

# Presse-Information Press Release

AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V.

Stuttgart, 22. Juni 2015

## **Multiple Sklerose: Die Kraft der Gedanken erkennen und nutzen**

Am Montag, den 6. Juli, lädt AMSEL e.V. zum Fachvortrag „Die Kraft der Gedanken erkennen und nutzen“ mit Dipl.-Psychologen Michael Berthold ein. Beginn ist 19 Uhr im AMSEL Service-Center, Regerstraße 18, Stuttgart-Botnang. AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V., ist seit 1974 Fachverband, Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Multipler Sklerose (MS) und ihre Angehörigen.

Belastende Gedanken und Gefühle kennen wir alle, bei einer chronischen Erkrankung wie der MS sind sie häufig. Denn Vorhaben können oft nicht wie geplant umgesetzt werden. Die Folge sind pessimistische Gedanken und negative Gefühle. Ausgleichende Gedanken und wohltuende Gefühle harmonisieren den Körper. Dazu bedarf es einer verständnisvollen und wohlwollenden Haltung sich selber und anderen gegenüber. Der Stuttgarter Dipl.-Psychologe Michael Berthold zeigt Wege und Strategien auf, wie man die eigenen Gedanken und Gefühle beeinflussen und verändern kann, um wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Praktische Übungen machen das Gesagte in Ansätzen erfahrbar.

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei, aber nur mit vorheriger Anmeldung bis 30.06. beim AMSEL-Landesverband, Tel. 0711/69786-0 oder E-Mail an [stephanie.meyer@amsel-dmsg.de](mailto:stephanie.meyer@amsel-dmsg.de), möglich.

AMSEL Baden-Württemberg e.V.  
Stuttgart, 22. Juni 2015

Anschläge ohne Leerzeichen: 1.139

Anschläge mit Leerzeichen: 1.309

Jetzt Fan werden: [www.amsel.de/facebook](http://www.amsel.de/facebook)

## Hintergrund:

### AMSEL – wer ist das?

Die AMSEL, Aktion Multiple Sklerose Erkrankter, Landesverband der DMSG in Baden-Württemberg e.V. ist Fachverband, Selbsthilfeorganisation und Interessenvertretung für MS-Kranke in Baden-Württemberg. Die Ziele der AMSEL: MS-Kranke informieren und ihre Lebenssituation nachhaltig verbessern. Der AMSEL-Landesverband hat über 8.600 Mitglieder und 60 AMSEL-Kontaktgruppen in ganz Baden-Württemberg. Mehr unter [www.amsel.de](http://www.amsel.de)

**Multiple Sklerose (MS)** ist die häufigste Erkrankung des Zentralnervensystems. Aus bislang noch unbekannter Ursache werden die Schutzhüllen der Nervenbahnen wahllos und an unterschiedlichen Stellen angegriffen und zerstört, Nervensignale können in der Folge nur noch verzögert weitergeleitet werden. Die Symptome reichen von Taubheitsgefühlen über Seh-, Koordinations- und Konzentrationsstörungen bis hin zu Lähmungen. Die bislang unheilbare, aber mittlerweile gut behandelbare Krankheit bricht gehäuft zwischen dem 20. und 40. Lebensjahr aus.

### MS in Zahlen

15.000-16.000	MS-Kranke in Baden-Württemberg
1,5-1,6	MS-Kranke pro 1.000 Einwohner in Baden-Württemberg
350-400	Neuerkrankungen pro Jahr in Baden-Württemberg
1	Diagnose täglich in Baden-Württemberg
130.000	MS-Kranke deutschlandweit
500.000	MS-Kranke europaweit
2,5 Mio.	MS-Kranke weltweit

Der Abdruck dieser Presse-Information ist honorarfrei.  
Über ein Belegexemplar freuen wir uns.