



**Jung mit MS?**

## Keine(r) sieht's, eine(r) spürt's. Wir spüren mit.

### Wer wird sind

- Eine Gruppe von jungen MS-Betroffenen
- Offen für alle Menschen zwischen 18 und 40, die selbst von MS betroffen sind
- Wir sind alle unterschiedlich lange und stark von MS betroffen
- Wir bringen unterschiedliche Erfahrungshintergründe mit
- Wir kennen die Hürden und Herausforderungen, aber auch die Chancen und Möglichkeiten, die ein Leben mit MS mit sich bringt

### Was wir machen

Wir treffen uns alle **sechs bis acht Wochen** an einem **Sonntag**nachmittag in entspannter, **ungezwungener Atmosphäre** an einem öffentlichen, barrierefreien Ort. Bei schlechtem Wetter gerne im Café, bei gutem Wetter auch mal draußen zum **Picknicken**. Wir tauschen uns aus, **teilen Erfahrungen**, mal zu MS-bezogenen Themen, mal **völlig frei**, weg von der MS. Dabei kann es um Themen wie Familie, Partnerschaft, Beruf, Studium, Medikamente, Therapie oder alternative Behandlungsansätze gehen. Jeder kann sich dabei so viel einbringen wie er/sie möchte, frei nach dem Motto „**Alles kann, nichts muss.**“

**amsel**   
Das Multiple Sklerose Portal

**dmsg**  
■ Deutsche  
■ Multiple Sklerose  
■ Gesellschaft  
■ Bundesverbände V

### Was wir bieten

- Gemeinsame Aktivitäten
- Einen sicheren, geschützten Raum zum lockeren Austausch mit anderen MS-Betroffenen
- Informationen und Erfahrungen aus erster Hand
- Aufklärung über MS und Aufräumen mit Mythen und Vorurteilen
- Einen respektvollen vorurteilsfreien, verständnisvollen Umgang miteinander
- Vielfältige Perspektiven auf die Erkrankung
- Einen Fokus auf Ressourcen
- Lebensfreude und Normalität

All das, in guten, wie in schwierigen Phasen

### Was wir nicht sind

- Keine Therapiegruppe
- Keine Selbsthilfegruppe im klassischen Sinne
- Kein Stuhlkreis
- Kein Selbstbemitleiden

### Kontakt

Bei Interesse, melde dich bei Theresa!  
Handy: 0157-56021495  
Mail: freiburg-breisgau.junge@amsel.de



Jung mit MS

Die Termine für die Treffen werden in einer gemeinsamen WhatsApp-Gruppe bekannt gegeben.