



Liebe Leserin, lieber Leser!

Was gibt es Neues in der OV? In dieser Sommerausgabe finden Sie dazu auf den folgenden Seiten Lesenswertes.

Wirklich Neues? Nach dem Motto „Alles neu, macht der Mai“ gehen

wir in den nächsten Tagen mit einer neuen Website online – schauen Sie mal auf www.dmsg-duesseldorf.de

Wir sind überzeugt, dass unser neuer Internetauftritt frisch, lesenswert und übersichtlich gestaltet ist. Dafür gilt an dieser Stelle ein ganz besonderer Dank unserem Mitglied Dr. Kirsten Lange-Hesse, die uns den Impuls gab und schlussendlich mit ihrer fachlichen Kompetenz die neuen Seiten entwickelt hat.

Eine weitere Erneuerung halten Sie gerade in den Händen – unsere gestalterisch überarbeitete MS-Post. Ein großes Dankeschön dafür geht an Joachim Oszinda, der diesen neuen Look kreiert hat.

Neu in unserem OV Team ist Renate Kemper. Wir sind sehr glücklich, daß Sie die Organisation unserer Projekte übernimmt und unsere Arbeit damit tatkräftig unterstützt.

Noch etwas Neues ist unser Tanzworkshop im Rahmen unserer aktuellen Kooperation mit dem Tanzhaus NRW, der am 30. April 2017 stattfand, sehr gut besucht war und sich zum Weitermachen empfiehlt, siehe Veranstaltungskalender.

Für das diesjährige Sommerfest am 12. August 2017 haben wir in Düsseldorf-Gerresheim eine neue Location in der Evangelischen Kirchengemeinde gefunden. Wir hoffen wieder auf ein stimmungsvolles Zusammensein und laden herzlich ein.

Rund um den diesjährigen Welt-MS-Tag finden in NRW zahlreiche Veranstaltungen statt, die allesamt das Ziel verfolgen, für MS eine größere Öffentlichkeit zu schaffen. Die Auftaktveranstaltung hat in Münster stattgefunden. Die Selbsthilfegruppe „Fatigue“ – in Kooperation mit unserer Malgruppe – lädt am 1. Juni 2017 ein ins Stadtmuseum Düsseldorf unter dem Motto „Welche Farbe hat das Glück“.

Und last but not least können wir zu unserer großen Freude mitteilen, eine neue Schirmherrin gewonnen zu haben – Frau Karin-Brigitte Göbel, die Vorsitzende des Vorstandes der Stadtparkasse Düsseldorf – der ich an dieser Stelle sehr herzlich für ihre Bereitschaft danke und in der OV herzlich willkommen heiße. In der Herbstausgabe werden wir unsere neue Schirmherrin in einem kurzen Portrait vorstellen.

Noch einmal möchte ich Frau Anne-José Paulsen danken für ihr großes Engagement seit 2003 in unserer OV.

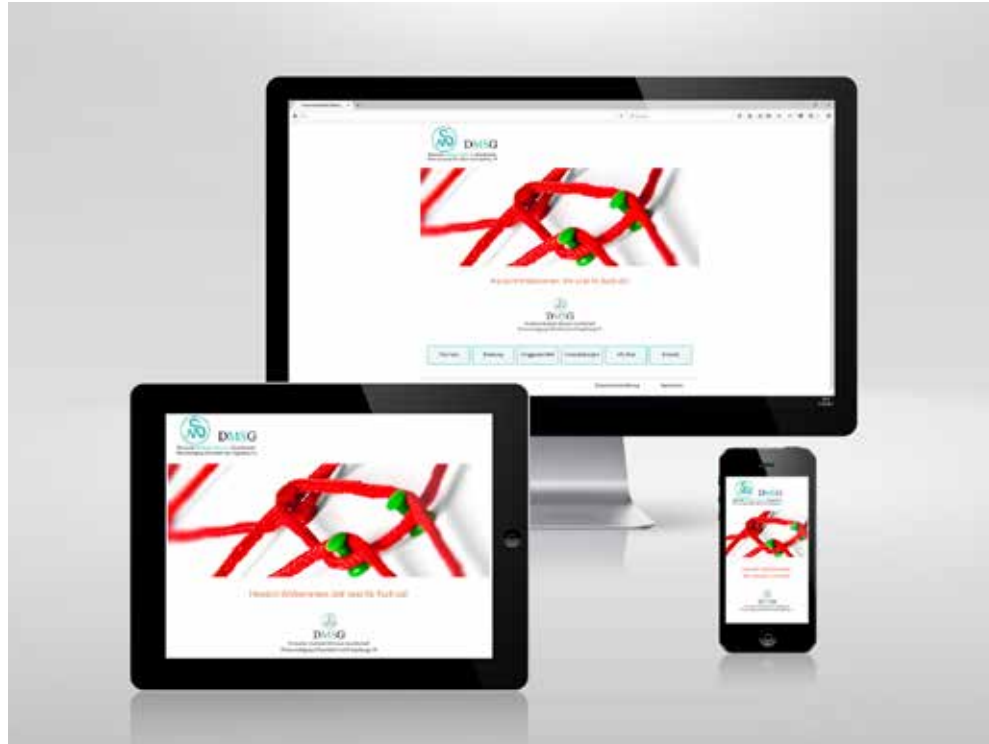
Mit den besten Grüßen für einen schönen Sommer verbleibe ich als

Ihre
Gisa Berghof



Neuer Internetauftritt geht online

Ein frisches Design, verbesserte Funktionen und eine hohe Benutzerfreundlichkeit prägen das Gesicht des neuen Internetauftritts der **DMSG Ortsvereinigung Düsseldorf und Umgebung** www.dmsg-duesseldorf.de, der in den nächsten Tagen online geht.



Der Internetauftritt wurde in den letzten Monaten mit viel Engagement und Zeitaufwand komplett überarbeitet. Herausgekommen ist eine moderne Optik und eine klare Struktur bei der Navigation. Die Website der OV wurde im **Responsive Design** gestaltet, d.h. durch

das flexible Layout passen sich grafischer Aufbau, Navigation, Seitenspalten und Inhalte automatisch dem jeweiligen Endgerät wie Smartphone, Tablet oder PC an und werden so optimal dargestellt. Ein echter Mehrwert, wenn Sie sich beispielsweise per Smartphone schnell oder von unterwegs über neue Veranstaltungen der DMSG OV Düsseldorf informieren möchten.

Die neue Homepage bietet umfangreiche Informationen zu den Angeboten der Beratungsstelle sowie zu Gruppentreffen und aktuellen Veranstaltungen. Darüber hinaus wurde eine Linkseite

kreiert, auf der zahlreiche Internetseiten inkl. direkter Verlinkung mit hilfreichen Angeboten gelistet sind, so dass man nicht selbst im Internet suchen muss. Ein Highlight, für das allein es sich schon lohnt, www.dmsg-duesseldorf.de in seine Favoritenliste aufzunehmen.

Neben diesen wichtigen inhaltlichen Neuerungen freuen wir uns außerdem über die neue Möglichkeit, unsere Website zukünftig einfach und schnell selbst pflegen zu können, um Sie stets bestmöglich und aktuell zu informieren. Das Konzept wurde von Dr. Kirsten Lange-Hesse (www.lhkom.de) entwickelt, die Programmierung wurde von Dirk Keulerz (www.kedicom.de) durchgeführt.

Wir wünschen viel Spaß beim Erkunden unserer neuen Homepage!

www.dmsg-duesseldorf.de

Kunst und Kultur

Rückblick Otto Dix-Ausstellung: Am 12. März wurden wir sehr kundig und engagiert durch die Ausstellung „Otto Dix – Der böse Blick“ im K20 geführt. Einige von uns waren zuvor keine ausdrücklichen Dix-Liebhaber.

Unser nächster Termin führt uns in die Ausstellung „CRANACH Meister – Marke – Moderne“ ins Museum Kunstpalast. Im Jahr des Reformationsjubiläums wollen wir uns dieses „Highlight“ mit Leihgaben aus dem Metropolitan Museum New York, der National Gallery London

Hier aber kamen wir zur Überzeugung, dass Dix ein ganz starker, vielseitiger und eigenwilliger Künstler war, der uns auch heute berührt. Unser anschließendes Zusammensein im Café Lieshout war wiederum lebendig und wohltuend.

und dem Nationalmuseum Stockholm nicht entgehen lassen. Cranach als enger Freund Luthers, Cranach in der Gegenüberstellung u.a. mit Dürer, Hans Holbein d. J. und als Inspirationsquelle für Picasso, Giacometti oder Andy Warhol dürfte ein spannendes Seh-Erlebnis werden.



Andy Warhol „Portrait einer Frau (nach Lucas Cranach)“, 1984.
Sammlung Bayer Leverkusen.
©2017 The Andy Warhol Foundation for the Visual Arts, Inc., New York.

Lucas Cranach d. Ä. „Judith mit dem Haupt des Holofernes“, um 1530.
The Metropolitan Museum of Art, Rogers Fund.

Termin: Sonntag, 9. Juli 2017 um 12.15 Uhr

Ort: 11.55 Uhr im Foyer des Museum Kunstpalast, Ehrenhof 4-5, 40479 Düsseldorf

Leitung: Anna Schlüter und Matthias Schneider

Eintritt 14,00 € pro Person. **Die Kosten für die Führung übernimmt die OV.**

Bitte melden Sie sich bis Mittwoch, 5. Juli 2017 im OV-Beratungsbüro an

Telefon: 0211-34 34 75, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de

Workshop: Achtsam wahrnehmen – offen für das Leben sein, hier und jetzt – bewusst sein

Das Leben ereignet sich jetzt, in diesem Moment, mit jedem Atemzug neu. Um dies zu erfahren verbinden wir in diesem 4-teiligen Workshop Meditationen, Atem- und Wahrnehmungsübungen, die dich bei dem Prozess des Stillwerdens und des zur Ruhekommens hilfreich unterstützen. Wir werden schweigen und uns sanft bewegen, unser Erleben mit Klang und Farben ausdrücken. Das Nervensystem kann sich beruhigen. Das ständige Galoppieren von Gedankenverbindung zu Gedankenverbindung, von Vermutung zu Vermutung, von Entscheidung



zu Entscheidung tritt in den Hintergrund, der Intellekt ruht, hält inne – ganz in den Augenblick hinein entspannen. Loslassen.

Der Workshop besteht aus 4 aufeinander aufbauenden Teilen

Termine: Freitags jeweils von 15.45 bis 17.15 Uhr am 23. Juni / 07. Juli / 14. Juli / 21. Juli 2017

Ort: DMSG OV Düsseldorf u.U. e.V., Christophstraße 3, 40225 Düsseldorf, TAZ, Raum 0096

Leitung: Patricia Kronberg

Kosten: Die Teilnahmegebühr für Mitglieder beträgt 5€ *pro Termin*. Der Gesamtbetrag ist vor Beginn des Workshops zu zahlen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und dicke Socken mitbringen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Bitte melden Sie sich bis zum 16. Juni im OV-Beratungsbüro an

Telefon: 0211-34 34 75, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de

Workshop: „Ich sage, was ich wirklich will!“

Natürlich sagt sich so etwas leichter als es getan ist. Manchmal glauben wir, dass wir uns den äußeren Um-



ständen beugen müssen. Einmal mehr, wenn wir uns hilflos und erschöpft fühlen, weil unser Körper geschwächt ist. Vielleicht vom letzten Schub, einer Infektion, die die Symptome wieder „aufflammen“ lässt oder einfach weil wir mal wieder über eigene emotionale und körperliche Grenzen gegangen sind. Intuition, Bauchgefühl, die wertvolle innere Stimme: Willst du das? Tritt dann meist in den Hintergrund.

In diesem Workshop wollen wir eine Brücke schlagen zu uns selbst – den eigenen Weg gehen, auf die innere Stimme hören ...

Termin: Samstag, 9. September 2017 von 11.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Praxis Kronberg, Kölner Landstraße 259, 40591 Düsseldorf, **Nicht barrierefrei!**

Leitung: Patricia Kronberg

Die Teilnahme ist für OV-Mitglieder kostenlos, **die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

Bitte melden Sie sich bis 7 Tage vor Workshop-Termin im OV-Beratungsbüro an

Telefon: 0211-34 34 75, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de

Tanzen mit MS?

„Dance for health“ – unter diesem Motto bietet das Tanzhaus NRW seit dem letzten Jahr einen speziellen Kurs für Menschen mit Parkinson an. Durch dieses Angebot inspiriert, vereinbarte Frau Berghof einen Termin mit der Akademieleiterin, Frau Schackow. Schon beim ersten gemeinsamen Gespräch war ich begeistert von der Idee, MS-Betroffene in einem Tanzworkshop zusammen zu bringen. Unabhängig von der Art der Behinderung, ob Rollstuhlfahrer oder Fußgänger – gemeinsam ausprobieren, was mit MS möglich ist. Spannend und mutig, dachte ich! Aber geht das denn überhaupt?



Ich war neugierig und fuhr an einem Sonntag Vormittag zum Schnupper-Workshop nach Düsseldorf. Wow – allein das Ambiente im Tanzhaus NRW war beeindruckend! Insgesamt waren wir eine bunte Gruppe von 14 Mitgliedern, darunter Fußgänger, Rollatoren und Rollstuhlfahrer. Nach einer sehr herzlichen Begrüßung durch Frau Schackow übernahmen unsere beiden Dozentinnen, Bridget Fearn und Dawna Dryhorub, die Führung. Mit einem enormen Einfühlungsvermögen, viel Erfahrung und einer großen Portion Spaß brachten die beiden uns dazu, die verschiedensten Bewegungen auszuprobieren.

Wir sind sehr glücklich, dass wir in Kooperation mit dem Tanzhaus NRW, weitere Tanz-Workshops anbieten können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Zuerst ganz langsam im Sitzen, danach im Stehen, so dass wir uns an einem Stuhl festhalten konnten und zum Schluss sogar frei im Raum.

War eine Bewegung zu anstrengend oder erst gar nicht möglich, so bekamen wir von Bridget und Dawna immer wieder Alternativen angeboten.



Mit kleineren Pausen zwischendurch, vergingen diese zweieinhalb Stunden Workshop wie im Flug. Ich hatte mich vor gefühlten 100 Jahren das letzte Mal so intensiv bewegt! Müde, aber auch glücklich, fuhr ich mit der Gewissheit nach Hause, dass dies nicht mein letzter Tanzworkshop war.

Ja, Tanzen mit MS ist möglich – nur ein bisschen anders!

Kirsten Oidtmann

Termine: Sonntags jeweils von 14 bis 16 Uhr am 24. September / 05. November / 10. Dezember 2017

Ort: Tanzhaus NRW, Erkrather Straße 30, 40233 Düsseldorf

Kosten: Die Teilnahmegebühr beträgt für Mitglieder 10€ *pro Termin* und wird auf der Veranstaltung an den Kursleiter entrichtet. Ihre Anmeldung ist verbindlich, so dass bei einer Absage die Teilnahmegebühr an die OV zu überweisen ist. **Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

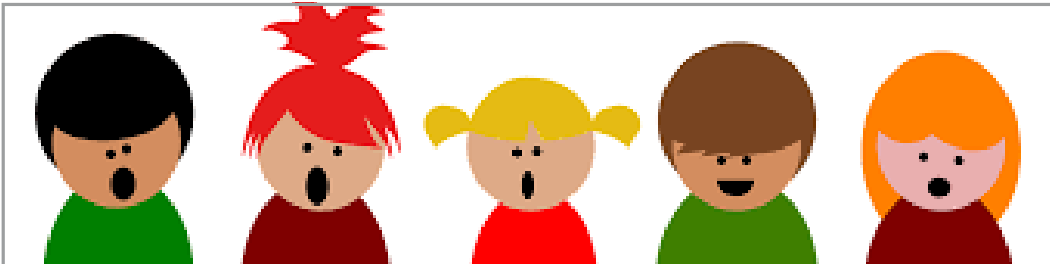
Bitte melden Sie sich bis 7 Tage vor dem Workshop-Termin im OV-Beratungsbüro an

Telefon: 0211-34 34 75, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de

Workshop: Meine Stimme – Wahrnehmung und Atmung

Der Stimmworkshop bietet den Teilnehmern die Möglichkeit, sich näher mit der eigenen Stimme auseinanderzusetzen. Durch gezielte Übungen werden sie dazu angeleitet, die Funktionalität ihrer Stimme kennenzulernen. Dadurch können sie entdecken, dass sich der

Stimmklang durch kleine Modifikationen deutlich verändern und verbessern kann. Am Ende werden sie die Möglichkeit bekommen, durch das gemeinsame Singen, durch die Wahrnehmung und Reflexion der eigenen Stimmproduktion, den neuen Stimmklang umzusetzen.



Die Inhalte des Kurses haben folgende Schwerpunkte:

- Einführung in das Thema „Stimme“
- Einführung in die Bereiche „Wahrnehmung“ und „Atmung“
- Aufklärung zum Thema Stimmhygiene
- Sprechstimme und Singstimme (Eigenwahrnehmung und Fremdwahrnehmung)
- Praktische Übungen mit Tönen und Singen
- Reflexion und Singen einfacher Lieder

Termin: Freitag, 1. September 2017 von 15.00 bis 17.30 Uhr

Ort: DMSG-Büro im TAZ, Gebäude 14.99, Raum 0096, Christophstraße 3, 40225 Düsseldorf

Leitung: Clarissa Heimann Trosien (Praxis für Sprachtherapie, Düsseldorf)

Kosten: Die Teilnahmegebühr beträgt für Mitglieder 5€ und wird auf der Veranstaltung an den Kursleiter entrichtet. Ihre Anmeldung ist verbindlich, so dass bei einer Absage die Teilnahmegebühr an die OV zu überweisen ist.

Bitte melden Sie sich bis zum 25. August im OV-Beratungsbüro an

Telefon: 0211-34 34 75, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de

Freude am Singen?!

Wir möchten einen Singkreis gründen und suchen interessierte Menschen, die gemeinsam singen möchten. Gerne auch mit Erfahrung beim Spielen eines Instrumentes (Gitarre, Klavier)

Singen, lachen und sich gut fühlen – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!



Bei Interesse wenden Sie sich bitte direkt an Sanna Meinke

Telefon: 0163-2 59 44 18, E-Mail: sanna.meinke@yahoo.de

Bücher für Herzens-Denker in einer digitalen Welt

Buchempfehlungen
von Patricia Kronberg
und Kirsten Oidtmann



Jon Bauer Steine im Bauch

Kiepenheuer & Witsch, ISBN 9783462046526, € 19,99

Unfassbar berührend und eindringlich gewährt der Autor dem Leser Einblicke in das kindliche Innenleben des Protagonisten und des Erwachsenen, der aus ihm geworden ist – ein atemlos spannendes literarisches Kammerspiel.

Stefan Beuse Das Buch der Wunder
mairisch verlag, ISBN 9783938539446, € 18,00

Die Frage nach der objektiven Wirklichkeit tauchte nach dem Lesen in diesem so mystischen wie auch spannenden Roman in mir auf. Gibt es sie überhaupt? Und, wenn ja, wie viele Wirklichkeiten gibt es? Faszinierend!



Clara Maria Bagus Vom Mann der Auszog, um den Frühling zu suchen
Allegria Verlag, ISBN 9783793423072, € 14,00

59 literarische Musikstücke (Kapitel) auf dessen Klangteppich sich die Seele des Lesers niederlassen kann. Ein wunderbarer Zeitgenuss voller spiritueller Gedanken und Weisheiten, die einladen im Augenblick des Lesens, glücklich zu sein.

Martin Suter Elefant

Diogenes Verlag, ISBN 9783257069709, € 24,00

Ein kleiner rosafarbener Elefant der im Dunkeln leuchtet und von der ersten Seite an mein Herz erobert hat! Ein spannendes Buch, welches uns über die Möglichkeiten der Genforschung, moralische Grenzen und menschliche Profitgier nachdenken lässt.



Elke Heidenreich Erika oder Der verborgene Sinn des Lebens
Carl Hanser Verlag, ISBN 9783446242203, € 8,90

Noch eine rosafarbene Hauptfigur – Erika, ein riesiges Plüschschwein! Manchmal braucht es in unserem grauen Alltag ein wenig Spontaneität und Mut, um sich wieder lebendig zu fühlen. Eine wunderbare kleine Geschichte, welche nie aufhört, aktuell zu sein und ein Lächeln in unseren Gesichtern hinterlässt.

Eine MS-Gruppe stellt sich vor

Mit Multiple Sklerose aktiv und positiv durch das Jahr, ja, das sind wir: die MS-Selbsthilfegruppe „**E F I – einer fehlt immer**“ aus Mettmann, Wülfrath und Heiligenhaus.

Das diesjährige Motto zum Welt-MS-Tag – „Alles geht, aber eben nur anders“ – passt irgendwie recht gut zu uns. Wir treffen uns einmal im Monat bei Kaffee und Kuchen. Dort werden rege Gespräche geführt, Termine besprochen und natürlich auch viel gelacht, aber man darf auch mal weinen, denn auch dafür ist unsere Gruppe da.



Doch bevor wir uns an den gedeckten Tisch setzen beginnen wir mit einer Runde Yoga, im Stehen oder Sitzen, so wie jeder kann, denn Körper und Geist sollen doch im Einklang bleiben ... ?!

Das erste Highlight im Jahr ist unser Karnevalsnachmittag. Mit bunten Kostümen, Luftschlangen und Musik, lassen wir uns das „selbstgezauberte“ Buffet schmecken. Danach folgt der MS-Tag, an dem wir mit einem Info-Stand, Moderationskoffer und MS-Keksen auf unsere Krankheit aufmerksam machen wollen.

Im Sommer besuchte uns Frau Berghof aus Düsseldorf und wir konnten einen informativen und schönen Nachmittag erleben.

Ansonsten hatten wir einige Referenten eingeladen, die uns über die Vorzüge des „Grander Wassers“ (belebtes Wasser), die „Bemer Gefäßtherapie“ und die neuen Pflegegrade informierten.

Das Jahr lassen wir in einer gemütlichen Atmosphäre bei einer Weihnachtsfeier, verbunden mit „Wichteln“ in einem barrierefreien Restaurant ausklingen.

Neue Gäste sind immer herzlich willkommen!

Wir treffen uns am 1. Mittwoch im Monat 15-17 Uhr, in Mettmann-Metzkausen, Am Hügel 4 (Ev. Kirche).

Sigrid Ehrhard



Unser diesjähriges Sommerfest

MEET AGAIN!

Sommerfest 2017

Wir laden Sie und Ihre Familien
ganz herzlich zu unserem diesjährigen Sommerfest ein:

Samstag, 12. August 2017
15 - 18 Uhr

Bei Kaffee, Kuchen und Sonnenschein
freuen wir uns auf einen netten gemeinsamen Nachmittag!

Evangelische Kirchengemeinde Gerresheim (Gustav-Adolf-Kirche)
Heyestraße 95, 40625 Düsseldorf

Sie erreichen den Gemeindesaal über den Gemeindehof, Eingang Hardenbergstraße 3



Bitte melden Sie sich bis zum 31. Juli 2017 in unserem OV-Beratungsbüro an.
Telefonisch unter 0211 - 34 34 75 oder per E-Mail unter info@dmsg-duesseldorf.de

Die Haltestelle **Hardenbergstraße** (*nicht barrierefrei!*) erreichen Sie mit der Stadtbahnlinie U73 oder mit dem Bus 737. Auf der gleichen Strecke finden Sie die **barrierefreie Haltestelle Dörpfeldstraße**. Von dort aus sind es ca. 600 Meter Fußweg bis zum Gemeindehof, über den Sie schräg laufend den Gemeindesaal erreichen.

Parkmöglichkeiten finden Sie am besten in der Hardenbergstraße und in den dort abzweigenden Seitenstraßen.

Die Kosten für den **Fahrdienst** werden von der OV übernommen.

Bitte vereinbaren Sie frühzeitig einen Termin mit dem Fahrdienst „Mobile Hilfe“ (Weßels).

Aktion anlässlich des Welt-MS-Tages

Am 1. Juni 2017 präsentieren die MS Malgruppen „LebensSpur“ und „Über den Tellerrand hinaus“ ihre Werke zum Thema **Welche Farbe hat das Glück** im Ibach Saal des Stadtmuseums Düsseldorf.



Von 12 bis 17 Uhr erwartet Sie ein buntes Programm mit Bildern, Filzaktion, Musik, Kaffee und Kuchen und interessanten Gedanken zum Thema „Glück“ der Referentin Dr. Sabine Schipper.

Sie sind herzlich eingeladen, wir freuen uns auf Sie und Ihre Familien, Freunde und Bekannte.

Termin: Donnerstag, 1. Juni 2017, 12.00 -17.00 Uhr

Ort: Ibach Saal im Stadtmuseum Düsseldorf, Berger Allee 2, 40213 Düsseldorf

Organisation: Jutta Brozies und Petra Rodewald
Anmeldungen sind nicht erforderlich!

Besuch beim WDR Düsseldorf

Am 27. September trifft sich die Selbsthilfegruppe „MS-Gesprächskreis Düsseldorf“ zu einer Besichtigung des Düsseldorfer WDR. Es gibt unter anderem eine Filmvorführung und einen Studiobesuch. Insgesamt wird die Besichtigung ca. 1,5 Stunden dauern.

Die Gruppe hat noch 5 freie Plätze und Interessierte sind herzlich eingeladen mitzukommen. Der Eintritt ist frei!



Termin: Mittwoch, 27. September um 15.00 Uhr

Ort: WDR Düsseldorf, Stromstraße 24, 40221 Düsseldorf

Organisation: Edeltraut Frohne

Bitte melden Sie sich bis zum 20. September direkt bei Frau Frohne an

Telefon: 0160-8 99 42 87, E-Mail: edeltraud.frohne@me.com

Rückblick zum Workshop „Buch-Origami“

Am 15. März 2017 fand in den Räumen des DMSG-Büros im TAZ der Workshop „Buch-Origami“ statt.

Unter Anleitung von Frau Hünni Zarius entstanden aus alten mitgebrachten Büchern (die mindestens 200 Seiten hatten) zahlreiche kreative Buchobjekte. Frau Zarius zeigte den Teilnehmern unterschiedliche Falttechniken. So entstanden bei der Veranstaltung reizvolle Objekte und Skulpturen, die z.B. als Notizzettelständer dienen können.

Darüber hinaus begeisterte Frau Zarius die Teilnehmer mit ihren zahlreichen mitgebrachten Objekten und ihrem Wissen über die traditionelle japanische Papierfaltkunst.

Ein gelungener und interessanter Nachmittag.

Andrea Gaßmann



Termine und Veranstaltungsorte im Überblick

01.06. / 12-17 Uhr / Aktion zum Welt-MS-Tag „Welche Farbe hat das Glück“ / Stadtmuseum, Düsseldorf

09.07. / 12.15 Uhr / Ausstellung „CRANACH Meister - Marke - Moderne“ / Museum Kunstpalast, Düsseldorf

12.08. / 15-18 Uhr / Sommerfest / Düsseldorf, Gerresheim

01.09. / 15-17.30 Uhr / Workshop: „Meine Stimme – Wahrnehmung und Atmung“ / TAZ, Raum 0096, D'dorf

09.09. / 11-17 Uhr / Workshop mit P. Kronberg: „Ich sage, was ich will!“ / Praxis Kronberg, Düsseldorf

24.09. / 14-16 Uhr / Workshop: „Tanzen mit MS“ / Tanzhaus NRW, Düsseldorf

27.09. / 15 Uhr / Besichtigung des WDR / Düsseldorf

05.11. / 14-16 Uhr / Workshop: „Tanzen mit MS“ / Tanzhaus NRW, Düsseldorf

10.12. / 14-16 Uhr / Workshop: „Tanzen mit MS“ / Tanzhaus NRW, Düsseldorf

4-teiliger Workshop: „Achtsam wahrnehmen“, Leitung Patricia Kronberg, TAZ, Raum 0096, Düsseldorf, **Freitags** jeweils von 15.45-17.15 Uhr, **Termine:** 23. Juni, 07., 14. und 21. Juli

Malgruppe Lebensspur: Ltg. Petra Rodewald, Tel. 0211. 2 91 32 29, petrarodewald@begleitendesmalen.de
Stadtmuseum Düsseldorf, **Donnerstags** jeweils von 10-12 Uhr

Termine: 07.+21. September / 05.+19. Oktober / 09., 23.+30. November / 07. Dezember 2017

Malgruppe „Über den Tellerrand hinaus“: Kreatives Gestalten für Menschen mit und ohne körperliche Einschränkungen, Leitung Petra Rodewald, Tel. 0211. 2 91 32 29, petrarodewald@begleitendesmalen.de und Jutta Brozies, DMSG Selbsthilfegruppe Fatigue, Tel: 02131 /1 67 37
Stadtmuseum Düsseldorf, **Samstags** jeweils von 11-13 Uhr

Termine: 09., 23.+30. Sept / 11.+25. November / 02. Dezember 2017 // 13.+27. Januar 2018

Die nächste MS-Post erscheint im September 2017

Impressum Düsseldorfer MS-Post (Erscheinungsweise: 3 Ausgaben im Jahr)

Herausgeber: DMSG Ortsvereinigung Düsseldorf und Umgebung e.V., Gebäude 14.99 (TAZ), Christophstraße 3, 40225 Düsseldorf
Telefon: 0211 - 34 34 75, Fax: 0211 - 317 95 67, E-Mail: info@dmsg-duesseldorf.de, Internet: www.dmsg-duesseldorf.de

Redaktion: Kirsten Oidtmann (verantwortlich), Gisa Berghof

Beiträge dieser Ausgabe: Vorstand und Mitarbeiter der DMSG-OV Düsseldorf u.U.e.V. Für Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, trägt dieser allein die Verantwortung. Die Redaktion behält sich vor, sinnwahrende Kürzungen vorzunehmen.

Gestaltung: Joachim Oszinda, www.grafikkonzept.de



DMSG

Ortsvereinigung Düsseldorf und Umgebung e.V.

Tagesambulanzzentrum Gebäude 14.99

Christophstraße 3, 40225 Düsseldorf

Telefon 0211 - 34 34 75

Fax 0211 - 317 95 67

E-Mail info@dmsg-duesseldorf.de

Vorschau

Oktober 2017: OV-Mitgliederversammlung

Oktober 2017: Workshop mit Corinna Block: „Anspannen und Entspannen“

November 2017: Workshop mit Corinna Block: „Reise ins Ich“

Sie erreichen uns zu den folgenden Bürozeiten:

Montags von 10.00 bis 13.00 Uhr

Mittwochs und donnerstags 15.00 bis 18.00 Uhr