

Treffen der MS-Betroffenen – einfach dazu gehören – wissen was bewegt!



***Gesundheit ist der größte Reichtum.
Liebe ist der kostbarste Schatz.
... und lachen ist die beste Medizin.***

Liebe MS-Betroffene, Mitglieder, Freunde und Sponsoren,

das Leben ist schon um einiges positiver geworden und die Menschen sind nicht mehr so missmutig. Die Coronazeit war sehr prägend, manchmal hat man sich sehr einsam gefühlt und auch selbst zurückgezogen. Ich wünsche uns allen wieder eine unbeschwerte Zeit mit Familie und Freunden.

Sicher habt Ihr Euch auch neue Vorsätze vorgenommen. Ich zum Beispiel will etwas für meine Gesundheit mit mehr Bewegung und guter Ernährung tun. Damit fange ich auch gleich an, ich habe ein schönes Rezept von Petra Kowalewicz, Hauswirtschaftsleiterin der Benediktinerinnen-Abtei Mariendank entdeckt. Das Gericht passt wunderbar in die Jahreszeit, eine leichte Kost ohne viel Aufwand und vor allem gesund. Wer mag kann auch ein Schnitzel (Pute) dazu brutzeln.

Niederrheinisches Endivien-Durcheinander (für ca. 4 Personen)

Zutaten:

1 Kopf Endiviensalat
1 kg Kartoffeln
1-2 große Zwiebeln
150 g Schinkenspeck
Milch, Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

Den Endiviensalat in feine Streifen schneiden. Kartoffeln kochen und stampfen. Warme Milch zugießen, bis ein geschmeidiger Brei entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Speck und Zwiebeln anbraten, dann unterrühren. Zum Schluss den geschnittenen Endiviensalat hinzufügen und mit dem Brei vermengen.

Der Endiviensalat ist reich an Bitterstoffen und lässt sich auch mit zuckerhaltigen Obstsorten (z.B. Orangen, Äpfeln, Birnen) zu einem gesunden Salat kombinieren. Ich wünsche Euch viel Spaß beim Kochen und einen guten Appetit! Falls Ihr ein schönes Rezept (Kochen, Backen) habt, freue ich mich über eine neue Idee für die nächste Ausgabe. Bitte einfach mir mitteilen.

Bitte um Terminvormerkung:

- 25.02.2023** „Das kann ja heiter werden“ – ein unterhaltsamer Nachmittag
25.03.2023 Klanggeschichten mit Frau Hanna Thorbeck
anschließend Jahreshauptversammlung MS-Verein ab 16.30 Uhr
22.04.2023 Gesprächsrunde mit Frau Simone Volz-Fuchs
20.05.2023 Jubiläumsfeier 20-Jahre Betroffenenengruppe und 25-Jahre MS-Verein
17.06.2023 Ausflug

Es grüßt Euch alle herzlich
Marta Dressel, Schriftführerin

Klein, aber fein!

Unser Verein Unterstützung MS-Kranker e.V. ist etwas ganz Besonderes unter den gemeinnützigen Vereinen. Hier nur ein kleines Beispiel von zahlreichen Aktivitäten:

Am 28.01.2023 hat die Betroffenenengruppe in den Bürgersaal in Büchenbach eingeladen. Nach Absprache mit den Vorständen nahm ich als Vorstandsmitglied die Einladung sehr gerne an. Geplant war eine Danksagung an die ehemalige langjährige Vorsitzende der Betroffenenengruppe **Klaudia Tauber**.



Sie hat in ihrer aktiven Zeit, obwohl selbst an MS erkrankt, Unglaubliches geleistet. Viele Erfolge sind ihr zu verdanken. Ganz kurzfristig musste Klaudia Tauber aufgrund einer Erkrankung, jedoch absagen.

Die neu ernannte Nachfolgerin Gerlinde Regensburger machte den Vorschlag, eine Handy-Videoschaltung herzustellen, sodass alle persönlich einige Worte an Klaudia richten konnten.

Es ist beachtlich wie stark der Zusammenhalt und die gegenseitige Respektierung in der Gruppe vorhanden ist. Ich durfte mit einigen Betroffenen 4-Augengespräche führen, in denen ich einiges Privates - mir bisher Unbekanntes - erfuhr. Besonders ist die gegenseitige Absprache unter den Betroffenen bewundernswert. Es werden keine einseitigen Beschlüsse getroffen, die Privatsphäre jedes Mitgliedes wird beachtet und respektiert, Dienst und Hilfestellungen angeboten und vieles mehr.

Ein Wunsch der Gruppe war an die nichtbetroffenen Vereinsmitglieder und den Vorstand, an gemeinschaftlichen Zusammenkünften mitzuwirken bzw. als Gäste teilzunehmen.

Weiterhin wäre es sehr schön, wenn die Betroffenenengruppe neue Mitglieder bekom-

men könnte. Die Teilnehmer haben mir erklärt und sind sich bewusst, dass dies ein schwieriger Weg ist, da viele Betroffene einsam oder zu schüchtern sind, um sich zu öffnen.

Gerade bei den geschlossenen Treffen, bei denen es keine Außenstehenden gibt, kann man sich in Einzelgesprächen Rat und Hilfe holen, ohne dass dies in der ganzen Gemeinschaft erörtert wird. Weiterhin wurde besprochen, dass ein Sponsor weggefallen ist und die Mittel weiterhin begrenzt sind. Die Bitte der Teilnehmer war demnach auch, sollte es einmal für ein Vorhaben etwas eng werden, dass der Verein eine Unterstützung geben könnte.

Nach zwei Stunden in angenehmer Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen endete die Zusammenkunft.

Weiterhin alles Liebe und Gute
Heinz Förster, Vorstandsmitglied

Hallo zusammen,

heute möchte ich Euch einen Vorschlag unterbreiten: Wie bekannt, trifft sich ja intern unsere Betroffenenengruppe monatlich mit verschiedenen Gesprächsthemen und Aktivitäten im Gemeindesaal Büchenbach. Nun habe ich mir gedacht, es wäre schön, wenn wir uns zusätzlich gemeinsam (also Betroffene, Mitglieder, Sponsoren und Interessierte) auch monatlich zu einer MS-Kaffeerunde im „**Kaffee Schwab in Roth am Nordring**“ treffen würden.

Einfach ungezwungen sich treffen, miteinander zusammen über Dinge des täglichen Lebens sich austauschen. Wer Zeit und Lust hat, bitte einfach nur unverbindlich vorbeischaun.

Mein Vorschlag z. B. **jeden 2. Mittwoch im Monat ab 14:00 Uhr**. Sicherlich werden uns dabei die guten Kuchen, Gebäck usw. schmecken und im Frühjahr ein toller Eisbecher uns regelrecht „begleiten.“

Ich könnte mir vorstellen, dass so eine Kaffeerunde evtl. auch unseren Personenkreis mit Anderen, wie Nichtmitgliedern oder einem Bekannten / Freund dann vergrößern würde, natürlich auch unseren Bekanntheitsgrad (neue Mitglieder).

Ich bitte Euch daher einmal sich Gedanken zu machen oder gibt mir zumindest Bescheid unter: dressel@ms-unterstuetzung.de. Vielleicht ist eine neue Idee innerhalb unseres Vereines dadurch geboren.

Liebe Grüße
Roland Dressel, Vorstandsmitglied



Du bist ein GOTT, der mich sieht. (1. Mose 16,13)

Liebe Mitglieder, Helfer, Freunde und Sponsoren,

ein angespanntes Jahr liegt hinter uns. Unsere selbstverständliche Sicherheit geriet ins Wanken. Berichte über Krieg und die daraus resultierenden Krisen bestimmen unsere Nachrichten. Die oben angeführte Jahreslosung kommt von Hagar, die sich auch in einer existentiellen Krise befand. Die Begegnung mit einem Engel ließ sie GOTT erkennen und sie stellte fest: „Du bist ein GOTT, der mich sieht“. Wie ermutigend zu wissen, dass GOTT jeden Einzelnen von uns sieht, egal in welcher Situation wir uns aktuell befinden.

Die Pandemie hat GOTT auch 2022 nicht aufgehalten, Neues zu schaffen. Dies durften wir in unserem MS-Verein in verschiedenen Bereichen erfahren. So feierten wir statt der wegen Corona ausgefallenen Weihnachtsfeier im April 2022 gemeinsam ein erfrischendes Frühlings- bzw. Osterfest mit fröhlichen Liedern. Wie weit wir diese neuen Erlebnisse heuer bei unseren Jubiläen (20 Jahre Betroffenen Gruppe und 25 Jahre Bestehen des Vereines) integrieren, wird spannend.

Personell erlebten wir Veränderungen zunächst durch den schmerzlichen Tod von Jürgen Leng. Zum Jahresende 2022 war klar, dass unsere langjährige Leiterin Klau-dia Tauber aus gesundheitlichen Gründen die Gruppe nicht mehr weiterführen kann. Sie hat in weiser Voraussicht für eine gute Nachfolge gesorgt. Unsere Sitzungen fanden weniger persönlich, dafür mehr per Email oder online statt. Es entwickeln sich interessante neue Strukturen. So organisierten wir im Rahmen unserer Info-Abende „Wissen, was bewegt!“ erstmals keinen öffentlichen Auftritt vor Ort mehr, sondern wagten uns an einen Podcast. So kann die Gesprächsrunde über das heikle Thema „Hilfe zur Selbsttötung“ mit Roland Dressel als Moderator und den drei Teilnehmern Ariane Winter, als Seniorenbeauftragte der Gemeinde Büchenbach, Mario Ertel von der evangelischen Kirche und unserem ersten Vorstand Dr. Hans-Jörg Wiedemann, als langjähriger Hausarzt im Ort jederzeit online aufgerufen und angesehen werden (Link: <https://youtu.be/0EGT8yfBIKc>).

Wir in der Vorstandschaft danken Euch allen ganz herzlich für Eure Hilfe und Unterstützung. Nur so können wir die uns selbst gesteckten Ziele und Dienste anbieten. Auf unserer Internetseite „www.ms-unterstuetzung.de“ könnt Ihr Euch über unsere aktuellen Aktivitäten und Termine informieren. Zusätzlich sind auch Online-Spenden darüber möglich.

Gott segne Euch alle für das uns entgegengebrachte Vertrauen.

Dr. Hans-Jörg Wiedemann

