



Welkom bij de maart-editie van de MSIF-nieuwsbrief! We hopen dat je jaar fantastisch begint. Hier bij MSIF kijken we uit naar een spannend jaar dat voor ons ligt en nodigen we u uit om deel uit te maken van de reis terwijl we samen een betekenisvolle impact maken.

Deze maand zijn we verheugd om de terugkeer aan te kondigen van **The May 50K**, onze wereldwijde virtuele fitnessuitdaging! Nog spannender: Zuid-Afrika treedt voor het eerst toe als deelnemend land. Welkom bij het team!

We vieren ook **de Internationale Dag van Vrouwen en Meisjes in de Wetenschap** en **Internationale Vrouwendag** door inspirerende interviews te houden met twee ongelooflijke vrouwen die furore maken op deze gebieden.

Blijf lezen voor alle details! 😊



De terugkeer van The May 50K!

We zijn verheugd om aan te kondigen dat **The May 50K** weer een jaar terug is, en we kunnen niet enthousiaster zijn! 🌟 De 50 km van mei is een wereldwijde uitdaging waarbij deelnemers in mei 50 km rollen, lopen of rennen om essentiële fondsen te werven voor mensen met multiple sclerose (MS).

Dit jaar verwelkomen we voor het eerst [Multiple Sclerose Zuid-Afrika](#) in het team! Zij zullen worden vergezeld door [MS Society \(VK\)](#), [MS Ireland](#), [Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft](#) (Duitsland) en [Stichting MS Research](#) (Nederland).

"In september 2016 werd bij mij de diagnose RRMS gesteld. Ik begon te rennen om MS te wissen, het houdt me sterk en ik zal er alles aan doen om geld in te zamelen voor een remedie" - Julie B (hierboven afgebeeld)

Registraties zijn nu open, meld je nu aan door [hier](#) of op de onderstaande knop te klikken.

[Sign Up](#)

[Donate](#)



MS, wetenschap en fietsen: maak kennis met de vrouw die op zoek is naar vooruitgang

Vorige maand was het de Internationale Dag van Vrouwen en Meisjes in de Wetenschap. Om de dag te markeren, spraken we met Marie Kupjetz, een onderzoeker en fietser die deelneemt aan [Cycle for MS: Conquer the Tour](#). Hier deelt Marie haar gedachten over het zijn van een vrouw in de wetenschap en haar verwachtingen voor Cycle for MS 2025.

'Het ondersteunen van mensen met MS bij het aannemen van een actieve levensstijl is ongelooflijk lonend. Ik ben me er echter van bewust dat er nog veel onbeantwoorde vragen zijn over hoe revalidatie en lichaamsbeweging bij MS kunnen worden geoptimaliseerd. Onze groep richt zich op het begrijpen

hoe lichaamsbeweging de werking van het immuunsysteem en het zenuwstelsel beïnvloedt en MS-symptomen verlicht. Mijn doctoraat onderzoekt de effecten van lichaamsbeweging op kynurenines, tryptofaanmetabolieten die betrokken zijn bij neuro-immuunsignaling'

Lees het volledige artikel [hier](#), of door op de afbeelding hierboven te klikken.

[Learn More](#)

[Donate](#)



In the lab with
Dr Enkhzaya Chuluunbaatar
MSIF-ECTRIMS McDonald Fellow



In het lab met Dr. Enkhzaya Chuluunbaatar

Voor Internationale Vrouwendag op 8 maart hebben we contact opgenomen met MS-onderzoeker en MSIF-ECTRIMS McDonald Fellowship-ontvanger, Dr. Enkhzaya Chuluunbaatar. Dr. Chuluunbaatar uit Mongolië is momenteel bezig met het afronden van haar McDonald-fellowship in Canada.

Stap samen met dr. Chuluunbaatar het lab binnen om meer te weten te komen over het leven als vrouwelijke MS-onderzoeker en haar toekomstige hoop voor vrouwen in de wetenschap.

'Ik hoop dat in de toekomst meer vrouwen in de wetenschap gelijke kansen zullen hebben, de ondersteuning die ze nodig hebben om te gedijen en de mogelijkheid om een gezonde balans te bewaren tussen hun professionele en persoonlijke leven'

Lees het volledige artikel [hier](#), of door op de afbeelding hierboven te klikken.

[Learn More](#)

[Donate](#)

Beste wensen
Kerry, Shona en George

MS Internationale Federatie (MSIF)

www.msif.org