

BERATUNG  
SELBSTHILFE  
UNTERSTÜTZUNG

Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Niedersachsen e.V. (seit 1983, zuvor Sozialwerk, gegr. 1958) setzt sich mit ihrer am Gedanken der Selbsthilfe ausgerichteten Tätigkeit seit vielen Jahrzehnten für die Belange MS-Betroffener ein. Wir leisten kompetente Unterstützung, damit es MS-Erkrankten und ihren Angehörigen bestmöglich gelingt, die mit der Erkrankung einhergehenden, oft großen Beeinträchtigungen zu meistern und mit ihnen leben zu lernen. Wir sehen uns dabei als Solidargemeinschaft für MS-Erkrankte und deren Angehörige in Niedersachsen, bieten Orientierung und vernetzen Angebote rund um das Thema Multiple Sklerose in ganz Niedersachsen.

Die Arbeit des DMSG Landesverbandes Niedersachsen steht unter dem Motto

**Mit MS leben –  
Hilfe zur Selbsthilfe.**



Niedersachsen e.V.



Engelbosteler Damm 104  
30167 Hannover  
Telefon 0511 703338  
Telefax 0511 708981  
info@dmsg-niedersachsen.de  
www.dmsg-niedersachsen.de



Niedersachsen e.V.



**Leben mit Multiple  
Sklerose**

Gesprächsreihe für  
(Neu-)Betroffene

27.01.25 bis 24.03.25

Ich habe die Diagnose „MS“ – Und nun?  
Viele Fragen sind mit der neuen Situation verbunden.

In dieser Gesprächsreihe haben Sie Gelegenheit

- Fragen zu stellen
- über Höhen und Tiefen zu sprechen
- und sich untereinander auszutauschen.

Neben dem gemeinsamen Austausch werden Expert\*innen mit ihrem Wissen und Anregungen zur Verfügung stehen.  
Mit dieser Reihe richten wir uns an Menschen, deren Diagnose aktuell ist oder in den letzten Jahren gestellt wurde.

DMSG-Beratungsstelle  
im Bereich Lüneburg

Nadja Lübcke  
Hügelstraße 1  
21337 Lüneburg

**Erreichbarkeit**

Dienstag 9.00 bis 16.00 Uhr  
Mittwoch 9.00 bis 12.30 Uhr



**ANMELDUNG zur Gesprächsreihe  
bis zum 21.01.2025**



04131 60 555 70



[luebcke@dmsg-niedersachsen.de](mailto:luebcke@dmsg-niedersachsen.de)

Die Zahl der Teilnehmenden ist auf 12 begrenzt.

Die Teilnahmegebühr von 30 € pro Person ist mit der Anmeldung zu entrichten.

## Wenn nichts mehr so ist, wie es zuvor war

Lassen Sie uns darüber reden  
in der  
**DMSG Beratungsstelle Lüneburg**  
Hügelstraße 1

**Montag, 27.01.2025 • 17.00 Einführung, Kennen lernen und Austausch**  
- zu Gast ist Dipl. Psychologe Stefan Tjarks

**Montag, 10.02.2025 • 17.00 Ernährung bei MS**  
Welchen Einfluss hat die Auswahl der Lebensmittel die MS?  
- zu Gast ist Annette Schubert, Ernährungsberaterin der AOK-Gesundheitskasse

**Montag, 24.02.2025 • 17.00 Was passiert in meinem Körper?**  
Wie läuft MS auf Ebene des Immunsystems ab und welche medikamentöse Therapiemöglichkeiten gibt es?  
- zu Gast ist Matthias Quandt, leitender Oberarzt, Facharzt für Neurologie und KV-Ambulanz für MS im Klinikum Lüneburg

**Montag, 10.03.2025 - 17.00 Die Deutsche Rentenversicherung**  
Was, wenn es beruflich nicht mehr weitergeht wie bisher?  
- zu Gast ist Erhard Rudat, ehrenamtlicher Berater der Deutschen Rentenversicherung

**Montag, 24.03.2025 • 17.00 Was noch auf dem Herzen liegt...**  
Zu diesem Termin ist ein Angehöriger herzlich willkommen  
- zu Gast ist Dipl. Psychologe Stefan Tjarks

- Bitte planen Sie jeweils etwa 2 Stunden ein. -

## Miteinander Stark