



JANUAR MD 2008

## I dette nummer:

Intro	1
Gode råd	1
IT for Dummies	2-3
Arne's Klumme	4
Alle fotobreve besvares	
FORTSAT	5
FORTSAT	6
FORTSAT	7
Nu med tapirunge	8
Det er fanme uhyggeligt du	9
BAGSIDEN	10



Tommy R. Pedersen



Jacob Lykke Sørensen

## Vi ønsker alle et Lykkebringende Nytår



De tidligere indslag finder I på følgende adresse på internettet:

<http://www.activeboard.com/forum.spark?forumID=98439>

For at indsende gode råd og erfaringer, kan du også maile ind til:

[jls@lykkesoft.dk](mailto:jls@lykkesoft.dk)

## Gode råd om at skrive artikler

Af Tommy Pedersen

*"Du kan ændre dit liv og din forretning på bare syv minutter om dagen".*

Hvis denne sætning giver dig lyst til at læse videre, så er du allerede indfanget.

### Skriv til os.

Det eneste vi beder om er et sobert sprog og skulle det dreje sig om et sammenstød med en offentlig instans, en behandler, eller et personfølsom indlæg, vil historien blive anonymiseret, da vi ved tidligere tilfælde selv har fået et rap over fingrene, for at hænge folk ud. Hvad enten det er for tjent eller ej, har vi bestemt at køre ovenstående politik.

### **BEMÆRK:**

Skriver du ind med en historie, skal vi vide dit navn og kontaktoplysning, hvad enten det er anonymt eller ej.

Anonymitet vil blive respekteret, dog bemærk ovenstående, redaktionen **skal** have persondata, ellers vil indsendte ikke blive brugt.

## IT FOR PALS DUMMIES af Jacob Lykke

### IT for PALS Dummies – Bruger Hjælper Info

IT for PALS Dummies er en artikel serie som henvender sig til os med ALS. For at overleve er vi hele tiden nødt til at være på forkant med viden om de nyeste IT hjælpemidler, og der findes heldigvis et utal af muligheder. Jeg har, sammen med nogle af mine ALS venner, været med i en film om kommunikations hjælpemidler og var forbløffet over der findes så mange forskellige IT løsninger. Derfor er det også umuligt at have styr på alt hvad der rør sig i IT junglen, men jeg vil skrive om nogen af de emner jeg ved lidt om. I al beskedenhed handler min første artikel i serien om et computer program jeg selv har lavet. Jeg har de sidste fem år haft hjælpere ansat men haft store problemer med kommunikationen til dem. Jeg kan ikke tale, men jeg kan bruge en computer. Før jeg fik sygdommen arbejdede jeg som systemudvikler og har derfor stor viden om udvikling af programmer. Den viden har jeg brugt til at lave et kommunikations program til hjælperne og mig. Programmet hedder Bruger Hjælper Info og her kommer en kort beskrivelse af programmet.



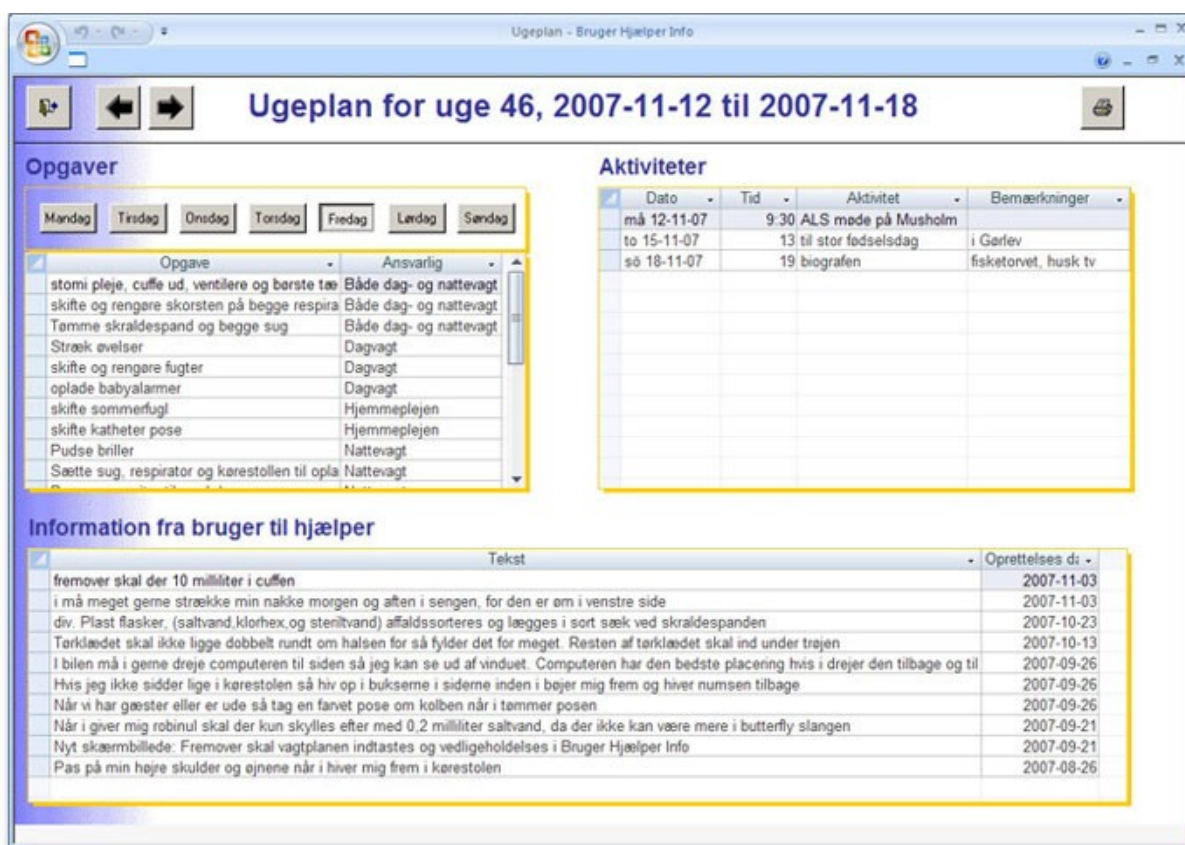
Figur 1: Ved opstart af Bruger Hjælper Info kommer ovenstående hovedmenu frem

Her er hoved elementerne i programmet:

- **Dagbog:** Hjælperne indtaster de vigtigste begivenheder for dagen. Hvis den næste hjælper skal ringe eller gøre noget i løbet af vagten, skrives det også her.
- **Aktiviteter:** Bruger eller hjælperne indtaster fremtidige aktiviteter i programmet. Dermed opbygges der en kalender over aftaler og møder. På den måde er både bruger og hjælper klar over hvad der skal ske i fremtiden, og det gør planlægningen meget nemmere.

## IT FOR PALS DUMMIES ....FORTSAT

- **Opgavestyring:** De daglige opgaver som hjælperne har vises på en overskuelig måde, så alle er klar over hvad der skal laves.
- **Information fra bruger til hjælper:** Brugeren kan indtaste generel information til hjælperne. Det er typisk nogen ting som hjælperne skal gøre anderledes eller være opmærksomme på. Det kan også være ris eller ros.
- **Manualer:** En manual er en samling af arbejdsprocesser for en given opgave. Der kan være utrolig mange ting som hjælperne skal huske, og så kan det være godt at have en manual ved hånden. En anden stor fordel ved manualer er under oplæring af nye hjælpere eller hvis brugeren får vikar.
- **Vagtplan:** Vagtplanen kan indtastes måned for måned, så alle er klar over, hvem der er på arbejde.
- **Telefonliste:** For at holde styr på kontaktpersoner, kan telefonnumre og adresser med mere indtastes i programmet.
- **Udskrifter:** Alle de indtastede data i programmet kan udskrives.



Figur 2: Dette skærmbillede er et oversigtsbillede over hvad der sker i løbet af ugen

Hjælperne er meget begejstrede for programmet, og det har løftet vores kommunikation betydeligt. Hjælperne har programmet på en bærbar computer, og jeg kan også opdatere programmet fra min stationære computer via det trådløse netværk.

Du kan læse mere om programmet og downloade en demo på <http://www.lykkesoft.dk>



Arne Lykke Larsen

# Arne's klumme

## Alle fotobreve besvares

Når man selv er fejlfri, kan det virke generende pludselig at være afhængig af hjælpere som, hvor gode de end er, af og til alligevel kludrer gevaldigt i det. Der er mange måder at finde hjælpere på, og det gælder selvfølgelig om at finde nogen som passer ind i huset, eller hvis der er familie, ind i huset og familien. Der er selvfølgelig også mange kriterier man kan anlægge når man skal udvælge hjælperen blandt ansøgerne.

I Odense har Dansk Handicapforbund et kontor, hvor vordende hjælpere kan udfylde en blanket med blandt andet hvor meget de vil arbejde og om de har nogen erfaring som hjælper eller andet. De fleste benytter bagsiden til at skrive udførligt om sig selv og om hvad de ønsker. Nogle gange er der endda et foto vedlagt, så det er næsten lige som at besvare ægteskabsannoncer. Jeg har fået omkring 15 af mine hidtidige hjælpere (Mette, Anne, Line, Sara, Helle, Malene, Julie, Annette, Kirsten, Sara, Gitte, Tine, Sussi (ligesom i Sussi & Leo), Birgitte, Lene, Dea, Helle, Gitte, Lærke, Eddah, Dorit, Signe, Tilde, Jane, Helene, Christina, Henriette, Anita, Stina, Pernille, Thilde, Jette, Simone, Fie, Tina, Christina, Jeannet, Karen, Sanne, Rikke, Karen, Stefan, Bent, Christina, Frank, Cecilie, Stine) på den måde.

En anden mulighed er at gå ind på [www.formidlingen.dk](http://www.formidlingen.dk), hvor man kan oprette en annonce, som interesserede så kan svare på. Det er en fremragende mulighed når man ikke kan tale, for så kan man i ro og mag skrive frem og tilbage for at få et indtryk af ansøgeren, inden man eventuelt inviterer på en samtale. Første gang jeg oprettede en annonce fik jeg ikke mindre end syv svar inden for et døgn, på trods af at jeg havde opstillet ekstremt strenge krav (høj lyshåret pige, max 22 år). Flere af ansøgerne var så gode at jeg seriøst overvejede at fyre nogle af mine faste hjælpere. Dog har jeg på fornemmelsen at ikke alle ansøgere opfyldte mine strenge krav; fx var der en der hed Frantz.... Jeg har vel fået omkring 10 af mine hidtidige hjælpere (Mette, Anne, Line, Sara, Helle, Malene, Julie, Annette, Kirsten, Sara, Gitte, Tine, Sussi (ligesom i Sussi & Leo), Birgitte, Lene, Dea, Helle, Gitte, Lærke, Eddah, Dorit, Signe, Tilde, Jane, Helene, Christina, Henriette, Anita, Stina, Pernille, Thilde, Jette, Simone, Fie, Tina, Christina, Jeannet, Karen, Sanne, Rikke, Karen, Stefan, Bent, Christina, Frank, Cecilie, Stine) på den måde. Dog er det blevet andre tider: Hvor man tidligere fik en halv snes tilbud på en annonce, får man nu kun et par stykker. Ja, den manglende arbejdsløshed er efterhånden blevet et stort problem....

Den metode jeg har haft mest held med, er dog at bruge personlige kontakter. Ikke fordi jeg selv har nogen personlige kontakter (desværre heller ikke blandt høje unge lyshårede piger), men det har mine hjælpere! Det er virkelig godt hvis en af hjælperne kender en anden person som de kan anbefale; det kommer der som regel noget godt ud af. Jeg har fået ca 20 af mine hidtidige hjælpere (Mette, Anne, Line, Sara, Helle, Malene, Julie, Annette, Kirsten, Sara, Gitte, Tine, Sussi (ligesom i Sussi & Leo), Birgitte, Lene, Dea, Helle, Gitte, Lærke, Eddah, Dorit, Signe, Tilde, Jane, Helene, Christina, Henriette, Anita, Stina, Pernille, Thilde, Jette, Simone, Fie, Tina, Christina, Jeannet, Karen, Sanne, Rikke, Karen, Stefan, Bent, Christina, Frank, Cecilie, Stine) på den måde.

Endelig kan man prøve at sætte en annonce i avisen. Det har jeg kun forsøgt en enkelt gang. Den historie kostede mig 1700 kroner, men det var nu også en fin annonce. Egentlig skulle kommunen betale, men det ville den naturligvis ikke. Til gengæld var det noget af en oplevelse at læse alle svarene. Jeg fik ansøgninger fra blandt andet en landmand, en kunstmaler, en børnehavepædagog og en brugsuddeler som alle drømte om at blive handicaphjælper.

. Der kom også en ansøgning fra en hørehæmmet kvinde; hun syntes åbenbart at hun kunne passe fint ind når jeg alligevel ikke kan tale! Det syntes jeg dog ikke. Jeg har nemlig visse fordomme overfor handicappede....

Man kan naturligvis også kontakte arbejdsformidlingen for at finde hjælpere, men det har jeg endnu ikke prøvet. Blandt andet fordi jeg ikke tror på at der er så meget held ved det. Ved de andre metoder plejer jeg at kontakte 5-6 ansøgere til en stilling. Et par stykker har som regel allerede fået andet arbejde og et par stykker er alligevel ikke interesserede (når de hører om mig...), så jeg har normalt kun et par stykker til samtale. I samtalen fortæller vi hvordan en typisk døgnvagt, fra morgen til morgen, forløber. Ansøgeren får også lov til at fortælle noget om sig selv og om sine fremtidsplaner. Vi viser også rundt i lejligheden, hvilket er hurtigt gjort, og viser ansøgeren alle de forskellige hjælpemidler. Endelig fortæller vi noget om hvad ALS går ud på. Der er normalt ingen der umiddelbart kender noget til ALS; flere gange har jeg været ude for at de har troet at det er en forkortelse for Alzheimers. Hvis vi husker det, fortæller vi også om hvad lønnen er. Jeg havde engang en ansøger som spurgte om hun kunne få udbetalt lønnen sort. Det mente jeg dog ikke....

Hvilke hjælpere skal man så vælge? Mange siger at det vigtigste er at kemien passer sammen, for alle de praktiske ting kan alle lære. Deri er jeg helt uenig! Nogle mennesker er ikke vant til at tænke og andre tænker, om man så må sige, alternativt. Jeg har kortvarigt haft et par hjælpere som aldrig ville kunne lære de daglige rutiner, og desuden er der nogle der rent teknisk ikke kan lære at stave efter vores system. Desuden er der tidsfaktoren: Det nytter jo ikke noget hvis hjælperen er en eller to måneder om at lære tingene når jeg kun har fire oplæringsvagter. Efter de fire oplæringsvagter skal hjælperen være i stand til at være alene med mig i 23 timer, idet jeg kun har overlap med to hjælpere en time om morgenen.

I løbet af de fire oplæringsvagter skal hjælperen blandt andet lære at give mig sondemad, at suge mig, at afcuffe mig, at passe og rengøre respiratoren, at køre kørestolen, at rengøre suget, at lifte mig, at lejre mig og at vende mig i sengen, at give mig tøj på, at barbere mig med skraber (uha!) og at klare al den personlige pleje, at kommunikere med mig, at køre mig på universitetet, at sætte mig i gang ved computeren, at bade mig, at lave tracheostomipleje, at give mig fysioterapi, at bestille varer hjem vedrørende respirator og i øvrigt lære alle de dagligdags ting som at gøre rent og vaske tøj. Efter oplæringsperioden skal de som nævnt være i stand til at være alene om det, undtagen en time om morgenen eller hvis jeg skal på en længere tur, fx til Århus. Desuden forventer jeg altid at de i oplæringsforløbet som et minimum lærer Einsteins specielle relativitetsteori og Niels Bohrs atomteori. Så man skal saftsuseme være kvik for at være hjælper hos mig!

Noget af det vigtigste er selvfølgelig at de skal lære at kommunikere med mig; det vil sige at de skal lære stavesystemet. Vi begynder aldrig at stave på den første oplæringsvagt for da er der nok andet at tænke på, men de får altid en stavetavle med hjem, og så forventer jeg at de kan stave når de kommer til den anden oplæringsvagt. Og det kan de som regel også! I hvert fald i et eller andet tempo; hastigheden kommer med øvelsen.

Og den med at kemien skal passe er jeg også helt uenig i; man skal vel ikke ligefrem tale sammen? Jeg har haft mange hjælpere hvor kemien overhovedet ikke har passet sammen og det er gået fint alligevel. Når bare de ikke generer mig alt for meget....

Til gengæld skal mine hjælpere være i god fysisk form. De skal selv bukke mig frem i kørestolen for at give mig sejl til liften på, og ligeledes når de skal give mig overtøj på eller tage det af. De skal selv bukke mig frem i badestolen når jeg skal vaskes og tørres på ryggen og endelig skal de vende mig i sengen om natten. Så det er helt nødvendigt at de er fysisk stærke, frem for at kemien lige passer sammen. I det hele taget er fysik vigtigere end kemi!

På grund af den korte oplæringsperiode går det ofte helt galt under oplæringen eller den første dag hvor de er alene med mig. Jeg kunne skrive tykke bøger om hvad hjælperne har lavet af ulykker den første oplæringsdag eller den første dag alene med mig.

Som den gang da en hjælper første gang skulle prøve at starte min bil. Hun glemte at træde på koblingen, hvorefter bilen hostede en enkelt gang og der røg en sikring, så al strømmen forsvandt. Således også strømmen til liften, så jeg ikke umiddelbart kunne komme ud af bilen. Det tog hjælperne to timer at finde ud af hvordan liften kunne sænkes ned med håndsvinget, så jeg kunne komme ud. Bagefter kom hjælperen med en fuldstændig usandsynlig forklaring om at hun var vant til at køre en bil med automatgear.

Eller den gang hvor en ny hjælper besvimeede allerede efter fem minutter. Min faste hjælper var ved at give mig strømper på, og det var åbenbart for meget for den nye hjælper, for min faste hjælper måtte lade strømper være strømper og løbe hen og gribe hende og derefter bakke hende ind på sofaen. En halv time senere besvimeede hun igen under tandbørstningen, og så begyndte jeg ærlig talt at blive lidt nervøs. Bagefter kom hun med en fuldstændig usandsynlig forklaring om at hun lige var kommet hjem fra Canada og derfor havde jetlag. Det skal dog retfærdigvis siges at hun ikke besvimeede resten af dagen og heller ikke i det år hvor hun efterfølgende var ansat hos mig.

Det er en god ide at ansætte hjælpere mens de har deres fjumreår (sabbatår) efter gymnasiet eller lignende. Så er der en chance for at de kan fungere som afløser eller ekstra tilkaldevagter når de kommer i gang med at studere. Jeg har endda oplevet at nogle sygeplejerskestuderende er fortsat med at tage vagter hos mig efter at de er blevet færdige og fået vellønnede (sygeplejersker tjener jo kassen!) jobs.

Hjælperne bliver gennemsnitligt hos mig i et års tid, men der er meget stor spredning. Nogle har været hos mig i både tre, fire og fem år, så det er klart at der også har været nogle tilfælde af for tidlig afgang. Et par stykker har kun været her en enkelt dag, og adskillige har været her mellem 2-3 uger og 2-3 måneder. Med 47 hjælpere på lidt under syv år, giver det gennemsnitligt syv nyansættelser om året. Det er selvfølgelig rart med stabilitet på hjælperfronten, men det kan på den anden side også være rart med nyt blod en gang imellem. Hvis hjælperne bliver der alt for længe, begynder det jo at ligne ægteskab....

Flere gange har jeg oplevet at hjælpere har sagt op via email eller telefon. Det er altid skuffende at man ikke engang selv kan møde op og sige det. En hjælper jeg havde haft i længere tid gav mig medicin på sengen om morgenen, lagde sin nøgle i køkkenskabet og sagde hej, som om at alt var normalt. Hvorefter jeg modtog en email fra hende om at hun ikke kom mere. Tænk at nogle mennesker kan være sådan! Hvis det ikke var så sørgeligt er det jo lige til at græde over. Jeg har da også sort samvittighed over de par gange jeg, under oplæringsperioden, har afskedit en hjælper via email. Men jeg tør simpelthen ikke at fyre en hjælper mens vedkommende er på vagt; de kan jo gøre skade på mig.

Med alle de hjælpere har jeg selvfølgelig mødt mange utroligt søde og dejlige (piger) unge mennesker, som har været hårdt arbejdende, engagerede og ansvarsbevidste. Men jeg har også mødt et par unge mennesker som har været fuldstændig uduelige og/eller ansvarsbevidstløse. I starten var det med stort vemod at jeg tog afsked med hjælperne når de stoppede; jeg græd i stride strømme. Men efter 47 hjælpere er jeg nærmest ligeglad. Når mine hjælpere stopper i dag, kan de for min skyld gå ad helvede til....

Nej, spøg til side! Kun en enkelt gang har jeg været nødt til at fyre en hjælper på gråt papir (det var en der gentagne gange pjækkede). I sådan en situation må man virkelig tage sig sammen og vise sig som en mand. Så jeg bad en af mine kvindelige hjælpere om at ringe til hende og fyre hende....

Jeg lader altid hjælperne selv lave vagtplanen på personalemødet; det kommer der vist det bedste ud af. Det går som regel fint, men der kan være problemer når nogle af hjælperne er syge, og i forbindelse med højtiderne. Et år havde mine hjælpere 62 sygedage (dvs døgn); der var en der var langtidssygemeldt, en blev gravid og der var to der pjækkede. Men ellers ligger det normalt på 10-15 sygedage om året.

Det giver ofte store problemer hvis en hjælper med kort varsel bliver syg. Nogle hjælpere vil principielt ikke tage sygevagter, og andre forlanger ekstra betaling. Hvis der ikke lige er en anden der melder sig frivilligt, ender det ofte med at den halvsyge hjælper alligevel må på arbejde. Uden at undervurdere den helbredende effekt af at have ondt af sig selv, er det alligevel utilfredsstillende at have en halvsyg hjælper gående, både for mig og for hjælperen. På den anden side, jeg har fremskreden ALS og jeg går da på arbejde hver dag.... Alligevel kunne jeg godt ønske mig at bare en af mine hjælpere var ligesom mig selv. Det vil sige, en der ikke har noget liv og derfor altid kan træde til i nødstilfælde.

Arne Lykke Larsen

## NYT FRA MSF

Vil du modtage nyt fra Jørgen Lenger, Handicappolitisk Nyhedsbrev.

Så skriv til ham på [husk@privat.dk](mailto:husk@privat.dk)

## NYT FRA BIRGER

På [www.als-communication.dk](http://www.als-communication.dk) kan man se filmen "State of the art communication". Det er en film, der viser forskellige systemer til kommunikation for PALS.

## NYT FRA NORDISK ALS MND ALLIANCE

**Så er alle filmene uploaded.  
Jeg har linket til dem alle fra**

**[http://alsfilm.net/Educationnal\\_movies.html](http://alsfilm.net/Educationnal_movies.html)**

## NU MED TAPIRUNGE

Mine hjælpere tager normalt respiratorslangen fra tracheostomien ud til venstre side og om til respiratoren bagpå kørestolen. Men om søndagen har jeg fået indført at de i stedet tager respiratorslangen ud til højre side og om til respiratoren bagpå kørestolen. Så oplever jeg da i det mindste noget om søndagen! Denne søndag skulle jeg også opleve noget andet, idet Jens og Birgit Hansen på vegne af ALS foreningen havde inviteret på udflugt til Randers Regnskov.

Randers Regnskov er egentlig et kæmpestort botanisk væksthus hvor dyrene bevæger sig rundt i deres naturlige omgivelser, modsat fx en zoologisk have. I Randers Regnskov er der en asiatisk afdeling, en afrikansk afdeling og en sydamerikansk afdeling. Desuden er der nogle store caribiske saltvandsakvarier med søkøer og fisk i alle størrelser, former og farver.

I den asiatiske afdeling forventede jeg naturligvis at møde hvide tigre og bengalske næsehorn, for ikke at nævne en pandabjørn, men der var blot forskellige fuglearter, så det var hurtigt overstået. I princippet i hvert fald, for stierne var så stejle og glatte at det var noget af en oplevelse at køre rundt der. Jeg havde desværre glemt mit cliffhanger-udstyr derhjemme, så mine to hjælpere havde stort besvær med at få mig og kørestolen op af de lodrette klippevægge.

I den afrikanske afdeling fik vi fremvist en afrikansk kongepython, og alle vi ALS-ramte fik lov til at røre ved den. Jeg troede egentlig at den afrikanske kongepython, og for den sags skyld også alle andre slanger, var kold og klam men den var tværtimod varm og glat. Den afrikanske kongepython udmærker sig ved sådanne fremvisninger idet den kun bider en ud af ti gange man rører ved den. Vi var tilfældigvis netop ti ALS-ramte....

I den sydamerikanske afdeling så vi blandt andet et tapirpar med en næsten nyfødt tapirunge; hvor var den sød! Det vil sige, i første omgang så vi dem faktisk ikke idet de gemte sig inde i deres hule, men så gik vores guide ind i tapirburet og skræmte dem op så vi alle kunne se dem. Her fik mine hjælpere også lov til at fodre de små springtrampoliner (springtamariner) med orm; de små aber hoppede frit rundt i hele den sydamerikanske afdeling.

Der var også et afsnit med edderkopper og andre insekter, men dem måtte jeg ikke se for alle mine hjælpere er bange for edderkopper. Der var også mulighed for at se krokodiller, både under vandet og over vandet, dvs på land. Da vi gik ned for at se dem under vandet var de over vandet og da vi gik op for at se dem over vandet var de under vandet. Alligevel var det fint at tilbringe en søndag eftermiddag i Randers Regnskov, nu med tapirunge.

Arne Lykke Larsen

## Det er fanme uhyggeligt du....

Nu er det jo blevet moderne at bekende sine synder. Kendte mennesker står frem og bekendt at de i mange år har været ludoman, alkoholiker, homoseksuel eller lignende. Så nu føler jeg ligesom at det må være min tur; jeg har i alt for mange år gået og gemt på et par ting, men nu står jeg frem. Jeg har tænkt meget over disse indrømmelser, og jeg kan simpelthen ikke længere leve på en løgn.

Nej, jeg har ikke taget EPO, men det er næsten lige så slemt. Det er foreløbig kun mine hjælpere der ved det og selvom de har tavshedspligt, så fortæller de det jo til deres kærester og så er det snart ude over hele byen, så lad mig bare gå til bekendelse. Jeg har den samme effekt på unge piger som The Beatles og Rolling Stones i deres storhedstid: De unge piger dåner simpelthen for øjnene af mig! Nu forleden hvor jeg havde en ny hjælper til sin første oplæringsvagt. Hun havde vel dårligt været her i fem minutter, og så besvimed hun. Mine to andre hjælpere (jeg har en times overlap om morgenen) var ved at gøre klar til at afcuffe mig i sengen, mens den nye hjælper stod ved siden af badestolen og kiggede på. Bedst som hun stod ret op og ned, dejsede hun pludselig omkuld og faldt ned over badestolen. Mine hjælpere måtte hjælpe hende ind på sofaen og da hun havde sundet sig lidt, måtte vi køre hende hjem. Det er anden gang det sker for mig, idet præcis det samme skete for ca tre år siden. Det var også en hjælper på sin første oplæringsvagt, så hun stod bare og kiggede på. Hun havde også kun været der i fem minutter før hun besvimed. Endda to gange! Det er fanme uhyggeligt du....

Men det bliver værre endnu, idet jeg har endnu en bekendelse at komme med. Jeg er blandt de fem procent (nogle siger tyve procent?) af ALS-ramte hvor sygdommen også rammer de intellektuelle evner. Jeg tror egentlig at alle i mine omgivelser ved det; jeg kommer ikke meget i korridorerne, men jeg har på fornemmelsen at familie, venner og bekendte allerede har snakket om det i adskillige år. Jeg har ikke rigtigt ville erkende det, men nu er det så åbenlyst at det må frem i lyset. Jeg har ikke set den samme effekt hos nogen af mine ALS-venner (snarere tværtimod!), hvilket går hånd i hånd med at sygdommen jo udvikler sig individuelt fra person til person. Men her kommer den: I takt med at min ALS skrider frem, bliver jeg simpelthen mere og mere intelligent! Før jeg fik ALS var jeg kun blandt de en procent mest intelligente mennesker, men nu i går var jeg inde på Mensas hjemmeside og løse alle opgaverne, og da blev resultatet at min intelligens kvotient er så høj at den simpelthen ikke kan måles! Det er fanme uhyggeligt du....

Arne Lykke Larsen

Nyhedsredaktionen  
v/Tommy R. Pedersen  
Blomstertoften 64  
7400 Herning

**Telefon:**

Tlf:+45 97 266 607  
Mob:+45 27 20 66 07

**E-mail:**

[agv@mail.dk](mailto:agv@mail.dk)

Nyhedsredaktionen  
v/Jacob Lykke Sørensen  
Kirsebærlunden 13  
4400 Kalundborg

**Telefon:**

Tlf.+45 32 52 22 02  
Mobil:+45 30 61 24 60

**Email:**

[jls@lykkesoft.dk](mailto:jls@lykkesoft.dk)

[www.als-dk.dk](http://www.als-dk.dk)

<http://www.activeboard.com/forum.spark?forumID=98439>

**Motto: Vær for andre, som du gerne vil have De er for dig !**

## INTERESSANTE INTERNETADRESSER

TRYK HERUNDER PÅ ØNSKEDE LINK

KOPIER ADRESSER IND I DIN BROWSER

[BIRGERS HIMMEL](#)

<http://home20.inet.tele.dk/heaven/da/index.htm>

[JENS HARHOFF's HJEMMESIDE OM ALS:](#)

[http://home19.inet.tele.dk/joh\\_als/](http://home19.inet.tele.dk/joh_als/)

[ALS GRUPPEN VESTJYLLAND](#)

<http://www.als-gruppen-vestjylland.dk/>

[WALTER BÜRGER](#)

<http://www.sitecenter.dk/walterscorner>

[ARNE LYKKE LARSEN](#)

<http://www.sitecenter.dk/allarsen/hjemmeside>

[POUL BØG](#)

<http://boeg.k-nettet.dk/main/frontpage.asp?wid=6744>

[MUSKELSVINDFONDEN](#)

<http://www.muskelsvindfonden.dk/>

[REHABILITERINGCENTER FOR MUSKELSVIND](#)

<http://www.rcfm.dk>

[BRUGER-HJÆLPER FORMIDLINGEN](#)

<http://www.formidlingen.dk/>

[DANSK ALS SELSKAB](#)

<http://www.als-selskab.dk/>

[ALS FILM](#)

<http://www.alsfilm.net/>

[RESPIRATORBRUGER](#)

<http://mc.popsmart.dk/dnn/Forside/tabid/36/Default.aspx>

[ALS GRUPPERNE DANMARK](#)

<http://www.als-grupperne-danmark.dk>