

4 Meld dig ind i Sclerose.info

7 Livet bliver rystet – digt af Niels R-A

10 Tæsk , af Bernhard Nordentoft

19 Nyheder fra verdenen



Forord



...og vi står stadig i en krig ... nu er der jo flere krige
Hvad sker der i verdenen :-/

Oktober har været stormende over os.

Det har været en hård omgang for mange

Det er også måneden hvor man får lov til at føle at nu kommer vinteren .. Den banker på og minder os om at nu kommer kulden blæsten regnen og måske sne ...

Det er ikke mange scleroseramte der ser frem til vinteren og kulden – men året går og det skifter og sådan er det

Oktober har været noget rod ... krig og mere krig i verdenen.

Det er så svært at forholde sig til at vi er i 2023, og der er krig i verdenen på den måde.

Jeg forstår det ikke, og jeg forestår ikke at vi i den vestlige verden accepterer det.

Men – politik er politik ... og vi som almindelige mennesker kender ikke hverken de interesser der er eller den dagsorden der haves.

Er vi mon bare nogle små spillebrikker spørger jeg mig selv engang imellem

Vinteren kommer og snart starter julehumør og julestress – de første tegn på julen kan allerede ses i forretnings miljøet

Lad os alle blive vinterklar ...

Kim

Indhold

- 4 [Meld dig ind i Foreningen Sclerose.info](#)
- 5 [Tilmeld dig vores YouTube kanal](#)
- 7 [Livet bliver rystet – digt af Niels R-Andersen](#)
- 8 [Bliv et af Sclerose.infos 1000 ansigter](#)
- 10 [Tæsk \(af Bernhard Nordentoft\)](#)
- 14 [Stress og sclerose](#)
- 16 [Snak med Bernhard](#)
- 19 [Nyheder fra verdenen](#)
- 24 [Facebook gruppens retningslinjer](#)



Bliv medlem
sclerose.info



... det handler om at leve



Bliv medlem sclerose^oinfo



Medlemskab af Sclerose.info

Meld dig ind i Foreningen Sclerose.info
Et støtte medlemskab for kr. 96,- om året for privatpersoner.

Ved at melde dig ind i Foreningen Sclerose.info er du med til at støtte det informations arbejde vi laver i foreningen – vores lukkede (og åbne) Facebook gruppe, vores PDF magasin som du sidder og læser, samt de undersøgelser og foredrag vi arrangerer f.eks. om tabu emnet seksualitet og sclerose.

Foreningen Sclerose.info får ikke offentlige midler, men får kun sponsorat midler, private midler og donationer. Foreningen drives primært af scleroseramte, men vi bruger ekstern arbejdskraft til at løse nogle opgaver for foreningens drift.

Vi ønsker at skabe en meget stor medlemsgruppe for at Sclerose.info stemme kan blive slagkraftig i debatten der er omkring sclerose, uanset om det handler om behandling eller vi scleroseramtes vilkår i samfundet.

Meld dig ind og bliv en af os ! Støt os scleroseramte



Sclerose.info på YouTube !!

Kom og følg os (abonner) ... hjælp os med at vokse og hjælp os med at gøre
kanalen god og spændende – fr dig selv og os andre

<https://www.youtube.com/@Scleroseinfo>

KEND
DIN
MS

MIN MS

Forberedelsesskema til konsultationen med læge og sygeplejerske

Dette er vigtigt at holde øje med når MS, og som diskuteres MS. Dette skema er tænkt som en hjælp, når du skal tale med lægen eller sygeplejersken. Sørg for at gøre dig overvejelser om:

- Om din MS udvikler sig mellem dine aftaler på klinikken.
- Om din MS er ved at ændre sig til sekundær progressiv multiple sklerose (SPMS).

Udfyld skemaet løbende, i ca. 15-20 min. og tag det med, når du skal tale med din læge eller sygeplejerske.

Bagend finder du en huskeseddel, som du kan bruge til dine spørgsmål. Det kan være en god ide at gøre en påmindelse med til samtalerne.

Indledende spørgsmål

	Ikke	Ja
Hvornår har du sidst været til konsultation hos lægen?		
Hvilken medicin tager du lige nu for din MS?		
Hvilken medicin har du tidligere fået for din MS?		
Husker du at tage din medicin som foreskrevet?	Ja	Nej
Alder?		
Hvilken type MS har du?		
Diagnose år?		

00000000000000

NOVARTIS

Dine symptomer

Er der siden forrige eller kommet nye symptomer de sidste 6-12 måneder? Sæt kryds ved de vigtigste symptomer.

Problemer med synet	
Smerter	
Vanskeligheder ved at gribe om ting (fx en kaffekop eller pen)	
Problemer med hukommelse, koncentration eller fokus	
Fatigue / træthed	
Følelsesløshed eller smurrede følelser	
Lidelse ved varselning eller forstoppelse	
Hjorteoplysninger om søvnen	
Problemer med balancen eller behov for hjælpemidler til at gå	
Muskelspasmer eller muskelbæghed	

Andre symptomer, som er nye



Multipel sclerose Få hjælp til at forstå dine symptomer

Multipel sclerose er en kronisk sygdom, der ofte rammer som lyn fra en klar himmel. Heldigvis kan korrekt behandling holde attackerne nede og begrænse nerveskaderne. Desuden er det muligt at lindre mange af de symptomer, der opstår, så du får en højere livskvalitet. Hold derfor øje med, hvordan din sygdom udvikler sig mellem dine aftaler på klinikken.

En hjælp til at huske det hele kan være at udfylde et forberedelsesskema, som er udviklet i samarbejde med sygeplejersker, der arbejder med MS. Du finder skemaet på kenddinms.dk sammen med tips og gode råd til et bedre liv.

[kenddinMS.dk](https://kenddinms.dk)



Livet bliver rystet.

Voksenlivets byggesten formes, fremtidens rede. Livets sandkorn forsvinder.
Mulighederne ligger lige for mig, vilkårene forhindrer forfølgelsen.
Bliver bange, statussens tomme ensomme spor. Frustrationens stifinder.

De mange tanker, som i mit hoved skete.
Mål – Jeg så det hele, mit livs muligheder.
Kunne virkelig forstille mig, det liv visionerne delte.

Mine ønsker og drømme, blev taget fra mig.
Lige gyldig hvad jeg gør, vil jeg altid undvære.
Vil helst begive mig, ned af håbets skinnevej.

Livet bliver rystet, modgangen ændre sig hele tiden.
Drømmene jeg havde, føles længere og længere væk.
Prøver at søge andre græsgange, hjernen glemmer striden.

Af. Nieks Rønde-Andersen.



Siden 2013 har Sclerose.info portrætteret forskellige scleroseramte, for at vi hver I sær kan se, at vi ikke er alene I verden. Vi er ikke de eneste. Det er "mange" af os.

Samtidig har vi via historierne ville fortælle at sclerosen ikke tager hensyn hvem, alder, køn, stilling, osv osv.

NU – vil vi også gerne I gang med at portrættere vores pårørende
Halvdelen af sclerosen bæres af vores pårørende

Derfor – er du pårørende og har lyst til at blive et af vores 10000 pårørende ansigter, så skriv til admin@sclerose.info

Eller skriv til Deanie Mofjeld i Facebook gruppen eller på mail deanie@sclerose.info

sclerose^oinfo

Dansk Kildevand

Naturligt mineralvand



Samarbejde med Sclerose.info som gavner os scleroseramte

Man skal drikke masser af vand !

Ovenpå denne varme sommer har Sclerose.info har indgået samarbejde med Dansk Kildevand, så du kan få dejligt naturligt mineralvand.

[Gå ind på Dansk Kildevands hjemmeside og bestil din egen kildevandskøler](#)

I feltet noter ved betaling skriver du – **Sclerose.info** .

Du får 2 vanddunke af 19 liter gratis ved den første levering af en kildevandskøler.
Du kan vælge en kold/kold eller kold/varm kildevandskøler.

God service og priser for os scleroseramte – tak til Dansk Kildevand

Du kan også ringe til Dansk Kildevand på telefon: 39297174

// admin



Tæsk !

Jeg svinger højre arm hele vejen fra bagsiden af min ryg. Accelererer den langs min krop. Knytter fingrene inde i handsken. Mærker trykket da hånden rammer med al min kraft og ser hende træde et skridt baglæns. Jeg trykker al luft fra bunden af lungerne ud igennem min åbenstående mund og stønner et tungt "AHHHHH" ud. Min stol vipper et par centimeter og højre hjul glider en smule tilbage. Men i samme sekund bruger jeg returtrykket fra første slag til at starte svinget af venstre knyttede hånd frem imod hende. Hele min overkrop svinger sidelæns med. "BANG!" Slaget sidder renere end det første fra den stærkere højre arm. Jeg ser, at hun igen tager imod og går tilbage i ryggen.

"KOM SÅ BERNHARD!" Råber hun.

Det flimrer en smule for øjnene og de næste to slag sidder endnu tungere og hårdere end de første. Min puls er eksploderet med kraften i slagene. Tempoet er så højt, at jeg kun kan suge luft ind for hvert fjerde slag.

Jeg mærker kraften eksplodere fra ryggen over skuldrene, frem igennem armens sving og ud i knoerne. For at knuse al modstand foran mig.

Hun tæller slagene højt, vi skal over de 30.

"15!" Av. Jeg er kun halvvejs. Det sidste slag fra højre sad lidt skævt og gled i overfladen. Jeg presser øjnene i og sender al energi ud i svinget mod hende. Det virker, slaget er rent og hårdt.

"16!" Højre følger og lander tungt og brutalt.

“30!” Sidste brag ind i sandsækken og jeg falder frem over mine knæ. Jeg hyperventilerer og armene hænger tungt ned langs min krop.

Hun træder væk fra bagsiden af boksepuden. “Du får lige 2 minutter. Så er det dig alene med handskerne.

Sclerose har taget min evne til at svede. Al varmen skal blæses ud med luften fra lungerne. Munden står vidt åben og jeg suger al den luft ind, jeg kan magte. Jeg retter mig op igen for at kunne have mest mulig volumen på mine lunger. Svinger mine arme let til siderne for at holde lidt bevægelse i pausen.

“Du skal rette dig lidt i din kørestol. Røven tilbage, overkroppen frem.” Siger hun lige så køligt. “Så får du mere kraft i slagene.”

Jeg retter mig helt op, sikrer at jeg sidder så perfekt som krævet. Ruller tættere ind på sandsækken, så jeg har bedst mulig slagvinkel til næste runde.

Kontrollen med vejrtrækningen er tilbage igen. Jeg kigger mod hende og siger “OK!” Så starter den hidsige slagserie. Alene mod en sandsæk, som svinger tungt frem og tilbage med mine slag. Ingen fysioterapeut til at holde igen. Jeg slår ikke så hårdt som i første runde. I stedet korte hidsige hurtige chats. Min puls ryger i vejret og Bernhard forsvinder i slagene. Jeg er en maskine som bare hamrer løs på puden. Der er kun mine næver og den. Ingen tanker, bekymringer, glæder. Kun den og næverne.

“Stop!” Råber hun, og jeg falder hyperventilerende fremover igen.

“Det er perfekt nu.” Siger hun. “Vi får din puls helt i top, presset din vejrtrækning og hele din fysik maksimalt. 2 minutter, så tager vi næste runde.”

Jeg er lykkelig. Helt væk af det fysiske pres. Hjernen er slukket. Nu er det kun kroppen. Presset til det yderste. Klar til næste runde. Tæsk.

af:

Bernhard Nordentoft



HVORDAN KOMMER JEG IGENNEM KRISEN?

En selvhjælpsguide til mennesker, der rammes af alvorlig sygdom, og deres pårørende



Læs og hent guiden her:
sanofi.dk/da/om-sanofi/selvhjaelpsguide

HVORDAN
KOMMER JEG
IGENNEM
KRISEN?

 PODCAST

Nu også som podcast



Spotify®

Google Podcasts



Oktober har vist sig fra den side der ikke er den gode.



Stress – og sclerose.

Mange tror at man scleroseramt ikke bliver stresset.
Slet ikke hvis man er førtidspensionist !
Hvordan kan man være stresset når man “bare” er pensionist.

Der er så mange faktorer der spiller ind.
Fuldstændig som den tekst om den stressede kvinde.
Vi oplever det alle steder – det er lige meget om det
er det ene eller det andet sted – same uforstående blikke.

Mange os scleroseramte – der kan man ikke se det.
Det er ikke fysisk muligt at se – og det betyder folk ikke tror på det eller bare ikke kan
forstå at kognitive ting spiller ind.

Men stress er også en factor – der kan være en STOR årsag til at tingene bare ikke virker
Stress over ens liv. Stress over ens situation. Stress over sygdommen. Stress over at man
ikke ved hvad morgendagen bringer. Stress over hvad man skal I dag – stress stress stress

Og – mange gange forværre stress hele situationen.
Mange gange bliver ens kognitive symptomer forværret
Og – så bliver ens fysiske symptomer forværret.

Det hele hænger sammen.

Hvis nogle kort I ens korthus begynder at blive ustabile – falder det hele sammen ... eller i hvert fald meget af det.

Hvad gør man så ?

Hvordan forhindre man det ?

Hvordan bearbejder man stress – I vores situation ?

Det er individuelt fra den ene til den anden – og vi har alle vores redskaber og måder at gøre tingene på eller prøve at gøre det på.

Jeg kan kun fortælle min måde, og hvis du kan bruge det I din verden er det super.

Jeg bliver IKKE stresset – for jeg tillader ikke blive stresset.

Jeg ser sådan på det at, jeg kan have travlt – jeg kan have mange tanker – jeg kan være bange, men ikke stresset.

Hvis jeg føler at min mave fortæller mig at jeg ikke er I balance med mig selv, så stopper jeg med det som jeg er i gang med. Jeg vil ikke være stresset – jeg tillader det ikke!>

Hvis du har læst bladet og artikler tidligere vil du vide at

jeg tænker positivt og jeg træner I at være positiv.

Det er en enorm drivkraft for mig – at være positiv.

En del af det positive er – INGEN stress!

Stress kommer af alle de ting man ikke når.

Stress kommer når alt pludseligt virker uoverskueligt

Stress kommer når man taber kontrollen

Stress kommer af angst

Stress kommer når man bliver bange, bange for fremtiden

Der er så mange udefrakommende påvirkninger og ting der sker som man ikke kan gøre noget ved, man kan ændre – så i stedet for at blive stresset over dem – tillader jeg at ting sker omkring mig som jeg alligevel ikke kan ændre. Jeg lader det passere – og tillader ikke at blive stresset

Kan man forstå hvad jeg skriver og mener ?

Det handler om at du tager ansvar for dig selv- du styre dit liv.

Det er NEMT at skrive ... nemt at sige – men svært at gøre

Det kræver træning – det kræver at man prøver – det kræver at man skal øve sig.

Jeg træner og øver, det ved du hvis du har læst tidligere artikler

Kim



Podcast snak med Bernhard Nordentoft

<https://www.youtube.com/watch?v=qciHv2pGsRQ>

Vi har snakket med Bernhard Nordentoft om livet med sclerose, om Bernhard og hans sclerose.

Bernhard er som mange ved – forfatter til bogen "Tro håb og kærlighed I sclerosens tegn"

Vi spørger bl.a. Bernhard hvorfor han skrev den bog.

// admin





Podcast med sclerose.info

Vi starter med at lave nogle podcast som tidligere skrevet.

Det bliver som interview med nogle spændende personer, eller det bliver som samtaler imellem nogle af os I admin – eller som skriver for Sclerose.info

Vi er i gang med at optage, tilrette og editere så måske kommer der en eller to her I sommeren, ellers kommer det efter.

Hvis du har noget på hjertet du gerne vil snakke om – så skriv til kim@sclerose.info

Hvis du har noget du gerne vil have vi tager op – så skriv endelig.

// admin



Tryk på billedet er [HER](#) for et direkte link til saxo.com hvor du kan købe bogen



Nyheder fra verdenen

[Depression, anxiety may be among early signs of MS](#)

New research is painting a clearer picture of the early signs of multiple sclerosis (MS), showing that people are nearly twice as likely to experience mental illness in the years leading up to the onset of the diseases. The study suggests that psychiatric conditions like anxiety and depression may be part of a prodromal phase of MS -- a set of preliminary symptoms and clues that arise before classic MS symptoms.

[Stem cell transplant offers hope for MS patients, study finds](#)

Autologous hematopoietic stem cell transplantation, or aHSCT for short, is usually used to treat blood cancers, and involves harvesting stem cells from the person's own bone marrow or blood followed by chemotherapy and antibody treatment.

[AI-based MRI tools show promise in multiple sclerosis diagnosis](#)

MS is a common neurodegenerative and inflammatory demyelinating condition of the central nervous system (CNS). MS is characterized by focal lesions and diffused neurodegeneration in the spinal cord and brain. Individuals with MS suffer significant cognitive and physical disability, which sometimes causes premature withdrawal from the workforce.

Globally, about 2.8 million people are living with MS. Disease-modifying therapy (DMT) has proved to be highly effective and reduces the risk of disease recurrence.

Nyheder fra den store verden.

Artikel fra *Science Daily*

University of British Columbia

September 25 2023

Depression, anxiety may be among early signs of MS

New research from the University of British Columbia is painting a clearer picture of the early signs of multiple sclerosis (MS), showing that people are nearly twice as likely to experience mental illness in the years leading up to the onset of the diseases.

The study, published in *Neurology*, the medical journal of the American Academy of Neurology, suggests that psychiatric conditions like anxiety and depression may be part of a prodromal phase of MS -- a set of preliminary symptoms and clues that arise before classic MS symptoms.

"For a long time, it was thought that MS only really began clinically when a person experienced their first demyelinating event, such as in the form of vision problems," said senior author Dr. Helen Tremlett, professor of neurology at UBC and member of the Djavad Mowafaghian Centre for Brain Health. "But we've come to understand there is a whole period preceding those events where the disease presents itself in more indirect ways."

MS is an autoimmune disorder in which the immune system attacks the protective sheath (myelin) that covers nerve fibres, disrupting communications to and from the brain.

Recognizing MS is often challenging for medical professionals because its symptoms are varied and easily mistaken for other conditions. For many patients, this means the journey toward a diagnosis can be long and filled with uncertainty.

Dr. Tremlett and her team have been working to better characterize the early stages of MS with the hopes of facilitating earlier detection and possible intervention. Prodromal periods are well established in other diseases such as Parkinson's, where people experience symptoms such as constipation years before classical motor deficiencies begin.

"If we can recognize MS earlier, treatment could begin sooner. That has tremendous potential to slow disease progression and improve quality of life for people," said Dr. Tremlett.

For the study, the researchers examined health records for 6,863 MS patients in B.C. They looked at the prevalence of mental health conditions, including depression, anxiety, bipolar disorder and schizophrenia, in the five years before patients developed classical, medically recognized signs of MS. These MS patients were compared to 31,865 patients without MS. The findings revealed that MS patients were experiencing mental illness at nearly twice the rate of the general population, at 28.0 per cent and 14.9 per cent respectively. Healthcare usage for psychiatric symptoms -- including physician and psychiatrist visits, prescriptions, and hospitalizations -- was also consistently higher among MS patients.

Notably, the gap widened in each of the five years leading up to disease onset.

"We see higher and higher rates of psychiatric conditions that peak in the final year before MS onset," said first author Dr. Anibal Chertcoff, who conducted the study as a postdoctoral fellow in Dr. Tremlett's lab and is now an assistant professor at the University of Manitoba.

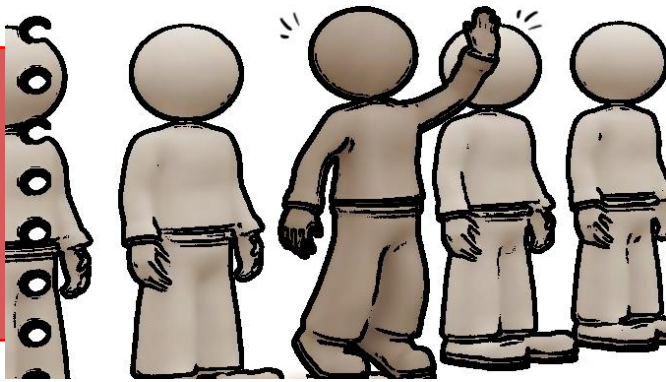
"While we're not suggesting that these conditions alone can be a predictor of MS, they may be one piece of the MS prodrome puzzle and a potential signal when combined with other factors."

The study builds on previous work from Dr. Tremlett's lab showing that other symptoms such as fatigue, sleep disorders, irritable bowel syndrome, anemia and pain may also be part of the MS prodrome.

For Sharon Roman, who has lived with MS for 25 years, better defining this prodromal period could have huge benefits for patients.

"We take many things in life for granted -- walking, balance, vision, speech, even the simple act of swallowing -- until one day it's taken from us by MS," Roman said. "The better we can identify the early signs and symptoms of MS, the earlier we can recognize, diagnose and treat it. We can help prevent people from being diagnosed the way I was, with a massive attack and hospitalization, and prevent the losses I've experienced. Earlier treatment may help slow progression."

This study was supported by the National Multiple Sclerosis Society, MS Society of Canada and Michael Smith Health Research BC.



Frivillig i Sclerose.info

Har du lyst til at hjælpe Sclerose.info ?

Det kræver IKKE at du skal bruge mange timer hver dag – men du kan bruge 1-2-3 timer om dagen, eller om ugen – eller ”bare” deltage i nogle af de mange projekter som Sclerose.info har eller starter indenfor forskellige emner .

Vi har brug for nogle af jer der har lyst til at skrive
Til brug for artikler – det skrevne ord – til vores PDF magasin, hjemmesiden og facebookgruppen, har vi brug for jer der kan skrive.

Vores admin, både på Facebook, redaktionen på PDF bladet, og til hjemmeside har travlt.

Samtidig vil vi gerne have friske øjne og ord – så hvis du har lyst til at skrive for/med Sclerose.info så ret henvendelse til Kim i vores lukkede gruppe på Facebook eller på mail kim@sclerose.info

Du kan skrive om din egen situation – din egen sygdom eller til dig som er pårørende, om dit syn og tanker.

Du kan skrive om emner som vi som foreningen Sclerose.info arbejder med, som f.eks. kognition. Kognition behøver ikke være om dig selv (det kan det godt være), men det kan også være at du søger om kognition på nettet, laver din(e) egne undersøgelser eller lignende.

Kom frit frem – vi har brug for hænder





Sammen er vi stærkere.

Bliv en del af sammenholdet i Sclerose.info

Bliv medlem
sclerose^oinfo



sclerose.info

Om foreningen Sclerose.info

www.sclerose.info

Mail: admin@sclerose.info

Sclerose.info er en forening stiftet i september 2002.

Formål:

"Foreningens formål er at udbrede kendskabet til og forståelsen af sclerose og sygdommens indvirkninger for herigennem at forbedre vilkår og muligheder for scleroseramte og deres pårørende i Danmark.

Herudover er det Sclerose.infos mål til stadighed at formidle den nyeste information om sygdommen, dens indvirkninger, forskning i behandlingsmetoder og pleje for herigennem at forbedre de scleroseramtes muligheder for at tage bedre stilling til sygdom, behandling, fremtidig tilværelse og generel situation".

Foreningens har nogle vigtige grundholdninger, som er:

"...det handler om at leve"

Det er meget vigtigt, at vi øger det menneskelige i debatten omkring sclerose. Alle der har sclerose ved, hvor vigtigt det er, at det menneskelige kommer med. Scleroseramte er ikke blot en gruppe syge mennesker, men mennesker med hver deres individuelle historie.

"Patientens eget valg"

Vi mener, at man skal give de scleroseramte al relevant information for at de derefter selv kan træffe deres egne valg. Vi mener naturligtvis, at man skal stille spørgsmål og søge råd og vejledning. Dette gøres bedst, hvis man har et udgangspunkt - en viden at basere sine spørgsmål på. Vi mener, at information og viden vil kunne øge ens handledygtighed og beslutsomhed, og derved forbedres den scleroseramtes kår.

"Du er ikke begrænset selvom du har sclerose"

Når man får sclerose, sker der en masse ikke mindst mentalt. Vi mener, at det er vigtigt at få budskabet om at du ikke er begrænset ud til folk. Mulighederne er stadig mangfoldige og store. Det kan være man skal gå en anden vej for at nå dem eller se nye muligheder vokse frem.

Sclerose.info arbejder med andre ord for den scleroseramte og de pårørende. Vi har valgt, at det skal ske i en positiv ånd og stemning, for selvom det er meget alvorligt, skal man stadig kunne være glad og positiv, og livet er stadig sprudlende.

Sclerose.info

...det handler om at leve



Facebookgruppen

Retningslinjer:

Sclerose.info har lavet nogle retningslinjer for brugen af Facebook gruppen – og dem bringer vi lige her – bare for en god ordens skyld:

Denne Facebookgruppe - er en del af foreningen Sclerose.info, som blev etableret i 2002. Det primære informationsorgan er www.sclerose.info

Retningslinjer for Facebookgruppen

Foruden relevante nyheder er siden tiltænkt debatter om aktuelle emner, og vi ønsker en aktiv deltagelse fra gruppens medlemmer, i spørgsmål der drejer sig om sclerose.

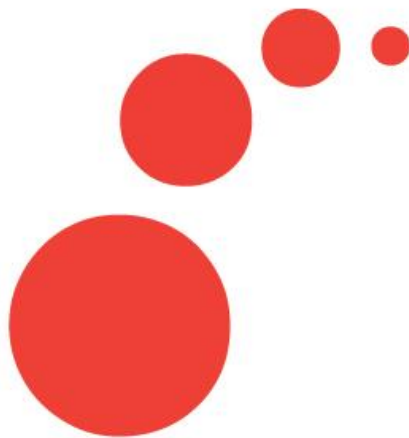
Vi ønsker IKKE at debatter bliver enstydige og kun omhandler (alternative behandlinger eller undersøgelser som f.eks. borreliose) og admins forbeholder sig ret til at begrænse det og kan slette indlæg, der går ud over gruppens formål. Admins kan vælge i selve tråden at henvise til at fortsætte i en privat mail eller en anden gruppe og så skal dette respekteres.

Vi forventer naturligvis, at alle opslag og kommentarer bliver holdt i en sober og god tone medlemmerne imellem.

Hvis du er i tvivl, er du altid velkommen til at spørge admins i en mail.

Opslag der linker direkte til egne hjemmesider og blogs slettes uden varsel, men man er altid velkommen til at poste hele blogindlæg eller indslag.

Siden henvender sig til alle, der vil søge information om sclerose, og Sclerose.info modtager gerne forslag og ideer fra gruppens medlemmer til initiativer for scleroseramte og deres pårørende.



Foreningen Sclerose.info

Det er os med de røde cirkler. De røde cirkler symbolisere at vi er flere, du er ikke alene med din MS (sclerose) — de symbolisere sammenhold — de symbolisere fremadrettethed — de symbolisere blod (sved og tårer) som, er en del af vores liv som sclerose ramte. Sclerose.info blev stiftet 1 marts 2002 og har siden vores start været en stor del af at præge hele debatten om sclerose i en mere positive retning, for selvom det er alvorligt at have MS (sclerose), så SKAL vi leve et godt og positivt liv, på trods.

Vores formål er og har altid været at sætte den sclerose ramte og dennes pårørende i centrum, at øge informationen om MS (sclerose), at skabe et bedre kendskab til MS (sclerose) for derigennem at gøre det nemmere for os sclerose ramte at leve med MS (sclerose). Sclerose.info drives primært af sclerose ramte hvilke gør at vi forstår vores situation, på godt og ondt, vi er en del af det liv man som MS'er (sclerose ramte) lever. Af same årsag ved vi hvad det betyder når vi bruger vores slogan :

Det handler om at leve

www.sclerose.info

Du holder på en handicap parkeringsplads – Det er ikke i orden !!

Jeg har hørt alle de undskyldninger der findes – jeg skal bare lige ... det tager kun 5 minutter ... øøhmm det troede jeg ikke ... osv. osv..

Der er en grund til at der er lavet handicap parkeringspladser, og der findes ingen gyldig grund til at “komme til” at holde der. Det er mangel på respekt.

Jeg har sclerose. Vi er mere end 15.000 mennesker I Danmark der har sclerose. Sclerose er en af de få sygdomme der ikke findes en helbredelse for. Nogle dage er gode og andre er dårlige for os scleroseramte. På de gode dage kan man ikke altid se sclerosens spor – på de dårlige dage kan man måske ikke gå uden hjælpemiddel, storke, eller må bruge kørestol. Der er dage hvor man kan have nervesmerter som betyder man ikke kan fungere. Generelt er jeg glad – et positivt menneske (er du et positivt menneske ?) ... men jeg bliver sur når du tager en plads der er reserveret til os handicappet.

Tænk over det I fremtiden !!!!!!!



sclerose info

Du holder på en handicap parkeringsplads – Det er ikke i orden !!

Jeg har hørt alle de undskyldninger der findes – jeg skal bare lige ... det tager kun 5 minutter ... øøhmm det troede jeg ikke ... osv. osv..

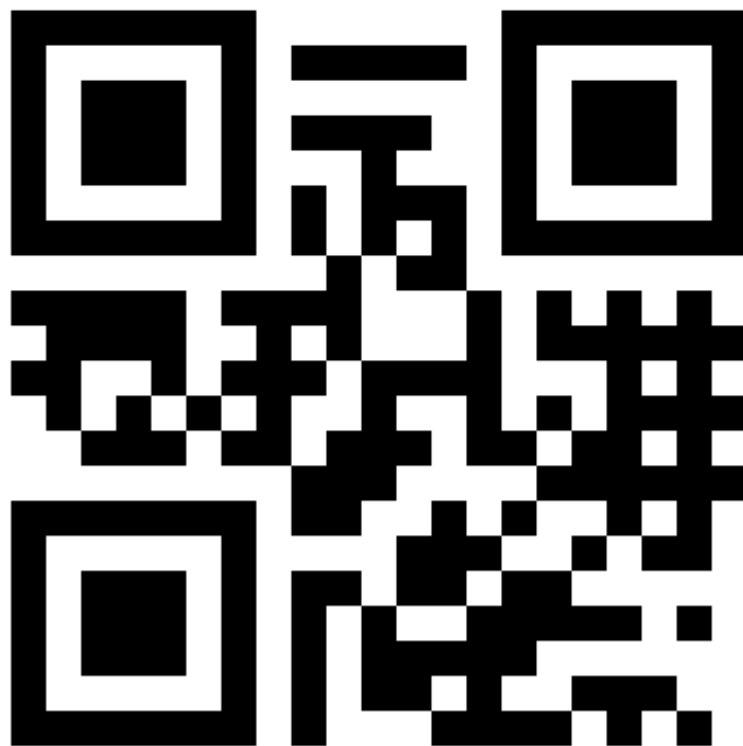
Der er en grund til at der er lavet handicap parkeringspladser, og der findes ingen gyldig grund til at “komme til” at holde der. Det er mangel på respekt.

Jeg har sclerose. Vi er mere end 15.000 mennesker I Danmark der har sclerose. Sclerose er en af de få sygdomme der ikke findes en helbredelse for. Nogle dage er gode og andre er dårlige for os scleroseramte. På de gode dage kan man ikke altid se sclerosens spor – på de dårlige dage kan man måske ikke gå uden hjælpemiddel, storke, eller må bruge kørestol. Der er dage hvor man kan have nervesmerter som betyder man ikke kan fungere. Generelt er jeg glad – et positivt menneske (er du et positivt menneske ?) ... men jeg bliver sur når du tager en plads der er reserveret til os handicappet.

Tænk over det I fremtiden !!!!!!!



sclerose info



sclerose^oo^oinfo