

Veranstaltungen

2. Halbjahr
2020



damit es besser wird



Schweizerische
Multiple Sklerose
Gesellschaft



Willkommen zum neuen Halbjahresprogramm!

Entdecken Sie unsere Veranstaltungen und finden Sie Ihr passendes Angebot. Benötigen Sie mehr Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen? Diese finden Sie unter www.multiplesklerose.ch, unter der Rubrik «Unsere Angebote». Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.



Das Veranstaltungsangebot wird ermöglicht durch die grosszügige Unterstützung der Stiftung DENK AN MICH, weiterer Institutionen sowie Spenderinnen und Spendern.

Highlights



Sa. 10. bis So. 11. Oktober 2020

Kraftschöpfen für Angehörige

Sie unterstützen einen geliebten Angehörigen bis an Ihre eigenen Grenzen? Und manchmal darüber hinaus? Nicht an diesem Wochenende, dieses gehört Ihnen. Sie lernen in geleiteten Gesprächsgruppen, dass gutes Kraftmanagement existenziell wichtig ist, um nicht in der völligen eigenen Erschöpfung zu enden. Erfahren Sie stattdessen, wie Sie Ihre Ressourcen im Alltag am besten einsetzen. Gönnen Sie sich dazu mit anderen Angehörigen eine Ruhepause, Zeit in der Natur und in einer schönen Umgebung.

Sa. 07. November 2020

Schluck- und Sprechstörungen

MS ist die Krankheit mit 1000 Gesichtern. Keines davon ist schön. Schluck- und Sprechstörungen gehören zu den am wenigsten schönen. Die einen nehmen die Lust am Essen, die anderen haben negative Auswirkungen auf Kommunikation und soziales Leben. Sie lernen Therapieansätze kennen, bekommen praxistaugliche Tipps z. B. zur Ernährung und beherrschen danach unkomplizierte Übungen, die Ihnen im Alltag helfen.



Sa. 17. Oktober 2020

Selbstverteidigung

Schon Menschen ohne Behinderung fühlen sich in bedrohlichen Situationen wehrlos. Menschen mit Behinderung noch viel mehr. Das muss nicht sein – und dieser Nachmittag ist der erste Schritt dazu. Eine Fachperson zeigt Ihnen, wie Sie sich mit ganz einfachen praktischen Techniken besser schützen können.

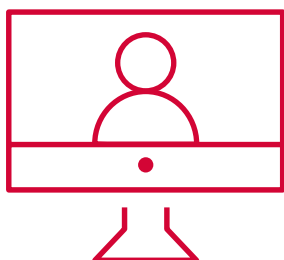
Sa. 05. bis Sa. 12. September 2020

Begegnungswoche in Einsiedeln

MS-Betroffene, die wenig Unterstützung benötigen, sind herzlich eingeladen, im wunderschönen, historischen Einsiedeln eine Begegnungswoche zu verbringen. Der nahegelegene Sihlsee, die gemeinsamen Ausflüge und der Austausch mit netten Menschen lässt



Sie für eine Woche den Alltag vergessen. Weitere Informationen zum Aufnahmegesuch finden Sie auf unserer Webseite.



Webinar

Wir bieten kostenlose Online Seminare zu wichtigen Aspekten rund ums Thema MS an. Experten vermitteln Wissen via Internet. Schalten Sie sich bequem von zu Hause aus ein, via PC, Mac oder mobile Endgeräte. Weitere Informationen gibt es hier: www.multiplesklerose.ch



Information
&
Wissen

Di. 01. September 2020, 18.00 bis 20.00 Uhr

Entwicklung & Zulassung von Medikamenten

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Luzern (LU)
Referierende	Fachpersonen des Luzerner Kantonsspitals
Kosten	kostenlos

Do. 24. September 2020, 13.30 bis 17.00 Uhr

Gangstörung: Wie und warum Reha hilft!

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Valens (TG)
Referierende	Fachpersonen des Rehasentrum Valens
Kosten	kostenlos

Sa. 26. September 2020, 09.30 bis 16.00 Uhr



Meine Vorsorge – Patientenverfügung

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Aarau (AG)
Referentin	Erika Ziltener
Kosten	Mitglieder CHF 25.–, Nichtmitglieder CHF 40.–

Sa. 10. Oktober 2020, 09.30 bis 12.30 Uhr

Physiotherapie

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Zug (ZG)
Referierende	Mitglieder FPMS (Fachgruppe Physiotherapie bei MS)
Kosten	Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder CHF 20.–



Sa. 24. Oktober 2020, 09.30 bis 12.30 Uhr

MS & Psyche

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Basel (BS)
Referent	Prof. Dr. Pasquale Calabrese
Kosten	Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder CHF 20.–

Sa. 07. November 2020, 09.30 bis 12.30 Uhr

Schluck- & Sprechstörungen

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Basel (BS)
Referierende	Flurina Mätzer & Madeleine Krämer
Kosten	Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder CHF 20.–

Sa. 21. November 2020, 09.30 bis 12.30 Uhr

Behandlung störender Spastizität

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Walzenhausen (AR)
Referierende	Fachpersonen der Rheinburg-Klinik
Kosten	kostenlos

Sa. 28. November 2020, 09.30 bis 12.30 Uhr

Sehstörungen

Zielgruppe	MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Ort	Chur (GR)
Referierende	Dr. med. Sven Richter & Nic Rüdisühli
Kosten	Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder CHF 20.–



inkl. Verpflegung



inkl. Unterkunft

Sa. 05. Dezember 2020, 10.00 bis 13.00 Uhr

Chinesische Medizin & Akupunktur

Zielgruppe
Ort
Referentin
Kosten

MS-Betroffene, Angehörige, Interessierte
Interlaken (BE)
Dr. med. Anita Meyer Hitz
Mitglieder kostenlos, Nichtmitglieder CHF 20.–



Freizeit
&
Persönlichkeit

Sa. 12. September 2020, 09.30 bis ca. 15.00 Uhr



Uetliberg mit Mountain- oder E-Bike

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

MS-Betroffene, Angehörige
Zürich (ZH)
Ernst Hottinger
Mitglieder CHF 25.–, Nichtmitglieder CHF 40.–

Sa. 12. bis So. 13. September 2020



Rund um den Rollstuhl

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

MS-Betroffene, Angehörige
Hölstein (BL)
Domenic Jauch
Mitglieder CHF 280.–, Nichtmitglieder CHF 300.–

Sa. 03. Oktober 2020, 10.00 bis 15.30 Uhr

MS Youth Forum

Zielgruppe
Ort
Kosten

MS-Betroffene U40 mit oder ohne Begleitung
Zürich (ZH)
kostenlos

Sa. 10. bis So. 11. Oktober 2020



Kraftschöpfen für Angehörige

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

Angehörige
Wislikofen (AG)
Andrea Eisler & Susanne Kägi
Mitglieder CHF 280.–, Nichtmitglieder CHF 300.–



Sa. 17. Oktober 2020, 13.00 bis 17.00 Uhr

Selbstverteidigung

Zielgruppe	MS-Betroffene
Ort	Luzern (LU)
Leitung	Juanita Baumann
Kosten	Mitglieder CHF 20.–, Nichtmitglieder CHF 35.–

Sa. 21. bis So. 22. November 2020



Kinaesthetics zu zweit

Zielgruppe	Angehörige mit MS-betroffener Begleitperson
Ort	Walchwil (ZG)
Leitung	Erich Weidmann & Angelika Bernet
Kosten	Pro Paar: Mitglieder CHF 500.–, Nichtmitglieder CHF 550.–



Fortlaufend monatlich

Begegnungslunch für MS-Betroffene

Zielgruppe	Neudiagnostizierte und leichter eingeschränkte MS-Betroffene
Ort	Zürich (ZH) Di. oder Mi; Bern (BE) Di., jeweils 12.00 bis 14.00 Uhr
Begleitung	Mitarbeitende der MS-Gesellschaft
Kosten	Verpflegung zu Lasten der Teilnehmenden

Fortlaufend wöchentlich

Zumba / Tanz dich fit!

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

MS-Betroffene
Basel (BS) Mi. 11.00 bis 12.00 Uhr; Zürich (ZH) Di. 10.00 bis 11.00 Uhr
Erfahrene Kursleitung der Klubschule Migros
5 Lektionen: Mitglieder CHF 75.–, Nichtmitglieder CHF 100.–



Fortlaufend wöchentlich

Yoga

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

MS-Betroffene
Zürich (ZH) Fr. 14.45 bis 15.45 Uhr
Erfahrene und ausgebildete Yogalehrerin
5 Lektionen: Mitglieder CHF 75.–, Nichtmitglieder CHF 100.–



Begegnungs-
wochen

So. 19. bis Sa. 25. Juli 2020

Kindercamp

Zielgruppe
Ort
Leitung
Kosten

7- bis 16-jährige Kinder aus MS-betroffenen Familien
Wallisellen (ZH)
Mitarbeitende der MS-Gesellschaft
kostenlos

So. 02. bis So. 09. August 2020



Begegnungswoche in Davos

Zielgruppe	MS-Betroffene, die wenig Unterstützung benötigen mit oder ohne Begleitung
Ort	Davos (GR)
Leitung	Esther Rusterholz & Priska Zogg
Kosten	Mitglieder CHF 800.–, Nichtmitglieder 900.–

Sa. 05. bis Sa. 12. September 2020



Begegnungswoche in Einsiedeln

Zielgruppe	MS-Betroffene, die wenig Unterstützung benötigen mit oder ohne Begleitung
Ort	Einsiedeln (SZ)
Leitung	Esther Rusterholz & Priska Zogg
Kosten	Mitglieder CHF 800.–, Nichtmitglieder 900.–



Freiwilligeneinsätze

Als Freiwillige oder Freiwilliger übernehmen Sie während 8 bis 14 Tagen die persönliche Betreuung eines Betroffenen, gewinnen neue Freundschaften, erweitern Ihre Kompetenzen und erhalten die bereichernde Gewissheit, etwas Gutes zu tun.

Wilten/Sarnen (OW)

- | | |
|-----------|---------------------|
| 1. Equipe | 20.06. – 01.07.2020 |
| 2. Equipe | 01.07. – 11.07.2020 |
-

Einsiedeln B (SZ)

- | | |
|-----------|---------------------|
| 1. Equipe | 03.10. – 10.10.2020 |
| 2. Equipe | 10.10. – 17.10.2020 |
-

Einsiedeln A (SZ)

- | | |
|-----------|---------------------|
| 1. Equipe | 12.09. – 23.09.2020 |
| 2. Equipe | 23.09. – 03.10.2020 |
-

Delémont (JU)

- | | |
|-------------|---------------------|
| Französisch | 05.09. – 19.09.2020 |
|-------------|---------------------|
-

Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich ganz unverbindlich.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen und informieren Sie ausführlich.

Wir freuen uns auf Sie. 043 444 43 43, veranstaltungen@multiplesklerose.ch

Ausblick

Diese Termine sind weitere Highlights des Jahres – die sollten Sie auf keinen Fall verpassen. Also: Unbedingt merken und besuchen – es lohnt sich!

Gilde Kochtag

Sa. 05. September 2020,
verschiedene Standorte in der Schweiz

MS Benefizkonzert

So. 08. November 2020, Zürich (ZH)

23rd State of the Art Symposium

Fachpersonen aus dem Bereich MS
Sa. 23. Januar 2021, Luzern (LU)



Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129, Postfach, 8031 Zürich
T 043 444 43 43, F 043 444 43 44, PK 80-8274-9
info@multiplesklerose.ch, www.multiplesklerose.ch