STOMIFORENINGEN COPA - STIFTET 1951
Marts/April Copa-blad 2/98

I dette nummer bl.a.:

Ydre pose eller indre beholder

.....se side 8

Naturess
– en ny frihed

Nøgleordet for stomiopererede er frihed. Hvordan kan man bevare friheden til et naturligt samvær med andre mennesker?

Naturess er en ny en-delsbandage udviklet efter grundige samtaler med colostomiopererede. Netop derfor har ***Naturess*** den unikke Deltaform, som flest foretrak. Det helt nye og yderst effektive kulfilter, er placeret øverst på posen, en helt ny placering, der giver dig størst mulig sikkerhed og frihed. Klæbefladen består desuden af en tyndere Stomahesive hudklæber, som betyder at posen er mere fleksibel og giver dig optimal hudbeskyttelse.

Indsend kuponen og få tilsendt en ***gratis*** prøvepakke, så ***du*** også kan opleve – en ny frihed med ***Naturess***. Du kan også ringe til os på ***8030 6011*** og bestille prøvepakken, der også indeholder en overraskelse til dig – det er stadigvæk helt ***gratis*** – vi betaler samtalen.

☐ Ja tak, jeg vil gerne have tilsendt en gratis prøvepakke med de nye ***Naturess*** colostomibandager.

Navn: _____

Adresse: _____

Post nr.: _____ By: _____

ConvaTec
A Bristol-Myers Squibb Company

Indsendes til:
ConvaTec Danmark, Jægersborgvej 64 - 66, 2800 Lyngby.

Balance • Copenhagen

Stomiforeningen COPA
Sekretariatsleder: Britta Mogensen
Sekretariatet
Odinsvej 5, 4100 Ringsted
Tlf.: 57 67 35 25 Fax:: 57 67 35 15
Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag: 10.00 - 14.00;
onsdag: 16.00 - 18.00.
Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Landsformand:
Flemming Lejbølle
Blomstertoften 43
Tjørring, 7400 Herning.
Tlf.:97 26 80 99 (bedst torsdag 15-17).
Mobiltlf.: 20 28 98 55.
Fax: 97 26 98 55.

Lokalformænd og -grupper:
Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA
COPA-medlemsblad udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer 10. maj; udsendes i uge 20.
Oplag: 5000 stk.
Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.
Ansvarshavende redaktør:
Cand.scient. Ole Vestergaard,
Postboks 38, 4100 Ringsted,
fax: 57 67 67 01.

Læserbreve, indlæg og artikler:
Manuskripter skal sendes til sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/4-1998.
COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet.
Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPA's sekretariat.

Illustrationsannoncer:
Film mv. skal sendes til sekretariatet. Materialefrist og annulleringsfrist 21 dage før udgivelsen. Dvs. materiale til næste nummer skal være sekretariatet i hænde senest: 18/4-98. Nærmere oplysninger: Sekretariatet.
Indstik:
Med forbehold. Kun i kuverterede blade. Nærmere oplysninger om tidsfrister mv.: Redaktøren.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoiropererede samt personer med sygdomme, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir.

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:
- at udøve oplysende, rådgivende og opsøgende virksomhed.
- at virke som medlemmernes talerør over for myndighederne.
- at hjælpe hinanden med råd og vejledning og i særlige tilfælde at yde støtte i form af et humørlegat.

Copa-bladet 2/1998 (marts/april). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 145].

Indhold:

Tag med til Sankt Helene *(Annette Hansen)* 4
Ferie fra den 15. til den 20.juni i Nordsjælland *(Flemming Lejbølle)* 6
Ydre pose eller indre beholder *(Kirsten Bach; referent: Ole Vestergaard)* 8
Israel-Rejse *(Flemming Lejbølle)* 10
Uproblematisk for de fleste - stomi og graviditet *(Synnøve Bolstad, fra NORILCO 6, 1997 side 6-7)* 12

Læserne skriver
Man kan ikke være blodonor, hvis man har haft kræft *(Viggo Jensen)* 16
God svømmeaften i Århus *(Helle Jørgensen)* 17

COPA-personlige 17

Nyt fra lokalforeningerne 18

Mødekalender 26

Copa-bladet udkommer
den 10. hver anden måned (ulige måneder).
Bliver omdelt af PostDanmark over 3 dage.
Dette Copa-blad er omdelt i uge 11.

Rådgivning

Århus:
Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 16.00 - 19.00
(Dog ikke juli).
Sted:
Langenæs Allé 21, 8000 Århus.
Tlf.: 86 14 02 33.
Aftale om tid til en samtale kan ske i åbningstiden.
Udenfor åbningstiden:
Tlf.: 86 28 11 24 el. 86 42 69 79.

København:
Åbent første onsdag i hver måned mellem kl. 13.30 - 15.30.
Sted:
Strandboulevarden 55,2100 Kbh.Ø.
Tlf.: 35 25 77 00.
(Aftale om tid til en samtale mellem kl. 09.00 - 16.00).

Helsingør:
Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 17.00 - 19.00.
Sted: Sygehuset Øresund, plan 2, afd. 23, Esrumvej 145, Helsingør.
Forespørgsler uden for åbningstid:
Tlf.: 42 22 06 16 eller 48 29 23 32.

Liste over stomiambulatorier findes på side 27.

Tag med til Sankt Helene

COPA- FERIE

Af: Annette Hansen

Nu har du chancen for at tage på ferie i det dejlige nordsjælland. Et tilbud til dig, der ønsker at få en god oplevelse. Medbring gerne partner, børn eller nærmeste pårørende.

Dette arrangement finder sted på Ferie- og Udflugtscentret Sankt Helene, Tisvildeleje, fra søndag d. 5. juli til lørdag d. 11. juli.

Sankt Helene, som er handicapvenligt indrettet, er beliggende i den nordsjællandske natur. Feriecentret strækker sig over 12 hektar, bestående af grønne enge, duftende marker, små grønne oaser, og så er der mindre end 500 meter til den herlige badestrand, og kun 0,2 km til tog mod København. Der er masser af aktiviteter for store og små bl.a. minigolf, skak, bordtennis, alle slags boldbaner og legeplads med minitrampolin og svævebane.

Prisen for dette ophold er absolut overkommelig:

0 - 2 år gratis,
3 - 14 år 500,- kr pr. person,
15 - ? år 1000,- kr pr. person.

Prisen dækker indlogering i lyse 4-sengs værelser, forplejning samt alt hvad der er programsat (dog ikke forlystelser på bakken). Send ikke penge med tilmeldingsblanketten. Girokort fremsendes først i juni med betalingsfrist 12-6.

OBS: Hvis du rejser med tog, ring evt. til en af undertegnede, da det er lidt specielt med toget fra Hillerød til Tisvildeleje.

Absolut sidste frist for tilmelding til dette arrangement er 25. maj. Tilmeldingen sendes til COPA's sekretariat, Odinsvej 5, 4100 Ringsted.

Har du spørgsmål er du velkommen til at ringe til en af følgende:

Marianne Hemmingsen
tlf. 45 83 52 58,
Else-Marie Olsen
tlf. 47 74 22 17,
Gitte Jørgensen
tlf.: 45 88 51 25,
Annette Hansen
tlf.: 86 46 14 30.

Program

Søndag: Ankomst fra kl. 16.00, kaffe, præsentation.
Mandag: Fremvisning af produkter ved Inge-Lise Sørensen, fælles aktivitet, grill-hygge.
Tirsdag: Fællesaktivitet, hyggeligt samvær, skattejagt.
Onsdag: Bustur til Dansac, hyggeligt samvær.
Torsdag: Naturvandring, fælles bustur til Bakken.
Fredag: Evaluering, afslutningsmiddag.
Lørdag: Afrejse.

Forbehold for ændringer.

TILMELDING
Sankt Helene
5.juli - 11.juli

COPA medlemsnr.....

Navn.....

Adresse.....

Postnr.....By.....

Alder.....Tlf.....

	JA	NEJ	ANTAL
	Sæt kryds		
Jeg er kørestolsbruger.....	☐	☐	
Ønsker at komme med på udflugt til Dansac.....	☐	☐	☐
Ønsker at komme med på Bakken.....	☐	☐	☐
Ønsker at leje sengelinned 40,00 kr pr. sæt..... (ikke dyne og pude)	☐	☐	☐
Ønsker speciel kost.....	☐	☐	☐

Hvilken.....

Ledsager/pårørende (***voksne skal være medlem/støttemedlem***)

Navn.....Medlemsnr.....Alder.....

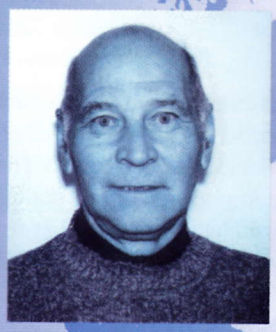
Navn.....Medlemsnr.....Alder.....

Navn.....Medlemsnr.....Alder.....

Navn.....Medlemsnr.....Alder.....

Sendes i lukket kuvert ***senest 25.maj til:*** COPA, Odinsvej 5, 4100 Ringsted
(Hvis du ikke vil klippe i bladet, kan du skrive oplysningerne på et stykke papir)

Coloplast : Assura er udviklet for at give dig en tryggere hverdag



Helge Olsen, kolostomiopereret
"Jeg er ofte ude i naturen, og nyder at spadsere i skoven og langs markerne. Med Assura er jeg tryg og nyder livet fuldt ud".

Ingrid Grenholm, uro- og kolostomiopereret
"Lige siden jeg begyndte at anvende Assura til begge mine stomier, har intet forhindret mig i at leve som tidligere".

Søren Sillesen, ileostomiopereret
"Assura gør mig tryg, når jeg træner, og gør også, at jeg koncentrerer mig 100% under Triathlon konkurrencer og maratonløb."

Coloplast's mål er at udvikle sikre og hudvenlige stomiprodukter, der er med til at gøre hverdagen mere tryg og behagelig for den stomiopererede. Derfor er alle vores produkter udviklet i tæt samarbejde med danske stomisygeplejersker og stomiopererede - bedre produktudviklere findes nemlig ikke.
Et godt eksempel på dette samarbejde er Assura.
Ønsker du at prøve Assura eller få mere information, så udfyld kuponen og send den til os. Så vil du hurtigt mærke, hvordan Coloplast kan hjælpe dig med at gøre din hverdag mere behagelig og tryg.

Gratis prøve

☐ Ja tak, send mig en gratis prøve på Assura-systemet.
☐ Ja tak, send mig yderligere oplysninger om Assura.
☐ Ja tak, jeg ønsker fremover at få tilsendt information om nye produkter.

Udfyld venligst nedenstående, så vi kan sende dig de rigtige prøver:
Stomistørrelse _____ mm, Stomitype: ☐ Kolostomi ☐ Ileostomi ☐ Urostomi
Jeg vil gerne prøve ☐ 1-dels pose ☐ 2-dels system (pose og plade)
Hvis børnesystem ønskes, sæt venligst kryds her ☐
Jeg foretrækker posestørrelse ☐ mini ☐ midi ☐ maxi i ☐ klar ☐ hudfarvet ☐ blød forside

I dag bruger jeg følgende mærke: _____ produktnavn: _____

Navn _____ Fødselsår _____

Adresse _____

Postnr. _____ By _____ Telefon _____

Coloplast

Coloplast Danmark A/S, Kokkedal Industripark 2, DK-2980 Kokkedal, Telefon 4911 1208, Telefax 4911 1212

Ferie fra den 15. til 20. juni i Nordsjælland

COPA-FERIE

Af: Flemming Lejbølle, Landsformand

Scanticon Comwell, Holte

Der har fra mange været udtrykt ønske om, at COPA´s sommerarrangement kunne blive øst for Storebælt. Det prøver vi så i år. Scanticon Comwell har to hoteller i Nordsjælland, det ene ligger i Holte, det andet i Snekkersten ved Helsingør. Vi får tre overnatninger i Holte og to i Snekkersten. Feriearrangementet starter mandag den 15. juni med kaffe kl. 15.00 på Scanticon Comwell i Holte; torsdag den 18. juni flytter vi efter morgenmad til Scanticon Comwell Borupgaard i Snekkersten, og vi slutter lørdag den 20. juni efter morgenmaden. Hotellet vil sørge for bustransport fra Holte til Snekkersten for dem, der ønsker det.

Holte ligger nord for København ved Furesø og Rude Skov. Det er et naturskønt område og samtidig tæt ved København. Borupgaard ligger i Snekkersten kun 300 m fra Snekkersten Station og kun 5 km fra Helsingør. Kun 10 minutters gang fra hotellet finder man Snekkerstens idylliske havn.

Da sommerferiearrangementet er så tæt ved København, vil der være gode muligheder for at tage derind og f.eks. sejle tur i kanalerne, se Rundetårn eller tage i Tivoli, og interesserer man sig for museer, er der jo utallige muligheder. Hvis man på egen hånd har lyst til at se rigtigt meget af området, da kan man for 70 kr. købe en billet og rejse så meget, man har lyst til i 24 timer inden for HT området med tog eller bus. HT området dækker hele nordsjælland, Roskilde og Køge m.v.

Tilmeldingsblanket

til feriearrangement 15. - 20. juni 98
i Holte og Snekkersten

Tilmeldingsfrist 15. april

Medlemsnr......

Navn(e).....

.....

Adresse.....

Postnr..... **By**.....

Tlf.....

Deltagerpris kr. 1500,- pr. person i dobbeltværelse
kr. 1700,- pr. person i enkeltværelse
(betales først efter girokort er modtaget)

Sæt kryds

- ☐ **Jeg ønsker enkeltværelse**
- ☐ **Vi ønsker dobbeltværelse**
- ☐ **Plus opredning til**.....**barn/børn**
- ☐ **Ønsker optagelse på venteliste ved overtegning**
- ☐ **Vil gerne deltage i udflugt**

Specielle ønsker.....

.....

.....

Sendes til: Stomiforeningen COPA, Odinsvej 5, 4100 Ringsted

Tilmelding

Tilmeldingsblanketten - eller en kopi - skal være sekretariatet i hænde *senest den 15. april 1998.*

På grund af den sædvanligvis store interesse for arrangementet kan det blive nødvendigt med en mild prioritering, således at medlemmer, der ikke tidligere har deltaget, vil komme før de medlemmer, der har deltaget i flere år.

Bekræftelse og opkrævning af deltagerbetaling vil blive sendt til deltagerne først i maj måned. Selve programmet sendes sidst i maj måned.

Pris

Der vil blive sørget godt for det kulinariske: Der er morgencomplet, frokost m. kaffe, eftermiddagskaffe og middag med to retter og kaffe.

Der vil blive arrangeret en udflugt i Nordsjælland, hvor vi naturligvis tilrettelægger den, så de, der er gangbesværede, også kan deltage. Ellers vil der blive tilbud om forskellige former for socialt samvær i ugens løb.

Prisen pr. person er 1500,-kr. i dobbeltværelse og 1700,-kr. i enkeltværelse. Børn under 4 år er gratis, og fra 4-12 år er det halv pris.

Scanticon Comwell

Hotelkæden hedder Scanticon Comwell. Hotellet i Holte ligger ca. 16 km fra Rådhuspladsen i København og ca. 2 km fra Holte Station. Fra København kan man tage S-toget til Holte Station og derefter bus nr. 385 der holder lige uden for hotellet. Hotellet i Snekkersten ligger 45 km fra København og 5 km fra Helsingør. Kystbanen, som togstrækningen fra København til Helsingør kaldes, stopper ved stationen Snekkersten kun 300 m fra hotellet, så det er let at komme til og fra hotellet med offentlige transportmidler. På begge hoteller er alle værelser med bad, toilet, tv og telefon.

Coloplast : Systems

Vil du være med til at påvirke udviklingen af vore fremtidige produkter?

Coloplast er idag en af verdens førende producenter af stomi produkter.

En af Coloplast's målsætninger er at bidrage til en øget livskvalitet for stomi-opererede.

Vi lægger vægt på kvalitet og pålidelighed.

Dette opnås gennem udvikling af nye og bedre produkter, samt gennem forbedring af eksisterende produkter.

I udviklingsprocessen er afprøvningen af produkterne - hos jer brugere - meget vigtig. Vi har derfor jævnligt brug for stomi-opererede, der vil hjælpe os med at afprøve nye produkter.

Der kræves ingen specielle forudsætninger, alle kan deltage uanset alder, stomitype og foretrukne produkter.

Hvis du har lyst til at hjælpe med udviklingen af nye produkter, udfyld da venligst nedenstående svarkupon.

Har du spørgsmål eller ønsker du yderligere oplysninger kontakt da vor kliniske rådgiver:
Helene Bergmann, sygeplejerske på tlf. nr. 49-111341

Med venlig hilsen

Coloplast

☐ Ja, jeg vil gerne deltage i afprøvningen og udviklingen af nye produkter.

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./by: _____

Postbesørges ufrankeret

Coloplast betaler portoen

Coloplast

Coloplast A/S
Att.: Helene Bergman
Holtedam 1
+++ 3055 +++
3050 Humlebæk

Ydre pose eller indre beholder

Bækkenreservoir er i stigning - blandt andet fordi denne operationstype i dag tilbydes de fleste patienter med colitis ulcerosa.

NORDISK MØDE for STOMIFORENINGER

Referent: Ole Vestergaard

Under overskriften *'bækkenreservoir - stomi'* på Nordisk Møde i København sidst i august 97, havde Kirsten Bach et indlæg. Hun startede med lidt historie:

Den første stomioperation blev foretaget 300 år før Kristus. Stomi betyder: 'åbning på maven'. Dvs. der laves et hul på maven for at udtømme et eller andet.

Den første mere udførligt beskrevne stomioperation - hvor man målrettet afhjælper - er fra midten af 1700 tallet. Den første patient var et barn, der ikke levede ret længe. Ca. 1775 blev en kvinde opereret. Hun levede i 40 - 50 år derefter. 1930 var et vendepunkt for stomisygeplejerskerne, idet den første sygepleje da blev beskrevet. I 1947 kom den første pose af gummi (gummiposer bruges stadig af enkelte i dag). I 1957 kom den første moderne stomipose af plast. I 1950 indførte den engelske kirurg Brian Brooke en enkel, men revolutionerende ny måde at konstruere stomi på: Han krængede indersiden af tarmen ud - det forhindrer forsnævring af tarmen. Inden da havde man blot ført tarmen igennem huden og syet den fast.

I 1969 introducerede svenskeren Nils Kock en metode til konstuktion af en "kontinent ileostomi". De sidste 45 cm af tyndtarmen bliver omdannet til et reservoir med en særlig udformet udløbsstuds, der kun tillader tømning af reservoiret ved at indføre et kateter i det, og som ellers er tæt for både fæces og luft. Reservoiret skal tømmes 5-8 gange i døgnet.

Parks Pouch

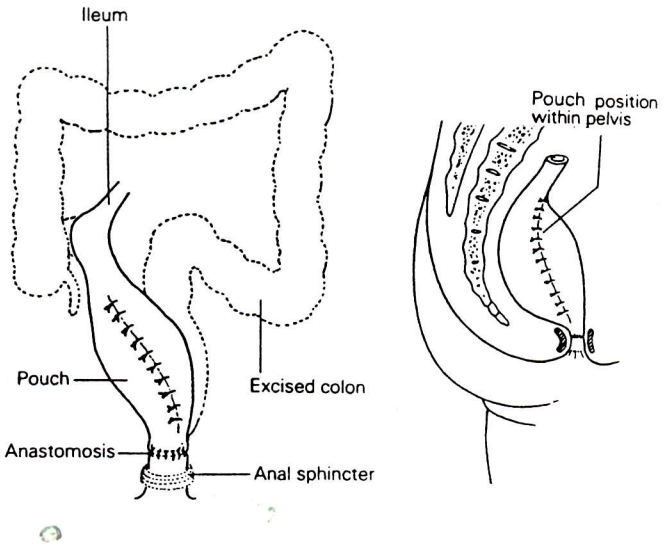
Kirsten Bach fortalte om en anden reservoiroperationstype, der ikke skal tømmes med kateter: Parks Pouch (Proctocolectomi med ileoreservoir). Denne operation blev beskrevet af Allan Parks i 1978 (heraf navnet). Operationen er kun egnet for patienter med colitis ulcerosa eller familiær polypose, hvor primært kun tyktarms-slimhinden er angrebet. Patienter med Crohn's sygdom er udelukket på grund af risiko for fisteldannelse og sygdomstilbagefald i reservoiret.

Operationen foregår normalt i 2 - 3 trin, afhængig af patientens alder, almentilstand og selve sygdommens sværhedsgrad.

1. trin. Fjernelse af tyktarmen mellem ileocoecalstedet (overgangsstedet mellem tyndtarm og

Hvordan diagnosticeres:

COLITIS	CROHN
Langvarig sygehistorie om tilbagevendende tarmsymptomer.	*Langvarig sygehistorie* med diaré, mavesmerter, vægttab, fistler, bylder, andet.
Undersøge afføring for sygdomsfremkaldende tarmbakterier for at udelukke en infektion.	*Forsinket vækst*/udvikling hos børn.
Blodprøver: Blodmangel, Betændelse.	*Blodprøver:* Blodmangel, Kronisk betændelse.
Røntgenundersøgelser: Røntgen tyktarm med kontrast.	*Røntgenundersøgelser:* Røntgen tyndtarm med kontrast - er der forandringer i nederste del af tyndtarm. Røntgen tyktarm, der vil vise, om sygdommen har bredt sig.
Endoskopi: Rektoskopi/sigmoideoskopi med henblik på vævsprøver.	*Endoskopi:* Rektoskopi sigmoideoskopi med henblik på vævsprøver.
Undertiden stilles en diagnose først på et senere tidspunkt i sygdomsforløbet ved en evt. operation.	Undertiden stilles en diagnose først efter en operation, hvor det fjernede tarmstykke er mikroskopisk undersøgt.



Ileumreservoir (Parks Pouch)

Kriterier for valg af patient

- Diagnosen colitis ulcerosa eller familiær polypose skal være helt fastslået.
- Både patient og eventuelt partner skal forstå proceduren og eventuelt alternativer.
- Både patient og eventuelt partner skal være motiverede.
- Patienten skal have en stabil psyke.
- Patienten skal være indforstået med tidsintervallerne.
- Patienten skal have en fuldstændig intakt lukkemuskelfunktion.

tyktarm) og nederste del af endetarmen.
Anlæggelse af ileostomi.
2 trin: Konstruktion af reservoir ved hjælp af det sidste stykke af tyndtarmen, der formes som et J (kan også være et S, W eller H). Slimhinden i endetarmsstumpen fjernes for at forhindre sygdomstilbagefald, og reservoiret syes fast til anus som opsamlingspose for afføring.
Der anlægges en 'loop ileostomi' for at beskytte den nye forbindelse/sammenføjning mod forurening i de kommende tre måneder.
3. trin: Ileostomien lukkes og afføringen passerer nu ned i reservoiret og videre ud gennem anus under viljekontrol.

Der går normalt 3 - 4 måneder mellem hver operation. Det er nødvendigt med en kraftig udvælgelse af patienter til denne operationstype.

Hos børn skal trin 2 og 3 normalt først udføres, når barnet er udvokset, både af hensyn til selve tarmen, de indre organer og den fysiske højde.

Ulemper

Afføringshyppigheden efter en reervoiroperation kan være relativ stor (5 - 10 gange daglig).

Irritation ved endetarmen forekommer ofte.

Efter ca. 1 år kan tilstanden vurderes som blivende og optimal.

Betændelse i reservoiret kan opstå ved denne operation. Dette giver sig udtryk ved hyppige, blodige, forhøjede mængder afføring, temperaturforhøjelse og smerter. Dette kan dog behandles forholdsvis hurtigt og effektivt med antibiotikum.

Information og atter information

Det antages, at der er ca. 300 bækkenreservoir patienter i Danmark. I Norge og i Sverige er der på nuværende tidspunkt relativt flere, fordi man her har foretaget disse operationer gennem flere år - især i Sverige. Bækkenreservoir er i stigning, blandt andet fordi det i dag tilbydes de fleste med colitis ulcerosa. Ikke alle får en bedre livskvalitet med bækkenreservoir, hvorfor patienten skal have så meget information som muligt, således at patienten selv kan træffe sit valg. ■

Kirsten Bach, stomisygeplejerske, Horsens Sygehus. Kirsten Bach blev uddannet i 1985 i England. (I Danmark er der i dag 10 uddannede stomisygeplejersker; 2 har fået deres udd. i England og 8 har fået deres udd. i Sverige. Der er endnu ikke nogen uddannelse i Danmark). På Nordisk Møde for stomiforeninger sidste år, gennemgik Kirsten Bach bl.a. skelsættende årstal vedrørende "stomi- og stomiplejens historie":

1750:	*Den første beskrevne stomioperation.*
ca. 1930:	*Stomipleje beskrevet første gang.*
1947:	*Koenig Rutzen posen.*
1950:	*Brian Brooke.*
1951:	*COPA stiftes.*
1958:	*Verdens første stomiterapeut - Norma Gill.*
1961:	*Den første stomiterapeutuddannelse.*
1966:	*De første stomiklinikker i England.*
1971:	*Den første stomisygeplejerske i England, Barbara Saunders.*
1973:	*Stomisygeplejerskeuddannelsen etableres i England.*
1978:	*WCET (forening for stomisygeplejersker i hele verden).*
1983:	*Den første stomisygeplejerske i Danmark, Birgit Ottsen.*
1989:	*FS 22 stiftes (Faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi).*

KAREN BLOK *Specialcenter*

Forhandling og individuel rådgivning om korrekt valg og anvendelse af hjælpemidler til mennesker der

- er STOMIOPERERED E
- er brystopererede
- har ufrivillig vandladning
- har behov for støttestrømper
- brokbælter efter mål
- overtræksposer efter ønske

Forsendelse og rådgivning er gratis

Kontakt sygeplejerske/konsulent
Karen Blok

KAREN BLOK *Specialcenter*
Gammel Havn 1 - 7100 Vejle - Tlf: 75 84 00 22 - Fax: 75 84 03 22

Israel-Rejse 18/9 - 27/9

Rejsen arrangeres specielt for stomiopererede og deres pårørende.

Rejseledere: Landsformand Flemming Lejbølle, Herning og stomisygeplejerske Kirsten Bach, Horsens.

FERIE

Af: Flemming Lejbølle

Som kort omtalt i sidste nr. af COPA bladet arrangeres en rejse til Israel i 10 dage.

Der vil blive mulighed for tilslutning fra provinslufthavnene. Fra København flyver vi med det Israelske luftselskab EL AL.

Felix Rejser i Fredericia, som har meget stor erfaring i at arrangere ture til Israel, vil være teknisk arrangør. Prisen er i skrivende stund endnu ikke endelig fastlagt, men vi forventer, at prisen bliver ca. 10.000,- for de 10 dage incl. halvpension.

Vi vil være to rejseledere, nemlig stomisygeplejerske Kirsten Bach og undertegnede. Kirsten Bach har mange års erfaring som stomisygeplejerske, hvilket gerne skulle gøre turen tryg for alle.

I Israel vil vi få en dansktalende israelsk guide med os på turen. Desuden kan oplyses, at jeg har været i Israel fire gange tidligere og senest i januar måned på en studietur.

Programmet ser i hovedtrækkende således ud:

De første tre overnatninger vil blive ved Geneserath Sø i Kibbutz Ein Gev, der ligger lige ud til søen.

Vi skal bl.a. se og høre, hvordan de bor og arbejder i Kibbutzen, sejle på Geneserath Sø, se Kapernaum, Tabgha og Saligprisningernes Bjerg. Derudover skal vi til Nazareth, hvor Jesus voksede op. I det nordlige skal vi op til kunstnerbyen Safed samt videre op til Golanhøjene, som Israel erobrede i seksdageskrigen i 1967. I Golanhøjene skal vi op til grænsen til Libanon, hvor vi gør holdt ved "The good Fence". Derfra går turen videre til Bananias, også kaldet Caesarea Filippi og til Nimrod, ruiner af en gammel korsfarerborg. Endelig skal vi ud i nærheden af den syriske grænse for at få udsigten ved Quneitra. Herfra køres direkte tilbage til Ein Gev.

Når vi forlader Ein Gev, vil vi på turen til Jerusalem bl.a. gøre holdt ved dåbsstedet Yardenit, ved Beit Shean, hvor der er nogle interessante udgravninger, og ved Sachne Nationalpark, hvor der er

Kibbutz Ein Gev ved Geneserath Sø

Man ser stadigvæk beduiner i Israel

Grædemuren

Ved Holocost-museet, Yad Vashem står denne båd til minde om de danskere, der hjalp de danske jøder til Sverige.

varme kilder og mulighed for at bade. Senere kommer vi til Jeriko, "Palmestaden", som regnes for verdens ældste by. Endelig ankommer vi til Jerusalem.

I Jerusalem har vi nu seks overnatninger på Jerusalem Tower Hotel. Hotellet ligger i gå-afstand fra den gamle by og lige ved siden af den kendte gade Ben Yehuda. På disse dage skal vi bl.a. se: Oliebjerget, Getsemane Have, Hanegalskirken, modelby af det gamle Jerusalem, Holocost-museet Yad Vashem, Zionbjerget, Det gamle Jerusalem med det jødiske kvarter, Grædemuren og Tempelpladsen, hvor vi ser El Aksemoskeen og Klippemoskeen. Vi skal også se en kirke fra korsfarertiden og Bethesda Dam. Herfra følger vi Via Dolerosa, "Smertens Vej", til Gravkirken.

I Betlehem ser vi den store imponerende kristne kirke med fødselsgrotten. En af dagene kører vi til klippefæstningen Massada, hvor jødiske frikæmpere år 73 ved romernes angreb begik selvmord for ikke at falde i fjendens hænder. Ved Dødehavet bliver der mulighed for badning fra sandstrand med fine forhold. Vi stopper ved Ein Gedi Naturpark, hvor vi går en spændende tur. På denne udflugt besøger vi også Qumran, hvor Dødehavsrullerne blev fundet i 1947.

Her er blot nævnt nogle af de ting vi skal se, men der er også indlagt en fridag, så det er muligt at gå på egen hånd. Det er jo altid godt at få tid til at handle. Dog vil jeg på fridagen tilbyde at gå med til den gamle by og evt. gå på den gamle bymur og/eller besøge Davids Tower, som er et spændende museum om Jerusalems historie.

Hvis man ønsker et detaljeret program for turen, eller der er ting, man gerne vil spørge om, da er man velkommen til at kontakte mig på tlf. 97 26 80 99 eller mobiltlf. 20 28 98 95.

Man er også velkommen til at ringe til vor sekretær Britta Mogensen, som også vil kunne sende programmet til jer.
Tlf. 57 67 35 25 ■

Midt i Livet Weekend

4. - 6. september

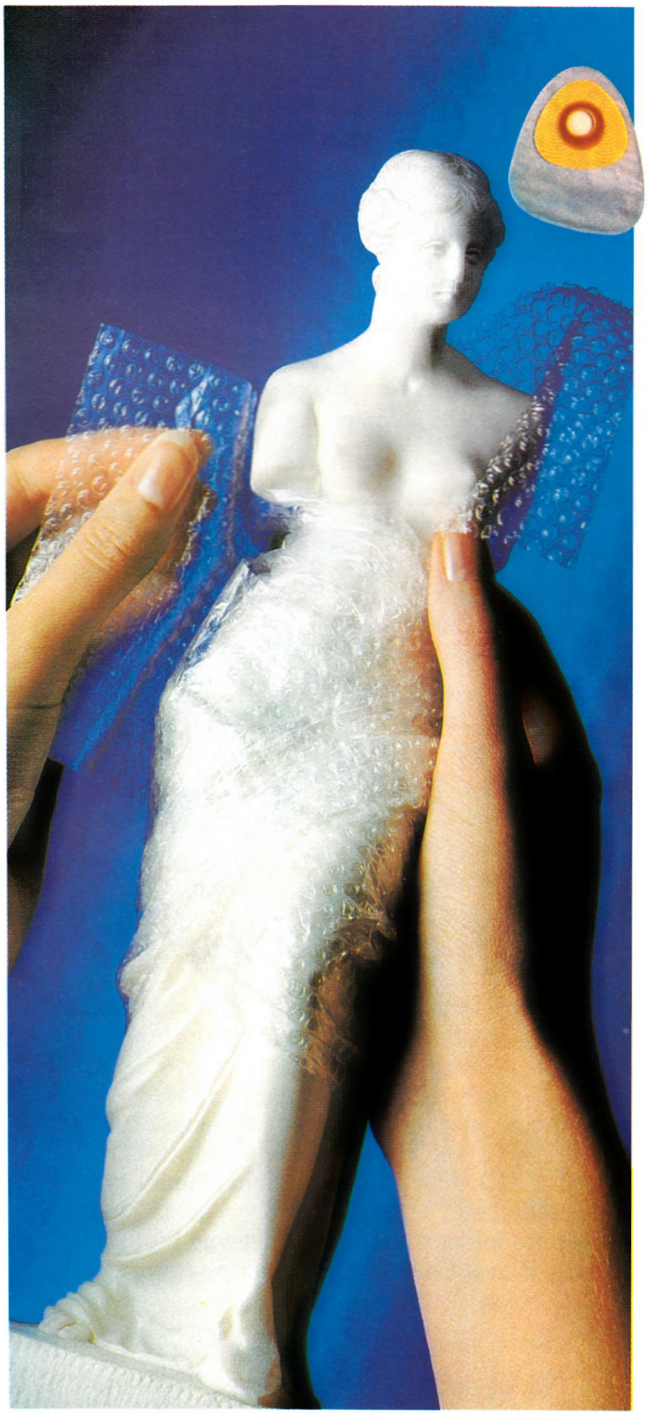
COPA-FERIE

Af: Henning Granslev

Har du/I lyst til at være sammen med andre gråhårede, fortrinsvis i alderen 35 til 55 år?

Hvis dette er tilfældet, sætter du et stort kryds i kalenderen. I næste Copablad kan du læse mere herom. I år vil arrangementet blive holdt på Ebeltoft Parkhotel. Information om Midt i Livet kan du få hos:

Sven Kjærsgaard Jensen, tlf. 74 45 42 04 (bedst efter kl. 17.00)
eller
Henning Granslev, tlf. 86 28 11 24 (bedst mellem 14 og 18).



Moderma

Er skånsom mod huden selv når posen tages af

Hollister

Telefon 4846 5100

Uproblematisk for de fleste

STOMI og GRAVIDITET

Fra: NORILCO nytt 6,1997 side 6-7.
Synnøve Bolstad: Uproblematisk for de fleste.

Det er ikke stomien i sig selv der bestemmer om man kan blive gravid eller ej. De fleste med stomi kan fuldføre svangerskabet uden specielle problemer samt føde normalt. Det er sygdommen eller arvævet efter operationen i maven der gør, at nogle kan få problemer.

Det siger overlæge Arne Bakka ved kirurgisk afdeling på Rigshospitalet i Oslo. - At leve med stomi betyder, at man må finde en vej tilbage til de normale aktiviteter man havde før stomioperationen. For unge kvinder er en del af disse normale aktiviteter at få børn. Stomien i sig selv er ikke nogen hindring. Det er sygdommen som i sin tid førte til operation og arvæv eller skader i underlivet efter operationen, som kan gøre det vanskeligt for nogle. De fleste stomiopererede går imidlertid gennem svangerskabet uden specielle problemer.

Mindre frugtbar

Langvarige eller kroniske betændelser kan skade de kvindelige kønsorganer, så det bliver vanskeligt at blive gravid. Kræft eller Crohns sygdom kan medføre betændelse som påvirker æggestokkene og æggelederne. Sammenvoksninger i maven eller skader i underlivet som følge af en operation kan også føre til, at stomiopererede kvinder har vanskeligt ved at blive gravide. Måske giver sygdommen også mindre sexlyst.

Flertallet af de stomiopererede oplever imidlertid ingen specielle problemer med at blive gravide, siger Arne Bakka.

Pres på tarmen

Under graviditeten fungerer tarmen godt for de fleste. Nogen få kan opleve, at tarmen påvirkes af tryk og falder lidt ud - såkaldt prolaps. I visse tilfælde kan man opleve at få brok omkring stoma. Efter svangerskabet kan dette ordnes kirurgisk. - Risikoen for prolaps og brok omkring stoma er lille, men reel, siger Arne Bakka.

Andre gravide oplever det modsatte. Efterhånden som bugen udvides, presses tarmene til side. Det medfører at stomien trækker sig lidt ind og derved bliver mindre.

I nogen tilfælde kan presset på stomien blive så stor at der kommer hævelser på slimhinden. Stomien øges i størrelse, og man må gå op i pladestørrelse. Nogen kan opleve at blodkarrene i tarmen brister, så der kommer blødninger. Blødninger er normalt ikke farlige. Efter fødslen trækker stomien sig sammen til normal størrelse, og blødningsepisoderne stopper af sig selv.

Når livmoderen presses mod bugvæggen, kan nogen opleve, at der bliver dårligere passage i tarmen. Tarmobstruktion kan være en mindre rar oplevelse for gravide stomiopererede. Alle som er opererede i maven løber imidlertid en vis risiko for, at arvævet skal gøre maven mindre føjelig. Tarmen hænger fast og får lidt mindre rum at bevæge sig i, når den bliver udsat for pres og slag. Den kan ikke "bugte sig blødt" og får dermed lettere "skarpere" bøjninger ved pres og slag. Passagen bliver vanskeligere.

Birgit Madsen
Ekspedition

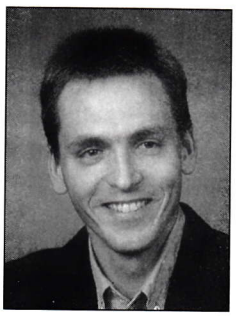
Tove Frithioff
Daglig leder

Ulla Sørensen
Sygeplejerske

Vi er til for Dem

STOMACARE er et uafhængigt stomirådgivningscenter, etableret i 1979 med det formål at rådgive og informere om bandager, hudskader og psykiske problemer.
Spørg STOMACARE, vort dygtige og venlige personale rådgiver om samtlige stomiprodukter på det danske marked. Vi leverer portofrit over hele landet fra dag til dag.
STOMACARE stiller *gratis* specialuddannet sygeplejerske til Deres rådighed.
Af vort produktsortiment kan vi nævne Biotrol, Convatec, Dansac, Dansk Coloplast, Hollister og Perma.

Any Petersen
Ekspedition



Henrik Fosdam Jensen
Lager og forsendelse

Stomacare
Vangeleddet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00

Kan føde normalt

Der er ingen grund til at få kejsersnit, bare fordi man er stomiopereret. De fleste stomiopererede føder normalt. I nogle tilfælde kan betændelser, fistler og svulster imidlertid, medføre misdannelser og selve operationen medføre skader i bækkenbunden eller mellemkødet, så fødselsvejen bliver trang og mindre smidig. Er endetarmen fjernet, kan det have skadet den bagerste del af underlivet, perineum. Ardannelser efter operationen kan også gøre bækkenbunden mindre føjelig.

For at hindre at underlivet revner for meget, måske helt ind i lukkemusklen, vælger man i nogle tilfælde et kejsersnit. Enkelte stomiopererede kan fra tidligere have en svag lukkemuskel som næppe kan tåle en ny belastning.

Kvinder med ileoanal anastomose kan - som udgangspunkt - også føde normalt. Eftersom nogen kan have en svagere lukkemuskel på grund af reservoiroperationen, vil man imidlertid gerne hindre total ødelæggelse af lukkemusklen, fordi den kan være vanskelig at reparere. Derfor er det mere normalt for kvinder med ileoanal anastomose at få kejsersnit.

Tyg maden og tag jern

Som for alle gravide er det vigtigt at spise sundt. Kvinder som har fået fjernet store dele af tarmen, og f.eks. har en ileostomi, kan have problemer med at få optaget nok næring fra tarmen. I løbet af svangerskabet - særlig mod slutningen - har de en tendens til at blive mere blodfattige end kvinder som har hele tarmen eller som har fået fjernet en mindre del.

Det bedste råd jeg kan give, er at følge Statens ernæringsråds tips til gravide kvinder. Stomiopererede kan godt tåle jerntabletter. Derfor anbefaler vi at man tager jerntilskud under svangerskabet, siger Bakka.

De som har haft tendens til dårlig passage fra tidligere, risikerer at det forværres i løbet af svangerskabet. Det er vigtigt at tygge maden godt og vælge en diæt som passerer let gennem tarmen.

Kan man ikke undvære kokosboller og appelsinbåde, er det vigtigt at tygge disse længe for at undgå tarmslyng eller lignende symptomer. Appelsinfibre er næsten ren cellulose og bliver ikke opløst i tarmen.

For de fleste er en graviditet ikke noget at bekymre sig om. I stedet bør også stomiopererede glæde sig over, det der sker i kroppen!

Normalt går både svangerskabet og fødsel uden specielle problemer, siger Arne Bakka.

Har du betalt COPA kontingent 1998?

Ellers - skynd dig på posthuset.

I DET JYSKE STOMICENTER

CMA

- med detailforretninger i Randers, Aalborg og Århus - fører vi alle de store mærker i hjælpemidler til bandagering af colostomi, ileostomi, urostomi og incontinens.
Sygeplejeartikler og bandager er det eneste, vi beskæftiger os med, så vi er altid velinformerede om det sidste nye, samtidig med at vi er fortrolige med de anerkendte produkter.
Vi klarer papirgangen for Dem, hvis De ønsker det, ligesom vi også sørger for automatisk levering pr. post.
- Og ikke mindst kan vi garantere en engageret og venlig service, hvor vi altid sætter kunden i centrum...

Vi forhandler f.eks.

- ConvaTec
for ekstra sikkerhed og komfort

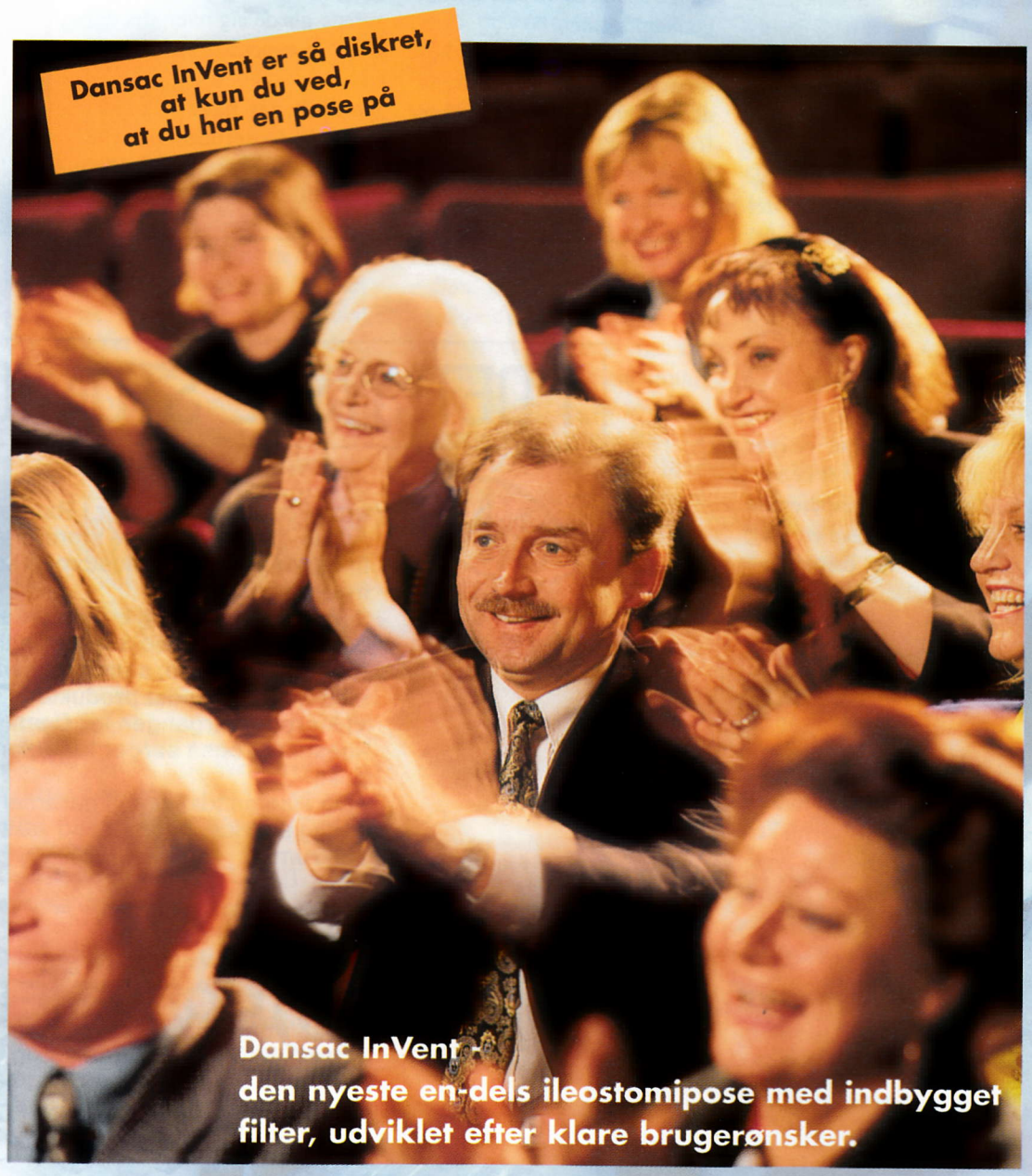
- COLOPLAST
sikkerhed, tryghed, diskretion

- dansac®
stomiprodukter

C.Mærsk Andersen's Eftf. A/S
SYGEPLEJEARTIKLER · BANDAGER
8900 RANDERS . TORVEGADE 1 . TLF. 86 42 62 62
9000 AALBORG . ØSTERÅGADE 3 . TLF. 98 12 24 88

Dansac InVent

Nu kan du i al stilhed koncen



Dansac er ved utallige møder i patientforeningen for stomiopererede blevet opfordret til at fremstille en stomipose specielt designet til den ileostomiopererede.

Ønsket var en ileostomipose med indbygget filter, så det blev muligt for brugeren at få en bedre og roligere nattesøvn. Samtidig skulle posen tilpasses til højre side af kroppen, for at leve op til kravet om et design udelukkende til dig med ileostomi.

Resultatet blev Dansac InVent.

Et nyt filter, der både beskytter mod lugtgener og balloneffekt

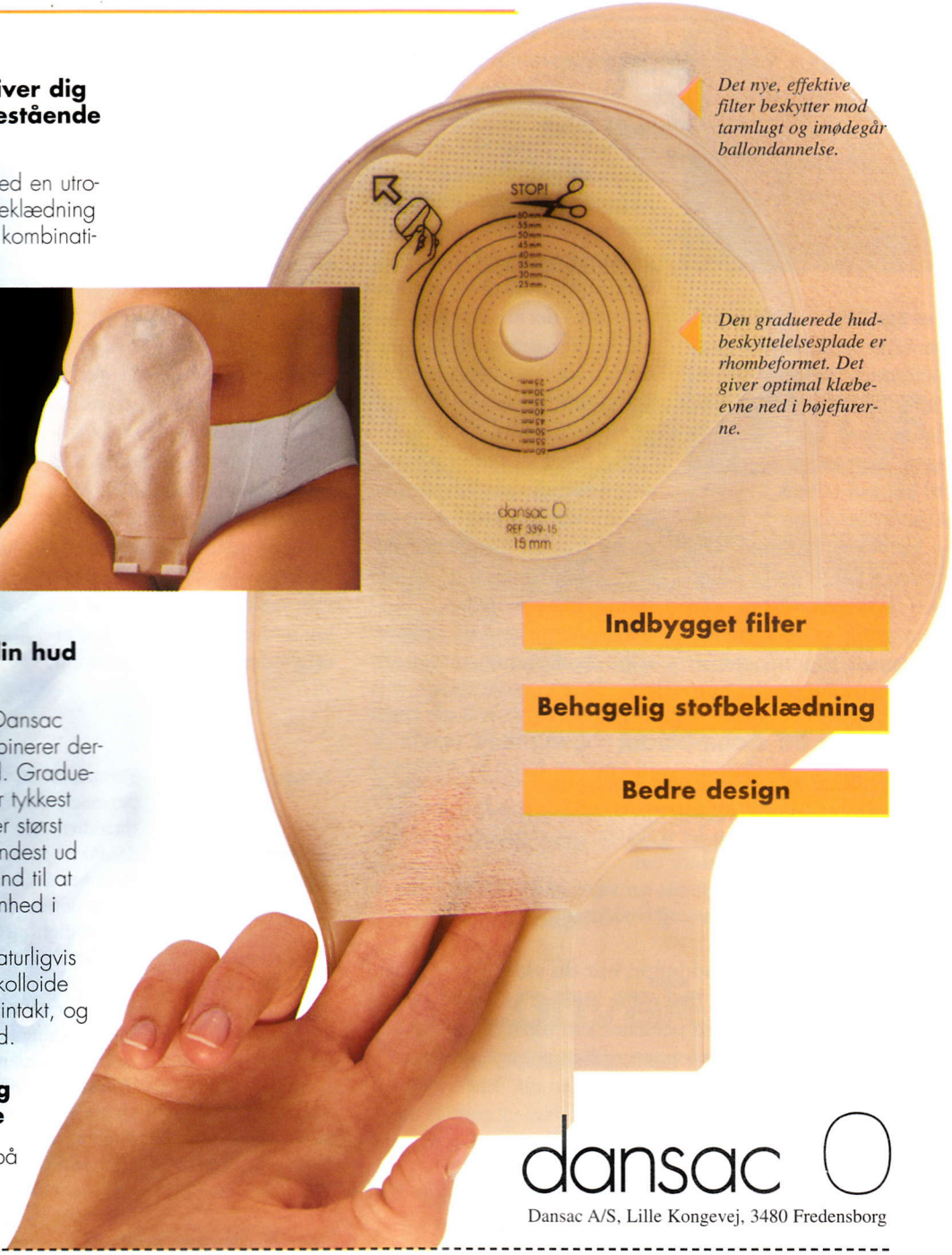
Med Dansac InVent behøver du som ileostomiopereret ikke længere bekymre dig om balloneffekt p.g.a. tarmgas. Avanceret teknologi har muliggjort udviklingen af et blødt og effektivt kulfilter til Dansac InVent.
En beskyttende membran forhindrer lækage gennem filteret, men tillader tarmgas at passere. Kulfilteret beskytter dig mod ubehagelige oplevelser forårsaget af lugt og vil samtidig imødegå ballondannelse. Dansac InVent har en helt speciel konstruktion, som sikrer, at kulfilteret ikke bliver fugtigt eller tilstoppes.

trere dig om flere sider af livet

Ileostomiposen, der giver dig tryghed, frihed og enestående komfort

Dansac InVent er forsynet med en utrolig blød og behagelig stofbeklædning på begge sider af posen. I kombination med en smidig og støjsvag 5-lags posefilm er Dansac InVent stort set lydløs, særdeles komfortabel og 100% lugttæt.

For første gang en ileostomipose tilpasset højre side af kroppen.
Det særlige asymmetriske design gør, at Dansac InVent er rummelig uden at være enorm.



Det nye, effektive filter beskytter mod tarmlugt og imødegår ballondannelse.

Den graduerede hudbeskyttelelsesplade er rhombeformet. Det giver optimal klæbeevne ned i bøjefurerne.

Indbygget filter

Behagelig stofbeklædning

Bedre design

Dansac InVent giver din hud optimal beskyttelse

Hudbeskyttelsespladen på Dansac InVent er graduret og kombinerer derved fleksibilitet og sikkerhed. Graduringen betyder, at pladen er tykkest omkring stomien, hvor der er størst behov for beskyttelse, og tyndest ud mod kanten, så den er i stand til at følge enhver fold eller ujævnhed i huden .
Hudbeskyttelsespladen er naturligvis allergitestet, og dens hydrokolloide opbygning bevarer pladen intakt, og forhindrer at denne flyder ud.

Prøv Dansac InVent og mærk selv forskellene

Udfyld svarkortet eller ring på 48 46 50 00 og prøv selv den nye Dansac InVent.

dansac

Dansac A/S, Lille Kongevej, 3480 Fredensborg

Dansac InVent svarkort

Skriv navn og fuldstændig adresse og få tilsendt en gratis prøve

Dansac InVent fås både med faste hulstørrelser fra 20-50 mm og som opklippelig fra 15-60 mm.
Kryds af her ved siden af for ønsket prøve.

Send svarkortet i lukket kuvert til:
Dansac Danmark
Lille Kongevej
3480 Fredensborg

Kryds af for ønsket prøve

	Hulstørrelse	REF
	Opklippelig: 15-60 mm	339-15
	20 mm	339-20
	25 mm	339-25
	30 mm	339-30
	35 mm	339-35
	40 mm	339-40
	45 mm	339-45
	50 mm	339-50

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./By: _____

Telefon: _____

LÆSERNE SKRIVER

Har du et indlæg til Copa-bladet, så skriv til COPA, Redaktionen, Odinsvej 5, 4100 Ringsted. Du kan godt få dit brev anonymt i bladet, men redaktionen skal kende dit navn og din adresse.

Man kan ikke være bloddonor, hvis man har haft kræft

Hvorfor sidestilles en (helbredt) kræft med en smitsom sygdom?

Viggo Jensen
Ærtebjergvej 12
2650 Hvidovre

Jeg er egentlig en glad stomibærer efter operation for kræft i endetarmen i marts 1995 - og en efterfølgende re-operation for stomibrok i foråret 1996. "Sagen" blev lukket og jeg skal så til kontrol i 1998.

Aktiviteten siden 1. operation har været optimal: Om sommeren går vi gerne i bjergene i Tyskland, Østrig eller Italien (som regel heldagsture), træner i motionscenter to gange pr. uge eller cykler motionsture (40 - 100 km. i godt tempo), underviser i førstehjælp ca. 400 timer om året osv. osv. - der er altså fuld fart på. Jeg er i øvrigt 65 år, men det er kun ifølge dåbsattesten. Jeg fandt det derfor naturligt at tilmelde mig som bloddonor, hvad jeg har været næsten uafbrudt siden ungdomsårene - der har kun været en pause grundet manglende tid rent arbejdsmæssigt, så nu skulle det være igen.

Tilmeldingen til Bloddonorerne Storkøbenhavn blev afsendt, og svaret tilbage var en tak, samt besked om, at jeg ville blive kontaktet af den ønskede blodbank. Der gik lidt tid, så jeg ringede selv og blev så udspurgt, om jeg led af nogle smitsomme sygdomme eller lignende, hvilket jeg kunne besvare benægtende på.

Som jeg selv sagde til den venlige dame: Jeg er sund og rask, det eneste der afviger fra normalen er, at jeg har stomi.

Og så blev jeg en trist stomibærer, for så kunne jeg ikke bruges som bloddonor. Med beklagelse i stemmen fortalte damen, at det var regler fra Sundhedsstyrelsen, der forbød min medvirken - og så er det jeg undrer mig, for jeg har aldrig vidst at kræft er smitsomt, og slet ikke når man er erklæret rask.

Jeg kan ikke lade være med at tænke på, hvis jeg havde meldt mig som bloddonor i efteråret 1994, så var der ikke nogen, der havde reageret, selv om kræften på det tidspunkt sikkert var i udvikling.

Jeg skal nu nok komme mig over tristheden, for hvorfor forblive trist, når man dels er erklæret rask og dels føler sig rask, men ærgerligt er det, at man ikke kan medvirke til en god sag, hvor samfundet ofte efterlyser flere donorer, fordi der i perioder er mangel på donorblod. ■

Kommentar fra Copa-bladet

Den venlige dame du snakkede med - kunne også have givet dig et andet svar: *Det er bestemt, at personer over 65 år ikke kan være donor.* Så selv om du er frisk, og der er fuld fart på, er det i dette tilfælde dåbsattesten, der får det afgørende ord.

Landsformand Flemming Lejbølle har været på INTERNET. Her er lidt af, hvad han fandt (webmaster@bloddonor.dk):

Før du melder dig som bloddonor, bør du vide: For at blive optaget som bloddonor skal man være mellem 18 og 60 år, og veje mindst 50 kg. Alle raske personer kan blive bloddonorer, hvis man ikke har haft smitsomme sygdomme som syfilis, malaria eller smitsom leverbetændelse. Man må ikke være bloddonor, hvis der er noge[redacted]

Chagas' sygdom	Permanent udelukkelse. Ligeledes udelukkes personer, der har boet i endemiske områder (landdistrikter i Syd- og Mellemamerika).
Diabetes mellitus	*Medfører permanent udelukkelse.*
Epilepsi	Personer der lider af krampeanfald, må ikke værer donorer. Epilepsi, behandlet som ubehandlet, medfører udelukkelse.
Hypertension (forhøjet blodtryk)	*Medfører permanent udelukkelse.*
Gigtfeber	Ved information om gigtfeber må man skaffe sig oplysning om, hvorvidt gigtfeberen har medført en hjertelidelse. Hvis dette er tilfældet, må personen afvises som donor.

COPA-PERSONLIGE

Annoncering og svar i 'COPA-PERSONLIGE' er forbeholdt private medlemmer af COPA. Annoncering og formidling er gratis.

Enlig mor søger kontakt til andre med stomi

Jeg er en pige på 36 år, enlig mor til en dejlig pige på 6 år. Jeg blev stomi-opereret den 19/8 97, reopereret 3 uger senere.

Jeg mangler kontakt med andre i min alder fra nær og fjern, som har en stomi og har lært at leve med og accepteret stomien.

Billetmærk 98-003

Sådan kommer *du* med i COPA-PERSONLIGE

Send et brev med din kontaktannonce til:
COPA-sekretariatet
Odinsvej 5
4100 Ringsted.

Du er naturligvis nødt til at skrive dit navn og din adresse, så vi kan videresende svar til dig, men du kommer *altid* anonymt (billetmærk) i bladet.

Sådan svarer *du* på COPA-PERSONLIGE billetannonce

Send et brev med dit svar til:
COPA-sekretariatet
Odinsvej 5
4100 Ringsted.

Husk: *Anfør tydeligt billetmærk uden på kuverten.*
COPA videresender dit svarbrev uåbnet til billetmærk personen.

Skriv til COPA personlige

Måske sidder du alene, og vil gerne have en god ven.

Måske vil du have en ven at gå i svømmehal med.

Måske har du problemer med din stomi og søger andre med samme stomitype at udveksle erfaringer med.

Måske....

Mulighederne er mange. COPA-PERSONLIGE er til dig, der søger *direkte* kontakt med et andet COPA-medlem. Alle breve til COPA-PERSONLIGE vil blive behandlet fortroligt, og alle indlæg i bladet bringes anonymt (billetmærk).

Mavesår	Patienter med mavesår bør normalt ikke tappes.
Polycyhaemia vera	*Permanent udelukkelse.*
Stofskifte sygdomme	Normalt tappes donor ikke.
Syfilis	*Permanent udelukkelse.*
Trypanosomiasis	Permanent udelukkelse. Ligeledes udelukkes personer, der har boet i endemiske områder (specielt landdistrikter i Sydamerika).
Vægt	*Personer der vejer under 50 kg tappes ikke.*

Ergo: Det er ikke kun kræft der "sidestilles" med smitsomme sygdomme.

Bloddonorerne har adressen:
Bloddonorerne i Danmark, Trommesalen 5, 5. 1640 Kbh. V
tlf.: 33 79 50 00. ■

God svømmeaften i Århus

Salt, olie og damp - bevægelse og velvære

Ny svømmeaften 25.marts

Helle Jørgensen
Æbleparken 34 A
8370 Hadsten

Sidste år d. 20. august gennemførte vi den første svømmeaften i Århus. Vi var 8 deltagere der mødtes kl. 18 foran svømmehallen 'Spanien'. Anne Mette Bach fra Århus amtssygehus var foregangsmand og selv ivrig deltager. Vi klædte om og hoppede i vandet og svømmede en halv times tid. Vi var også en tur i boblebadet, skønt med meget varmt vand og bevægelse.

Efter dette var Anne Mette igen foregangskvinde og lærte os piger at gå i dampbad. Vi blev udstyret med en skål, lidt olie og noget salt!? Vi skulle blande olie og salt og smøre det på kroppen og derefter gå i dampbad. Så blev alt saltet opløst og alle urenheder løb fra os. Det var en skøn oplevelse og bagefter var vores hud lige så blød som en nyfødt babys. Efter dette gik vi så i varmluftsrummet. Her sad vi og talte om løst og fast i ca. 20 minutter.

Nu var det tid til at få noget mere tøj på og slutte os til mændene igen. Det viste sig, at vi ikke helt havde fået fortalt dem, at vi ville bruge tid på personlig pleje, så de havde ventet længe på os! Nu begav vi os til et spisested, Brazil, hvor vi fik et let traktement, og det trængte vi også til efter al den fysiske aktivitet.

Alle var enige om, at det havde været alletiders aften.

Vi kan kun anbefale, at du deltager nu her den 25. marts i svømmehallen Spanien kl. 18.00. Kom og vær sammen med ligestillede i omklædningssituationen og bagefter få plejet din krop med damp eller sauna. Du bliver som født pány.

PS: Du kan læse mere om vores næste svømmeaften i dette blad, side 24. ■

Copa-bladet er blevet anmodet om at optage denne meddelelse:

Special offer for "Osteomy International"

THE MAGAZINE OF THE INTERNATIONAL OSTEOMY ASSOCIATION.

GET A ONE-YEAR SUBSCRIPTION AT A 20% DISCOUNT (us$8.00). THIS SPECIAL ONE-TIME OFFER INCLUDES:
** CONGRESS REPORT ISSUE - EVENTS, DECISIONS AND PHOTOGRAPHS AT THE 1997 WORLD CONGRESS IN CALGARY, HASTED BY THE UNITED OSTEOMY ASSOCIATION OF CANADA.
**SPRING 198 ISSUE - INCLUDING IOA'S TRIBUTE TO MARIA SIEGL FOR HERE LIFETIME WORK ON BEHALF OF PEOPLE WITH OSTEOMIES ALL OVER THE WORLD.
(BOTH ISSUES WILL BE MAILED TO YOU IN APRIL 1998).

SEND US$8.00 OR EQUIVALENT IN SWISS FRANC TO:
JOHN O'NEILL
IOA TREASURE
KAKATAHI R D 15
WANGANUI 5021
NEW ZEALAND

NYT FRA LOKALFORENINGERNE

København/ Frederiksberg

Siden sidst

Julefest den 6. december 97

Vi var ca. 25 medlemmer der mødtes i "Pilegaarden" til den årlige julehygge. Vi startede med at spise. Det var et dejligt "tag selv bord". Til at hygge om os kom Rizzo og Annie. Kort efter spisningen var begyndt, startede Annie med at spille på klaver og synge lystige sange for os, og det varede ikke længe, før Annie havde fået sat os i rigtigt julehumør. Annie omdelte nogle sange, og snart var vi alle igang med at synge fællessang.

Ved kaffetid begyndte Rizzo at synge nogle dejlige italienske viser og sange, hvortil Annie spillede på klaveret. I det hele taget, var det en dejlig stemning, og festligt var det.

Det var en stor skam, vi skulle slutte, men alting får jo en ende, også en rigtig hyggelig eftermiddag måtte slutte.

Generalforsamling

Den 31. januar havde vi vor årlige generalforsamling, som blev afviklet i god ro og orden. Vi startede med at få et par stykker smørrebrød med øl/vand hertil. Bagefter var der kaffe. Dette blev betalt af foreningen, da bestyrelsen syntes, at vort årsregnskab for 1997 sluttede med en pæn kassebeholdning.

Vi havde fået besøg af Svend Åge Jakobsen fra Københavns Amt, som blev valgt til vor dirigent. Kaj Svendsen blev valgt til referent. Valg af stemmetæller blev Børge og Ruth. Herefter fremkom formanden med sin beretning. Kassereren Mia Bech fremlagde revideret regnskab, som blev godkendt.

Formanden fremlagde nogle aktivitetsplaner. Der var ikke indkommet forslag til behandling.

På valg var Kaj Svendsen og Mia Bech. Begge modtog genvalg, og dette blev vedtaget. Til suppleant blev Ruth Svendsen genvalgt. Jens Christensen modtog genvalg som revisor, og som suppleant modtog Kurt Christensen genvalg.

Formanden erindrede om næste møde.

Generalforsamlingen var slut.

G.N.

Tur til Dansac den 18.april

Vort medlemsmøde i april bliver en tur til Dansac, i Fredensborg.

Kl. 10.30 kommer en bus fra Dansac til medborgerhuset "Pilegaarden", Brønshøjvej 17, Brønshøj.

Vi bliver kørt til Fredensborg, hvor der bliver rundvisning i firmaet. Herefter vil der blive serveret en frokost, inden turen atter går mod København.

Hjemkomst vil være ca. kl. 15.30 til Brønshøj.

Det er nødvendigt med hurtig tilmelding til turen, da der kun kan komme 30 personer med ialt. Tilmelding skal ske til lokalformand Grethe Nielsen, Tlf. 38 28 03 82. Sidste frist er den 3. april.

Cafémøde i maj

Torsdag den 5. maj kl. 14.30 - 17.00 har vi cafémøde i Medborgerhuset "Pilegaarden", Brønshøjvej 17, Brønshøj.

Mød op til en hyggelig eftermiddag, hvor bestyrelsen som vært vil give gratis kaffe og kage.

Bemærk, at mødedag er en torsdag.

Vi har fået meddelse om, at der fra den 01.05.1998, p.g.a. sparetid, er lukket om lørdagen i "Pilegaarden". Derfor må vi holde vore medlemsmøder på en anden dag i ugen.

P.b.v.
Grethe Nielsen,
lokalformand

Københavns amt

Banko Banko Banko

Så holder vi årets Bankospil. Det sker lørdag den 18. april kl. 14.00 i Skovlunde Medborgerhus. Vi spiller 10 spil ialt, og der vil være flotte præmier. Der vil blive serveret kaffe og kage, så kom og få en hyggelig eftermiddag, tag gerne familien med.

Tilmelding skal ske inden den 16. april til:

Svend Åge Jacobsen på
tlf. 44 97 92 18 eller
Carina Christiansen
tlf. 44 91 61 99.

Opdager du /I denne annonce i sidste øjeblik skal du/I være velkommen alligevel.

Med venlig hilsen
bestyrelsen

Årets mandlige bowlingmester i København, Max Bilevics.

Siden sidst

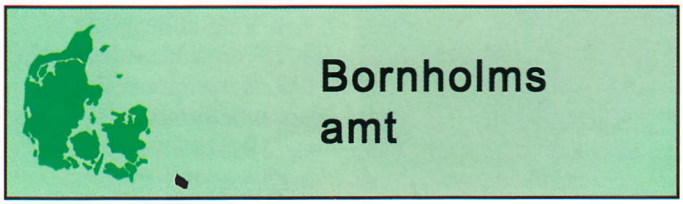
Susanne og Max bowlingmestre 1998

Fredag den 23. januar mødte 20 glade mennesker op i Rødovre Bowlingehal. Vi spillede Bowling i en time, nogle var mere øvede end andre. Som lovet skulle årets Bowlingemester kåres med præmie. Det blev både til en kvindelig og mandlig mester som er Susanne Jensen og Max Bilevics. Tillykke til Jer.

Bagefter fik vi en meget lækker 3 retters menu. Alle blev mætte og nød den gode mad, samt den gode stemning blandt deltagerne. Bagefter gav foreningen kaffe og te til alle.

En rigtig hyggelig aften i familien og vennernes skød, hvor både arm- og lattermusklerne blev brugt.

Marianne Hemmingsen (lokalformand) går til angreb på keglerne.



Siden sidst

Hvad laver de i Arbejdstilsynet?

15. januar var der inviteret til medlemsmøde med lidt godt at spise bagefter. Aftenen begyndte med et besøg hos Arbejdstilsynet, der er flyttet i nye lokaler efter 20 år på samme sted. Oplægget var: "Hvad går Arbejdstilsynet egentlig og laver?"

Der blev givet en kort orientering om bemanding. Lidt om Arbejdstilsynet fra dets start som børnelov i 1873 og så udviklingen frem til i dag, hvilket så ledte os ind på de opgaver der ligger og venter i 1998.

Der er opnået en bred politisk enighed om en samlet plan for arbejdsmiljøindsatsen frem til år 2005. Indsatsen skal rettes mod en styrkelse af virksomhedernes egen arbejdsmiljøindsats og de 7 virksomhedsområder er: Ingen dødsulykker, ikke nogle kræft- og hjerneskader, ingen skader på børn og unge, tunge løft og ensidigt arbejde, psykosociale risikofaktorer samt dårligt indeklima og støj. Det er således en spændende fremtid Arbejdstilsynet har foran sig, hvor det vigtigste vil blive at styrke virksomhederne i deres forebyggelsesarbejde.

Efter besøget hos Arbejdstilsynet begav man sig til restaurant Fyrtøjet, hvor to personer kunne spise en dejlig buffet for 1 persons pris.

Vi, der var mødt frem, havde en hyggelig aften sammen, men vi kunne godt have ønsket at se flere medlemmer.

Bowling på Bornholm 7. april kl. 18.00

I april går det så løs igen. Vi skal nemlig ud og bowle. Her bedes i være opmærksomme på, at datoen er flyttet fra den 24. april til den 7. april. Vi mødes i bowlinghallen kl. 18.00. Også her slutter vi af med noget at spise.

Jeg skal opfordre til, at I møder talstærkt frem, også selvom man måske aldrig har haft en bowlingkugle i hånden - det er smadder sjovt.

Stomibærer i Patientrådet

Endelig skal jeg oplyse om, at vores lokalformand Christian Stentoft er blevet medlem af Patientrådet på Bornholm. Der er udarbejdet et kommisorium, så man er klar til at tage fat. Så har I medlemmer nogle ting vedrørende behandling m.v. I ønsker at Christian skal drøfte i Rådet, så kontakt ham venligst, enten ved et besøg eller på tlf.: 56 95 21 33.

Dagene bliver lysere

Ellers har jeg ikke mere på tapetet denne gang, udover at det er en skøn tid, vi går i møde. Erantis, vintergæk, hyacinter, påskeliljer, tulipaner, mv. er ved at pible op fra jorden, dagene bliver lysere, ja det er bare dejligt det hele.

P.b.v.
Inge Skovgaard P.

En skøn tid vi går i møde. Det pibler op fra jorden.

Frederiksborg amt

Generalforsamling

Desværre er deadline til marts/ april bladet i begyndelsen af februar, og det bevirker, at der ikke er noget referat fra generalforsamlingen i denne omgang. Som nævnt i et tidligere nummer af bladet bliver den afholdt den 21. februar så beslutninger og nye aktiviteter som bliver vedtaget på generalforsamlingen vil blive omtalt næste gang bladet udkommer.

Stomiambulatorium

Husk at der nu også er et stomiambulatorium på Centralsygehuset i Hillerød. Det burde være en hjælp til de af vore medlemmer, der er blevet opereret der, og som bor i den del af amtet, hvor Hillerød er nærmest at komme til. Der skal bestilles tid, hvis man ønsker en konsultation. Ring mandag, onsdag, torsdag kl. 8.00-9.00 til Lotte Voergaard på tlf. 48 29 35 63.

Åbent hus den anden onsdag i måneden er stadig på Sygehuset Øresund i Helsingør.

P.b.v.
Gisela Schjøtt

Lolland / Falster

Når I nu læser medlemsbladet denne gang, har lokalafdelingen netop afholdt den årlige generalforsamling og de eventuelle ændringer i bestyrelsen, kan der læses om i næste blad. Men lidt om hvad tilbudet er i fremtiden i lokalforeningen og kryds endelig af i kalenderen hvis det ser lovende ud.

Onsdag 13 maj
kl. 18.45 - 21.30.
Vi besøger TV 2 ØST, Kildemarksvej 7, Vordingborg.
Der er rundvisning, kaffe og brød, medvirken i aftenens udsendelse. Er der nogen der har lyst at deltage, også fra Storstrøm Nord, så er der bindende tilmelding senest 4. maj til bestyrelsen. Det koster 50.00 kr. at deltage. Samkørsel?? Ring til bestyrelsen.

Søndag 28 juni.
Helstegt pattegris. Hvem giver husly? Det gør Zofie og Ejner Justesen, Nakskov. Vi prøver dette i år, busturene har lidt svært ved at samle deltagere nok.

Lørdag 12 september
kl. 18.00.
Høstfesten sammen med de herlige COPA-medlemmer nord for Storstrømmen. Vi mødes på Nyråd Kro.

Oktober. Der arbejdes på at finde en dag til et medlemsmøde med speciallæge Ann-Louise Henriksen, Nykøbing F.

Der vil blive udsendt en aktivitetskalender senere med nærmere beskrivelse af de forskellige møder.

Bestyrelsen glæder sig til at se rigtig mange medlemmer.

P.b.v.
Marianne Andersen

Nordjyllands amt

Foredrag og information

Temaaften om urostomi

Tid: Tirsdag den 24.marts kl. 19.00.
Sted: Park Hotel, Banegårdspladsen, John F. Kennedys Plads 41, Aalborg
Foredrag og information ved overlæge Torben Krarup, urologisk afdeling, Aalborg Sygehus Nord. Sygeplejersker fra urologisk afdeling, 108, 109 og ambulatoriet vil også være til stede på denne temaaften.

Alle interesserede er meget velkomne til denne temaaften om urostomi.

Du kan få svar på spørgsmål om:

- Hvad er urostomi?
- Årsager der kan føre til urostomi.
- Urostomi og hvad så?
- Dagligdagen med urostomi.
- Urostomi og økonomi.

Du er meget velkommen til at stille spørgsmål og komme med dine erfaringer med og tilkendegivelser om urostomi, således at temaaftenen må give en god og udbytterig dialog.

Temaaftenen er arrangeret i samarbejde med urologisk afdeling, Aalborg Sygehus Nord og Stomiforeningen COPA.

Stomiforeningen COPA er vært ved øl/vand under foredraget og et traktement med kaffe og brød senere på aftenen.

Personale fra urologisk afdeling, både medlemmer af Stomiforeningen COPA og ikke medlemmer er meget velkomne. Du må gerne tage en ven/veninde og/eller familie med til denne temaaften.

Dog anmoder vi om, at der, så vidt det er muligt, må ske en tilmelding til en sygeplejerske på urologisk afdeling eller til et medlem af bestyrelsen for Stomiforeningen COPA. Se telefonnumre næste side.

Generalforsamling lørdag 18.april

Stomiforeningen COPA i Nordjyllands amt afholder den ordinære generalforsamling på en lidt anden måde end vi sædvanligvis plejer at gøre.

Vi kombinerer generalforsamlingen med en bustur til hjælpemiddelleverandøren, Kirstine Hardam, Måbjerg Skolevej 46-48, Holstebro, tlf. 97 42 32 33. Datoen er: Lørdag, den 18. april.

Bussen afgår fra de "sædvanlige" steder således:

- Frederikshavn rutebilstation: kl 9.00.
- Hjørring rutebilstation: kl. 9.30.
- Brønderslev ved Statoil: kl. 10.00.
- Aalborg rutebilstation, perron 17: kl. 10.35.
- Hobro rutebilstation: kl. 11.15.

Vi forventer ankomst til Holstebro kl. 12.30. Her vil Kirstine Hardam være vært ved en frokost med øl/vand.

Efter frokost starter generalforsamlingen i mødelokalerne hos Kirstine Hardam, kl. 14.00.

Dagsorden ifølge vedtægterne har følgende punkter:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassereren aflægger regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg til bestyrelsen.
6. Valg af revisor og revisorsuppleant.
7. Eventuelt.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde se-

nest 14 dage før generalforsamlingen.

Efter generalforsamlingen vil det være muligt at se nye stomiplejeprodukter og få en samtale med Kirstine Hardam og/eller en anden konsulent i det store "supermarked" for stomi-artikler.

Der vil også blive serveret kaffe/te.Du må gerne tage en ven/veninde og/eller familie med på turen.

Turen er helt gratis for alle. Du skal bare møde op ved de respektive busholdesteder på de angivne tidspunkter, så bliver du kørt til generalforsamlingen. Du bliver naturligvis også kørt hjem igen i den gode luksusbus.

Af hensyn til antal pladser i bussen og forplejning hos Kirstine Hardam skal man tilmelde sig hos et bestyrelsesmedlem, *senest den 13. april.*

Den nuværende bestyrelse:
Flemming Jacobsen, formand, Støvring, tlf. 98 37 16 30.
Erling Flarup, kasserer, Frederikshavn, tlf. 98 47 90 69.
Grethe Ørum, sekretær, Hjørring, tlf. 98 92 40 42.
Gunnar Johansen, Aalborg, tlf. 98 31 42 08.
Kirsten Møhlenberg, Saltum, tlf. 98 88 11 51.
Verner Nørrevang, Aalborg, tlf. 98 18 31 66.

På gensyn til generalforsamlingen og en god bustur til Holstebro.

Sommerudflugt

Datoen for sommerudflugten i 1998 er fastsat til: *Lørdag, den 22. august.*

Bestyrelsen arbejder med at arrangere en tur til Læsø, således at vi har bus til rådighed til at køre os rundt på øen til alle seværdighederne.

Reserver allerede nu denne dag til sommerudflugten eventuelt sammen med en ven/veninde og/eller familie. Nærmere om turen i næste COPA blad.

Tur til Coloplast i Thisted

Bestyrelsen arbejder med et arrangement, således at vi kan komme til Coloplast for at se, hvordan stomiprodukter bliver produceret.

Vi tænker på en bustur til Thisted, og det bliver sandsynligvis en fredag/en arbejdsdag på Coloplast, når produktionen er igang.

Tidspunktet tilstræbes at blive i september 1998 eller først i oktober 1998.

Nærmere herom i senere COPA blade.

Fredagsklubben

Næste fredagsmøde er fredag den 3. april kl. 14.00.
Mødestedet er: Huset, Hasserisgade 10, Aalborg.
Du skal ikke tilmelde dig nogen steder. Mød bare op i Huset til et hyggeligt og udbytterigt samvær med andre.

Er du ikke på nuværende tidspunkt medlem af Stomiforeningen COPA, kan du jo godt komme i "fredagsklubben".

Fredagsmødet i juni bliver først den 12. juni.

Denne dato påtænkes der et arrangement med en tur til Limfjordsøen Egholm, som jo bekendt ligger lige uden for Aalborg. Klubben vil på øen besøge restaurant Kronborg.

Nærmere om turen kan høres på fredagsmøderne og læses i COPA bladet til maj.

(Nordjyllands amt fortsætter næste side)

INGE - LISE SØRENSEN ApS

SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

STOMI • KOMPRESSIONSSTRØMPER • BRYSTPROTESER
SÅRBEHANDLING • BANDAGER • INKONTINENSPRODUKTER

- Rådgivning ved specialuddannede sygeplejersker
- Individuel tilpasning i eget hjem
- Levering fra dag til dag
- Intet ekspeditionsgebyr
- Fragtfri levering
- Salg til private

Sundtoldvej 8C • 3000 Helsingør • Tlf. 49 21 00 44 • Fax 49 21 02 57

Forårsudstilling

Stomiforeningen COPA i Nordjyllands amt er repræsenteret på forårsudstillingen fra *torsdag, den 2. april - søndag, den 5. april* i Aalborg Kongres- og kulturcenter.

Vi skulle gerne have COPA medlemmer til at repræsentere COPA på vores stand på udstillingen.

Skulle der være interesserede der ønsker at stå nogle timer på vores stand, bedes man kontakte Kirsten Møhlenberg, Saltum, tlf. 98 88 11 51, og oplyse evt. tidspunkter der passer dig bedst. Er I et par ville dette være meget fint. I vil naturligvis blive udstyret med et gæstekort, således at I har fri adgang til hele Forårsudstillingen. Ring venligst og vær med til at gøre Stomiforeningen COPA kendt i "den brede befolkning".

På forhånd tak for hjælpen.

Temaaften om colostomi og ileostomi

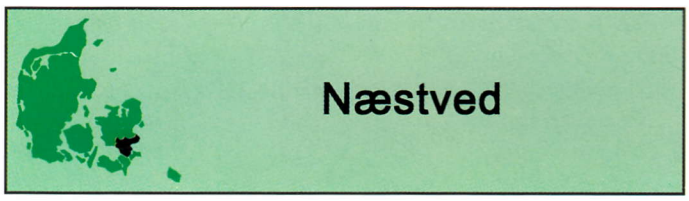
Bestyrelsen for COPA i Nordjyllands amt arbejder på en temaaften om: Colostomi og ileostomi.

Foredragsholder bliver overlæge Per Gandrup, Aalborg Sygehus Syd.

Arrangementet tilstræbes at blive i maj 1998.

Nærmere om tid og sted i næste COPA-blad, der udkommer i uge 20.

P.b.v.
Flemming Jacobsen



Siden sidst

Jeg kan ikke skrive om Næstved´s arrangementer, da vi ikke har holdt nogle endnu her i det nye år.

Vi har valgt først at starte op den 14. marts, da vi af erfaring har lært, at vejret godt kan drille med sne og lignende, som gør det umuligt at bane sig vej, men når vi nu har taget hensyn til alt det, så er det klart, at vejret bare er fint!!

Desværre nåede vores julearrangement sidste år ikke at komme med i bladet, men vi havde en rigtig dejlig og hyggelig eftermiddag i Futura med pænt fremmøde. Der var alt hvad der skulle være, dejlige hjemmelavede æbleskiver, (det sørgede Hr.Møller jo for), gløgg, kage, kaffe, julehistorie og julegaver.

Der var også et par nye ansigter, og det er jo altid dejligt!

Nu ser jeg frem til alle de spændende arrangementer, som er planlagt her i Næstved, og jeg glæder mig til at fortælle om det hele her i bladet!

COPA deltager aktivt

COPA er en god forening, som har eksisteret i mange år, og da jeg synes, det er meget vigtigt at bevare vores forening og sørge for den bliver ved med at følge med tiden, mener jeg, det er vigtigt, at vi deltager aktivt, hvor vi kan.

Derfor vil jeg gerne fortælle, at jeg er blevet valgt ind i forretningsudvalget i Den Sociale Forbrugergruppe i Næstved.

Den Sociale Forbrugergruppe er et høringsorgan for kommunen, der sidder repræsentanter for mange forskellige foreninger og vi bliver taget med på råd i forskellige sager.

Jeg har været med i et stykke tid, og blev så i november sidste år spurgt, om jeg ikke ville stille op til valg i forretningsudvalget, og det sagde jeg ja til, og blev valgt ind.

Jeg glæder mig til at skulle repræsentere COPA, og ser frem til mange gode og spændende oplevelser via mit nye hverv.

Mange hilsener
Christina Hartmann

Aktiviteter COPA- Næstved

Lørdag d. 14. marts kl.14.00

Mødes vi i Futura-centret, Ringstedgade 20 i Næstved. Jan Dirckhoff fra Roskilde lokalforening tager os via lysbilleder med på en rejse til Canada. Jan Dirckhoff er så god en fortæller, at man både kan føle kulden og mærke gråbjørnens ånde i nakken, så vi kan på forhånd garantere, at det bliver en god eftermiddag.
Der vil selvfølgelig være et udmærket traktement på bordene, så ingen går sultne eller tørstige derfra. Det eneste vi beder om til gengæld er *tilmelding senest mandag d. 9. marts!*

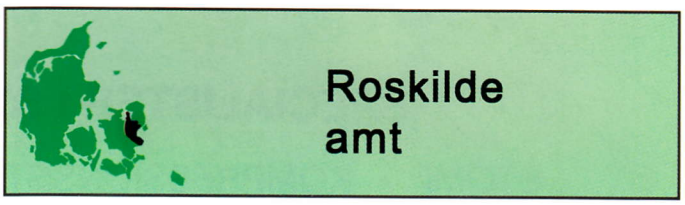
Fredag d. 17. april kl. ca. 10.30 til ca. 17.00

Vi prøver igen i år, om det er muligt at samle interesse omkring et virksomhedsbesøg - nemlig hos Kirudan A/S i Rødovre. Vi satser på fælles bustransport med opsamling i henholdsvis Vordingborg, Næstved og ved Rønnede. Deltagerpris kr. 50.00. *Tilmelding senest tirsdag d. 17. marts!* Tilmeldte deltagere vil få besked om mødetidspunkterne.

Lørdag d. 23. maj kl. 14.00

Så er det atter Grill-fest på Stevns. Formanden lægger hus, have og godt vejr til. Deltagerpris kr.100,00. Vi skal bestille kødet i god tid, så det er velhængt og beder derfor om *tilmelding senest fredag d. 1. maj!*

Tilmelding til ovenstående arrangementer på følgende numre:
53 77 24 01, Grethe Christensen
56 50 80 42, Merete Møller.



Siden sidst

Mandag den 27. oktober havde Roskilde amt generalforsamling på Møllebo i Køge.

Efter formandens beretning for året der gik, blev regnskabet forelagt og godkendt. Aktivitetsplanen for 98 blev fremlagt.

Derefter gik vi over til valg til bestyrelsen. Kurt Kristoffersen ønskede ikke genvalg, som afløser for Kurt stillede Anni Hulstrøm og Bente Zichy op, afstemningen viste et flertal til Bente Zichy.

Bestyrelsen pr. 27. oktober 97.
Erik Kristjansen, formand.
Bente Zichy, kasserer.
Birthe Melnyk.
Rigmor Brunsholm.
Jan Dirckhoff.
Anni Hulstrøm, suppleant.
Christian Hansen, suppleant.
Britta Frigast, revisor.

Mandag den 8. december stod i julens tegn på Møllebo i Køge. Vi havde lavet lidt om på traditionen ved at skifte den varme menu ud med en stor juleanretning ellers havde vi både musik og bankospil.

P.b.v. Erik

Aktivitetsplan 1998 Roskilde amt

- ❒ Mandag den 23.marts kl.19.00 på Møllebo i Køge.
- ❒ Mandag den 11.maj, kl.19.00 på Møllebo i Køge.
- ❒ Lørdag den 13.juni; udflugt.
- ❒ Tirsdag den 25.august kl.19.00 i Roskilde.
- ❒ Tirsdag den 27. oktober kl.19.00 i Roskilde; generalforsamling.
- ❒ Mandag den 7. december kl.18.00 på Møllebo i Køge; julestue.

Nu er det tid til at mødes igen

Kære medlemmer med pårørende.

I indbydes til møde på Møllebocentret, Københavnsvej 3 i Køge mandag den 23. marts kl. 19.00.

Stomisygeplejerske Anne Grethe Olsen vil komme og fortælle om sin dagligdag på Stomiambulatoriet på Køge Sygehus (R.A.S.K.).

Anne Grethe vil meget gerne besvare spørgsmål. Aftenen slutter med et kaffebord.

P.b.v.
Erik

Helsemessse i Køgehallerne

COPA-Roskilde amt har en stand på helsemessen "Helse, Sundhed & Skønhed"
4. - 5. april i Køgehallerne.
Messen er begge dage åben fra 10.00 til 18.00.

Sønderjyllands amt

Mødekalender for 1. halvår 1998

- ❒ Mandag den 23. marts i Haderslev på Harmonien kl. 19.00. Generalforsamling, dagsorden i følge vedtægterne.Sygeplejerske Henriette Roland Hansen, K8 Haderslev Sygehus og Jette Færk fra firma Kirudan vil være tilstede.
- ❒ Onsdag den 1. april i Haderslev i Aktivitetscenteret Humletoft, Hjortbrovej 44. "Dagligstuemøde" kl. 14.00. Konsulent Karina Madsen fra firma Dansac er tilstede, samt stationsleder M. Mulberg der vil fortælle om brandalarmer og Falck´s arbejde.
- ❒ Onsdag den 29. april i Tønder i Omsorgscenteret Ribe Landevej 39 "Dagligstuemøde" kl. 19.00, konsulent Conny Wagner fra firma ConvaTec er tilstede. Som tidligere år er der underholdning.
- ❒ Lørdag den 16. maj Bustur til ? Læs om det i næste COPA blad.

Tilmelding ønskelig, men ikke nødvendig. Til Annelise Hede tlf. 74 52 00 91 eller til lokalformanden tlf. 74 45 42 04 (bedst efter kl. 17.00).

P.b.v.
Sven Kjærsgaard Jensen

Kirudan

- en personlig og professionel stomileverandør

- Bredt sortiment fra Coloplast, ConvaTec, Dansac, Hollister og Biotrol.
- Klientafdeling med sygeplejersker og specialuddannet personale.
- Eventuelt besøg og vejledning i eget hjem.
- Hurtig og diskret levering.
- Konkurrencedygtige priser.
- Stort sortiment i stomitilbehør og alle øvrige sygeplejeprodukter.

Kirudan - et godt sted at handle

Kirudan A/S • Nyholms Allé 30 • 2610 Rødovre • Fax. 3672 8322 • Tlf. 3637 9130
dagligt mellem 8-16, fredag 8-15

Vejle amt

Forårsfest

Foråret er forhåbentlig godt på vej, og vi kan købe os til forårsgrønne grene og påskeliljer. Vi kalder igen sammen til den årlige *Forårsfest på Ellehøj i Vejle lørdag den 28. marts kl.18.00-24.00.*

Minimum antal deltagere er 40, så støt op omkring arrangementet, pris 125 kr. pr. deltager. Tilmelding senest den 1. marts til:
Licy Rasmussen
tlf. 75 85 30 58
Lone Jensen
tlf. 75 72 68 48
Lis Obel Jacobsen
tlf. 75 56 28 20.

Hvem tegner livet

Medlemsmøde onsdag den 22. april kl. 19.00 på Ellehøj.
Vi skal høre foredrag i foredragsrækken "Hvem tegner livet" i aften med forhenværende præst Birgitte Fabricius. Kirstine Hardam vil ligeledes være tilstede med sin udstilling og besvare spørgsmål.

Kirstine Hardam vil efter foredraget være vært ved kaffebord.

Tilmelding senest den 20. april til Licy, Lone og Lis.

Med bus til Coloplast

Udflugt lørdag den 15. august
På flere opfordringer går turen i år til Coloplast i Thisted.

Afgang Kolding
Rutebilstation kl. 8.00.
Afgang Fredericia
Banegård kl. 8.30.
Afgang Vejle Havnegade
kl. 9.00.
Afgang Horsens
Banegård kl. 9.30.

Det er der hvor Turistbusserne samler op.

Coloplast er vært ved frokostbord, når vi ankommer til Thisted. Herefter er der rundvisning, og vi slutter af med en kop kaffe, inden vi vender hjemad. Pris 100,00 kr pr. person Hjemkomst ?

Tilmelding senest den 1. august 1998 til Licy, Lone og Lis.

Hvem tegner livet og generalforsamling

Generalforsamling lørdag den 10. oktober kl. 14.00.
Vi skal høre det sidste foredrag i rækken "Hvem tegner livet" ved Torrild Bue. Tilmelding til Licy, Lone og Lis senest den 8. oktober.

P.b.v.
Lis Obel Jakobsen

Husk COPA klubberne

Vejle Sygehus cafeteriet den 21. april kl. 15.00-17.00. Tilmelding til Licy på Tlf. 75 85 30 58.
Fredericia I.P.Schmidts Gård den 18. marts og 15. april kl.13.30. Tilmelding til Lis tlf. 75 56 28 20.

Århus amt

Svømmeaften

Mød op ved svømmehallen i Spanien, Århus, onsdag den 25. marts kl. 18.00.
Denne aften vil du få lejlighed for at bade sammen med andre stomister. Netop det at gå i svømmehallen med pose på maven, ved vi af erfaring, kan være et stort spring for mange. Sygeplejerske Annemette Bach fra stomiambulatoriet på Århus Amtssygehus vil deltage i dette arrangement.

Vi starter aftenen med svømning og boblebadning. Hvis du har lyst til kropspleje med div. salt og olier, er der også mulighed for dette. Efter svømmeturen m.m. går vi sammen til et hyggeligt sted for at få lidt godt at spise. COPA betaler for mad og entre til svømmehallen. Du/I betaler selv for drikkevarer.
Tilmelding senest den 23.marts til:
Lis Lene Carstensen,
tlf. 86 42 69 79.
Henning Granslev,
tlf. 86 28 11 24 (bedst mellem kl. 14 og 18).

Vi ses.

PS: Læs på side 17 om vores første svømmeaften.

Møde i Silkeborg

Tirsdag den 21. april kl. 19.00 i Lokalcenter Rosengården, Silkeborg vil der blive holdt medlemsmøde. Aftenen starter med foredrag af overlæge Erik Kristensen, afd. M3, Silkeborg Centralsygehus. Emnet vil være: Medicinske sygdomme der kan føre til anlæggelse af en stomi. Disse sygdomme kan være både morbus Crohn og colitis ulcerosa.

Herefter vil sygeplejerske Jonna Espersen fortælle lidt om Dansac og vise de nyeste stomiposer herfra. Dansac vil være vært ved kaffe/te og brød. Fra Silkeborg Centralsygehus vil ligeledes deltage sygeplejerske Pia Ahrensdorf, stomiambulatoriet afd. P2. Pia kan være behjælpelig med at give dig/jer gode råd om stomipleje.

Pårørende og alle med interesse om disse sygdomme er velkommen.

Af hensyn til bestilling af kaffe/te bedes du/I tilmelde jer senest den 20. april hos:
Lis Lene Carstensen,
tlf. 86 42 69 79 eller
Henning Granslev,
tlf. 86 28 11 24 (bedst mellem kl. 14 og 18).

Hyggeklub Århus Langenæs Handicapcenter

Der er kaffe/te og social samvær i hyggeklubben, Århus om onsdagene 10. marts, 8. april og 13. maj fra kl. 14. til kl. 16.
Onsdag den 8. april vil der (i anledning af påsken) være lidt ekstra godt til kaffen.
Tag bussen og kom ud til os på Langenæs Alle´ 21, Århus.

Fra kl. 16 til kl. 19 samme dato´er og sted vil der være åbent for rådgivning. Så har du brug for et godt råd eller blot være sammen med en ligestillet kan du trygt komme til os. Vi venter på dig/jer.

Har du betalt COPA- kontingent 1998?
- ellers skynd dig på posthuset.

Hyggeklub Randers Fritidscentret, Vestergade

Hyggeklubben i Randers er åben om fredagen i lige uger, altså den 20. marts, 3. april og den 17. april fra kl. 13 til kl. 16. Stedet er i lokale 12, Vestergade 15, Randers.

Tilbud i Randers: *Fredag den 20. marts* kan du/I blive testet, om kroppen er i balance m.h.t. vitaminer og mineraler. Biopat Kirsten Nygaard Sørensen vil denne dag komme for at give gode råd om kost og vitaminer m.m. Det er ikke farligt. Måske gør det ondt at få at vide, at du måske skal ændre kostvaner.

Harmonikaspil og sang:
Fredag den 17. april vil der være afslutning for denne sæson. Denne eftermiddag vil Duoen Inge og Tage komme og spille harmonika og synge gårdsangerviser. COPA vil være vært med et let traktement. Af hensyn til indkøb af mad vil vi gerne have tilmelding senest den 15.april hos Lis Lene Carstensen, tlf. 86 42 69 79.

Ønsker for klubben i Randers
Drivkraften af Randersklubben, Anne Marie Malling Olesen og Lis Lene Carstensen, ønsker at vide, om der er nogle, der hellere vil komme en anden ugedag. Giv dem venligst besked om tidspunkt og ønskeaktiviteter f.eks. svømning eller bowling. De vil blive meget glade for tilbagemelding fra jer i Randers. Jo flere der kommer i klubben, jo sjovere bliver det. Da der skal bestilles lokaler for efterår/vinter 98/99 er det nødvendigt med at give besked til klubben senest den 17. april.

Hilsen og tak,
Anne Marie og Lis Lene.

Sommer udflugt

Lørdag den 6. juni vil der være sommerudflugt til Nordsøcentret m.m. Hirtshals.

Mere om turen i næste blad. Men du kan jo allerede nu sætte kryds i din kalender.

Besøg DR

Vi har også planer om at besøge Danmarks Radio/TV i Århus. Forhåbentlig kan vi ligeledes i næste blad give mere information om dette arrangement.

Forhåbentlig er der nogle af vores arrangementer, der har din/jeres interesse.

P.b.v.
Henning Granslev

Ny pjece om Urostomi

På COPA's sekretariat kan du bestille den nyeste COPA-pjece *Urostomi - og hvad så?*

COPA's pjeceserie består nu af:
Kender du COPA?
Stomi og kost
Når børn får stomi - og hvad så?
Colostomi - og hvad så?
Ileostomi - og hvad så?
Urostomi og hvad så?

Kirstine Hardam

Vi har altid førende produkter på lager!

Coloplast
dansac®
HOLLISTER
ConvaTec
biotrol pharma

- når det gælder:
Stomi-artikler
Sårbehandlingsbandager
Inkontinens-produkter

Vi løser hver opgave individuelt og giver os altid god tid, så netop du får den løsning, der er bedst for dig!

Permanent udstilling af alle produkter

Kontortid hver dag fra:
kl. 8.30 - 16.00 på
tlf. 97 42 32 33

- Portofri levering fra dag til dag.
- Ingen ekspeditions-omkostninger.
- Ingen grænse for mindste leverance.
- Fordelagtige priser
- Konsulentbistand

Kirstine Hardam

Måbjerg Skolevej 46-48 · 7500 Holstebro
Tlf. 97 42 32 33 . Fax 97 42 80 14

A/S GRAFISK CENTRUM . HERNING

Mødekalender medio marts - medio maj

11-03 kl. 17.00 -19.00	Sygehuset Øresund, Helsingør. Åbent hus. Rådgivning.	*Frederiksborg amt*
11-03 kl. 14.00 -16.00	Langenæs Allé 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
11-03 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs Allé 21, Århus. Rådgivning.	*Århus amt*
14-03 kl. 14.00	Futura-Centret, Ringstedgade 20, Næstved. Medlemsmøde. Lysbilleder fra Canada.	*Næstved*
17-04 kl. ca. 10.30-15.00	Oplyses ved tilmelding. Besøg hos Kirudan A/S i Rødovre	*Næstved*
18-03 kl. 13.30	I.P. Schmidtgården, Fredericia. Copa-klub.	*Vejle amt*
20-03 kl. 13.00 - 16.00	Fritidscentret, Vestergade 15, Randers. Hyggeklub. Vitamintest.	*Århus amt*
23-03 kl. 19.00	Harmonien, Haderslev. Generalforsamling.	*Sønderjyllands amt*
24-03 kl. 19.00	Park Hotel, Banegårdspladsen, Aalborg. Temaaften om urostomi.	*Nordjyllands amt*
25-03 kl. 18.00 - ?	Svømmehallen Spanien, Århus. Svømning + spisning.	*Århus amt*
01-04 kl. 14.00	Humeltoft, Haderslev. Lokalmøde.	*Sønderjyllands amt*
03-04 kl. 13.00 - 16.00	Fritidscentret, Randers. Hyggeklub.	*Århus amt*
03-04 kl.14.00	Huset, Hasserisgade 10, Aalborg. Fredagsmøde.	*Nordjyllands amt*
02-04 til 05.04	Aalborg Kongres- og Kultur Center, Aalborg. Forårsudstilling.	*Nordjyllands amt*
08-04 kl. 17.00 - 19.00	Sygehuset Øresund, Helsingør. Åbent hus. Rådgivning.	*Frederiksborg amt*
08-04 kl. 14.00 - 16.00	Langenæs Alle 21, Århus. Påskehygge.	*Århus amt*
08-04 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs Alle 21, Århus. Rådgivning.	*Århus amt*
17-04 kl. 13.00 - 16.00	Fritidscentret, Randers. Gårdsangersnak + hygge.	*Århus amt*
18-04 kl. 10.30	Pilegaarden. Besøg på Dansac.	*København/Frederiksberg*
18-04 kl. 14.00	Skovlunde Medborgerhus. Banko.	*Frederiksborg amt*
18-04 kl. 900 - 18.00	Diverse opsamlingssteder - se side 20. Bustur til Holstebro. Generalforsamling.	*Nordjyllands amt*
21-04 kl. 19.00 - 22.00	Rosengården, Silkeborg. Medlemsmøde.	*Århus amt*
29-04 kl. 19.00	Omsorgscentret, Tønder. Lokalmøde.	*Sønderjyllands amt*
01-05 kl. 14.00	Huset, Hasserisgade 10, Aalborg. Fredagsmøde.	*Nordjyllands amt*
05-05 kl. 14.30	Pilegaarden. Cafémøde.	*København / Frederiksberg*
12-05 kl. 14.00 16.00	Langenæs Alle 21, Århus. Hyggeklub.	*Århus amt*
12-05 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs Alle 21, Århus. Rådgivning.	*Århus amt*
13-05 kl. 17.00 - 19.00	Sygehuset Øresund, Helsingør. Åbent hus. Rådgivning.	*Frederiksborg amt*
13-05 kl. 18.45	Kildemarksvej 7, Vordingborg. TV 2 ØST besøg.	*Lolland/Falster*
16-05 kl. 8.00	Sønderborg/Aabenraa/Haderslev. Bustur.	*Sønderjyllands amt*
23-05 kl. 14.00	Ærtebjergvej 28, Lund. Grill-fest.	*Næstved*

Gaver og arv *(bogført januar 98)*

Agnete Ussing	50,00 kr
Franch Munch Jensen	100,00 kr
Jytte Hansen	50,00 kr
Hans Jørgen Nielsen	20,00 kr
Ida V. Klattrup	50,00 kr
Frans Slabovski	50,00 kr
Jens Jensen	50,00 kr
Villy Hygum Olesen	75,00 kr
Hans Chr. Thomsen	100,00 kr
Lauritz K. Pedersen	20,00 kr
Aage Als Sørensen	25,00 kr
Inge Lillian Madsen	50,00 kr
Leif Petersen	50,00 kr
Else Mullan	50,00 kr
Børge Sørensen	100,00 kr
Bente Jensen	100,00 kr
Erik Münster	100,00 kr
Pia Groth	100,00 kr
Kirsten Smedemark	25,00 kr
Lillian Jensen	40,00 kr
Kristian Sørensen	50,00 kr
Maria Hansen	100,00 kr
Otto J. Henriksen	100,00 kr
Svend Aage Jakobsen	50,00 kr
Arnold Petersen	200,00 kr
Arne Sandberg	50,00 kr
Esther Holm Pedersen	50,00 kr
Birgit H. Christensen	50,00 kr
Hans J. Kyster Lund	50,00 kr
Gunnar Næss-Nielsen	50,00 kr
Erik Langdahl Hansen	100,00 kr
Jytte Thorbøll	30,00 kr
Judith Nielsen	50,00 kr
Gunnar Didriksen	100,00 kr
Poul-Erik Christensen	100,00 kr
Coloplast, Kokkedal	900,00 kr
Johannes Amtoft	50,00 kr
Anton Magnus Hansen	50,00 kr
Grethe H.M. Hansen	50,00 kr
Kjeld B.P.Jensen	100,00 kr
Poul Bentsen	100,00 kr
Kirsten Aagaard	50,00 kr

COPA takker på det hjerteligste

Stomiambulatorier

2300	Sundby Hospital Organ.kir.amb. 2300 Kbh. S	32 34 32 11 lokal 3212	Man.-fre.: 08.00-14.00
2400	Bispebjerg Hospital, Stomiamb. 2400 Kbh. NV	35 31 26 96 lokal 2696 (man.-fre.: 08.30-09.00)	Efter aftale
2600	KAS-Glostrup, 2600 Glostrup	43 96 43 33 lokal 5516	Man.-fre.: 08.00-16.00
2650	Hvidovre Hospital, afd.215-6 2650 Hvidovre	36 32 36 21 (man.-fre.: 08.00 - 09.00)	Efter aftale
2730	KAS-Herlev afd.107, 7.sal 2730 Herlev	44 53 53 00 lokal 633	Man.-fre.: 08.00-15.00
2900	KAS-Gentofte, kir.amb. D 732 2900 Hellerup	31 65 12 00 lokal 5865 (man.-fre.: 08.00-09.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00
3000	Sygehuset Øresund Helsingør, plan 3 afd. 23 3000 Helsingør	48 29 23 23 (2320)	Efter aftale
3700	Bornholms Centralsygehus 3700 Rønne	56 95 11 65 lokal 2123	1. og 3. torsdag i måneden 08.00-13.00
4200	Centralsygehuset i Slagelse, Indgang 43 Fælledvej, 4200 Slagelse	53 52 19 00 lokal 2133	Man.,tors. og fre.: kl. 08.00-15.00;
4300	Centralsygehuset i Holbæk, Stomiamb. afd. A1 4300 Holbæk	53 43 32 01 lokal 2114 eller søger 5809 (dgl. 08.30-09.00)	Efter aftale
4600	RASK, Stomiamb. Kir. ambulatorium 4600 Køge	56 63 15 00 lokal 3925 (tirs.+tors.: 13.00-13.30)	Efter aftale
4700	Centralsygehuset i Næstved afd. 19 stuen, 4700 Næstved	53 72 14 01 lokal 4208 (man.-tors.: 09.00-09.30)	Man. - tors. : 09.00 - 15.00
4800	Centralsygehuset i Nykøbing F 4800 Nykøbing F	54 85 30 33 lokal 3550 (08.00 - 09.00)	Tirs.,ons. & tors.: 08.00-15.00 (lige uger) Man.,tirs. & tors.: 08.00-15.00 (ulige uger)
5000	Odense Universitetshospital, ved afsnit A4, 13.etage 5000 Odense C	66 11 33 33 lokal 1527 eller selvvalg: 65 41 15 27 (man.-fre.11.30-12.00)	Efter aftale; Tirs. og tors.
5500	Middelfart Sygehus, Organ.kir.afd. 5500 Middelfart	64 41 21 21 lokal 1665	Torsdage efter aftale
5600	Fåborg Sygehus Kir.amb. 5600 Fåborg	62 61 09 01 lokal 232	Man.-fre.: 09.00-14.00
6000	Kolding Sygehus. Stomiamb. D.2. 6000 Kolding	75 53 32 22 lokal 3105	Man. og tors.: 12.00-15.00
6200	Aaberaa Sygehus 6200 Aabenraa	74 63 16 16 lokal 4025	Man.: 11.00 - 12.00 efter aftale
6400	Sønderborg Sygehus afd. K21 6400 Sønderborg	74 18 25 00	Tirs.-tors.: 08.30-14.30
6700	Centralsygehuset i Esbjerg 6700 Esbjerg	79 18 20 00 lokal 4113 (08.00 - 09.00)	Man., tirs. og tors.: 09.00 - 15.00, efter aftale
7100	Vejle Sygehus Stomiamb. A16 7100 Vejle	75 72 72 33 lokal 4545 (09.00 - 10.00)	Ons. og fre.: 08.00-15.00
7200	Grindsted Sygehus, Stomiamb. 7200 Grindsted	75 32 11 22 lok. 3720 eller lok. 2005. (tirs. og tors.: 8.00-12.00)	Efter aftale
7400	Herning Centralsygehus, Stomiamb. 7400 Herning	99 27 21 83 (tirs.: 13.30-14.30 og fre.: 08.00-09.00)	Tirs.: 15.00-18.00; Fre.: 09.00-12.00
7500	Holstebro Centralsygehus, Stomiamb. 7500 Holstebro	97 41 42 00, lokal 2012 eller 2013 (man.-fre.:10.00-11.00)	Tirs.: 09.00-16.00, eller efter aftale
8000	Århus amts Sygehus 8000 Århus	89 49 75 25 (man.-tors.: 8.30 - 9.30)	Man. - tors.:08.00-15.00 Alle dage efter aftale
8600	Centralsygehuset i Silkeborg, Parenkym kir.afd. 8600 Silkeborg	86 82 16 00 lokal 2431 (tirs. + ons.: 08.00 - 08.30)	Tirsdage og onsdage. Efter aftale
8700	Horsens Sygehus, Stomiklinikken 8700 Horsens	79 27 44 44 lokal 2221	Man.: 09.00-15.30; Tirs.-fre.: 09.00-15.00
8800	Viborg Sygehus, Organkir. afd. K11 8800 Viborg	86 61 30 00 lokal 2110 (dgl.: 08.00-12.00)	Ons: 10.00-13.00. Efter aftale
8900	Centralsyghuset i Randers, Organ.kir.amb. 8900 Randers	89 10 20 00 lokal 5704	Man.: 08.30-11.00; Fre.: 09.00-12.00
9000	Aalborg Sygehus SYD, Stomiklinikken, 4.sal 9000 Aalborg	99 32 25 28 (dgl. 7.30 - 8.30)	Efter aftale
9800	Hjørring Sygehus, Organ.kir.afd. 9800 Hjørring	98 92 72 44 lokal 2071 (man.-fre.: 08.00-14.00)	Fredage efter aftale

03100 KHC 2072 012
NYROP & MAAG
SØNDER ALLE 5
8000 ARHUS C 8050 o 4/ 2 1

LOKALFORENINGER / GRUPPER / KLUBBER

De anførte træffetider er kun vejledende

København / Frederiksberg
Grethe Nielsen
Enigheds-Allé 17
2700 Brønshøj
Tlf.: 38 28 03 82

Københavns amt
Marianne Hemmingsen *)
Grønnevej 253, 1-3
2830 Virum
Tlf. 45 83 52 58
Kontaktperson:
Carina Christiansen, Sønderlundsvej 21, st.tv.
2730 Herlev Tlf.: 44 91 61 99.

Bornholms amt
Christian Stentoft
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf. og fax: 56 95 21 33

Frederiksborg amt
Bent H. Larsen *)
Emil Noldesvej 32
3000 Helsingør
Tlf: 49 22 06 16
(træffes bedst 17.00 - 18.00)

Fyns amt
Lars E. Nielsen
Bakkeskråningen 35
Postboks 16
5270 Odense N
Tlf.: 66 18 24 43. Mobiltlf.: 30 40 77 43
Kontaktperson:
Gerda Pedersen,
Carl Blochsvej 1, 2., 5230 Odense M.
Tlf.: 66 11 26 84 eller 66 19 26 84

Lolland-Falster
Marianne Andersen
(rådgiver og formand)
Askhavnsvej 8, Femø
4930 Maribo
Tlf.: 54 71 50 30
Rådgiver: Helmuth Hansen,
Rødeledsvej 6, 4990 Sakskøbing.
Tlf.: 54 70 51 77

Nordjyllands amt
Flemming Jacobsen
Tyttebærvej 7
9530 Støvring
Tlf.: 98 37 16 30
Rådgiver:
Kirsten Møhlenberg, Nielsmindevej 16
9492 Balum, Tlf.: 98 88 11 51

Næstved
Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge
Tlf.: 56 50 80 42
Rådgivere:
Jytte Aarøe, Ny Vordingborgvej 67,
4771 Kalvehave, Tlf. 53 78 80 78;
Christina Hartmann, Vejløvej 108A,
4700 Næstved, Tlf.: 55 77 06 64

Ribe amt
Frede Jensen
Langetvedvej 21
6630 Rødding
Tlf.: 74 84 71 27

Ringkøbing amt
Arne Nielsen
Rudesvej 20
7500 Holstebro
Tlf.: 97 42 21 19

Roskilde amt
Erik Kristjansen
Jasminvej 1
4600 Køge
Tlf.: 56 65 38 78

Sønderjyllands amt
Sv. Kjærsgaard Jensen *)
Møllehaven 2A
6430 Nordborg
Tlf.: 74 45 42 04 (bedst efter 17.00)

Vejle amt
Lis Obel Jakobsen
Overgade 5, Skærbæk
7000 Fredericia
Tlf.: 75 56 28 20

Viborg amt
Inga Vestergaard Andersen
Fårtoftevej 144
7700 Thisted
Tlf.: 97 92 15 97

Vestsjællands amt
Torben Hansen
Højbogårdsvej 43
4100 Ringsted
Tlf.: 53 61 56 23
Kontaktperson:
Benedikte Ellehauge, Sankt Jørgensgade 21
4200 Slagelse, Tlf.: 58 52 10 97

Århus amt
Henning Granslev *)
Bavnegårdsvej 110, Kolt
8361 Hasselager
Tlf.: 86 28 11 24 (bedst 14.00 - 18.00)
Rådgiver: Lis Lene Carstensen,
Danmarksgade 9, 3.th., 8900 Randers
Tlf.: 86 42 69 79

Forældregruppen
Lisbet Refer Dalsgaard
Bredmosevej 16, Elsborg
8840 Rødkærsbro
Tlf.: 86 65 90 12

Crohn klub øst
Eva Larsen
Pærevangen 2, 1.tv., 2765 Smørum
Tlf.: 44 66 04 54 (efter kl. 17.00)
&
Marina Larsen
Lyngbyvej 293 A, 2900 Hellerup
Tlf.: 31 65 65 07

Crohn klub vest
Mariann Olesen
Skyttevej 21, 8450 Hammel
Tlf.: 86 96 34 49

J-pouch
Christina Berggren
Dianavænget 23, 2.th.
5250 Odense SV
Tlf.: 66 17 65 47

Ungdomsgruppen
Else-Marie Olsen
Onkel Petersvej 2
3300 Frederiksværk
Tlf.: 47 74 22 17

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg