

Ausgabe 165 Nr. 2 2025

dmsg
hessen

DABEI in Hessen

Das Mitgliedermagazin des DMSG Landesverbandes Hessen



Top-Thema dieser Ausgabe: **Ehrenamt**



Im Frühjahr steht immer der Welt-MS-Tag am 30. Mai im Mittelpunkt und weltweit rückt die Erkrankung MS in den Blickpunkt der Gesellschaft und Politik.

Die deutschlandweite Aktion der DMSG „1000 Gesichter und Deins“ lässt Menschen ihre persönliche Lebensgeschichte mit MS erzählen. Die unsichtbare Erkrankung mit all ihren Symptomen wird dadurch sichtbar und verstehbar – ob für Familie, Freund:innen, Kolleg:innen oder auch Vorgesetzte. Eine wichtige Voraussetzung für die Teilhabe am sozialen Leben.

Auch in Hessen sind wir wieder sichtbar geworden. Mit dem Motto „Denk-mal an MS“ haben wir wieder unsere Denkmäler mit orangefarbenen Schals geschmückt und ein Zeichen für das Recht auf ein selbstbestimmtes Leben mit MS, Chancengleichheit und die aktive Verbesserung der Lebensqualität gesetzt.

Vielleicht haben Sie aktiv mitgemacht, denn „Denk-mal an MS“ ist eine beispiellose, große Gemeinschaftsaktion von ehrenamtlich aktiven Mitgliedern der DMSG Hessen. Ohne das Ehrenamt gäbe es unseren Verein nicht. Auf den folgenden Seiten finden Sie bekannte und neue Gesichter der DMSG, die über ihre Erfahrungen und ihre Einstellungen berichten. Schnell wird deutlich, dass es nicht nur einen Grund, sondern

zig Gründe gibt, sich ehrenamtlich für die DMSG und damit für die Menschen mit MS hier in Hessen zu engagieren.

Ob es

- die Gemeinschaft mit dem Zusammenhalt und den Freundschaften ist,
- das Gefühl, sinnvoll unterstützen zu können,
- die Erfahrungen anderer zu erleben und selber gestärkt zu werden,
- einfach der Spaß ist, den man miteinander teilt,

sichtbar wird, wie erfüllend und bereichernd das Miteinander in Selbsthilfegruppen, Projekten, Gremien und besonders in der Peerberatung sein kann. Auch unsere „DABEI“, die von einem ehrenamtlichen Team gestaltet wird – von Menschen mit MS für Menschen mit MS – ist ein gutes Beispiel für gemeinschaftliches Wirken.

Wir alle freuen uns, dieses Miteinander und Engagement im Sommer mit einem Picknick in Orange am 28. August im Kreis der eingeladenen Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen zu feiern.

Herzliche Grüße,

Ihre Dagmar Spill

Herausgeberin:

DMSG – LV Hessen e.V.
60385 Frankfurt am Main
Telefon: (069) 40 58 98 0, Telefax: (069) 40 58 98 40
E-Mail: redaktion@dmsg-hessen.de

Redaktion:

Benno Rehn (V.i.S.d.P), Manuela Echtermann,
Ursula Becker, Gabi Gleichmann, Manfred Weinreich
Sarah Schulze, Sandra Daxenbichler, Natascha Eisenberg,
Jacqueline Dahlke, Heike Zitzmann

Titelbild: DMSG Hessen / Christine Böser

Druck & Satz:

SP Medienservice Druck & Werbung
Reinhold-Sonnek-Str. 12,
51147 Köln, www.sp-medien.de

Redaktionsschluss für die Ausgabe 166: 01.08.2025

Für Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers/der Verfasserin gekennzeichnet sind, trägt diese:r allein die Verantwortung. Das Magazin „DABEI“ des Landesverbandes erscheint viermal jährlich. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten, „DABEI“ auf Hör-CD telefonisch bestellen unter (069) - 40 58 98 - 0 oder per E-Mail: dmsg@dmsg-hessen.de

Liebe Mitglieder der DMSG Hessen,

zur **Mitgliederversammlung** der DMSG Hessen am 18. Oktober 2025 von 10 bis 15 Uhr (inklusive Mittagesen) in Frankfurt am Main im Saalbau Titus Forum (Walter-Möller-Platz 2, 60439 Frankfurt am Main) sind Sie herzlich eingeladen.

Tagesordnung

1. Begrüßung und Ehrungen
2. Fachvorträge
 - a. Prof. Claudia Brunner,
„Vom Objekt zum Subjekt der Forschung bei Menschen mit Erkrankungen“
 - b. Dr. Sandra Salm, (PartNet) partieval GmbH,
„Aktueller Stand der partizipativen Forschung im Gesundheitswesen“
 - c. Prof. Henning Daßler, Hochschule Fulda,
„Ergebnisse der wissenschaftlichen Begleitforschung zur Peerausbildung der DMSG Hessen“
3. Feststellung der Beschlussfähigkeit und der Tagesordnung
4. Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung vom 12. Oktober 2024
5. Bericht zum Jahr 2024 und zur aktuellen Entwicklung im Jahr 2025
 - a. Vorsitzende
 - b. Schatzmeister
 - c. Vorsitzende Landesbeirat MS-Erkrankter
 - d. Vorsitzende Ärztlicher Beirat
6. Bestellung des Wirtschaftsprüfers für das Jahr 2025
7. Aussprache und Genehmigung des Jahresabschlusses 2024
8. Entlastung des Vorstandes
9. Neuwahl des Vorstandes
10. Haushaltsplan und Stellenplan 2026
11. Planungen 2026
12. Anpassung der Satzung aufgrund von Auflagen der Finanzbehörden
13. Anträge und Verschiedenes

Die Unterlagen zur Vorbereitung der Mitgliederversammlung stehen nach Fertigstellung im internen Mitgliederbereich der Homepage www.dmsg-hessen.de zur Verfügung. Auf Wunsch senden wir Ihnen die Unterlagen per Post oder per E-Mail zu.

Wir bereiten eine Übertragung der Mitgliederversammlung über Zoom vor. Eine Garantie für die Übertragung übernehmen wir nicht. Eine Stimmabgabe über Zoom ist nicht möglich. Ihre Mitgliederrechte können Sie durch persönliche Anwesenheit oder die Bevollmächtigung einer Vertretung wahrnehmen.

Ihre schriftliche Anmeldung richten Sie bitte per E-Mail spätestens bis zum 15. September 2025 mit Angabe des Vor- und Zunamens, Anschrift, E-Mail-Adresse und Telefonnummer an dmsg@dmsg-hessen.de. Telefonische oder postalische Anmeldungen sind auch möglich. Teilen Sie uns bitte mit, ob Sie einen Rollstuhl nutzen und ggf. mit Begleitperson kommen werden. Wir nehmen dann Kontakt mit Ihnen auf. Bitte bilden Sie Fahrgemeinschaften; bei Bedarf unterstützen wir mit unseren Fahrzeugen.

Frankfurt am Main, im Mai 2025

Mit allen guten Wünschen und herzlichen Grüßen

Ihre Dagmar Spill
Vorstandsvorsitzende

Herzlich willkommen und danke an die neuen Unterstützer der Vorstandsarbeit



FRANK BINNEWIES

Jahrgang 1963
verheiratet, 2 Kinder, lebt in Frankfurt

- Diplom-Wirtschaftsingenieur
- Spezialist Erwachsenenbildung, Qualität, Umweltschutz
- Mitglied der DMSG, vertraut im Umgang mit MS-Betroffenen, zertifizierter Peer-Berater seit 2023
- Ehrenamtliche Erfahrung seit 20 Jahren

CHRISTIAN RUPPEL

Jahrgang 1975
verheiratet, 2 Kinder, lebt in Hünfeld (Landkreis Fulda)

- Diplom-Informatiker
- IT-/Prozessberatung und Ausbildung, Kommunikationstechnik
- Von MS betroffen und Mitglied der DMSG, zertifizierter Peer-Berater seit 2023
- Offener Treff Fulda, Digital AG, EDV-Support für Ehrenamtliche, MS-Berater App



„...MS hat mir sehr viel genommen, aber auch viele neue Türen geöffnet.“

Achtung, neue Kontodaten

Aufgrund einer Umstellung bei der SozialBank haben sich die IBAN und BIC unseres Spendenkontos verändert.

Sie haben eine Vorlage oder einen Dauerauftrag für Ihren Mitgliedsbeitrag oder Ihre Spenden eingerichtet? Dann überprüfen Sie bitte, ob Sie die neue Bankverbindung eingesetzt haben.

Diese lautet: **IBAN: DE39 3702 0500 0007 6052 00, BIC: BFSWDE33XXX (SozialBank)**
Vielen Dank!

Herzensangelegenheit Ehrenamt



Ehrenamtliches Engagement ist für mich mehr als nur eine Freizeitbeschäftigung – es ist eine Herzensangelegenheit. Mein Weg zum Ehrenamt begann Anfang der 90er Jahre, als ich das Bedürfnis verspürte, etwas Sinnvolles zu tun und der MS-Gesellschaft in Hessen etwas zurückzugeben. Die Entscheidung, mich ehrenamtlich zu engagieren, war geprägt von dem Wunsch, anderen zu helfen und gleichzeitig meine eigenen Fähigkeiten und Erfahrungen zu erweitern.

Die ehrenamtliche Tätigkeit kann viel zurückgeben. Sie bietet mir zum Beispiel die Möglichkeit, neue Menschen kennenzulernen, wertvolle Erfahrungen zu sammeln und meine sozialen Kompetenzen zu stärken. Ein wesentlicher Beweggrund für Engagement ist oft die Unterstützung von Menschen. Durch meine ehrenamtliche Tätigkeit habe ich viele MS-Erkrankte kennengelernt und ihre Geschichten gehört. Die Herausforderungen, denen sie täglich gegenüberstehen, haben mich tief beeindruckt und motiviert, mich noch intensiver zu engagieren. Die Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung und der Austausch mit Mitstreiter:innen sind dabei von großer Bedeutung. Durch das gegenseitige Respektieren der eigenen Grenzen entsteht ein starkes Gemeinschaftsgefühl.

Die Vorteile des Ehrenamts sind vielfältig: Es fördert das Gemeinschaftsgefühl, ermöglicht den Austausch und den Aufbau von Netzwerken und trägt zur persönlichen Entwicklung bei. Gleichzeitig gibt es auch Herausforderungen wie die zeitliche Belastung und die Vereinbarkeit mit anderen Verpflichtungen. Der emotionale Stress, der durch die Konfrontation mit schweren Krankheitsverläufen entstehen kann, ist nicht zu unterschätzen. Es ist wichtig, auf die eigene psychische Gesundheit

zu achten und sich Unterstützung, Betreuung und Anleitungen durch den Landesverband zu holen.

Die Gründung und Leitung einer Selbsthilfegruppe für MS-Erkrankte war eine besonders prägende Erfahrung. Die Stärke und der Zusammenhalt dieser Gemeinschaft haben mich tief beeindruckt und mir gezeigt, wie viel wir gemeinsam erreichen können. Ohne den Austausch und die Unterstützung meiner Mitstreiter:innen hätte ich das nicht stemmen können. Wir waren ein gutes Team, das nicht nur emotionale Unterstützung, sondern auch wertvolle Tipps und Anregungen für die eigene Tätigkeit gegeben hat. Trotzdem ist es wichtig, die eigene psychische Gesundheit im Blick zu behalten und sich regelmäßig Auszeiten zu gönnen, um langfristig motiviert und gesund zu bleiben.

Auch in meiner aktuellen Aufgabe im Landesbeirat MS-Erkrankter habe ich ein Team, das wertvolle Unterstützung leistet. Durch diese Team-Arbeit haben wir es gemeinsam geschafft, die Anregungen und Bedürfnisse MS-Erkrankter und ihrer Angehörigen direkt in unserem Beirat bearbeiten und an den Vorstand und die Geschäftsführung weiterleiten zu können.

Insgesamt hat das Ehrenamt mein Leben bereichert und mir geholfen, ein starkes Netzwerk aufzubauen. Es hat mir gezeigt, wie wichtig es ist, sich für andere einzusetzen und gleichzeitig auf sich selbst zu achten. Die Förderung des Gemeinschaftsgefühls und die persönliche Entwicklung sind unbezahlbare Vorteile, die ich durch mein ehrenamtliches Engagement erfahren habe.

Barbara Pospiech

Ohne Ehrenamt läuft bei uns nichts

– und das ist auch gut so

Bei der DMSG Hessen lebt unsere Arbeit ganz wesentlich vom Engagement freiwilliger Helfer:innen. In vielen Bereichen sind es ihre Erfahrung, ihr Wissen und ihre Zeit, die einen großen Unterschied machen – sei es bei Fahrdiensten, in der persönlichen Beratung, im Büroalltag oder beim Mitorganisieren unserer Veranstaltungen.

Jede ehrenamtliche Tätigkeit zählt – und jede: Ehrenamtliche bringt neue Perspektiven, Ideen und Kompetenzen mit, von denen wir alle profitieren. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, sich mit den eigenen Stärken und Interessen einzubringen. Um zu zeigen, wie vielseitig dieses Engagement aussehen kann, haben wir einige unserer Ehrenamtlichen interviewt. Sie berichten aus ihrem Ehrenamtsalltag, erzählen, was sie motiviert und welche Erlebnisse sie besonders geprägt haben. Vielleicht findest du dich ja in dem einen oder anderen Bericht wieder – oder bekommst eine Idee, wie auch du dich engagieren möchtest.

Denn das Ehrenamt lebt nicht nur von bestehenden Strukturen, sondern auch von neuen Impulsen. Wenn du also eine Idee hast oder Lust, dich bei uns einzubringen: Melde dich gerne bei uns! Wir freuen uns auf dich.

engagementfoerderung@dmsg-hessen.de



Gabi Gleichmann, Beraterin

Beratung im Ehrenamt bedeutet für mich einen Austausch und Unterstützung auf Augenhöhe. Als selbst von MS Betroffene kann ich auf Grund meiner ganz persönlichen Erfahrungen Tipps geben und mich in die aktuelle Situation von Ratsuchenden oft tatsächlich hineinversetzen. Jedes Gespräch ist auch immer eine Bereicherung für mich selbst. Die DMSG Hessen hat mir eine separate Telefonnummer gestellt. Für die Region Fulda wurde eine Art Pilotprojekt in Hessen gestartet: Dort engagieren sich vier Ehrenamtliche mit zum Teil festen Präsenzzeiten vor Ort, bieten auf Wunsch Videoberatung per Zoom an und stehen telefonisch zur Verfügung.

Manfred Weinreich, Selbsthilfegruppen

Mein Anliegen ist, einen Blick auf die unterschiedlichen Selbsthilfegruppen in Hessen zu werfen. Zusammen mit den Gruppen erstelle ich für jede Ausgabe der DABEL kurze Portraits. Eine sehr spannende Aufgabe für mich, da ich selbst seit Jahren Mitglied in einer SHG bin. Jede Gruppe hat ihre eigenen „Probleme“, und vieles gleicht sich auch. Ich versuche immer, die Lösungsangebote der Gruppen ebenfalls darzustellen.

Katja, 48: Von der Peer-Ausbildung zur Peer-Expertin

Die Peer-Ausbildung 2023/24 war für mich ein Wendepunkt – persönlich und ehrenamtlich. Ich habe erlebt, wie stärkend der Austausch auf Augenhöhe in der MS-Community sein kann. Schon während der Ausbildung konnte ich eigene Ideen einbringen und aktiv mitgestalten. Das hat mir gezeigt, wie viel in der ehrenamtlichen Arbeit steckt – auch für die eigene Entwicklung. Heute begleite ich als Peer-Expertin neue Teilnehmende, teile meine Erfahrungen und entwickle mit ihnen neue Wege, um Menschen mit MS zu unterstützen.

Tanja Stadler, Veranstaltungen

Seit meiner eigenen Diagnose besuche und organisiere ich regelmäßig Veranstaltungen rund um MS. Warum? Es sind so wichtige und nützliche Treffpunkte, bei denen man neue Betroffene, Freunde oder auch Angehörige kennenlernt. Hierdurch sind schon so viele neue Freundschaften entstanden, die ich nicht mehr missen möchte. Der Austausch von Erfahrungen und Wissen über MS sind unglaublich wertvoll. Denn gerade dieses Wissen kann vielen Missverständnissen vorbeugen.

Christan Ruppel, EDV

Parallel zu Betroffenenberatung in Fulda und Vorstandsarbeit engagiere ich mich bei EDV- und Telekommunikationsthemen. Für die von den Landesverbänden Berlin und Brandenburg gestartete Initiative „MS Berater-App“ unterstütze ich als virtueller MS-Berater die DMSG Hessen. Gemeinsam mit der Geschäftsführung und zwei weiteren Experten wurde eine Digital AG gegründet, um technische Themen zu besprechen und Richtungsempfehlungen für die Zukunft zu geben. Und beim Aufbau der neuen Beratungsstelle Fulda habe ich bei technischen Aufgaben helfen können, z.B. die Installation und Konfiguration des Festnetztelefons. Auch die EDV-Unterstützung für Ehrenamtliche der DMSG Hessen wurde zu Beginn von mir übernommen.

Engagement gefragt

Unser Überblick macht deutlich: Das Ehrenamt der DMSG Hessen ist aktiv und sehr vielseitig. Es gibt so viele verschiedene Möglichkeiten sich ehrenamtlich einzubringen. Neben den erwähnten Fahrdiensten, Bürotätigkeiten oder der EUTB®-Beratung, kannst du dich auch der Peerforschung widmen. Falls du eine konkrete Idee hast, wie du dich engagieren möchtest, melde dich unter engagementfoerderung@dmsg-hessen.de

Wir freuen uns auf deine Nachricht.

Silke Buchenau, Landesbeirat

Ich fühle mich in der DMSG und im Landesbeirat sehr wohl. Wichtig ist mir nach wie vor, als Ansprechpartnerin und Vermittlerin für MS-Erkrankte zu fungieren. Die intensive Zusammenarbeit mit Vorstand, Geschäftsstelle und hauptamtlichen Berater:innen gibt mir persönlich die Möglichkeit, mich mit meinen Vorstellungen und Anregungen einzubringen und gemeinsam die DMSG Hessen interessant für Mitglieder und Hilfesuchende zu gestalten und zu repräsentieren.

Ehrenamtliche Beraterin in der EUTB®

Als ehrenamtliche Beraterin in der EUTB® höre ich Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung zu und teile meine eigenen Erfahrungen mit ihnen. Ich begleite sie auf Augenhöhe und bestärke sie darin, eigene Entscheidungen zu treffen und ihren Weg selbstbestimmt zu gehen.

Dabei geht es nicht um Fachberatung, sondern um Unterstützung aus dem echten Leben. Ich helfe, Orientierung zu finden und mache Mut, neue Schritte zu wagen. Mein Ehrenamt bedeutet für mich: da sein, verstehen, gemeinsam weiterdenken.

Ehrenamtliche Beratung hat in der Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®) einen besonderen Stellenwert. Als Expert:innen in eigener Sache beraten Ehrenamtliche zu spezifischen Themen und können hier häufig detailliert und mit Spezialwissen weiterhelfen, das aus ihrem eigenen Erfahrungsschatz stammt.

Ehrenamtliche Beratung ist fester Bestandteil des Projektes und ehrenamtlich Beratende können im Rahmen des Projektes sogar Fahrtkosten abrechnen oder an Fortbildungen teilnehmen.

Auch die DMSG Hessen möchte in ihren EUTB®-Stellen noch mehr ehrenamtlich Beratende einsetzen.

Meine Erfahrungen als Ehrenamtlicher

Nach meinem Eintritt in den beruflichen Ruhestand hatte ich bei der DMSG Hessen angefragt, ob Bedarf für ehrenamtliches Engagement besteht. Den Bezug zur DMSG habe ich durch meine Frau Helga, die als betroffene MSlerin schon lange dabei ist.

So bin ich seit circa 1,5 Jahren ehrenamtlich aktiv. Da ich beruflich mit IT zu tun hatte, unterstütze ich bei Bedarf bei unterschiedlichen IT-Themen. So habe ich z.B. beim „Rollout“ einer Konferenz-Lösung (Stichwort: OWL) geholfen und diese Systeme in den Beratungs- und EUTB®-Stellen vorgestellt und verteilt.

Bezüglich der IT ergeben sich immer wieder kleinere oder größere Themen zur Mitarbeit. Aber

auch für andere Tätigkeiten bin ich offen. So war ich einmal für den Fahrdienst aktiv und habe eine Gruppe MSler:innen auf ihrem Ausflug zum Glauberg mit dem Transporter aus Frankfurt begleitet.

Ist die Mitarbeit an der IT eher „hinter den Kulissen“ der DMSG, so ist der Einsatz im Fahrdienst direkt mit Menschen. Beides hat für mich seinen Reiz.

Mich freut es, wenn ich mich in der DMSG einbringen kann.

Andreas Imholt

Hanau schwimmt barrierefrei

Beobachten, analysieren und gemeinsam schwimmen für alle möglich machen

Wie können Menschen Freizeitangebote wie Schwimmen trotz Einschränkungen selbstbestimmt wahrnehmen? Bei einem Rundgang mit verschiedenen Akteuren wurden dafür konkrete Lösungen gesucht. Andrea Freund (WIR-Koordinatorin), Herr Weier (Geschäftsführer Hanau Bäder GmbH) und Herr Roche (Betriebsleiter Hanauer Lindenau-Bad) schauten sich gemeinsam mit Bettina Nüßlein (MS-Gruppe Hanau und Umgebung "Die MainSchwäne") Hanaus Bäder vor Ort an.

Ein wichtiges Anliegen für Bettina Nüßlein, welche die Wünsche und Anregungen der Mitglieder der „MainSchwäne“ gesammelt hatte, war der barrierefreie Zugang zum Wasser. Somit wurde besprochen, mobile Lifter, mit denen Rollstuhlfahrer in das Schwimmbecken gehoben werden können, für beide Schwimmbäder anzuschaffen. Für das Lindenau-Bad ist dies bereits umgesetzt, ein zweiter Lifter für das Heinrich-Fischer-Bad ist in Planung. Diese können auch in den dazugehörigen Freibädern genutzt werden.

Außerdem wurden nach der Begehung in beiden Bädern zu den bereits vorhandenen unterfahrbaren Kleiderspinden und separaten behindertengerechten Duschbädern zusätzliche Rollstühle für den Schwimmbereich und Sitzhocker für den Fönbereich angeschafft. Auch wurden weitere Hinweisschilder für Menschen mit Sehbehinderungen angebracht.

Sowohl das Lindenau-Bad im Ortsteil Groß-Auheim als auch das Heinrich-Fischer-Bad in Hanau können somit als barrierefrei benannt werden. Eine kleine Einschränkung ist und bleibt der Eingang zum Lindenau-Bad, dessen Rampe ein klein wenig zu steil ist. Das Schwimmbad wird aus diesem Grund offiziell als „barrierearm“ und nicht als „barrierefrei“ bezeichnet.

Somit ist durch das Miteinander ein weiterer Schritt zur Selbstständigkeit für Menschen mit Einschränkungen in Hanau gelungen.

MainSchwäne Hanau

Gemeinsam aktiv

Neue Sport-Treffs für Menschen mit Beeinträchtigung – Ehrenamtliche gesucht!

Sport verbindet – und genau das möchten wir mit unseren neuen Sport-Treffs für Menschen mit Beeinträchtigung möglich machen. Geplant sind regelmäßige Treffen, bei denen sich sportbegeisterte Menschen mit und ohne Einschränkungen begegnen und gemeinsam aktiv werden können. Egal ob Tischtennis, Walking oder das Training für das Deutsche Sportabzeichen – hier steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund.

Die Sport-Treffs sollen inklusiv, offen und unkompliziert sein. Jeder macht so mit, wie er kann. Die gemeinsame Zeit stärkt nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern auch das soziale Miteinander. Aus diesem Grund suchen wir engagierte ehrenamtliche Helfer:innen die diese Angebote mitgestalten möchten. Ob bei der Organisation, der Begleitung von Übungen oder einfach als helfende Hand – jede Unterstützung ist wertvoll.

Gerade im Sport spielt das Ehrenamt eine entscheidende Rolle. Ohne den Einsatz freiwilliger Helfer gäbe es viele Angebote schlichtweg nicht. Ehrenamt bedeutet nicht nur, etwas zu geben – es bringt auch viel zurück: Gemeinschaft, Anerkennung und das gute Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun.

Unsere Sport-Treffs bieten eine tolle Gelegenheit, sich ehrenamtlich zu engagieren, neue Menschen kennenzulernen und einen wichtigen Beitrag zur



Inklusion zu leisten. Denn Sport kennt keine Barrieren – wenn wir ihn gemeinsam gestalten.

Interessierte Helfer:innen aber auch alle, die Lust auf Bewegung und neue Kontakte haben, sind herzlich eingeladen, Teil dieses Projekts zu werden.

Mach mit – für mehr Miteinander im Sport!

Weitere Infos gibt es bei:
Nadine Scholl und Nicole Herr
Ansprechpartnerinnen
für Sport und Bewegung
training@dmsg-hessen.de

AUFGESCHNAPPT

„Durch die Arbeit mit anderen Betroffenen erweitert sich auch meine Sichtweise im Umgang mit meiner Erkrankung.“

Betroffene, ehrenamtlich tätig

„Für MS gibt es keine Bedienungsanleitung.“

Christian, Betroffener



Letztes Jahr mit Goethe, jetzt mit Justitia

Denk-mal an MS macht mobil und färbt Hessen wieder orange

Zum 45. Jubiläum hieß es bei der DMSG Hessen „Denk-mal an MS“ Reloaded! Nach dem Erfolg unserer ersten Aktionswoche haben wir rund um den Welt-MS-Tag am 30. Mai wieder hessenweit fleißig Denkmäler geschmückt.

Dabei konnten wir uns auch in diesem Jahr auf die Unterstützung unserer Ehrenamtlichen und unserer Partner wie das Landesamt für Denkmalpflege Hessen verlassen. Die Schirmherrschaft übernahm Frankfurts Oberbür-

germeister Mike Josef. Neu in 2025 war der Fokus auf das Thema „MobilSein“ als Schlüssel für aktive Teilhabe. Natürlich konnten Interessierte die Aktionen in Social Media (#denkmalanms) verfolgen.



Am Gerechtigkeitsbrunnen in Frankfurt



Am Nepomuk in Flörsheim



Am Brunnen in Ober-Rosbach



Berserker-Skulptur in Darmstadt



Denkmal Pfarrer Sebastian Kneipp in Bad Camberg



Justus-Liebig-Denkmal in Darmstadt



Schäfer-Statue vor dem Rektor-Geißler-Haus in Rodgau



Spätlesereiter im Schlosshof in Fulda

In Hanau – der Geburtsstätte von „Denk-mal an MS“ – erstrahlten die Brüder Grimm in diesem Jahr bereits zum dritten Mal in orange, der Signalfarbe, die für Energie, Stärke und Hoffnung steht.

Der offizielle Auftakt fand auf dem geschichtsträchtigen Rö-

merberg in Frankfurt statt. Hier versah Geschäftsführer Benno Rehn gemeinsam mit Ex-Fußballprofi Alex Meier den Gerechtigkeitsbrunnen zu Füßen von Justitia mit einem orangenen Schal. Im Anschluss an das Schmücken begab sich eine bunt gemischte Gruppe rund um unsere Vorstandsvor-

sitzende Dagmar Spill auf eine „Denk-mal an MS“-Tour für Barrierefreiheit und Inklusion nach Flörsheim und Wiesbaden.

Hier geht's zur Bildergalerie:

<https://dmsg-hessen.de/denk-mal-an-ms-2025/>



„Drei Schwätzer“ in Gießen



Brüder-Grimm-Denkmal in Hanau



Gugi-Brunnen in Rodgau-Jügesheim



Ich-Denkmal Frankfurt



Rathausbrunnen in Kelkheim



Schalaktion Weilmünster



Badearzt Dr. Friedrich Baumann in Schlungenbad



Streichholzkarlchen in Offenbach



Vor dem RADOM auf der Wasserkuppe



Foto: AdobeStock / albertostock

Liebe Ehrenamtliche der DMSG Hessen,

wir möchten euch über die Unterschiede zwischen der Ehrenamtszuschale und der Übungsleiterzuschale informieren. Diese Zuschalen sind Steuerfreibeträge. Darüber können wir Bescheinigungen ausstellen, die ihr dem Finanzamt vorlegen könnt, wenn die Voraussetzungen erfüllt sind. Die Regelung gilt ab 01.07.2025.

Ehrenamtszuschale:

Diese Zuschale ist für alle gedacht, die ehrenamtlich tätig sind, also freiwillig und unentgeltlich arbeiten, z.B. in der Organisation von Aktivitäten und Verwaltung einer Gruppe als Gruppenleitung oder Kassenwart. Sie beträgt bis zu 840 Euro pro Jahr. Ihr bekommt diese Zuschale vom Finanzamt anerkannt, wenn ihr regelmäßig und über einen längeren Zeitraum hinweg ehrenamtlich tätig seid. Die Ehrenamtszuschale soll eure Ausgaben und euren Einsatz steuerlich anerkennen und euch dadurch finanziell unterstützen.

Übungsleiterzuschale:

Diese Zuschale ist speziell gedacht für Übungsleiter:innen, Trainer:innen und andere Personen, die in der Ausbildung, Betreuung oder Anleitung tätig sind. Sie beträgt bis zu 3.000 Euro pro Jahr. Ihr könnt diese Zuschale beim Finanzamt beantragen, wenn ihr regelmäßig als Übungsleiter:in tätig seid und eine entsprechende Qualifikation habt. Die Übungsleiterzuschale soll eure Arbeit und euren Einsatz in der Betreuung und Ausbildung von Menschen anerkennen und euch finanziell durch Steuererleichterungen unterstützen.

Bedingungen für die Auszahlung:

Beide Zuschalen können nur unter bestimmten Bedingungen, die ihr als Gruppe festlegt, aus dem

Geld des Gruppenkontos ausgezahlt werden. Ihr müsst eure Tätigkeit nachweisen und die entsprechenden Anträge bei der Geschäftsführung der DMSG stellen. Erst nach Prüfung durch die Geschäftsführung können Gelder ausgezahlt werden. Außerdem dürft ihr keine weiteren Einkünfte aus dieser Tätigkeit haben, die über die Zuschalen hinausgehen. Die Zuschalen sind steuerfrei und sollen euch helfen, eure ehrenamtliche Arbeit fortzusetzen und zu fördern. Die Erstattung von Fahrtkosten im Rahmen des Ehrenamtes fallen auch unter diese Zuschalen.

Wenn ihr Bescheinigungen beantragen oder die Auszahlung von Geld auf dieser Basis durch die Gruppe ermöglichen wollt, meldet euch bitte bei Frau Kruczek: kruczek@dmsg-hessen.de, Tel. 06151-62 70 3 81.

Noch ein Wort zu Spenden

Für Kleinspenden und Mitgliedsbeiträge bis 100 € stellen wir keine Spendenbescheinigungen mehr aus. Außerdem stellen wir auf Jahresbescheinigungen um. Das Finanzamt erkennt Spenden und Mitgliedsbeiträge bis 300 € ohne Spendenquittung an. Der Überweisungsbeleg genügt. Eine Ausnahme bilden Bar- und Sachspenden. Hier werden nach wie vor Spendenquittungen aufgrund von Nachweisen erstellt. Bei Fragen stehen wir gerne zur Verfügung: mitgliederverwaltung@dmsg-hessen.de.

Wir hoffen, dass diese Informationen euch weiterhelfen und euch bei eurer wertvollen Arbeit unterstützen.

Mit freundlichen Grüßen,
DMSG Hessen Geschäftsstelle

Mutter-Kind-Freizeit Herbstein 2025



In der Zeit vom 07. bis 13. April fand die diesjährige Mutter-Kind-Freizeit im Vogelsbergdorf Herbstein statt. Sieben Mütter mit insgesamt zehn Kindern wurden dort von der Sonne begrüßt und von dieser auch die ganze Woche begleitet.

Wie immer hatten die Kinder die Möglichkeit, das Kinderprogramm des Feriendorfes zu nutzen. Auch für die Mütter standen wieder Angebote wie Entspannungsübungen oder Mobilitätstraining auf dem Programm des Kolpinghauses.

Am Dienstag nahmen einige die Möglichkeit zum Töpfern wahr. Andere gönnten sich eine Auszeit im nahegelegenen Thermalbad. Am Nachmittag stand eine Hofführung auf dem Programm. Anders als erwartet, sollte tatkräftig mit angefasst werden, was gerade den Kindern großen Spaß bereitete. So mussten Beete umgegraben oder Hühner eingezäunt werden. Am Abend wurde ein hauseigenes Pub-Quiz angeboten. Die beiden Gruppen der DMSG haben den Sieg für sich beansprucht und den Gewinn in Eis umgewandelt.

Am Nachmittag des nächsten Tages stand dann der Besuch des Wellenbades in Lauterbach auf dem Programm, welches bei den Kindern gut ankam. Abends hatte sich der Ehemann einer Mutter und Trainer für Irischen Stepdance bereit erklärt, allen eine Einweisung in diesen faszinierenden Tanz zu geben. Am Donnerstag besuchten Ingrid Bechen und Chiara Hohmann die Gruppe.

Der gemeinsame Tagesausflug nach Fulda stand am Freitag auf dem Programm. Um 10 Uhr hieß es „Ab ins All“ bei einer interaktiven Vorführung im Planetarium. Nach einer kurzen Betrachtung des Sternenhimmels über Fulda verwandelte sich das Planetarium in ein Raumschiff, das die Mitreisenden

in Sekundenschnelle an verschiedene Orte des Universums teleportierte. Im Anschluss daran fuhr die Gruppe in den Wirgarten. Dort leben überwiegend Haus- und Nutztiere, die schon seit Jahrhunderten mit uns Menschen zusammenleben und daher gewohnt sind, mit uns in Kontakt zu treten. Es gibt aber auch Wildtier-Arten, die hier auch ihren Lebensabend verbringen dürfen. Nicht nur die Kinder nutzten die Spielscheune, um im Stroh zu spielen, und auch der Spielplatz fand großen Anklang. Am Abend stand der Kinabend des Hauses auf dem Plan. Aufregend wurde es dann noch einmal, als der Feueralarm losging und alle das Haus verlassen mussten. Aber nach kurzer Zeit erfolgte die Entwarnung und alle durften zurück in das Gebäude.

Die Kinder konnten am nächsten Vormittag bei einer Schnitzeljagd ihren Spürsinn unter Beweis stellen. Am Nachmittag nahm ein Großteil der Gruppe an einer Stadtführung in Herbstein teil und bekam Einblicke in die Katakomben, genoss den Ausblick von der Stadtmauer oder wurde in die fünfte Jahreszeit versetzt mit einem Besuch des Fastnachts- und STATT-Museums. Im Anschluss daran gönnten sich die Teilnehmer:innen noch ein Eis in der nahegelegenen Eisdiele.

Am Abend fand dann das Abschlusstreffen im Gruppenraum statt. Am Sonntag nach dem Frühstück hieß es schließlich für alle wieder Abschied nehmen. Vielen Dank für diese tolle Möglichkeit.

Sandra Erkel-Battenfeld

Nächstes Jahr wird die Mutter-Kind-Freizeit vom 06.04.-12.04.2026 im Herbstein Kolping Feriendorf stattfinden. Informationen und Anmeldung: veranstaltungen@dmsg-hessen.de

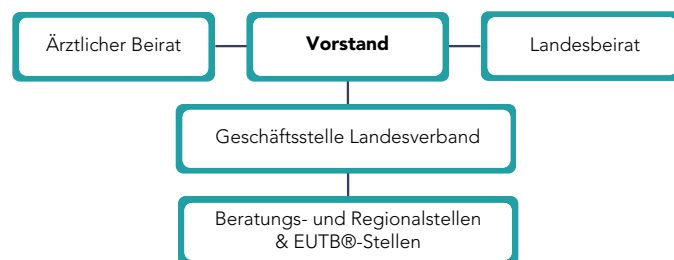
Der Landesbeirat, das „unbekannte“ Gremium?

Wir alle im Landesbeirat haben schon oft die Frage gehört: Was macht ihr eigentlich? Wofür seid ihr da? Heute möchten wir genau das erklären.

Der Landesbeirat ist ein Gremium des DMSG Landesverbandes Hessen, vertritt die Interessen von MS-Erkrankten und Angehörigen und steht dem Vorstand und der Geschäftsführung beratend zur Seite. Die Mitglieder werden vom Vorstand für die Dauer bis zu den nächsten Vorstandswahlen berufen.

Wir Mitglieder des Landesbeirates treffen uns einmal monatlich zu einem Online-Meeting. Im Vorfeld legen wir Besprechungsthemen fest, die sich aus eigenen Erfahrungen, Gesprächen mit anderen Mitgliedern oder in Stammtischen, Selbsthilfegruppen oder Treffen ergeben. Diese Themen werden in einer gemeinsamen Liste gesammelt und nach Dringlichkeit bewertet. Meistens schaffen es 6 bis 8 Themen in eine Sitzung.

Am Abend der Sitzung treffen wir uns online mit der Geschäftsführung, der Bereichsleitung Soziale Dienste und mindestens einem Mitglied des Vorstands. Erst berichten Geschäftsleitung und Vorstand über die neuesten Informationen, danach werden gemeinsam die Themen bearbeitet, Meinungen eingeholt und Arbeitsgruppen festgelegt, die sich federführend um diese Themen



kümmern. Nach der gemeinsamen Besprechung folgt eine freie Aussprache nur mit den Landesbeiratsmitgliedern.

Die Themen werden in den Arbeitsgruppen gemeinsam mit den notwendigen Personen (z.B. aus Geschäftsstelle, Vorstand, ärztlichem Beirat) bearbeitet und zu einem Abschluss gebracht.

Wer Lust hat, in die Arbeit des Landesbeirates reinzuschnuppern: Gäste sind uns immer herzlich willkommen. Und wer weiß, vielleicht macht es ja Spaß und wir haben neue Mitstreiter:innen gefunden. Wir würden uns freuen.

Uns ist es wichtig, dass alle Gebiete in Hessen vertreten sind. Leider sind Darmstadt, Wiesbaden oder Nordhessen noch unterrepräsentiert. Je mehr aktiv sind, umso mehr können wir gemeinsam bewegen. Interesse? Gerne eine E-Mail an landesbeirat@dmsg-hessen.de.

Silke Buchenau

Silke Buchenau wurde 1958 in Dietzenbach geboren, lebt schon ihr ganzes Leben dort, hat eine feste Partnerschaft und keine Kinder. 1976 begann sie mit einer Ausbildung zur Bankkauffrau und arbeitete in Vollzeit bis Oktober 1996 in diesem Beruf. Im Februar 1996 bekam sie die Diagnose MS und wurde im Oktober verrentet. Von 1996 bis 2013 war es ihr noch möglich, 5 Stunden die Woche bei ihrem alten Arbeitgeber zu arbeiten. Unmittelbar nach ihrer Diagnose ist sie der DMSG Hessen beigetreten und hat im August 1997 die

Selbsthilfegruppe, „Die MosaikSteine“ Dietzenbach, Rodgau, Rödermark, mitgegründet. „Es war mir wichtig, dass es eine Anlaufstelle für MS-Erkrankte und vor allen Dingen Neubetroffene vor Ort gibt.“ Diese Gruppe hat sie dann 20 Jahre geleitet, bevor sie 2017 ihr Augenmerk auf den Beisitz im Vorstand der DMSG Hessen gerichtet hat. Seit 2020 ist sie Mitglied und stellvertretende Vorsitzende im Landesbeirat.



MS-Gruppe „Neubetroffene und Erfahrene Fulda“

Unsere Gruppe setzt sich aus verschiedenen Altersgruppen mit unterschiedlich langen Krankheitsjahren zusammen. So bringt jeder andere Erfahrungen und Wissen mit in die Gruppe ein. Davon profitieren alle, besonders „Neubetroffene“: Worauf muss man bei einem Reha-Antrag achten, welche Medikamente und Hilfsmittel gibt es und weiteres mehr.

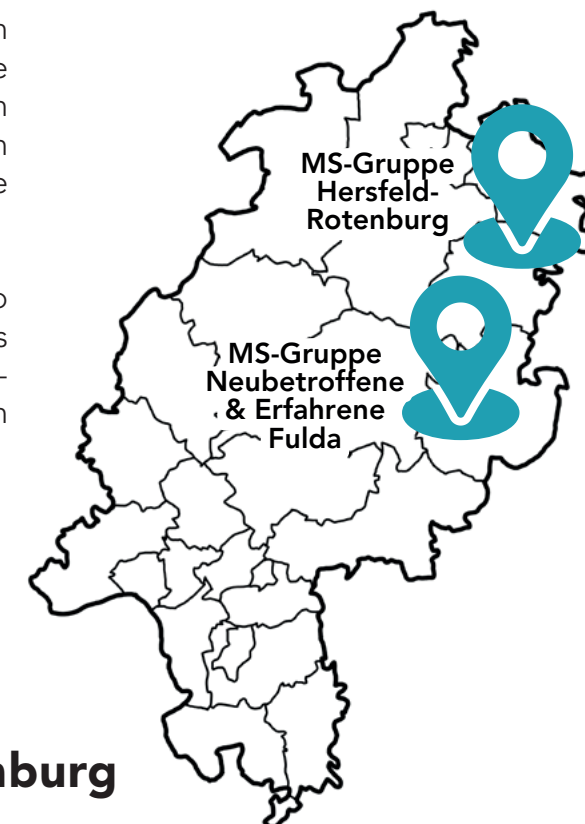
In Fulda sind wir die einzige Gruppe, die Internetseiten auf der Webplattform der DMSG Hessen pflegt. Hier informieren wir über uns und unsere Aktivitäten. Über diese Infos finden Betroffene den Weg zu uns. Eine zweite wichtige Schiene ist die Mundpropaganda.

Die Gruppentreffen folgen keinem festen Schema, sondern wir schauen anfangs, „wo der Schuh drückt“. Wenn neue Betroffene an einem Treffen teilnehmen, führen wir sie in unsere Gruppe ein, stellen uns kurz vor und lassen sie dann zu Wort kommen: Wie lange sie die Krankheit haben, wie sie sie das erste Mal gemerkt haben etc.

Unsere Mitglieder wissen auch: Wenn es ihnen mal nicht so gut geht und sie kurzfristig absagen müssen, dann ist das überhaupt kein Problem. Der Vorteil einer Selbsthilfegruppe ist, dass wir wissen wie es ist, mit der Krankheit „mit den 1.000 Gesichtern“ zu leben.

Kerstin Irnich, Kontakt:

<https://neubetroffene-erfahrene.dmsg-hessen.de/>.



Selbsthilfetreffen in Hersfeld-Rotenburg nach Pause wieder aufgenommen

Die MS-Selbsthilfegruppe Hersfeld-Rotenburg trifft sich nach längerer Pause wieder zum Austausch mit Gleichgesinnten bei einem Kaffee oder einem kühlen Getränk. Die Gruppe baut sich gerade neu auf, so ist für „Neuzugänge“ viel Raum, sich einzubringen. Es gibt hier keinen starren Veranstaltungsplan, so ist vieles möglich. Der persönliche Kontakt zu anderen Menschen mit MS schafft nochmal ganz andere Beziehungen, als dies über das Internet möglich ist. Auch Angehörige können sich hier wohlfühlen!

Die Treffen der Gruppe finden jetzt in den Räumen des VDK Hersfeld in der Hainstraße 8 in Bad Hersfeld statt. Wir treffen uns immer immer am

dritten Donnerstag im Monat um 14.30 Uhr. Ein barrierefreier Zugang zu dem Raum ist über einen Fahrstuhl gewährleistet.

Wer Fragen zu den Treffen hat, kann sich gerne melden bei:

Michaela Schaafe

Tel: 0159 01865112

Herr Staufenberg

Tel: 06677 8143

Die MS-Selbsthilfegruppe Hersfeld-Rotenburg freut sich auf eine rege Teilnahme!

Zeit des Oster- und Herbstmarktes ist vorerst vorbei

Die wirtschaftlichen und organisatorischen Rahmenbedingungen, sowie die Anzahl der Helfer:innen für die Durchführung des Ostermarktes und des Herbstmarktes haben sich in den letzten Jahren erheblich verschlechtert. Daher sind wir sehr traurig, feststellen zu müssen, dass es nach 35 Jahren nicht mehr möglich ist, diese Märkte fortzuführen. Die Gründe sind vielfältig, nicht nur wirtschaftlich, aber insgesamt so eindeutig, dass uns keine Wahl blieb, diese gemeinsame Entscheidung mit Frau Bauer zu treffen.

Wir haben lange um den Fortbestand des Marktes gekämpft. Frau Bauer, Frau Westphal und Herr

Streukens haben zusammen mit vielen Helfer:innen aus den Gruppen der DMSG und aus Ihren Reihen hier eine hervorragende Arbeit geleistet, die jedes Jahr zu einem Ertrag für die DMSG Hessen geführt hat. Mit dem erwirtschafteten Überschuss konnten MS-Gruppen aus Frankfurt und Umgebung und die Arbeit der DMSG-Geschäftsstelle mit unterstützt werden. Dafür gilt allen Aussteller:innen und allen Ehrenamtlichen des Marktes, einschließlich der DMSG-Gruppen, die sich engagiert haben, unser herzliches Dankeschön. Wer weiß, vielleicht kann auch etwas Neues entstehen, wenn etwas anderes endet.

Neue App des Bundesverbands

– E-Mail-Adresse für Login notwendig

Der Bundesverband entwickelt aktuell eine App, in der Informationen, Terminvergaben, Anmeldungen zu Veranstaltungen und viele weitere spannende Inhalte für die Mitglieder zur Verfügung stehen werden. Um sich als Mitglied für die App identifizieren zu können, muss eine E-Mail-Adresse beim Lan-

desverband hinterlegt sein. Sie haben noch keine E-Mail-Adresse bei der DMSG Hessen angegeben? Dann schicken Sie uns gerne Ihre E-Mail-Adresse an mitgliederverwaltung@dmsg-hessen.de zu, um diesen Dienst und auch unseren internen Bereich nutzen zu können.

Wir nehmen Abschied



Die Gründerin der Selbsthilfegruppe Vogelsberg, Waltraud Haberkorn ist am 13. Mai verstorben. Sie hat die Gruppe im Jahr 1986 gegründet und war viele Jahre dort aktiv. Sie wurde 77 Jahre alt.

Traurig nehmen wir auch Abschied von Renate Stroh, die im April verstorben ist. Sie hat mit der Selbsthilfegruppe MS-Frösche aus Altenstadt im hessischen Wetteraukreis viele schöne Augenblicke erlebt, die in Erinnerung bleiben werden.

Neue Gesichter der DMSG Hessen



Anja Reglin, Beraterin der EUTB® Hochtaunus

Seit Februar 2025 bin ich als Beraterin in der EUTB® Hochtaunus in Friedrichsdorf tätig und ansprechbar für Menschen mit den unterschiedlichsten Beeinträchtigungen und Erkrankungen sowie den daraus resultierenden Herausforderungen und Hürden. Als Sozialpädagogin, Lauftherapeutin und Koordinatorin eines Treffs für Alleinerziehende habe ich bereits mit Menschen in den unterschiedlichsten Lebenslagen arbeiten können. Diese Menschen dabei in ihrer individuellen Lebenswelt und Ganzheit zu sehen und zu beraten, war mir dabei immer ein wichtiges Anliegen. Ich freue mich sehr darüber, hier einen Platz gefunden zu haben und meine Erfahrungen einbringen zu können.

Eva Hartenstein, EUTB® Limburg-Weilburg

Seit Februar 2025 arbeite ich in der EUTB®-Stelle am Standort Limburg. Mein beruflicher Background als Dipl.-Pädagogin und private Erfahrungen mit dem Thema „Behinderung und chronische Erkrankung“ bilden die Grundlage, warum ich so gerne als Peer-Beraterin tätig bin. Auf Augenhöhe und mit einem tiefen Verständnis für die Belange unseres Klientels setze ich mich gerne bei der DMSG Hessen als Träger ein! Das Aufgabengebiet als EUTB®-Beraterin ist umfangreich, interessant – und, wichtig: Man lernt auch mit jeder zu beratenden Person etwas dazu. Mein immerwährendes Motto, nicht nur in Beratungssituationen: „Never give up“ und „Sei gut zu dir selbst“.



Maja Litzenbauer, Öffentlichkeitsarbeit und Projekte

Seit dem 1. März 2025 bin ich Teil des Teams der DMSG Hessen und im Bereich Öffentlichkeitsarbeit, insbesondere Social Media, sowie in verschiedenen Projekten tätig. Meine MS-Diagnose habe ich 2023 erhalten – umso mehr freue ich mich nun, meine Zeit der Aufklärung und Sensibilisierung für Multiple Sklerose widmen zu können. Ein besonderes Highlight für mich in diesem Jahr ist die Teilnahme an der Peer-Ausbildung. Ich bin gespannt darauf, neue Perspektiven kennenzulernen, mich weiterzubilden und mein Wissen sowie meine eigenen Erfahrungen in meine Arbeit einfließen zu lassen. Ich freue mich sehr auf die kommenden Aufgaben und darauf, gemeinsam mit der DMSG die MS-Community zu stärken!

Margit Heider, EUTB® Landkreis Offenbach

Seit April 2024 bin ich an jedem Mittwoch in Offenbach als EUTB®-Beraterin tätig. Ich bringe nach mehr als 45 Jahren im Beruf eine umfassende Berufserfahrung aus verschiedenen Bereichen mit. Nach kurzer Zeit im Ruhegenuss stellte ich fest, dass mir die Arbeit, ein Team und die Resonanz im beruflichen Kontext fehlte. Durch eine zufällige Begegnung mit einer ehemaligen und jetzt aktuellen Kollegin bin ich auf die Stelle als EUTB®-Beraterin aufmerksam geworden. Es macht mir viel Freude, hier zu arbeiten.



Manuel Plaum, EUTB®-Berater in Limburg

Seit Februar 2025 bin ich als EUTB®-Berater in der EUTB®-Beratungsstelle Limburg tätig. Zuvor habe ich mehrere Jahre in der Geschäftsstelle des Landesverbandes der Gehörlosen Rheinland-Pfalz gearbeitet. Auch dort habe ich nebenbei gehörlose und schwerhörige Menschen beraten und unterstützt. Seit Herbst 2017 war ich direkt am Aufbau der EUTB®-Beratungsstelle in Frankenthal beteiligt und konnte dort auch in der EUTB® mitarbeiten. Auch heute noch bin ich im Landesverband der Gehörlosen Rheinland-Pfalz ehrenamtlich aktiv. Ich selbst bin von Geburt an hochgradig schwerhörig und trage auf dem linken Ohr ein Hörgerät und auf dem rechten Ohr ein Hörimplantat. Durch meine Erfahrungen mit Gehörlosen beherrsche ich die Gebärdensprache (LBG/DGS). Heute lebe ich mit meiner gehörlosen Partnerin in Neuwied. Ich freue mich besonders, meine Erfahrungen hier in der EUTB® weiterführen zu können.

Jahresprogramm

Bewegung, Sport und Gesundheit

Neuro-Training im Sitzen

Datum: montags, fortlaufender Termin seit 06.01.2025, Uhrzeit: 16:00-16:45 Uhr
Trainerin: Nadine Scholl
Datum: donnerstags, fortlaufender Termin seit 09.01.2025, Uhrzeit: 10:30-11:15 Uhr
Trainerin: Nicole Herr
Anmeldung: jederzeit möglich, training@dmsg-hessen.de
Ort: online, Kosten: kostenfrei
Anmeldung: jederzeit möglich an Nadine Scholl und Nicole Herr, training@dmsg-hessen.de

Neuro-Training im Stehen

Datum: dienstags, 18:00-18:45 Uhr
Ort: online, kostenfrei
Anmeldung: jederzeit möglich an Nicole Herr, training@dmsg-hessen.de

Ernährung

Gesund durch den Winter: Antientzündliches Kochen für Wohlbefinden und Vitalität

Datum: 01.11.2025, 10:00-15:00 Uhr
Ort: fab.e.V., Samuel-Beckett-Anlage 6, 34119 Kassel
Kosten: 24,00 € für Mitglieder, 48,00 € für Nichtmitglieder.
Anmeldeschluss: 25.09.2025
Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Angebote für Angehörige

Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Gesprächskreis für Angehörige in Frankfurt

Datum: 29.07. / 23.09. / 28.10. / 25.11.2025, 19:00-20:30 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Frankfurt, Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt, Anmeldeschluss: Anmeldungen jederzeit möglich
Kosten: 85,00 € für Mitglieder, 170,00 € für Nichtmitglieder

Erfahrungsaustausch

Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Offener Treff in Fulda

Datum: 20.10.2025, 18:00-20:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Fulda, Buttlarstr. 24, 36039 Fulda
Anmeldeschluss: 13.10.2025

Offener Treff in Darmstadt

Datum: 27.08. / 24.09. / 29.10. / 26.11.2025, 18:00-20:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastr. 5, 64285 Darmstadt
Anmeldeschluss: eine Woche vorher

Offener Treff in Frankfurt

Datum: 20.08. / 15.10. / 17.12.2025, 18:00-19:30 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Frankfurt, Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt
Anmeldeschluss: eine Woche vorher

Offener Treff in Wiesbaden

Datum: 08.10.2025, 18:00-20:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Wiesbaden, DKD Helios Klinik, Wiesbaden, Haus B, Aukammallee 33, 65191 Wiesbaden
Anmeldeschluss: 29.09.2025

Spieletreff für junge Menschen mit MS

Datum: 02.09. / 02.12.2025, 18:00-20:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastr. 5, 64285 Darmstadt
Anmeldeschluss: eine Woche vorher

Kaffeeklatsch in Lauterbach

Datum: 03.09.2025, 15:00-17:00 Uhr
Ort: Posthotel Johannesberg, Bahnhofstr. 39, 36341 Lauterbach
Kosten: Verzeehr ist Selbstzahler
Anmeldeschluss: 20.08.2025

Frauenfrühstück in Fulda

Datum: 29.09.2025, 10:00-12:00 Uhr
Ort: Parkhotel Kolpinghaus Fulda, Goethestr. 13, 36043 Fulda
Kosten: 12,00 € für Mitglieder, 17,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: zwei Wochen vorher

Gesprächskreise der EUTB®

Gruppentreff 2025

Datum: 26.08. / 30.09. / 28.10. / 02.12.2025, 18:00-19:30 Uhr
Ort: EUTB® Main-Taunus, Kurhausstraße 11, 65719 Hofheim
Kosten: kostenfrei
Anmeldeschluss: 22.08. / 26.09. / 24.10. / 30.11.2025
Anmeldung: Stephanie Kuhn und Svenja Canta, EUTB-LK-RT@dmsg-hessen.de

Elterngesprächskreis

Datum: einmal im Monat dienstags, 20:00-21:30 Uhr
Ort: EUTB® Main-Taunus, Kurhausstraße 11, 65719 Hofheim, Kosten: kostenfrei
Bei Interesse bitte eine E-Mail schreiben
Anmeldung: Rebekka Knappe, EUTB-MTK@dmsg-hessen.de

Tagesveranstaltungen

Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Rollstuhltraining in der Stadt

Datum: 23.08.2025, 10:00-16:00 Uhr
Ort: Café Hauptwache, An der Hauptwache 13, 60313 Frankfurt
Kosten: 24,00 € für Mitglieder, 48,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: 07.08.2025

Rollstuhlmobilitätstraining

Fortgeschrittenenkurs

Datum: 08.11.2025, 10:00-16:00 Uhr
Ort: Turnhalle der Henri-Dunant-Schule, Schaumburger Str. 62, 65936 Frankfurt
Kosten: 24,00 € für Mitglieder, 48,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: 09.10.2025

Achtsamkeit und Feldenkrais auf dem Pferd

Datum: 06.09.2025, 10:00-15:00 Uhr
Ort: Hof Kattenbicke, Sachsenhäuser Str.31, 34513 Waldeck, Kosten: 35,00 € für Mitglieder, 70,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: 05.08.2025

Resilienz – was uns in unsicheren Zeiten stark macht

Datum: 11.10.2025, 10:00-14:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastraße 5, 64285 Darmstadt
Kosten: 24,00 € für Mitglieder, 48,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: 12.09.2025

Wochenendseminare

Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Resilienz und Lebensglück

Datum: 12.09.-14.09.2025, Anreise bis 14:30 Uhr
Ort: INNdependence Hotel Mainz, Gleiwitzer Str. 4, 55131 Mainz
Kosten: 120,00 € für Mitglieder, 240,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: schriftlich bis 01.08.2025

Klangschalenmeditation

Datum: 10.10.-12.10.2025, Anreise bis 14:30 Uhr
Ort: Bonifatiushaus Fulda, Neuenberger Str. 3-5, 36041 Fulda
Kosten: 120,00 € für Mitglieder, 240,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: schriftlich bis 15.08.2025

Mehrwöchige Kurse

Anmeldung: Monika Kruczek, Telefon (06151) 62 70 381, veranstaltungen@dmsg-hessen.de

Online-Kurs: Yoga kennt kein Alter – Ein sanfter Hatha-Yoga-Kurs

Kurs 3: 10 Einheiten, donnerstags vom 02.10. bis 04.12.2025
Anmeldeschluss: schriftlich bis 25.09.2025
Uhrzeit: 18:00-19:45 Uhr
Ort: online
Kosten: 60,00 € für Mitglieder, 120,00 € für Nichtmitglieder

Wassergymnastik in Heuchelheim bei Wetzlar

Kurs 3: 10 Einheiten, freitags, 05.09 bis 14.11.2025
Anmeldeschluss: 01.08.2025
Uhrzeit: 11:45-12:40 Uhr
Ort: Fitalis & Aktivita GmbH & Co.KG, Schwimmbadstraße 2, 35452 Heuchelheim
Kosten: 60,00 € für Mitglieder, 120,00 € für Nichtmitglieder

Sturzprophylaxe

Kurs 2: 10 Einheiten, montags, 06.10. bis 08.12.2025
Anmeldeschluss: 06.09.2025
Uhrzeit: montags von 17:00-17:45 Uhr
Ort: online
Kosten: 60,00 € für Mitglieder, 120,00 € für Nichtmitglieder

Aqua-Jogging in Bad Soden-Salmünster

Kurs 2: 10 Einheiten, freitags, 05.09. bis 14.11.2025
Anmeldeschluss: 01.08.2025
Uhrzeit: 16:00-17:00 Uhr
Ort: Spessart Therme, Frowin-von-Hutten-Straße 5, 63628 Bad Soden-Salmünster
Kosten: 60,00 € für Mitglieder, 120,00 € für Nichtmitglieder

Aquarellkurse in Darmstadt

Kurs 2: 5 Einheiten, dienstags, 02.09. bis 30.09.2025
Anmeldeschluss: 03.08.2025
Uhrzeit: 15:30-17:30 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastr. 5, 64285 Darmstadt
Kosten: 60,00 € für Mitglieder, 120,00 € für Nichtmitglieder

Kompaktkurs Klettern in Fulda

Datum: samstags, 23.08.2025, 11:00-13:00 Uhr
Ort: DAV Kletterhalle, Goerdelerstr. 72, 36100 Petersberg
Anmeldeschluss: schriftlich bis 04.08.2025
Kosten: 15,00 € für Mitglieder, 34,00 € für Nichtmitglieder

Leicht in Bewegung kommen

Datum: donnerstags, 09.10.2025 / 16.10. / 23.10. / 30.10. / 06.11.2025, 18:00-19:00 Uhr

Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastr. 5, 64285 Darmstadt
Kosten: 50,00 € für Mitglieder, 100,00 € für Nichtmitglieder
Anmeldeschluss: 09.10.2024

Onlineveranstaltungen

Anmeldung: Stefanie Reich, Telefon (069) 40 58 98 21, engagementfoerderung@dmsg-hessen.de

Inforeihe (Auto) Mobil mit MS: Teil 1: Leistungen zur Mobilität

Datum: 19.08.2025, 18:00-19:30 Uhr
Anmeldeschluss: 12.08.2025

Inforeihe (Auto) Mobil mit MS: Teil 2: Verkehrsmedizin

Datum: 16.09.2025, 18:00-19:30 Uhr
Anmeldeschluss: 02.09.2025

Ehrenamtsschulung

Anmeldung: Stefanie Reich, Telefon (069) 40 58 98 21, engagementfoerderung@dmsg-hessen.de

Reflexionswochenende Mainz

Datum: 19.09.-21.09.2025, Anreise bis 14:30 Uhr
Ort: INNdependence Hotel Mainz, Gleiwitzer Str. 4, 55131 Mainz
Anmeldeschluss: 04.08.2024

Online-Supervision für Ehrenamtliche

Datum: 11.09. / 13.11.2025, 17:00-18:30 Uhr
Ort: online, Referent: Thomas Weyh
Anmeldeschluss: schriftlich bis jeweils eine Woche vor dem Termin

Mitarbeiterbesprechungen für das Ehrenamt

Kassel

Datum: 27.09.2025, 11:00-13:00 Uhr, Ort: KISS Kassel, Treppenstraße 43, 4117 Kassel
Anmeldeschluss: 19.09.2025
Anmeldung: Sonja Waschilowski, waschilowski@dmsg-hessen.de

Darmstadt

Datum: 11.09.2025, 18:00-20:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Darmstadt, Ahastr. 5, 64285 Darmstadt
Anmeldeschluss: 28.08.2025
Anmeldung: Tina Wiegand, wiegand@dmsg-hessen.de

Gießen

Datum: 13.10.2025, 10:00-12:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Gießen, Kerkrader Str. 4, 35394 Gießen
Anmeldeschluss: 29.09.2025
Anmeldung: Jacqueline Heinz, heinz@dmsg-hessen.de

Wiesbaden

Datum: 15.10.2025, 17:00-19:00 Uhr
Ort: Beratungs- und Regionalstelle Wiesbaden, DKD Helios Klinik, Wiesbaden, Haus B, Aukammallee 33, 65191 Wiesbaden
Anmeldeschluss: 07.10.2025
Anmeldung: Ebru Tas, tas@dmsg-hessen.de

Online-Austausch für Ehrenamtliche

Daten: 30.09. / 29.10. / 27.11.2025
Ort: online, Anmeldung: jederzeit möglich
Anmeldung: Stefanie Reich, Telefon (069) 40 58 98 21, engagementfoerderung@dmsg-hessen.de

Landesbeirat

Landesbeiratssitzung

Datum: 25.10.-26.10.2025
Uhrzeit: Anreise bis 10:00 Uhr – Austausch und Supervision bis 17:00 Uhr, Sonntag:
Landesbeiratssitzung 9:00-13:00 Uhr
Ort: Best Western Premier IB Hotel Friedberger Warte, Homburger Landstr. 4, 60389 Frankfurt
Anmeldung: landesbeirat@dmsg-hessen.de
Anmeldeschluss: schriftlich bis 11.07.2025

Hier geht's
direkt zum
Anmeldeformular



Kontakt

Beratungs- und Regionalstellen

Darmstadt

Ahastraße 5, 64285 Darmstadt
Telefon (0 61 51) 6 27 03-80,
Fax (0 61 51) 6 27 03-85
E-Mail: darmstadt@dmsg-hessen.de

Frankfurt

Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt
Telefon (069) 40 58 98 0, Fax (069) 40 58 98 47
E-Mail: frankfurt@dmsg-hessen.de

Fulda

Buttlarstr. 24, 36039 Fulda
Telefon (06 61) 96 89 30-0
E-Mail: beratung@dmsg-hessen.de

Gießen

Kerkraider Straße 4, 353940 Gießen
Tel.: (0175) 755 07 11
E-Mail: heinz@dmsg-hessen.de

Kassel, im Atrium

Wilhelmshöher Allee 262, 34131 Kassel
Telefon (05 61) 207 59 46, Fax (05 61) 207 59 47,
E-Mail: waschilowski@dmsg-hessen.de

Wiesbaden

Aukammallee 33, 65191 Wiesbaden
Telefon (0170) 480 56 23
E-Mail: tas@dmsg-hessen.de

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®)

Zentrale Anmeldung:
0800-45 40 106 (kostenfrei)

EUTB® Frankfurt

Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt
E-Mail: EUTB-FFM-OF@dmsg-hessen.de

EUTB® Landkreis Gießen

Kerkraider Straße 4, 35394 Gießen
E-Mail: EUTB-LK-GI@dmsg-hessen.de

EUTB® Hochtaunuskreis

Hugenottenstr. 88, 61381 Friedrichsdorf
E-Mail: EUTB-HTK@dmsg-hessen.de

EUTB® Limburg-Weilburg

Walderdorffstr. 20, 65549 Limburg
E-Mail: EUTB-LK-LW@dmsg-hessen.de

EUTB® Main-Taunus

Kurhausstraße 11, 65719 Hofheim
E-Mail: EUTB-MTK@dmsg-hessen.de

EUTB® Offenbach

Waldstrasse 45, 63065 Offenbach am Main
E-Mail: EUTB-FFM-OF@dmsg-hessen.de

EUTB® Landkreis Offenbach

Senefelderstr. 2a, 63110 Rodgau
E-Mail: EUTB-LK-OF@dmsg-hessen.de
Nebenstellen in Seligenstadt und Dreieich

EUTB® Rheingau-Taunus-Kreis

Adolfstr. 119, 65307 Bad Schwalbach
E-Mail: EUTB-LK-RT@dmsg-hessen.de

EUTB® Wetteraukreis

Neue Straße 4, 63667 Nidda
E-Mail: EUTB-LK-W@dmsg-hessen.de
Nebenstandorte in Friedberg und Schotten

EUTB® Vogelsberg

Beratungszentrum Schotten, Mühlgasse 4,
63679 Schotten
E-Mail: EUTB-LK-W@dmsg-hessen.de

Betroffene beraten Betroffene

Alsfeld, Manuela Sedlatschek,
(0 66 39) 86 59, Di. von 10:00-12:00 Uhr
Alsfeld, Andrea und Uwe Thöt, (0151) 72800937
Darmstadt, Ulrike Poneß, (0151) 44619252
Dreieich, Angelika Reuter, (0 160) 98 10 34 65,
Mi. von 9:00-13:00 Uhr
Erzhausen, Ilse Lust,
(0 61 50) 50 78 767, Do. von 16:00-18:00 Uhr
Eschwege, Uwe Blum, (0 56 51) 76 265
Frankfurt, John Verrall, (0 69) 55 78 08,
Mi. von 11:00-13:00 Uhr
Frankfurt-Höchst, Edeltraud Oppen,
(0 69) 30 13 31, Di. von 16:00-18:00 Uhr
Fulda, Conny Zirwes, (06 61) 35 444
Fulda und Umgebung, Dorit Prieser,
0175-710 24 39, Mi. von 16:00-17:00 Uhr
Gelnhausen, Anette Freund, (06050) 33 97
Gersfeld + Rhön, Gabi Gleichmann,
Sa. von 10:00-12:00 Uhr, (0151)15766470
Gründau, Erika Schmidt,
(0 60 58) 21 09, Di. von 10:00-12:00 Uhr
Hanau, Elisabeth Huhn,
(0 61 81) 43 14 51, Mo. von 9:00-12:00 Uhr
Rita Filber (0 61 81) 22 433
Homberg / Ohm, Sonja Köhler, (0160) 95103228
Carmen Rotter, (0 66 33) 6 40 78
Kassel, Sabine Correus,
(0 561) 9 70 / 51 99, Mi. von 10:00-12:00 Uhr
Christina Bienhaus,
(0178) 8847580, Mi. ab 17:00 Uhr
Kassel / Baunatal, Jürgen Klahold,
(0 179) 53 63 288
Kelkheim, Jens Schmidt, (0 61 95) 90 04 15
Laubach, Manuela Kramer,
(0 64 05) 32 15, Mi. von 15:00-17:00 Uhr
Lauterbach, Karin Boß, (0160) 96713452
Linsengericht, Anett Bergholz,
(0 60 51) 61 474
Marburg, Bernd Gökeler,
(0 64 24) 54 99, Mi. von 17:00-19:00 Uhr
Irene Heuser, (0 64 21) 80 92 149
Margret Wimmel,
(0 64 27) 93 13 61, Mi. von 10:00-12:00 Uhr
Neustadt (Marburger Land),
Elisabeth Billasch, (0 66 92) 96 13 69,
Do. von 10:00-12:00 Uhr
Nidderau, Barbara Heilmann, (0 61 87) 17 90
Obertshausen, Helga Imholt, (0 61 04) 78 90 71
Reichelsheim / Odenwald,
Ruth Siegel, (0 61 64) 91 20 47
Reinheim, Ellen Biegi, (0 61 62) 96 90 40
Schlitz, Ute Wagner, (0 66 42) 69 16
Seligenstadt, Alexandra Günther,
(0 176) 39 43 36 19
Barbara Pospiech, (06182) 8984 760,
Mo. von 10:00-12:00 Uhr
Feldertal, Jurita Hohmann,
(0172) 27 53 713, Di. von 9:00-12:00 Uhr
Waldeck-Frankenberg, André Schirmer,
(0 175) 8 45 85 23
Waldeck-Frankenberg, Edertal,
Marion Hecker, (0171) 673 19 79
Wetzlar, Georg Pellinnis,
(0 64 41) 21 21 81, Mo. von 15:00-17:00 Uhr
Bettina Hepner, (06441) 4475228
Wiesbaden, Bärbel Berresheim, (0151) 44622851
Peter Bäuml, (0177) 1984908

Hessische MS-Stiftung

Alexandra Burchard Gräfin von Kalnein
(Vorsitzende), Joachim Sittig (Geschäftsführer),
Lessingstr. 4, 65830 Krieffel,
Telefon (0 61 92) 9 22 46 50
E-Mail: Hessische-MS-Stiftung@gmx.de

Spendenkonto:

Frankfurter Sparkasse, BIC: HELADEF1822
IBAN: DE89 5005 0201 0000 1808 02

Förderkreise

Förderkreis Hessischer MS-Kranker e.V.

Jasminka Ivanov (Vorsitzende),
Stefanie Reich (Geschäftsführerin),
Offenbacher Landstr. 478, 60599 Frankfurt
Telefon (0 69) 27 24 63 97
E-Mail: ms-foerderkreis@gmx.de

Spendenkonto:

Frankfurter Sparkasse, BIC: HELADEF1822
IBAN: DE14 5005 0201 0000 0099 77

Darmstädter Freundeskreis der MS-Gesellschaft e. V.

Meike Rieken (Vorsitzende), Landskronstr. 88,
64285 Darmstadt, E-Mail: meike.rieken@web.de,
www.ms-freundeskreis-da.de

Spendenkonto:

Sparkasse Darmstadt, BIC HELADEF1DAS
IBAN DE09508501500042003603

Förderkreis Kasseler Multiple Sklerose Kranker e.V.

Jörg Ungerer (Vorsitzender),
Sonja Waschilowski (Geschäftsführerin),
Wilhelmshöher Allee 262,
34131 Kassel, Tel. (0561) 2075946,
E-Mail: waschilowski@dmsg-hessen.de

Spendenkonto:

Kasseler Sparkasse, BIC: HELADEF1KAS
IBAN: DE20520503530001153105

Landesverband Hessen e.V.

Wittelsbacherallee 86, 60385 Frankfurt
Telefon (0 69) 40 58 98 0, Fax (0 69) 40 58 98 40
E-Mail: dmsg@dmsg-hessen.de
Internet: www.dmsg-hessen.de

Spendenkonto:

IBAN: DE39 3702 0500 0007 6052 00
BIC: BFSWDE33XXX

Vorstand: Dagmar Spill (Vorsitzende), Barbara
Pospiech, Kirstin von Witzleben-Stromeyer,
Dr. Tobias Bomsdorf, Clemens Busch

Ärztlicher Beirat

Prof. Dr. Uta Meyding-Lamadé (Vorsitzende des
Ärztlichen Beirats), Dr. Burc Bassa, Dr. Katrin Enk,
Dr. Karl-Heinz Henn, Dr. Christian Jacobi, Dr. Ru-
pert Knoblich, Christoph Lassek, Dr. Ann-Sophie
Lauenstein, Dr. Christoph Mayer, Prof. Dr. Tobias
Neumann-Haefelin, Dr. med. Steffen Pfeuffer,
Dr. Gerd Reifschneider, Dr. Ingo Schirotzek, Lisa
Schwertner, Prof. Dr. Till Sprenger, Prof. Dr. Erwin
Stark, Dr. Elvia Steidl, Dr. Yavor Yalachkov

Landesbeirat MS-Erkrankter:

Barbara Pospiech (Vorsitzende), Silke Buchenau,
Anett Bergholz, Maik Kübler (stellv. Vorsitzen-
der), Diana Erb, Stephanie Dombek, Sonja
Köhler, Bettina Nüßlein, Georg Pellinnis, Sabine
Schäfer, Manfred Weinreich

Geschäftsführer: Benno Rehn