



In het programma

✓ Bij de MS Liga Vlaanderen

- Onze **MS-express**, een oproep om de hele maand mei massaal in beweging te komen voor MS.
- De **livestream van DikkeSvekke** via Twitch. Meer hierover hieronder!
- Onze actie '**Samen oranje voor MS!**', waarbij we op 30 mei een vleugje oranje kleuren als teken van steun voor (personen met) MS.
- Een interessante **webinar** over levensstijl en MS, als afsluiter van de activiteiten op 1 juni.

Daarom stelt MS Liga Vlaanderen voor om op 30 mei allemaal oranje te dragen (de internationale kleur van MS en MS-bewustzijn).

Hier zijn enkele ideeën voor hoe jij en je omgeving oranje kunnen dragen:

- Draag oranje kleding of accessoires, zoals een trui of T-shirt, lint of veters.
- Wees creatief en maak oranje vlinders met macramé of origami.
- Doe eens gek en kleur je haar (of nagels) oranje.
- ...

Vergeet op 30 mei (of terwijl je je klaarmaakt) niet je foto's met een vleugje oranje te posten op social media met de hashtag #SamenOranjeVoorMS en tag ons (**op Facebook / Instagram: @msligavlaanderen; op LinkedIn: @MS-LigaVlaanderen**).

Zo kunnen we jouw foto delen en laten zien hoe we samen MS(-lijders) oranje kleuren!

Meer weten over deze actie?

[Samen oranje voor MS op Wereld MS-dag! | MS-Liga Vlaanderen \(ms-vlaanderen.be\)](https://samen.ms-vlaanderen.be/nl/ms-express2024)

<https://samen.ms-vlaanderen.be/nl/ms-express2024>

[DikkeSvekke 4 MS | MS-Liga Vlaanderen vzw \(ms-vlaanderen.be\)](https://samen.ms-vlaanderen.be/nl/ms-express2024)

✓ **Week van de Multiple Sclerose bij de Belgische MS Liga - Franse Gemeenschap**

Zoals elk jaar op Wereld MS Dag, **30 mei 2024**, organiseert de Belgische MS Liga een "MS-week" met een brede waaier aan evenementen om MS meer bekendheid te geven en vooral om mensen met de ziekte de kans te geven hun stem te laten horen.

Het doel van de week is ook om mensen de kans te geven elkaar te ontmoeten, te delen en ideeën uit te wisselen. Dit zijn de aangeboden activiteiten:

- **Urban padel**

Vrijdag 17 & zaterdag 18/05: Hou je van padel en beachvolleybal? Urban Padel Brussels organiseert een 2-daags toernooi om de MS League te steunen en de ziekte meer bekendheid te geven.

Toernooi gereserveerd voor bedrijven op 17/05, schrijf je in en deel een sportief en ludiek moment met je collega's en partners.

Ontdek Padel en Beach Voley op 18 mei tijdens deze dag die voor iedereen toegankelijk is: kennismaking met Padel, tentoonstelling van professionele spelers, gezellige sfeer en barbecue. We zien je graag op deze geweldige dag.

Alle details en inschrijvingen op conny@circleparksportarena.com en op sociale netwerken [@urbanpadelbrussels](https://www.instagram.com/urbanpadelbrussels)

Urban Padel Brussel: Dantestraat 22, 1070 Brussel

- **Rondreizend concert**

Zaterdag 25/05: Stefan Galon, MS-muzikant en gepassioneerd motorrijder, nodigt u uit op een uitzonderlijk bewustmakingsmoment: een rondreizend concert met zijn band, die om 12 uur 's middags vanuit Naninne vertrekt tijdens een grote rally, verschillende stopplaatsen met animatie maakt en op weg gaat naar Oostende. Een groep motorrijders zal Stefan en zijn begeleiders vergezellen op hun reis.

9u30 30' concert in Naninne + interview met Marc en een neuroloog

10u vertrek met de bus en live concert op youtube

Tussenstop in het Atomium voor een 30' concert

Tussenstop in Antwerpen voor een 30' concert

Laatste halte in Bredene met concert van 19u30 tot 21u30

Bezoek ons op Facebook @Stef Galon en @Djules Fmj en op Instagram @djules_fmj om meer te weten te komen, deel te nemen aan het concert en zijn initiatief te steunen.

- **20 km door Brussel**

Zondag 26/05: 20 km door Brussel met Move SEP

Het Move SEP team verwelkomt je graag op deze sportieve uitdaging die voor IEDEREEN toegankelijk is! Of je nu loopt, wandelt of rijdt op een handbike, driewieler, buggy of zeepaardje, het dynamische en zorgzame Move team staat klaar om je te helpen genieten van deze prachtige ervaring.

Informatie en inschrijven kan hier.

<https://liguesep.be/index.php/activites-movesep/activites-ponctuelles/20-km-de-bruxelles>



- **Theatrale en muzikale voorstelling**

Dinsdag 28/05 om 20u: Theatrale en muzikale voorstelling "Moi, la Sclérose et VOUS" van Mireille Mbayoko Yaba in het Cultureel Centrum van Oudergem.

Bedacht en gecreëerd door Mireille, een jonge vrouw met MS, en gebaseerd op haar eigen ervaring, belicht deze show, die theater en zang combineert, de realiteit van het leven voor mensen met MS. Het is een krachtige, menselijke, gevoelige en hoopvolle show over een onzichtbare handicap die je niet mag missen!

Reserveringen voor "Moi, la Sclérose et Vous! - Cultureel Centrum van Oudergem (www.ccaudergem.be)

- **Symposium**

Donderdag 30/05 Wereld MS Dag: SYMPOSIUM "Componeren met MS" in het Cultureel Centrum Delta in Namen

Een uitzonderlijke dag van wetenschappelijke, democratische en artistieke ontmoetingen.

Een dag om ideeën te delen en uit te wisselen, met een boeiend programma en topsprekers.

Een dag die openstaat voor IEDEREEN met MS.



Volledig programma en inschrijving

<https://liguesep.be/index.php/a-vos-cotes/a-vos-agendas/symposium>

Deadline om te inschrijven op 20 mei 2024!!!

- **Van droom tot piano**

Vrijdag 31/05 om 18u30 In Naninne: Van droom tot piano - RECITAL

Olga Bobrovnikova, een internationale pianiste met MS, biedt een uitzonderlijke muzikale ervaring. Voor dit concert wordt ze begeleid door jonge talenten van 9 tot 14 jaar.

Praktische informatie en boekingen vind je hier.



- **Literair evenement**

Zondag 02/06 om 14u: Boekbespreking en signeursessie met de Belgische auteur Jérôme COLIN.

"DE DRAGONS

Literaire ontmoeting met de Belgische auteur Jérôme Colin om zijn nieuwste boek te bespreken, "Les dragons", uitgegeven door Cook and Book in Sint-Lambrechts-Woluwe.

"Les dragons" is een krachtige en ontroerende alarmkreet over de mentale gezondheid van jongeren, maar het is ook een liefdeskreet voor die ontmoetingen die een leven op zijn kop zetten en mensen kunnen "repareren"...

Tijdens deze ontmoeting met Jérôme Colin zullen we het hebben over jongeren en hun lijden, hun moeilijkheden om in de huidige maatschappij te leven, maar we zullen het ook hebben over hoop en het belang van delen en uitwisselen met anderen. Dit zijn krachtige thema's die ons allemaal raken.

Om je in te schrijven, neem contact op met Gaëlle Huybrechts: ghuybrechts@ligusep.be of 0474/78 03 98



✓ Een topdag in het Nationaal MS Centrum Melsbroek ter gelegenheid van Wereld MS Dag

Op donderdag **30 mei 2024** is het Wereld MS Dag. Die dag laten we niet onopgemerkt voorbijgaan.

Het NMSC-thema voor dit jaar is: "**Samen Mentaal Sterk**". Er zal zijn een boeiend mini-symposium met sprekers uit binnen en buitenland, workshops en activiteiten om u tegen te zeggen, informatiestanden rond verschillende MS-thema's en muzikale omkadering.

Op **30 mei 2024** wil je maar op één plaats zijn: in het Nationaal MS Centrum te Melsbroek.

Voor het programma en informatie kan je terecht op website:

<http://www.wereldmsdag.be/>

