

The MS International Federation is looking for people to talk about their experiences of life with MS. You could be a person with MS, someone who cares for someone with MS, or the close friend or relative of someone with MS (best friend, parent, child or sibling).

We want to make a series of short videos where people talk about the challenges they've experienced and show us how they've coped with those challenges. You could talk about anything that's helped you. From using lists and post-it notes to help remember daily tasks, to deciding to use a wheelchair or talking a mindfulness course.

We would send a film crew to interview you about your experiences using your native language. We're looking for normal people getting on with their lives with MS, rather than anyone with special accomplishments. You need to be comfortable talking in front of the video camera and with your video being shared with thousands of people.

The films will be edited down and shared as part of World MS Day 2017. They will be captioned into 5 different languages.

We want the films to be motivational and fun, whilst acknowledging how difficult life with MS can be. The hope is that they will inspire people to try out your techniques for themselves.

<b>What's your name</b>	
<b>Age</b>	
<b>Gender</b>	
<b>Country</b>	
<b>Nearest city or town (how close is it?)</b>	
<b>Do you have MS? If not, who do you know who has MS?</b>	
<b>What type of MS do you/ the person you know have?</b>	
<b>How long have you/ the person you know been diagnosed?</b>	
<b>Who do you live with?</b>	
<b>Are you married?</b>	
<b>Do you have children?</b>	
<b>Do you work or volunteer? If yes, tell us about it?</b>	

1. How does MS impact your day to day life?
2. What tips and tricks do you have for managing the challenges MS brings? It could be anything from using post-it notes to help you remember things, or more innovative solutions.
3. What one thing would improve your life with MS?

## Skemaet på dansk

The MS International Federation er på udkig efter folk til at tale om deres oplevelser af livet med sclerose. Du kunne være en person med sclerose, en person, der tager sig af en person med sclerose, eller nær ven eller slægtning af en person med sclerose (bedste ven, forælder, barn eller søskende).

Vi ønsker at lave en række korte videoer, hvor folk taler om de udfordringer, de har oplevet, og viser os, hvordan de har klaret disse udfordringer. Du kan fortælle om alt det, der har hjulpet dig. Fra at bruge lister og post-it-noter for at huske hverdagsopgaver til at beslutte at bruge en kørestol eller tage et mindfulness kursus.

Vi ville sende et filmhold til at interviewe dig om dine oplevelser på dit modersmål. Vi leder efter normale mennesker, der lever med sclerose, snarere end nogen med særlige præstationer. Du skal være tryk ved at tale foran et videokamera samt, at din video bliver delt med tusindvis af mennesker.

Filmene vil blive redigeret og delt som en del af verden MS Day 2017. De vil blive teksteret på fem forskellige sprog.

Vi ønsker, at filmene skal være motiverende og sjove samtidig med, at de anerkender, hvor svært liv med sclerose kan være. Håbet er, at de vil inspirere folk til at afprøve dine teknikker for sig selv.

<b>Navn</b>	
<b>Alder</b>	
<b>Køn</b>	
<b>Land</b>	
<b>Nærmeste by eller bydel (Hvor tæt er du på den?)</b>	
<b>Har du Sclerose? Hvis ikke: Hvem kender du, der har sclerose?</b>	
<b>Hvilken type sclerose har du eller personen med sclerose, du kender?</b>	
<b>Hvor længe har du eller personen med sclerose, du kender, været diagnosticeret?</b>	
<b>Hvem bor du sammen med?</b>	
<b>Er du gift?</b>	
<b>Har du børn?</b>	
<b>Arbejder du, eller er du frivillig? Hvis du gør, så skriv gerne et par ord om det.</b>	

1. Hvordan påvirker sclerose dit daglige liv?

2. Hvilke tips eller tricks har du til at håndtere de udfordringer, sclerose bringer? Det kan være alt fra at bruge post-it-noter til at hjælpe med at huske eller mere innovative løsninger.
3. Hvis du skulle vælge én ting, der ville forbedre dit liv med MS, hvad ville det så være?