

Landesverband Niedersachsen e.V.

Engelbosteler Damm 104
30167 Hannover

Telefon: 0511/ 70 33 38

Telefax: 0511/ 70 89 81

E-Mail: info@dmsg-niedersachsen.de

Internet: www.dmsg-niedersachsen.de

Vorsitzender des Landesverbandes:

Klaus-Peter Kubiak

PRESSEMITTEILUNG

Seminar für MS-Erkrankte in Göttingen

Bewegung, Ernährung, Gehirntaining – Wie kann ich mir und meiner MS etwas Gutes tun?

Sich konzentrieren und Informationen leicht aufnehmen und verarbeiten zu können, sind kognitive Fähigkeiten. Sie helfen dabei, die alltäglichen privaten und beruflichen Anforderungen zu meistern. Im Zusammenhang mit MS können diese Fähigkeiten nachlassen.

In diesem Seminar am **Samstag, 26. März 2022** von **11:00 bis 15:00 Uhr** in Göttingen zeigt Petra Michaelis, MAT-Trainerin und Vorsitzende Regionalverband Nord der Gesellschaft für Gehirntaining e.V., Zusammenhänge zwischen Verhaltensweisen und geistiger Leistungsfähigkeit auf: Wie kann ich meine kognitiven Fähigkeiten mit wenig Aufwand und in nur kurzer Zeit stärken und damit verbunden mein Wohlbefinden aktiv steigern? Mithilfe von einfach durchzuführenden Übungen zur mentalen Aktivierung erarbeiten die Teilnehmenden individuelle Wege für den Alltag. Das Seminar ist ohne Vorkenntnisse sowie für Fußgänger*innen und Menschen im Rollstuhl gleichermaßen geeignet. Die Veranstaltung findet unter den aktuell gültigen Corona-Verordnungen statt.

Die Deutsche Multiple Gesellschaft (DMSG) Niedersachsen macht sich für alle Menschen mit MS und deren mitbetroffene Angehörige in Niedersachsen stark und tritt konsequent für die berechtigten Interessen dieser gesellschaftlichen Gruppe ein. Weitere Informationen und **Anmeldung** zu diesem Seminar unter 0511 - 70 33 38 oder info@dmsg-niedersachsen.de.