sclerose info

Udgave 5 November 2016

Indhold

6 Montbello

12 Vita Sana

16 Takens kraft

18 Syg sommer

22 Digt

Læserbreve

Hvis du har brug for at få luft, vil spørge ud i luften om noget, kommentere, kritisere rose eller lignende, hvorfor sender du så ikke et læserbrev til Sclerose.info? I Sclerose.info elsker vi en god debat – eller nyder når der kommer meninger på bordet med indhold og substans. Skal du have luft

Så skriv – uanset emnet •

Underlig tid i verden. Jeg blander mig normalt ikke i politik og politiske beslutninger. Men de seneste måneder har virkelig været en underlig tid … ikke bare politisk, men i hele verden.

Jeg synes at hver dag jeg åbner de danske nyheder er det til historien om endnu et drab i Danmark, kriminalitet af en art jeg ikke mindes – det er væmmeligt.

Når man kigger ud i den store verden, ser man på et ret ustabilt EU, der ovenpå det engelske Brexit forhåbentlig vågner op til erkendelsen af at systemet nok skal kigges lidt efter i sømmene. Et totalt uforstående Engelsk vanvid, hvor man ikke er sikker på hvad der rent faktisk kommer til at ske endnu.

Vi er nu på bagkanten af et himmelråbende amerikansk valg – hvor det ikke handlede om politik men personsager, korruption, usmagelige ord, fordummende holdninger og set med mine øjne ganske bekymrende at verdens største magt har så lidt human forståelse.

Jeg er simpelthen så glad for jeg som scleroseramt ikke lever i USA … tænk sig at være handicappet i det samfund.

Men – en ting er helt sikkert (det har alt der er foregået og sagt i meget lang tid) Vi, os mennesker, os alle. Vi har fået nok af intetsigende utroværdige politikere. Vi gider dem ikke mere!.

Om det er danmark eller andet sted i denne verden, håber jeg at NU vågner man op •

Kim Gelser

Bliv medlem
sclerose.info

Følg dette link https://sclerose.info/medlemskabpriser/

Montbello — Malaga

Sidder alene på altanen, motorstøj fra knallerter i byens gader, en mand skyper med sin skræppende kone i Danmark, god dag, og nat Malaga. Sidst oktober, temperaturen sniger sig med listige skridt mod 24 grader.
"Skal du det i aften, skat?"
"Har du lange bukser på?"
"Det er godt skat"
Livet bimler videre hos min nabo.
Cafe con leche oppe på fortorvet over os.
Alt andet lige, så er kaffe med mælk, i 24 grader, en hel del sjovere, end 7 grader med tykke bukser på, i Danmark.

Pigerne er med bare ben, ikke i 7 grader´s "Danmark - Jens lyner". Syg sommer i Danmark ender i Montebello, Malaga. Alen lang sommer med sclerose, dårligt hjerte, og en mindre hjerneblødning, så var stilen ellers lagt til et uspændende liv i deroutens navn.
"Skal - skal ikke - tage afsted ?"

Et ophold for en del år siden, var ikke særligt attraktivt.
Lægen bedyrer med stirrende øjne, du skal til Montebello.
"Hvis du kan love det regner i Danmark, i de tre uger jeg er væk, så ok."
Kompetent fyr den læge, han gjorde det sgu, det pissede ned. Ukendt, og ny værelseskammerat – en gut du møder på Rådhuspladsen – tilfældigt, og så bo sammen med mine og dine vaner i tre uger, bestemt udfordrerne, stor øvelse i tålmodighed.

Grænseoverskridende, spændende livet i en nøddeskal. Tre uger ude af komfortzonen i ukendt gear. Tak min skat – "du syge sommer" – dit lære(rige) liv bevæger, jeg lærer nyt og smider gammelt ud.

Tankerne svømmer tilbage. "Vi er meget bekymrede for dig PE", var ordene fra hjertelægen. Døden nær, uvirkeligt, mærkelig følelse af ingenting", det er bare sådan lige nu, lige her.

Hvorfor er jeg ikke nervøs og bekymret. Hvorfor denne lidt tilbagelænet holdning—ubekymrethed. For fanden mand, du kan dø af det her lort. Irritationen over ikke at kunne bevæge mig, havde i nogen grad vundet kampen over det, at dø, og så måske alligevel ikke.

Snart efter udskrivelsen fra sygehuset, står jeg i Malaga, på Montebello.

Som sædvaneligt var min kuffert forsvundet, det gør den altid, men af uforståelige grunde dukker den hver gang op igen. Jeg må have en transportabel kuffertgud i håndtaget! Denne gang fistrede en lufthavns mand op i bussen med kufferten, hvor jeg til stor undren for mine rejsevenner, sad tilbagelænet og næsten ligeglad.
"Var du slet ikke nervøs for at miste den", blev jeg undrende spurgt.
"Nope, mit liv i en nøddeskal—der var kun nogle usexede underbukser og lidt småting i, let erstattelige."

Desuden sker det altid, men tingene dukker op på et tidspunkt, hvorfor så bekymre mig. Men spørg ikke hvorfor det sker".

Første store spørgsmål i Malaga: Hvem er min nye værelseskammerat, hvordan bliver han at bo sammen med i tre uger. Slem ting er også det focus jeg fik på egne finurligheder, men vi fik sammen, tre skønne uger på værelset.

Til indledende samtale: Motoren(hjertet) var i fin stand, straks værre var det med den der sclerose. Det satans sygdom dømte mig til at sove en time om formiddagen, men så gu´også en om eftermiddagen.

"Du har jo krudt i måsen", bedyredes der kyndigt. Den fik jeg senere drejet til, at det var helt fint, at sidde "stille" og tegne—nur behændigkeit.

Det gjorde jeg så, hvem har så for øvrigt set en kondiløber, styrtende af sted, tegnende?

Jeg kom på holdet for "folk med dårlige nerver" – Neuro B – for som overlægen hjemme havde fortalt dem, PE har løse forbindelser i lillehjernen.

Ikke så tosset hold endda, eneste hold der skal sove og slappe af mellem timerne, viste sig at være ganske underholdende, men det siger vi ikke til nogen.

Mellem timerne med lægeordineret afslapning kom overraskelsen, der skulle trænes, og det temmeligt seriøst endda.

Knoklende med ben, der vil noget andet end mig, smertende venner for enden af ligeså smertende baller, timeglasset hang for mine øjne med alt for lidt sand, jeg fornemmede enden.

VS MS

Mere end halvdelen af de, som svarede, var bekymrede for, at deres MS vil påvirke deres mulighed for at finde en partner

Et initiativ der belyser realiteterne ved at leve med MS

I 2015 gennemførte Sanofi Genzyme en undersøgelse, hvor mere end 1.500 mennesker med MS og deres pårørende blev interviewet for bedre at forstå de daglige udfordringer, der er ved at leve med MS

Hvor meget ved du om de følelsesmæssige og fysiske konsekvenser, som MS har på dem, som lever med MS?

Læs mere på
www.vs-MS.com

GZDK.MS.16.09.0105

SANOFI GENZYME

Sanofi Genzyme | Slotsmarken 13 | 2970 Hørsholm | Tlf. 32 71 26 00 | sanofigenzyme.dk | MSguiden.dk

Dygtighed, fantastisk kompetence og kæmpe empati hos fysioterapeuterne, fik kroppen langsomt og sikkert i gear igen. Humøret steg i takt med de små sejre, stok blev sat i skammekrogen på værelset, nu havde jeg blot en stok tilbage.

Den sidste blev min gode ven, men Mona, dejlig ung pige i trediverne, stavrede stædigt afsted uden sine stokke, som gik hun på slingrende bundgarnspæle. Som Mona en formiddag stort smilende fortalte, at hun aftenen før havde forbrudt sig med to Mojito, "jeg gik snorlige", nu er skønne Mona også fra Herning, hvis nogen ved "hvor fanden Herning" er.

Mona var et kæmpe livsstykke. Hun blomstrede blandt os andre, smittende som multiresistens humørbasille. Alvoren, sorgen og smerten, erkendte hun kun alt for godt. Mona var eksemplet, der grinende og grædende kunne sige PIS til det hele, og så forsøge smile, leve over stregen med armene i vejret. En kæmpe gave til os andre rødder på holdet. Mona og Peter fik Kimmie, vores fys. til at give flødeboller, og så i Spanien. Grunden var den, at vidunderlige Kimmie havde bedyret, at vi skulle møde til tiden og ikke komme daskende.

Hvem kom for sent, hvem gav flødeboller—Kimmie! En aften gik selvtræningen ud på, at vi gik, ja gik, en tur i byen. Der var Marokkansk aften i gaderne.

Luften varm, lysene, farverne, duftene og stemningen var absolut til selvtræning den aften. Vi nåede et lille torv, hvor der optrådte mavedansere, de dejligste brune små nullerbasser. Peter elsker at fotografere og filme, blev hensat i ekstase.

"Gå nu ind blandt pigerne, tæt på, så skal du bare se hvad der sker, Peter"
"Kan jeg det? "
"Ja da for pokker, afsted, det er der det bliver sjovt ", svarede jeg. Og det blev sjovt.

Peter blev danset rundt af de dejlige piger i den varme farvestrålende aften, filmede som besat, oplevede et nærvær, deltagende og ikke blot iagttager. Cirka fire dage senere landede Peter igen blandt os andre. Vi var pludseligt alle en stor familie og ikke længere syge, vi var uheldbredeligt almindelige for en stund i den dejlige lune, smukke aften. Livet er ikke kun lækre brune pigemavser, desværre, livet har også en krop, en krop der skal trænes.

Efter 14 dage røg de fleste af os, lige lugt i hegnet af træthed, kroppene ville kun i slæbegear, for håndbremsen var blevet trukket. Vi slæbte os gennem tredje og sidste uge, men humøret var absolut oppe i den anden ende nu.

Hjemme i Danmark igen var jeg "fit for fight", løbe tre maraton og en halvdistance, sådan da. Men, men, det forbandede men. Så fik jeg en omgang "jeg kan næsten ikke røre mig" igen. Den sædvanelige svanesang med kørestol, rollator, efterfulgt af stokke—lort.

Jeg tager til et varmt land med lækre brune piger, palmetræer og Mojitoer – chancen for at få sclerose minimal – det er det jeg gør.

Nu i skrivende stund er jeg stokkeløs, trods protester udefra, men det går meget bedre. Sclerose er lidt hen ad Disney sjov og Donald Trump, som Trump klogt udtrykte det i sin tale efter valgsejren:

BUM, BUM, BUM

Kæmpe stort tak til Montebello og alle jer andre der arbejder på hospitalet.
Tusind tak til mine medborgere der gjorde dette muligt.
"For tænk engang"

Ps. Vi lagde os alle i selen, for det skylder vi jer andre •

Træning, kost, livsstil og klima – En interessant kombination ved sclerose behandling!

Af fysioterapeut Jacob Lindgreen, Vita Sana – fysioterapi i Spanien

Jacob bliver vores nye fysioterapeut – og vil løbende bringe øvelser til os scleroseramte samt deltage i dialogen om træning.

Sammen med Vita Sana vil Sclerose.info i 2017 arrangere ture til Spanien hvor Vita Sana holder til, som bliver 10 dages træningsophold.

Som medlem af Sclerose.info bliver du tilbudt de ophold billigere – men alle er naturligvis velkomne. Ligeledes bliver det muligt at medbringe familie eller hjælper. Meget mere om det praktiske kommer senere.

Første tur bliver i februar måned.

Sclerose.info vil bede dig byde Vita Sana og Jacob velkommen – og vi glæder os meget til vores fremtidige samarbejde.

Du kan I dette blad se de første øvelser som Vita Sana og Jacob har lavet (på de næste sider), samt på www.sclerose.info og ligeledes bliver nogle af øvelserne bragt i Facebook gruppen.

Ligeledes kan du skrive til Jacob med spørgsmål eller forslag til områder du kan have brug for hjælp/træning •

Det gør du på jacob@vitasana.dk

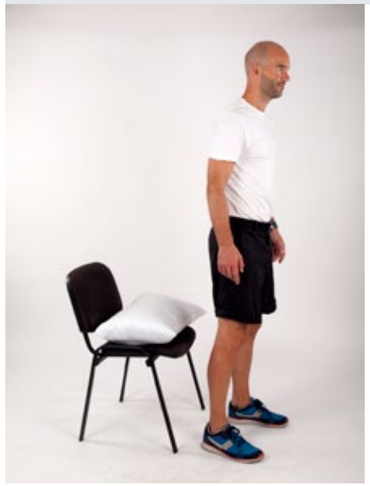
Du kan også skrive til fys@sclerose.info

1

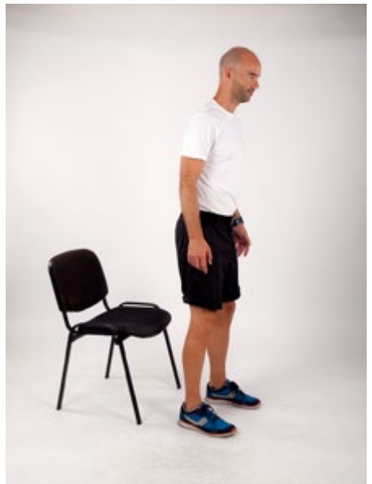
(Stående fremfald) Placer dig et stort skridt fra stolens ryglæn, ta´ et skridt frem mod stolen med det ene ben, før vægten med frem og ta´ øjeblikkeligt skridtet tilbage igen. Skift gerne træningsben for hver gentagelse. Gentag øvelsen 5 – 20 gange for hvert ben. Du kan gøre øvelsen mere udfordrende ved ikke at gribe stolen. Du træner balance og koordination •

Sammen med Vita Sana vil Sclerose.info i 2017 arrangere ture til Spanien hvor Vita Sana holder til, som bliver 7 eller 10 dages træningsophold.
Som medlem af Sclerose.info bliver du tilbudt de ophold billigere – men alle er naturligvis velkomne. Ligeledes bliver det muligt at medbringe familie eller hjælper.
Meget mere om det praktiske kommer senere.
Første tur bliver i marts måned.

2



(Squat) Placer dig foran stolen, hvor du har placeret en fast pude eller andet til at forhøje sædet på stolen. Du skal nu sætte dig på stolen, men kun røre puden/stolesædet og rejse dig op igen. Det er vigtigt at holde vægten tilbage på hælene for ikke at overbelaste knæene. Ræk evt. armene frem foran dig. Gentag øvelsen 10 – 50 gange. Du kan gøre øvelsen mere udfordrende ved ikke at forhøje stolesædet. Du træner styrken i benene.•



Tankens kraft er engang imellem noget fanden har skabt!

Vi kender det alle sammen. Når alt køre godt og vi er glade – så spiller det hele bare lidt bedre.

Som Arne Nielsson (som jo har været foredragsholder hos Sclerose.info flere gange både i København og Aarhus) siger det ”Når man er forelsket så kan man sidde i en åben og ræse derud af i -2 grader … livet er skønt og godt. Men hvis man er nede i kulkælderen så skal vinduet i bilen bare stå lidt på klem en sommerdag så har man lige høstet sig en lungebetændelse”

Positive tanker gør en mere glad – positive tanker er sundt for ens krop.
Det at grine er sundt. Om det er et lille tøhø eller et ordentlig skralder grin

Men på samme måde som positive tanker gør godt – så giver negative tanker, bange anelser, det at man ikke kan nå det hele … det giver stress.

Jeg har i mange mange år sagt højt at stress at os scleroseramtes største fjende.
Det er det også. Når du er i balance og har det godt – så er det nemmere

Arne Nielsson sagde engang noget til mig der virkelig både har hjulpet mig, og er blevet en del af min dagligdag. ”Hvis du vil blive god til noget Kim – så må du træne”

Jeg træner mit positive jeg – mit positive sind.
Jeg er blevet så ”god” til det – at når jeg skælder ud på mig selv eller min krop (vi kender alle det med at bande af kroppen hvis den ikke opføre sig ordentligt) – så reagere jeg indvendigt med at sige til mig … ahhhhh, det var lidt hårdt – skynd dig at sig noget pænt.

Vores attitude overfor andre er meget klar … når vi siger eller opføre os dumt – så svare folk igen.

HUSK … det gør din krop og sind også. LAD NU VÆR med at vende din krop og sind til at du skælder ud på dig selv at du ikke opføre dig pænt overfor dig selv.

Tro mig – krop og sind lytter efter!
Positiv overfor sig selv – træn det.
Det virker!!

Dette totalt håbløse halve år starter midt ude i Gribskov - lorte sommer - men lærerig og ikke kedelig.

Jeg er på vej til en god vens fødselsdag i Tisvildeleje, da jeg mister kontrol med armene. Rasteplads - kroppen accelererer hysterisk - ringer efter en taxi hjem - håbløsheden knalder ind på lystavlen igen, hvad er adressen på et bøgetræ ved en rasteplads, det ved pigen, computeren og taxi centralen heller ikke, hvor skulle de også vide det fra.

Senere, efter at have sundet mig, så skal jeg til et dejligt kom sammen i gode venners lag. Men, men og for fanden da, det MEN.

Sclerose, hjerteproblemer og en mindre hjerneblødning.
Blå blink og hospitalsseng, båttende og bippende apparater der fortalte alle andre om, totalt bortgang har han ikke nået, endnu.

Hvilepuls 167, men ellers knoklede motoren afsted på den forkerte side af 200 slag.
Jeg udskrives med hjertemediciner og alt godt til fremtiden - som hjertedoktor grinende sagde - det er way out, den medicin.

Ugen efter, aftale på neurologisk afdeling til rutinekontrol.
Så sker der det idiotiske igen, kroppen nægter at sidde på en stol, gå sin vej vil den heller ikke.

Dejlige Nadia kigger mig dybt i min øjne, og hun er dejlig, men siger så - Paul-Erik, jeg beholder dig - Jeg vidste meget vel, hvad skønne doktor mente, hvem vil ikke gerne beholdes af dejlige piger - denne dag, ikke her.

Så skete det igen, igen.
Kroppen blev et fængsel, en forbandelse af besvær.
Lagt på lig - parade, uden humor, uden smil i mit indre, kun med en hårdt pressende blodtryksmåler, der minder mig om, at der er gået 15 minutter igen, 15 idiotiske og håbløse minutter, ud af alt for mange minutter.

Jeg bare glor ud i intet, men lettet over sikkerheden i sengen, min sikre seng på hospitalet.
Jeg er nødt til at prøve om jeg kan sidde, gå og stå, spørger sygeplejerske om jeg må prøve - nej.

Spørger lidt senere igen, om jeg må prøve at tage et par skridt.
To sygeplejersker får mig op og sidde, så på benene.

Det her går ikke - MIN SENG- skriger jeg, hvem griner, dejlig dag på kontoret.
Bundet med mange colorerede ledninger til mine sikre lagner, med en forbasket uduelig krop, der ikke engang kan sidde i sengen, og så skal kroppen også tisse.
Jeg havde mine anelser, bange af slagsen, stå, gå og komme på toilettet, det var udelukket, men hvad så.
Joh, ser i, du taler
med en dejlig sygeplejerske, der kender problemet.
"Nu skal vi lige have din e underbukser skruet af kroppen"
- Skønne kvinde, kan du ikke bare tage dem af, står der mob mig på indersiden af lårene, eller på min pande.

Så monterer sygeplejersken en papting på pølsen, aldrig har den været mindre, tissetrængende, ud over det rimelige, men, men og atter men, det lykkedes til sidst.
Hold kæft hvor det var grænseoverskridende.

Blodtryksmålerens trykkende, automatiske forbandelse blev ved og ved i det uendelige, fortalte min krop af den er en maskine der skal måles på.
Trætheden, denne lille velsignede død, den fik mig ud i det stille mørke.

Midt om natten, i mørket, hører jeg en vidunderlig kvindestemme kalde på mig.
Jeg får viklet bevidstheden omkring noget vågenhed, ser i et vidunderligt nu, en gude skøn mørk pige, øjne store og brune, et sortblåt garn.
-Jeg er kommet i himmelen -
- Næh, det er Hillerød sygehus-
- øv -

Næste formiddag får hjertelægen en skældud af sygeplejersken.
Jeg skal have målt blodtryk stående, men "Paul-Erik kan sgu hverken stå elle sidde".
For at få den hjertelæge ud af systemet, så måtte testen udføres.

Aldrig har jeg kæmpet så hårdt, maraton go home, strittende med ben inde i sengen, en arm der kæmpede, som var det klodernes kamp.'

Det endte godt, tommelfinger fra læge, og to tommelfingre fra sygeplejersken.
Eftermiddag, sygeplejerske kommer og spørger forsigtigt til mig.
"Sig mig, Paul-Erik, er du bange for at dø"
"Hva´, er jeg ved at stå af?"
"Nej, nej siger hun undskyldende, det er bare dit humør, hvordan kan du holde det kørende"

Det kan jeg heller ikke, selvfølgelig er jeg trist og ked af det, men skal jeg have det sådan, og så samtidigt være knotten, den holder ikke i retten.
Det sidste du vil høre fra mig, når jeg dør.
"Jeg slap"
Fire overlæger og en del reservelæger senere, er den der, "det er det ikke listen", ved at være gennemgået.

Nogen diagnose er det ikke endt med, lige bortset fra, neurologen trak på skuldrene og bedyrede jeg skam har løse forbindelser i lillehjernen, pegende på min nye rollator, der er din medicin.

Hvad gør stakkels, livsramte mig, nu?.
Læser videre til pædagog, eller værre - skolelære.

Sidder i sengen, glor i loftets himmelråbende hvidhed, giver slip på de satans bekymringer.

Hvorfor holde på de tunge ting i timer, slip dem, vi ender som sygehusfjolser, hvis eneste diagnose er - du er for dum - hvem vil slæbe på tunge byrder hele livet, sæt dem ned, og hold fri et øjeblik, med et stort "PIS" til det hele.

Og så gør det heller ikke noget, at jer gode skatteydere, sender mig på tre uger genoptræning i Sydspanien, så pyt da.

Alt andet lige, så er løse forbindelser sjovere end faste.
Humor løfter alvoren, vi dør alligevel af det satans liv, hvorfor bruge tid på bekymringer?

Tusind tak til vores fantastiske samfund, et samfund der har produceret så mange mennesker, med så fantastisk empati, Hillerød sygehus, i minder om meningen, med det jeg ikke skal finde.

Tusind tak

Digt

Paul Erik Kierkegaard

Cafe sin leche. Liv sin, con.
Larmende højder på toppen af bjerget, vil ned.
Cafe con larm, mit liv con alene.
Kærester hånd i hånd.
Kysser, krammer og diskuterer.
Bygger rede i min leche.
God morgen Malaga, go' dag nye dag.
Betragter jer over horisonten på min leche.
Ensomheden forstærkes, alene, eneste ene.

Kone skændes med manden bag åbne vinduer.
Jeg akkumuleres, ophobes af kvælende nærvær.
Biler dytter umotiveret, larmer videre mod ingenting - måske.
I bliver set, gør i, af mig og min leche.
Suger din larm, os og dit liv til mig, Malaga.
Hjem til stilhed - alenehed - fordøjelse.
Monte Bello, genoptræning, Afrikas forpost.

Fødes alene.
"Gu' blev du ej" - sagde mor.
Dør alene, men først en skøn(ne) dag.
Tiden imellem, meget alene, sammen med.
Bach klimter sine variationer i radioen.
Larmende stilhed, fordybelse, hvem ved.
Slukker, mødes af tinnitussens kvælertag.
Hovedet fyldes af hylende toner, brusende oceaner.
Ensomhedens truende fængsel.

Synker ind i mørket.
Fyldes af ynk og jamrende tanker.
Himmelen farves lyserød.
Malaga, din sol titter frem til mig over horisonten.
Jeg smiler til dig, drikker af min kaffe, livet smiler.
Venner sætter sig ved bordet.
Alene i fordybelsens alenehed.
Ensomhed fandtes ikke.
Jeg skulle have fred - alenehedens resteplads.
Tankes op til den nye dag.
" To do is to be " sagde Satre.
Den nye dag må vise, om han har ret.
Savoire Vivre - Malaga.

Meld dig ind i Sclerose.info !

Foreningen Scelrose.info tilbyder dig at blive medlem af foreningen - både for at støtte det arbejde som Sclerose.info laver, men samtidig vil du som medlem få nogle fordele som brugere af foreningens hjemmeside ikke har.

F.eks vil du som medlem få tilbudt at deltage i de aktiviteter som foreningen afholder enten gratis eller til en meget lille betaling, hvor imod brugere, IKKE-medlemmer først bliver tilbudt dette efter at du som medlem ikke ønsker at deltage (men til fuld pris). Du vil kunne se alle nyheder om sclerose som indsamles ude i den store verden - undersøgelser og resultater, deltage i vores lukkede fora og meget mere.

Vi har 3 forskellige medlemskaber, dette for at sikre at du finder det som passer dig.
Enkeltperson (der er rabat for førtidspensionister og studerende)
Familie medlemskab. Virksomhedsmedlemskab

Meld dig ind i Sclerose.info og bak op om det informationsarbejde vi laver.

Bliv medlem

sclerose.info

Vil du hjælpe?

Har du lyst til at hjælpe Sclerose.info ?
Spørgsmålet er jo egentlig meget lige til vil du hjælpe Sclerose.info spørgsmålet er selvfølgelig også – har du tid – har du lyst til at bruge nogle timer i ugen – har du energien – har du lysten ?

Sclerose.info er midt i planlægningen om at lave et nyt online blad. Et PDF blad der skal sendes ud til scleroseramte, pårørende, behandlingssteder, behandlere, terapeuter, og mange flere.

Kan du skrive, eller har du lyst til at prøve at skrive ?
Til dette blad vil vi meget gerne i kontakt med dig der har lyst til at skrive - artikler, indlæg, oplysninger .

Det kan være at du har lyst til at skrive din egen historie - eller har lyst til at skrive om noget der har betydning for dig i øjeblikket. Det kan også være du ar lyst til at skrive historien om andre.
Under alle omstændigheder - vil vi meget gerne i kontakt med dig !

Kan du sælge annoncer, eller har du lyst til at prøve at sælge annoncer ?
Ligeledes vil vi meget gerne i kontakt med dig der har lyst til at sælge annoncer til dette online blad.

Der skal ikke store salgstalenter til men har du lyst til at prøve kræfter med det - så vil vi meget gerne i kontakt med dig !

Sclerose.info vil meget gerne høre fra dig eller jer der har lyst til at bruge en eller flere timer om ugen på dette arbejde — og til at hjælpe os scleroseramte.

Der er nogle rigtig rigtig gode initiativer indenfor sclerosemiljøet — både til os scleroseramte og til kredsen i berøring med sclerose ... Sclerose.info mener at vi har en nerve og nærvær til at bidrage til denne information so, vil styrke den information der tilgår os scleroseramte •

sclerose.info