Wohnort können Nutzer auch nach Art und Intensität der Erkrankung, Therapien oder Hilfsmitteln gefiltert werden. Trotzdem bleibt die Privatsphäre geschützt. Nutzer können ihre Kontakte nach Bekanntheitsgraden klassifizieren und so – wenn sie das wollen – einzelnen Teilnehmern unterschiedliche oder schrittweise mehr Informationen über sich preisgeben. Welche Informationen im Profil zu sehen sind und für wen, bestimmt also der Nutzer selbst. Außerdem wird ein Account erst nach Authentifizierung durch die DMSG freigeschaltet.

*Dieses Projekt wurde in der Entwicklungsphase von der Gemeinnützigen Hertie-Stiftung finanziell unterstützt. An den laufenden Kosten beteiligt sich die Techniker Krankenkasse.*



## Unabhängige Informationen für alle

Wer heute seine MS-Diagnose erhält, sieht sich einem Dschungel an oft widersprüchlichen Informationen aus den unterschiedlichsten, nicht immer vertrauenswürdigen Quellen gegenüber. Unsere Publikationen und Veranstaltungen sind frei von Pharmsponsoring. So können wir Interessenkonflikte von vornherein ausschließen und Informationen aus unabhängigen Quellen anbieten. Dafür erhalten wir wertvolle Unterstützung von unserem Ärztlichen Beirat und von unseren Mitgliedern selbst. Es werden zum Beispiel die Referenten für unsere große Patientenveranstaltung, das **Hamburger Multiple Sklerose Forum**, in enger Absprache mit an der Vorbereitung beteiligten Mitgliedern ausgewählt. Bei den Vortragsthemen orientieren wir uns stark an den Wünschen und Rückmeldungen, die wir nach der Veranstaltung und das Jahr über in unseren Beratungsgesprächen erhalten.

*Das Hamburger Multiple Sklerose Forum 2019 konnte dank der finanziellen Unterstützung durch die Paul- und Helmi-Nitsch-Stiftung und die BARMER stattfinden.*

### Themen des 18. Hamburger Multiple Sklerose Forums am 25. Mai 2019

- > 3000 Jahre chinesische Heilkunst – was sagt sie zu MS?
- > Blasenstörung bei MS – wie bleibe ich unabhängig?
- > Immuntherapie 2019 – Was gibt es Neues?
- > Umgang mit MS – Chancen in der Ungewissheit?

Unsere jährliche Fortbildung für an MS interessierte Mediziner, der **Neuroimmunologie-Workshop**, findet in Kooperation mit der DMSG Schleswig-Holstein statt. Hier tauschen erfahrene, bereits intensiv mit MS befasste Mediziner neue Erkenntnisse untereinander aus und führen junge Mediziner in komplexe Themen der Diagnostik und Therapie ein. Der Workshop steht in Konkurrenz zu den unzähligen ähnlichen Veranstaltungen, die von den Apotheken und großen Medikamentenherstellern angeboten werden. Für die Referenten- und Themenauswahl ist unser Ärztlicher Beirat unter dem Vorsitz von Prof. Dr. Christoph Heesen zuständig. Die Ärztekammer Hamburg hat den Workshop mit fünf Fortbildungspunkten bewertet.



*Das Hamburger MS-Forum bietet ein jährliches Update zu den aktuellsten Entwicklungen und gefragtesten Themen im Bereich MS.*

**Themen des 20. Neuroimmunologie-Workshops am 16. Februar 2019**

- > Virusenzephalitiden – alte und neue Erreger
- > MS-Diagnosekriterien 2017 – Nutzen und Schaden
- > Meningeale und kortikale MS – ein neuer Subtyp?
- > Neue MS-Immuntherapien: Siponimod, Ibudilast, JAK-Inhibitoren
- > NMO-Therapie: Time is myelin?
- > Neurofilament light und andere Biomarker – Glaube, Hoffnung, Evidenz?
- > Klinische MS-Studien am UKE – Ergebnisse der letzten 5 Jahre
- > Update gliale und neuronale Antikörper
- > Fatigue-Therapien
- > MS-Rehabilitation: Wann, wie und wo?

**GEMEINSAM 2019**

Ausgaben: 4 (quartalsweise)  
Auflage: 1.700

**Titelthemen:**

- > Hilfsmittel – für Unabhängigkeit und Teilhabe
- > Wenn die MS einen schweren Verlauf nimmt
- > Empowerment und Krankheitsbewältigung
- > Ernährung – Essen gegen MS

Unsere Website **www.dmsg-hamburg.de** haben wir 2019 komplett neu überarbeitet und neu gestaltet. Auf diese Weise möchten wir Mitglieder und Interessierte noch übersichtlicher und besser strukturiert über Neues rund um MS, die DMSG in Hamburg und unsere vielen Angebote und Veranstaltungen informieren. Und wer keine Lust auf einen regelmäßigen Besuch unserer Website hat, abonniert einfach unsere Facebook-Seite und bleibt so immer auf dem aktuellsten Stand.

Besucher Website:	692.812
Abonnenten Facebook:	479



Ganz ohne Anzeigen und die Unterstützung von Pharma-Unternehmen kommt auch unsere **Mitgliederzeitschrift GEMEINSAM** aus. Unabhängige Informationen und Mitgliederinteressen stehen im Mittelpunkt. Die GEMEINSAM spiegelt die Themen wieder,

die aktuell von unseren Mitgliedern, zum Beispiel über Beratungsgespräche, besonders stark an uns herangetragen werden. Auch sonst spielen unsere Mitglieder hier eine große Rolle: In Berichten und Interviews teilen sie als Experten in eigener Sache ihr Wissen, ihre Probleme und ihre Erfahrungen mit den Lesern. Wir sind unseren Mitgliedern für ihre Offenheit und ihren Erfahrungsschatz, mit dem sie unsere Zeitschrift immer wieder bereichern, sehr dankbar. Ebenfalls sind wir unserem Ärztlichen Beirat zu großem Dank verpflichtet, der sich dort immer wieder fachkundig äußert.

## Besser leben mit der MS

Wir bieten unseren Mitgliedern für ein besseres Leben mit der MS nicht nur Beratung und Informationen, sondern auch vielfältige Seminare und Workshops rund um Sport, Entspannung, Familie und Alltag. Eine Jahresübersicht über diese Angebote finden Mitglieder und Angehörige in unserem **Seminarplan**, den wir gemeinsam mit Niedersachsen und Schleswig-Holstein herausgeben. **Drei der Seminare aus unserem Programm stellen wir Ihnen hier kurz vor:**

Menschen, die ihre Diagnose gerade erst bekommen haben, stehen vor besonderen Herausforderungen. Daher bieten wir jedes Jahr das

Die Produktion der GEMEINSAM wird unterstützt von der Deutschen Rentenversicherung Bund.

Gruppenprogramm **Krankheitsbewältigung bei MS** an. Zwei MS-erfahrene Psychologen unterstützen Neubetroffene dabei, Gefühle von Verunsicherung, Hilflosigkeit, Angst und Depression zu bewältigen, besser mit den erlebten Veränderungen im beruflichen und privaten Umfeld umzugehen und ihre Lebensqualität zu erhalten. Um der großen Nachfrage gerecht zu werden, bieten wir diesen Workshop zweimal im Jahr an.

Die **Kommunikation der eigenen Grenzen** kann Menschen mit MS vor große Probleme stellen, vor allem, wenn ihre Symptome nicht sichtbar sind. Häufig stoßen sie auf Unverständnis, von ihnen geäußerte Bedürfnisse werden nicht ernstgenommen oder als Ausrede eingestuft. Unter Anleitung einer Psychologin kamen die Teilnehmer dieses Seminars ihrem Selbstbild und ihrer Selbstdarstellung auf die Spur. Anhand verschiedener Methoden erarbeiteten sie ihren eigenen Weg in der Kommunikation mit anderen und erhielten Einsicht in die Möglichkeiten, wie sie ohne viel Erklärung zu ihren Grenzen stehen können.

Der Rollstuhl bedeutet für viele Menschen mit MS, die bislang noch nicht auf dieses Hilfsmittel angewiesen sind, ein Art Schreckgespenst. Die meisten Rollstuhlfahrer betrachten ihn hingegen als wichtige Voraussetzung für Mobilität und Teilhabe am beruflichen und gesellschaftlichen Leben, er ist für sie unverzichtbar. Oftmals beruht die Diskrepanz zwischen diesen beiden Gruppen auf Unsicherheit und der Angst davor, im Alltag nicht mit dem Rollstuhl zurechtzukommen oder generell stigmatisiert zu werden. Hier setzt unser **Rollstuhltraining** an: Auf einem Trainingsparcours können die Teilnehmer mit dem eigenen oder einem vor Ort ausgeliehenen Rollstuhl das Fahren und Überwinden von Hindernissen üben. Familienangehörige und alle weiteren, die den Betroffenen im Alltag unterstützen, sind ebenfalls willkommen; sie erhalten eine Anleitung zum gesundheitsbewussten Helfen und Assistieren. Bestandteil des Trainings ist außerdem die Beratung für die Suche nach dem individuell passenden Rollstuhl, damit Betroffene eine gute Wissensbasis für den Besuch im Sanitätshaus und den Kontakt mit der Krankenkasse haben.

### Seminarplan 2019 – Angebote in Hamburg

- > *Angebot für Neubetroffene/  
Krankheitsbewältigung bei MS*
- > *Unsichtbar betroffen: Wie kommuniziere ich meine Grenzen*
- > *Die eigenen Kraftquellen stärken*
- > *Stand Up Paddling*
- > *Qigong – So fühle ich mich leicht und lebendig*
- > *Selbsthypnose:  
Viel mehr als nur Entspannung!*
- > *Segelfreizeit*
- > *Ein Tag bei Hagenbeck! Aktionstag für MS-Betroffene mit Kindern*
- > *Sportwoche in Rheinsberg*
- > *Supervision für Ehrenamtliche im Besuchsdienst*
- > *Rollstuhltraining und Mobilitätsförderung für Betroffene und Helfer*

Zusätzlich zu unserem Seminarprogramm konnten wir dank der finanziellen Unterstützung durch die Collette-Hecht-Stiftung zweimal einen Kurs **Hippotherapie** (= Therapeutisches Reiten) anbieten. Obwohl die Wirksamkeit dieser Therapieform bei Multipler Sklerose durch mehrere Studien belegt werden konnte, wird sie leider nach wie vor nicht von den Krankenkassen übernommen. Jahr für Jahr müssen wir daher aufs Neue nach Fördermöglichkeiten suchen, da der finanzielle Aufwand für die Hippotherapie zum einen sehr hoch ist und wir sie zum anderen möglichst vielen unserer Mitglieder zugänglich machen wollen. Dass sich der Aufwand lohnt, davon überzeugen uns die Rückmeldungen der Teilnehmer immer wieder, die regelmäßig von einer deutlichen Verminderung der Spastizität und Fatigue-Symptomatik sowie von einer verbesserten Gleichgewichts- und Gehfähigkeit berichten.



## Die MS ist nicht alles

Natürlich ist Multiple Sklerose unser Thema Nummer eins. **Wir glauben aber, dass man mit MS nur dann gut leben kann, wenn man sie auch von Zeit zu Zeit für ein paar lange Augenblicke vergisst.** Da dies im Alltag nicht immer ganz einfach ist, haben wir ein paar Veranstaltungen im Programm, die dabei helfen sollen.

**Die abenteuerlichste ist mit Sicherheit unsere SEGELFREIZEIT.** Wenn einem der Wind um die Nase weht und jede helfende Hand gefragt ist, bleibt wenig Zeit für Sorgen und grüblerische Gedanken. Stattdessen werden erstaunliche Fähigkeiten wieder oder neu zu Tage gefördert und es gibt für wirklich jeden etwas zu tun, egal, wie groß die Einschränkungen sind. Nicht umsonst ist der Segeltörn mit dem historischen Traditionsegelschiff „Fortuna“ durch die dänische Südsee jedes Jahr innerhalb kürzester Zeit ausgebucht. Die kompetente Crew des gemeinnützigen Vereins Mignon Segelschiffahrt e.V. hat die Segelfreizeit 2019 zum 21. Mal für uns durchgeführt.



**Nicht weniger beliebt und aktiv: Unsere SPORTWOCHE im rollstuhlgerechten „Seehotel Rheinsberg“.** Alle Angebote sind komplett barrierefrei, so dass auch hier die MS schnell zur Nebensache wird und endlich einmal jeder alles mitmachen kann. Es gibt eine multifunktionale Sporthalle, ein Schwimmbad mit Lifter und Rutsche, eine barrierefreie Sauna, eine rollstuhlgerechte Kegelbahn und vieles mehr. Wer möchte, kann Handbikes und Scooter ausprobieren. Zusätzlich organisieren wir verschiedene Angebote wie tägliches Qi Gong, gemeinsame Besichtigungen, Schifffahrten und Konzerte.

*2019 haben die Oscar und Ilse Vidal-Stiftung und der Förderkreis der DMSG in Hamburg e.V. einen großen Teil der Kosten für die Segelfreizeit und die Sportwoche getragen.*

**Bei unseren beiden ADVENTSFEIERN steht die Geselligkeit im Vordergrund.** Einfach nur zusammen klönen, singen, die weihnachtliche Atmosphäre und den schönen Ausblick von der Kuppel des Augustinums auf Hafen und Elbe genießen – dazu laden wir alle unsere Mitglieder jedes Jahr an zwei Samstagen im Dezember ein. Als besonderes Highlight gibt es ein kleines Konzert, mal von einer ganzen Band, mal von einem Duo oder einem Solokünstler. Für Mitglieder, die den Weg aufgrund ihrer Mobilitätseinschränkungen nicht eigenständig bewältigen können, organisieren wir einen für die Teilnehmer kostenfreien Fahrdienst. So muss wirklich niemand zuhause bleiben!

**Viele schöne Momente jenseits des Alltags bieten auch unsere verschiedenen AUSFLÜGE zu Attraktionen in Hamburg und Umgebung.** 2019 haben wir für alle Mitglieder einen Sommerausflug ins Miniaturwunderland angeboten, Familien mit Kindern haben wir zusätzlich zu einem Tag im Tierpark Hagenbeck eingeladen.

*Unsere Ausflüge werden hauptsächlich durch den Förderkreis der DMSG in Hamburg e.V. finanziert.*

# Ihr Einsatz für die DMSG Hamburg

Auf den vorangegangenen Seiten konnten Sie sich ein Bild von unserer Arbeit und unseren Angeboten machen. **All dies ist nicht möglich ohne die zuverlässige ehrenamtliche und finanzielle Unterstützung von vielen verschiedenen Menschen und Unternehmen.** Wir würden uns sehr darüber freuen, wenn auch Sie sich diesem Kreis anschließen möchten. So können Sie uns unterstützen:

## Tatkräftig

Fast 100 Menschen schenken uns und unseren Mitgliedern einen Teil ihrer Kraft, ihrer Sachkompetenz, ihrer Zeit und ihrer Anteilnahme in einem **Ehrenamt**. Sie helfen da, wo es nötig ist und meist noch darüber hinaus. Ohne diesen Einsatz würden wir vieles nicht schaffen. Wir bemühen uns darum, das Team unserer Ehrenamtlichen ständig zu vergrößern, um allen Bedürfnissen und Wünschen gerecht werden zu können. Auch das ist leider nicht einfacher geworden.

Vor allem in folgenden Bereichen suchen wir immer wieder ehrenamtliche Unterstützung: Besuchsdienst für Mitglieder, die im Heim leben oder ihr Haus nicht mehr eigenständig verlassen können, Unterstützung bei unseren Veranstaltungen, Mithilfe bei Versandaktionen und Begleitung von Ausfahrten. Um die ehrenamtlichen Mitarbeiter gut auf ihre Einsätze vorzubereiten, bieten wir Gedankenaustausch mit den hauptamtlich Tätigen und Supervision für den Besuchsdienst an.

Ein Ehrenamt kann vieles verändern, Kontakte und Perspektiven schaffen. **Vielleicht wollen ja auch Sie sich für uns und unsere Mitglieder einsetzen. Sprechen Sie gerne jemanden aus unserem Team an! Das verpflichtet Sie zu gar nichts!**

## Finanziell

Unsere Arbeit ist ohne regelmäßige **Spenden** von Privatpersonen, Krankenkassen, Unternehmen und Stiftungen nicht möglich. Wir erhalten keine öffentlichen Gelder und finanzieren uns nur über Spenden, Mitgliedsbeiträge und Erbschaften. Wenn auch Sie einen Beitrag dazu leisten wollen, dass wir die hier vorgestellten Angebote aufrechterhalten und im besten Fall erweitern können, dann freuen wir uns sehr über Ihre Zuwendung.

### UNSER SPENDENKONTO

DMSG Landesverband Hamburg e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE41 2512 0510 0009 4669 00  
BIC: BFSWDE33HAN

### ONLINE-SPENDE

Nutzen Sie dafür das Spendenformular auf unserer Website:  
[www.dmsg-hamburg.de /spenden](http://www.dmsg-hamburg.de/spenden)

### ANLASS-SPENDE

Die verschiedensten Anlässe eignen sich dazu, um gemeinsam mit Freunden und Verwandten Spenden zu sammeln, z. B. eine Hochzeit, ein Firmenjubiläum oder ein runder Geburtstag. Aber auch ein trauriger Anlass wie eine Beerdigung kann dazu beitragen, Menschen mit MS zu helfen. Geben Sie auf der Traueranzeige oder Karte unser Spendenkonto und ein Stichwort an, das Sie vorab mit uns vereinbaren. Freunde und Angehörige können dann ihre Spende mit Angabe des Stichworts direkt an die DMSG Hamburg überweisen.

### Zuwendungen sind steuerbegünstigt.

Um eine Spende steuerlich abzusetzen, reicht bei einem Betrag bis 200 Euro ein Bareinzahlungsbeleg oder eine Buchungsbestätigung Ihrer Bank. Auf Wunsch bescheinigen wir Ihnen natürlich auch geringere Spendenbeiträge.

## „TESTAMENTSSPENDE“

(Erbchaften und Vermächtnisse)

Neben den regelmäßigen und unregelmäßigen großen und kleinen Spenden haben Erbchaften und Vermächtnisse für uns als gemeinnützigen Verein eine besondere Bedeutung. Denn diese helfen uns dabei, unseren Haushalt und die Finanzierung unserer vielen verschiedenen Angebote langfristig zu sichern.

Wir haben unsere Erbchaftsbroschüre daher im vergangenen Jahr komplett überarbeitet und neu herausgegeben. Wir stellen Ihnen darin unter anderem drei unserer Angebote vor, die uns sehr am Herzen liegen und für die wir besonders auf finanzielle Unterstützung angewiesen sind: die langfristige Absicherung der Beratung für Schwerbetroffene, des Fahrdienstes und der Hippotherapie. Außerdem haben wir für Sie die wichtigsten Informationen zum Thema Erbrecht und zur Testamentsgestaltung zusammengefasst. Wir senden Ihnen gerne ein Exemplar zu. Bitte rufen Sie uns dazu einfach an oder schreiben Sie uns.

Darüber hinaus können Sie sich jederzeit vertrauensvoll und völlig unverbindlich an unseren Vorsitzenden Dr. jur. Ludwig Linder oder unsere Geschäftsführerin Andrea Holz wenden, um Fragen zu diesem Thema zu klären oder einen persönlichen Gesprächstermin zu vereinbaren:



**Dr. jur. Ludwig Linder:**

[linder@dmsg-hamburg.de](mailto:linder@dmsg-hamburg.de)

**Andrea Holz:**

[holz@dmsg-hamburg.de](mailto:holz@dmsg-hamburg.de)

**Gerne können Sie sich auch zu diesem Thema kurzerhand telefonisch über unsere Geschäftsstelle mit uns in Verbindung setzen: Tel. 040-422 44 33.**

## Ideell

Auch wenn Sie nicht an MS erkrankt sind, können Sie **Mitglied** bei der DMSG Hamburg werden und uns auf diese Weise sowohl ideell als auch finanziell durch Ihren Mitgliedsbeitrag unterstützen. **Je mehr Menschen hinter uns stehen, desto schlagkräftiger können wir argumentieren und handeln und uns für die Rechte behinderter Menschen einsetzen.** Wer den Mitgliedsbeitrag von gegenwärtig 50 Euro im Jahr nicht aufbringen kann, hat die Möglichkeit, sich ganz oder teilweise freistellen zu lassen. Förderer können den Mindestbeitrag durch eine Spende beliebig erhöhen. Die Beitrittserklärung erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle oder auf [www.dmsg-hamburg.de](http://www.dmsg-hamburg.de) unter dem Punkt „Mitglied werden“. Mitgliedsbeiträge können Sie wie Spenden steuerlich geltend machen (siehe dazu S. 19: „Zuwendungen sind steuerbegünstigt“).

## Wir sagen „Danke“

### An unsere Ehrenamtlichen

**Ein großer Teil unserer Arbeit wird durch Ehrenamtliche geleistet** – während ihrer Rente oder in ihrer Freizeit. Viele unserer Angebote wären ohne dieses Engagement nicht möglich. Zum Beispiel werden unser Besuchsdienst und „Betroffene beraten Betroffene“ komplett von Ehrenamtlichen geleistet. Auch für unsere Veranstaltungen sind die vielen helfenden Hände unverzichtbar: Als Standbesetzung auf unserem Hamburger MS-Forum und der Freiwilligenbörse „Aktivoli“ versorgen sie interessierte Besucher mit Informationen und stehen Rede und Antwort zu Fragen rund um die DMSG. Ehrenamtliche setzen sich als Begleitung für Mitglieder auf unseren Mai- und Heimausfahrten ein und sorgen dafür, dass sich die Gäste auf unseren Adventsfeiern rundum wohl fühlen. Zu guter Letzt haben Ehrenamtliche die große Verantwortung übernommen, unseren Verein als Vorstandsmitglieder mit viel Fachkompetenz und hohem Arbeitseinsatz sicher durch die Gegenwart und in die Zukunft zu steuern. Diesen engagierten Menschen gilt unser ganz besonderer, herzlicher Dank!

## An unsere Förderer

Dank der beständigen, zuverlässigen und großzügigen finanziellen Unterstützung von Firmen, Stiftungen und Privatpersonen können wir viele unserer Angebote erhalten, erweitern und gelegentlich auch Neues planen. Wir sind sehr froh darüber, dass unsere Arbeit durch diese Förderung von außen von Jahr zu Jahr immer wieder auf sichere Füße gestellt wird.

Dies sind unsere wesentlichen Förderer 2019:

### STIFTUNGEN

- Collette-Hecht-Stiftung
- DMS Stiftung / Fraemke- und Hilfsfonds
- Gemeinnützige Hertie-Stiftung
- Gustav Leicke Stiftung
- Hermann Hell Stiftung
- Oscar und Ilse Vidal-Stiftung
- Paul- und Helmi-Nitsch-Stiftung
- Stiftung „Christliche Fördergemeinschaft für Menschen in Not“
- Stiftung Friedrich Wilhelm und Monika Kertz
- Stiftung Poliklinik
- VDK Stiftung Hamburg
- Werny-Schmarje-Nachlaß-Stiftung
- Wilhelm und Else Steenbeck-Stiftung
- und andere Stiftungen und Einrichtungen, die ausdrücklich nicht genannt werden wollen.

### FÖRDERKREIS DER DMSG IN HAMBURG E.V.

Der Förderkreis der DMSG Hamburg e.V. wurde 2001 gegründet. Seitdem unterstützen seine Mitglieder unsere Arbeit.

### KRANKENKASSEN

BARMER  
BKK / Landesverband Nordwest  
Techniker Krankenkasse

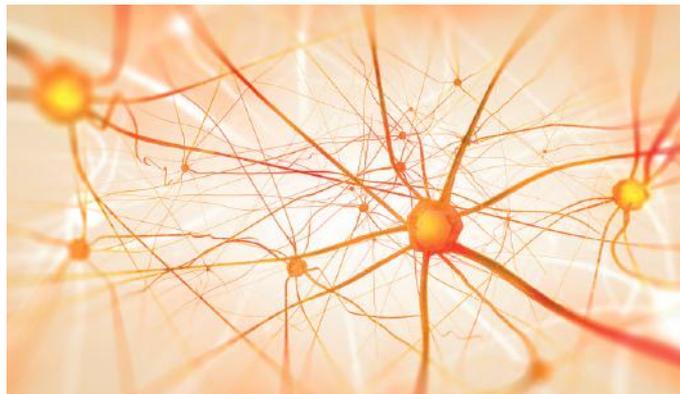
### DEUTSCHE RENTENVERSICHERUNG BUND

## Was ist MS?

**Multiple Sklerose (MS) ist eine entzündliche und bislang unheilbare Erkrankung des Zentralen Nervensystems, die das Gehirn und das Rückenmark umfasst.** Sie bricht in den meisten Fällen im Alter zwischen 20 und 40 Jahren aus, wenn sich viele Menschen Gedanken über ihre berufliche und familiäre Zukunft machen, die nun nicht mehr planbar erscheint. Denn die Krankheit lässt noch viele Fragen unbeantwortet und ist in Verlauf, Beschwerdebild und Therapieerfolg von Patient zu Patient so unterschiedlich, dass sich allgemeingültige Aussagen nur bedingt machen lassen. Diese Unsicherheit stellt eine besondere Belastung für die Betroffenen dar. In Deutschland leben nach Zahlen des Bundesversicherungsamtes mehr als 240.000 Menschen mit MS.

### MS ist auch als „die Krankheit mit den 1000 Gesichtern“ bekannt. Hier sind einige davon:

- Entzündungen des Sehnervs, damit verbunden Sehstörungen
- Spastische Lähmungen
- Taubheitsgefühle
- Unsicherheit beim Gehen und Greifen
- Sprach- und Schluckstörungen
- Blasen- und Darmstörungen
- Fatigue (schnelle Ermüdbarkeit, starke Erschöpfung)
- Kognitive Störungen (Einschränkungen der Aufmerksamkeit, Gedächtnisleistung, Konzentration)
- Sexuelle Funktionsstörungen
- Depressionen



# Finanzbericht 2019

**Wir berichten für 2019 über ein finanziell ganz ungewöhnliches Geschäftsjahr:** Aus einer großzügigen Erbschaft ist ein erfreulicher Mittelzufluss zu verzeichnen. Dieser hat – zusammen mit anderen dafür zurückgelegten Mitteln, insbesondere mit solchen, die noch aus der NDR-Benefizaktion „Hand in Hand für Norddeutschland“ stammen – die dringend notwendige, teilweise auch unfreiwillige, umfangreiche Renovierung unserer Geschäftsstelle ermöglicht. Wir haben diese Gelegenheit auch dazu genutzt, unsere Räume deutlich barriereärmer zu machen.

## Im Einzelnen:

Die Ertragspositionen setzen sich insbesondere aus Mitgliedsbeiträgen, Spenden, Erbschaften, Zuschüssen und Teilnehmerbeiträgen sowie der Auflösung von Rückstellungen zusammen. Sie belaufen sich diesmal – einschließlich des (Netto-)Finanzergebnisses von 8.324,86 Euro – auf insgesamt 732.008,19 Euro. Der Aufwand der DMSG Hamburg betrug insgesamt 723.183,73 Euro. Davon resultieren 277.674,07 Euro aus den Personalkosten für unsere Mitarbeiter. Die mit 272.614,72 Euro im Vergleich zu den Vorjahren deutlich höheren sonstigen betrieblichen Aufwendungen betreffen zu einem großen Teil in 2019 getätigte Ausgaben für den wesentlichen Teil der Renovierung unserer Geschäftsstelle; weiterer Aufwand dafür wird in 2020 auszuweisen

sein. Für spezielle Betreuungsleistungen und Projekte sowie Öffentlichkeitsarbeit sind Aufwendungen von 93.906,04 Euro angefallen.

Infolge der großzügigen Zuwendungen ergibt sich auch nach den hohen Renovierungskosten und nach Berücksichtigung weiterer kleinerer Aufwandspositionen in diesem Jahr erfreulicherweise ein Überschuss von 8.824,46 Euro (nach einem Jahresfehlbetrag von 55.760,10 Euro im Vorjahr!). Dieser wird den Rücklagen zugeführt.

**Wir danken allen, die uns im Jahr 2019 finanziell unterstützt haben.** Hervorheben möchten wir an dieser Stelle auch das Ergebnis unseres Weihnachtsbriefs, der wieder viele Menschen dazu bewogen hat, uns mit kleineren und größeren Beträgen zu bedenken. So sind dadurch bei uns insgesamt 27.490 Euro eingegangen, die wir dem erbetenen Spendenzweck entsprechend für die umfassenden Unterstützungsangebote unserer Sozialberatung einsetzen werden.

Um die von der DMSG Hamburg übernommenen Aufgaben weiterhin im Interesse unserer MS-betroffenen Mitglieder und ihrer Angehörigen umsetzen zu können, sind wir auch in Zukunft dringend auf Spenden und Erbschaften angewiesen, um die wir auch an dieser Stelle bitten.

*Dr. Christof Domrös,  
kommissarischer Schatzmeister*

## Gewinn- und Verlustrechnung

DMSG Landesverband Hamburg e.V.

01.01.2019 bis 31.12.2019

	01.01.-31.12.2019	01.01.-31.12.2018
	EUR	EUR
1. Erträge aus Beiträgen	75.052,90	73.066,90
2. Erträge aus Spenden, Geldbußen, Erbschaften		
a. Allgemeine Spenden	65.695,53	55.858,85
b. Geldbußen	500,00	3.053,00
c. Nachlässe / Erbschaften	216.630,24	16.352,64
d. Erträge Erbschaften (Finanzausgleich)	2.443,21	2.473,92
e. Spendenaktion NDR	100.599,36	40.599,36
	<hr/>	<hr/>
	385.868,34	118.337,77

2019

01.01.-31.12.2019

01.01.-31.12.2018

	EUR	EUR
<b>3. Erträge aus Zuschüssen</b>		
a. Zuschüsse der Krankenkassen und des Versicherungsträgers	105.039,10	53.895,00
b. Zuschüsse von Stiftungen	97.150,15	86.488,77
c. Sonstige Zuschüsse	16.000,00	21.500,00
	<u>218.189,25</u>	<u>161.883,77</u>
<b>4. Erträge für Betreuung, Projekte und Öffentlichkeitsarbeit</b>		
a. Teilnehmerbeitrag Ausflüge und Veranstaltungen	696,00	1.313,00
b. Teilnehmerbeitrag Seminare	16.300,00	16.860,00
	<u>16.996,00</u>	<u>18.173,00</u>
<b>5. Sonstige betriebliche Erträge</b>		
a. Auflösung von Rückstellungen und Sonderposten	24.676,06	58.131,80
b. Weitere Erträge	2.900,78	3.262,25
	<u>27.576,84</u>	<u>61.394,05</u>
	<u>723.683,33</u>	<u>432.855,49</u>
<b>6. Personalaufwand</b>		
a. Löhne und Gehälter	227.892,75	231.967,69
b. Soziale Abgaben und Aufwendungen für Altersversorgung	49.781,32	49.528,98
	<u>277.674,07</u>	<u>281.496,67</u>
<b>7. Abschreibungen auf immaterielle Vermögensgegenstände des Anlagevermögens und Sachanlagen</b>	22.020,85	24.660,00
<b>8. Aufwendungen für Betreuung, Projekte und Öffentlichkeitsarbeit</b>		
a. Betreuung und Projekte	69.300,90	61.832,17
b. Öffentlichkeitsarbeit	24.605,14	19.178,63
<b>9. Aufwand aus Finanzausgleich</b>	56.854,05	19.917,53
<b>10. Sonstige betriebliche Aufwendungen</b>		
a. Raumaufwand	151.166,06	31.600,66
b. Sonstiger Aufwand	121.448,66	55.237,47
	<u>272.614,72</u>	<u>86.838,13</u>
<b>11. Finanzergebnis</b>	-8.324,86	-5.421,54
<b>12. Sonstige Steuern</b>	114,00	114,00
<b>13. Jahresüberschuss/Jahresfehlbetrag</b>	8.824,46	-55.760,10
<b>14. Entnahmen aus den Rücklagen</b>	0,00	55.760,10
<b>15. Einstellungen in die Rücklagen</b>	8.824,46	0,00
<b>16. Bilanzgewinn</b>	<u>0,00</u>	<u>0,00</u>

Corona-bedingt steht der Jahresabschluss 2019 noch unter Gremienvorbehalt.

# 2019

## Jahresbericht 2019

**Deutsche Multiple  
Sklerose Gesellschaft  
Landesverband Hamburg e.V.**

Eppendorfer Weg 154 - 156  
20253 Hamburg  
Telefon 040 - 4 22 44 33  
Telefax 040 - 4 22 44 40  
info@dmsg-hamburg.de  
www.dmsg-hamburg.de

**Spendenkonto**

DMSG Landesverband Hamburg e.V.  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE41 2512 0510 0009 4669 00  
BIC: BFSWDE33HAN