



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

Marts/April Copa-blad 2/2000



Bowling,
COPA-Københavns amt
.....se side 14

Elleve år i forreste linie

LEDER

Af: Arne Nielsen, landsformand



Jeg har meddelt forretningsudvalget, at jeg ikke genopstiller til landsformandsvalget ved det kommende hovedbestyrelsesmøde i april, og at jeg hermed trækker mig fra ledelsen i COPA.

I 11 år har jeg været med i forreste linie, først som lokalformand i Ringkøbing amt og senere som vicelandsformand og sluttelig som landsformand, så nu må det være på tide, at der kommer nye kræfter til. Jeg

har haft utrolig mange positive oplevelser både med det nationale og det internationale arbejde, men nu skal der være mere tid til familie, fritidsinteresser og ikke mindst børnebørn.

Det har som landsformand også været min opgave at tilrettelægge COPA's årlige sommerferie, og den kommer i år til at finde sted i Sønderjylland med adresse på Hotel Europa i Aabenraa. Et smukt Best Western hotel ligesom hotel Schaumburg i Holstebro. Af aktiviteter kan nævnes en tur til Gråsten slot og Dybbøl banke med besøg på det fantastiske museum, samt en tur til Møgeltønder, Tønder og til sluserne ved Vesterhavet. Rammerne er lagt, og med tanke på sidste års arrangement ser jeg med sindsro frem til, at deltagerne også i år vil udfylde dem med glæde og munterhed.

Stomiforeningen åbner officielt pr. 1. marts en hjemmeside på internettet. Adressen er: www.copa.dk

Du kan læse om COPA's organisation og lokalforeningernes aktiviteter, rådgivningen samt om vore kurser og informationsmateriale. Endvidere finder du en publikationsliste, hvor du kan bestille de materialer, du er interesseret i. Du kan finde links til vore samarbejdspartnere både i Danmark og i udlandet. Besøg også vor gæstebog på nettet og kom med dine kommentarer eller spørgsmål.

Vi håber, at du har lyst til at tage en tur på www.copa.dk og se på de muligheder, hjemmesiden rummer. God fornøjelse.

Endnu engang må jeg desværre konstatere, at spareiveren hos kommunerne på stomihjælpe midler er højt prioriteret.

Det er helt utroligt, hvad vore medlemmer bliver præsenteret for. En kommune har sendt følgende meddelelse til brugerne med stomi:

'Det skal hermed oplyses, at stomibevillinger vedr. 'xxxxxxx kommune' ønskes annulleret med virkning pr. 1. april 2000'.

Efter min kontakt til kommunen har brugerne efterfølgende modtaget følgende: *'Det skal hermed oplyses, at*

'xxxxxx kommune' har revurderet beslutningen vedr. stomihjælpe midler. Det vil sige, at I bedes se bort fra brev dateret den 25. januar 2000'.

En anden kommune har meddelt, at for nye fremtidige stomipatienter vil der fra 1. april 2000 blive tildelt et fast årligt beløb på mellem 4800 og 6200 kr. årligt afhængig af diagnosen.

Vi har skrevet til borgmesteren i vedkommende kommune og forhørt om hvor de i socialloven har hjemmel til denne fremgangsmåde.

Borgmesteren har endnu ikke svaret på henvendelsen, men det skyldes jo nok problemer med at finde en passende forklaring.

Vi har flere eksempler, som vi naturligvis følger op på, men det er vort indtryk, at der sker meget rundt om i landets kommuner, som ikke er helt i overensstemmelse med lovgivningen.

Må jeg endnu engang gøre opmærksom på at vi stomiopererede **har frit valg af leverandør**, og jeg opfordrer vore medlemmer til at orientere os om de uregelmæssigheder, der finder sted, så vi har mulighed for at få rettet disse.

BLIV STØTTEMEDLEM

☒ Ja jeg vil gerne være COPA-støttemedlem, for kun kr. 100,- pr. år. Send mig venligst et girokort.

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....BY.....

Sæt eet kryds:

☐ Jeg vil gerne modtage COPA-bladet.

☐ Jeg vil *ikke* modtage COPA-bladet.

Andre bemærkninger:

Sendes i lukket kuvert til:
COPA, Sct. Hansgade 26 B, 4100 Ringsted
eller fax 5767 3515

COPA har fået egen hjemmeside

www.copa.dk

Midt i Livet 2000

1. sept. - 3. sept.

Hallo, hallo. Så er det nu, du/I skal sætte kryds i kalenderen ud for weekenden den 1.9 til den 3.9.

Denne gang bliver „Midt i Livet“ som lovet holdt øst for Storebælt. I år på Havnsø Hotel og Kursuscenter, Føllenslev.

Hvor er det? Det er i den sydlige del af Sejrøbugten., nærmere betegnet overfor Nekselø.

I næste COPA-blad vil der være program og tilmeldelsesblanket om dette tilbud.

Hilsen Sven og Henning



Stomiforeningen COPA

Sekretariatsleder: Britta Mogensen.

Sekretariatet

Sct.Hansgade 26 B, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax.: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og

fredag: 10.00 - 14.00;

onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dk

Landsformand:

Arne Nielsen

Rudesvej 20, 7500 Holstebro

Tlf.: 9610 2019; mobiltilf.: 2126 6719.

Fax: 9610 2519.

Vicelandsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 8628 1124 (bedst 14.00-18.00)

Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer

6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer

10. maj; omdeles i uge 19.

Oplag: 5000 stk.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

Redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 5767 6701.

Ansvarshavende:

Landsformand Arne Nielsen.

Læserbreve, indlæg og artikler:

Manuskripter skal sendes til sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/4.

COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet.

Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPA's sekretariat.

Illustrationsannoncer:

Tilsagn: 1 måned før bladet udkommer. Film mv. skal sendes til sekretariatet. Materialefrist og annulleringsfrist normalt 21 dage før udgivelsen. Materiale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde senest: 19/4. Nærmere oplysninger: Sekretariatet og redaktøren.

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.
- at udgive et medlemsblad, COPA.

Copa-bladet 2/2000 (marts/april). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 157].

Indhold:

Elleve år i forreste linie (Arne Nielsen).....	2
Velkommen til sommerferie i Sønderjylland (Arne Nielsen).....	4
Indsamling Kræftens Bekæmpelse.....	6
Mad kan give kræft (Ole Vestergaard).....	8
Danske apoteker består ikke en ligebehandlingstest (Årsberetning fra Center for Ligebehandling af Handicappede).....	27
Harmoni - til kamp mod overvægt (ny bog).....	28
Foreningsmeddelelser.....	25
Læserne skriver	
Min læge var kunstmaler (Krista Aas).....	10
Nyt fra lokalforeningerne	12
Produktinformation	29
Mødekalender	30
Gaver og arv	11

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

Rådgivning

Helsingør:

Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 17.00 - 19.00.

Sted: Sygehuset Øresund, plan 2, afd. 23, Esrumvej 145, Helsingør.

Tlf.: 48 29 23 32.

Evt. forespørgsler uden for åbningstid: Lokalformanden i Frederiksborg amt. Se navn og tilf. nr. på bladets bagside.

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.

Liste over stomiambulatorier findes på side 30-31.

Velkommen til sommerferie i Sønderjylland



**Feriearrangementet foregår fra
den 26. juni til den 01. juli 2000 på hotel Europa i Aabenraa.**

Igen i år har vi fornøjelsen at byde velkommen til en hyggelig og forhåbentlig oplevelsesrig men også afslappende uge sammen med gode COPA venner.

Hotel EUROPA i Aabenraa er et smukt Best Western hotel ligesom hotel Schaumburg i Holstebro. Hotellet er en del af foreningen "Det hensynsfulde valg" og tilbyder røgfri værelser og områder i restauranten. Desuden et handicapvenligt og allergitestet værelse. Gode sen-

ge, omsorgsfuld og venlig betjening. I de to restauranter bydes på lækre retter udelukkende med friske råvarer og med inspiration fra alverdens lande.

Værtinden, Helle Taulbjerg Martin, er søster til værten på hotel Schaumburg, og det borger for kvaliteten.

Byen og egnen byder på mange muligheder for naturoplevelser og kulturelle aktiviteter, så vi vil planlægge, at 2 af dagene anvendes til sådanne udflugter med bus.

Som sædvanlig vil vi også sørge for en fridag for på egen hånd at pleje og tilrettelægge personlige interesser.

Sidst men ikke mindst skal alle former for socialt samvær være i højsædet.

Pris og tilmelding

Prisen for arrangementet er pr. person i dobbeltværelse kr. 1700 og pr. person i enkeltværelse kr. 2000, Børn under 4 år er gratis, og fra 4-12 år er det halv pris.

Tilmeldingsblanketten -

eller en kopi heraf - skal være sekretariatet i hænde *senest den 15. april 2000.*

På grund af den sædvanligvis store interesse for sommerarrangementet kan det blive nødvendigt med en prioritering, således at medlemmerne er sikret deltagelse i den rækkefølge de tilmelder sig.

Derfor tag en hurtig beslutning

Bekræftelse, program og opkrævning af deltagerbetaling vil blive sendt til deltagerne ultimo april. *a.n.*



Tilmeldingsblanket til feriearrangementet 26. juni til 1. juli 2000 i Aabenraa

Medlemsnr. og/eller støttemedlemsnr.....

Navn(e).....

Adresse.....

Postnr.....

Telefon.....

- ☐ Jeg ønsker enkeltværelse
- ☐ Vi ønsker dobbeltværelse
- ☐ Plus opredning til.....barn/børn
- ☐ Vil gerne deltage i udflugter
- ☐ Ønsker speciel kost (diabetiker)
- ☐ Er gangbesværet
- ☐ Specielle ønsker.....

Sendes i lukket kuvert - **senest 15.april** - til COPA, Skt.Hansgade 26B, 4100 Ringsted eller fax 5767 3515



En ny form for kontrol til colostomiopererede

EsteemTM
Technology through understanding

Stomisygeplejersker og stomiopererede har i samarbejde med ConvaTec udviklet Esteem. En ny en-de's colostomipose i høj kvalitet og standard. For Esteem brugerne findes der en deostift til hver pose. Hudklæberen er selvfølgelig det gode „gamle“ Stomahesive-materiale i en passende tykkelse og med en klæbeevne, som absolut er til stomiopereredes allerbedste.

• Minimalt
luftudslip

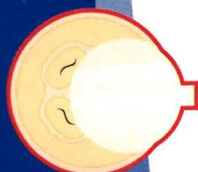


• Filterets åbninger tildæk-
kes med et klistermærke
efter individuelt behov

• Kontrollerbart
luftudslip fra
filteret



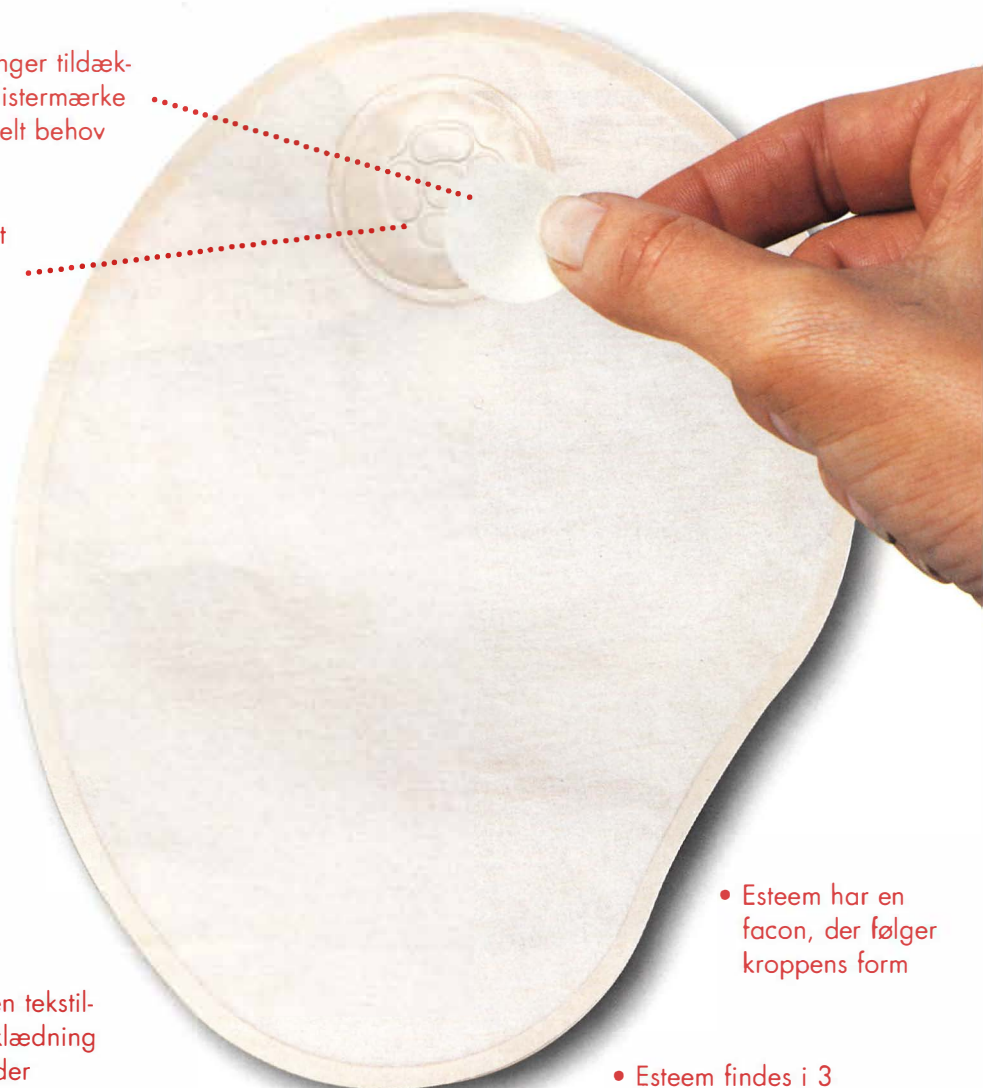
• Anbefales
at starte
med



• Maximalt
luftudslip



• Esteem har en tekstil-
lignende beklædning
på begge sider



• Esteem har en
facon, der følger
kroppens form

• Esteem findes i 3
pose størrelser: Small,
Medium og Large

Esteem har en hudklæber, som kan tilpasses cirkulære og ovale stomi faconer. Klippeguiden, som er på Stomahesive-materialets beskyttelses-plast anvendes når stomihullet tegnes. Esteem findes også i forklippede hulstørrelser.



 **ConvaTec**
A Bristol-Myers Squibb Company

**Tilsammen, vil filteret
og deostiften tilbyde
en ny form for kontrol
over luft og lugt.**

Ja tak, send mig venligst gratis prøvepakke samt mere information om Esteem.

Medium: ☐ Small: ☐ Large: ☐

Stomidiameter, mm:

Navn:

Adresse:

Postnr.:

By:

Kuponen sendes til ...
ConvaTec, Jægersborgvej 64-66, 2800 Lyngby.
Du er velkommen til at ringe til os på ...
frikaldsnr. 8030 6011, for at bestille gratis prøver.

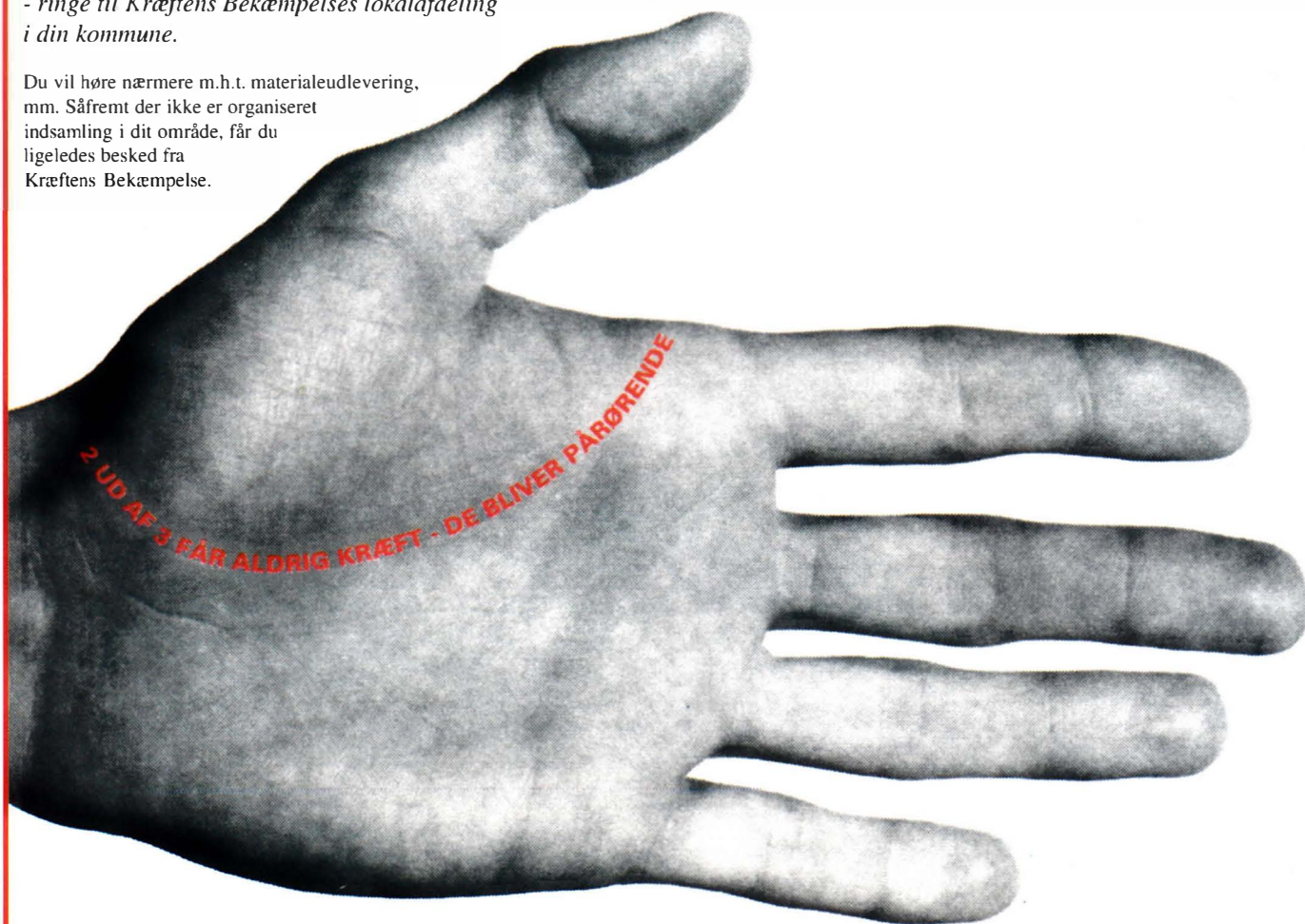
**Kræftens Bekæmpelse søger landsindsamlere.
Indsamlingsdatoen er 2. april.**



Kræftens Bekæmpelse

Du kan melde dig som indsamler ved
- at ringe på 7026 2000
- faxe på 3525 7701
- bruge internettet: www.indsamling.dk
eller
- ringe til Kræftens Bekæmpelses lokalafdeling
i din kommune.

Du vil høre nærmere m.h.t. materialeudlevering,
 mm. Såfremt der ikke er organiseret
 indsamling i dit område, får du
 ligeledes besked fra
 Kræftens Bekæmpelse.



2. APRIL

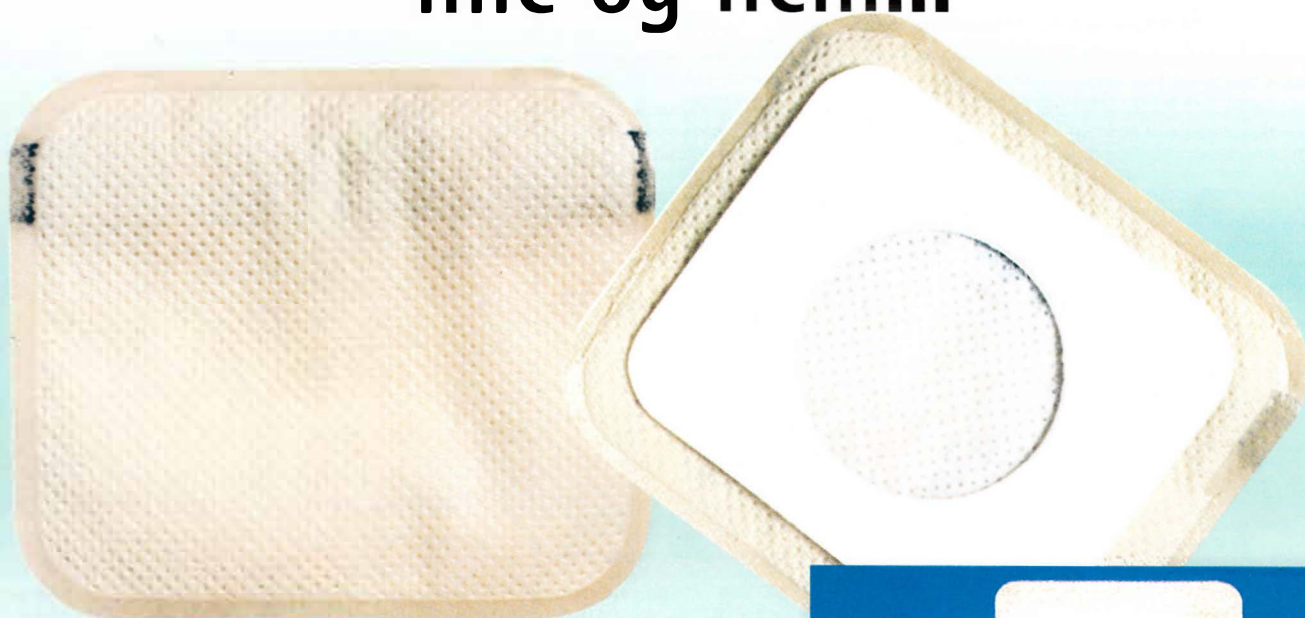
**HJÆLP OS I KAMPEN MOD KRÆFTEN.
RING 7026 2000 OG MELD DIG SOM INDSAMLER TIL
KRÆFTENS BEKÆMPELSES LANDSINDSAMLING.**

Biotrol Petite® og Iryfix

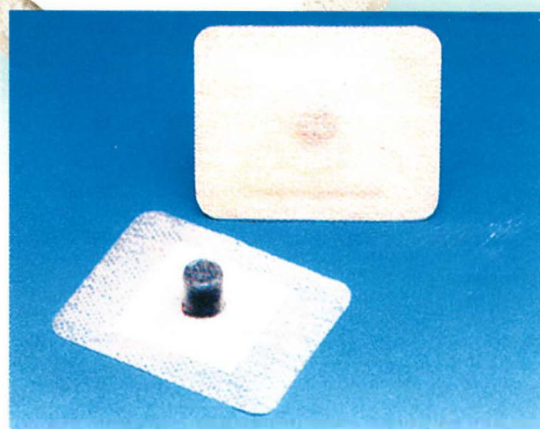


-lille og nem...

ref. F 00015



-når du f.eks.
dyrker sport og
nyder fritiden.



Biotrol Iryfix med kulfilter
ref. F 00014

Ja tak, send mig venligst gratis prøve

☐ Petite

☐ Iryfix

Navn _____

Adresse _____

Postnr. _____

Telefon _____

B | BRAUN

B. Braun Biotrol Division

Halmtorvet 29
1700 København V

Tel. 33 31 31 41

Fax 33 31 14 23

Mad kan give kræft

- mad kan forebygge og helbrede kræft

Plantestof	Virkemåde	Frugt/grøntsag
Allylsulfid	Forstærker cellernes egne evne til afgiftning. Forhindrer kræftceller i at sprede sig (proliferation), hjælper immunforsvaret og sænker kolesterolniveau. Beskyttende især ved kræft i bryst, mund, hud og tarm.	Løg, hvidløg, porre, purkøg, skalotteløg
Capsaicin	Neutraliserer kræftfremkaldende stoffer.	Chilipeber.
Dithiolthioner	Forebygger kræft ved at aktivere enzymer, der forhindrer beskadigelse på DNA.	Broccoli, kål
Ellagin syre	Tumor hæmmende. Tilintetgør frie radikaler.	Jordbær, tranebær, brombær, valnød.
Genestein	Forhindrer opstart af hormonaafhængig cancer - bryst-, prostata-, ovarie-, livmoderhalskræft; forhindrer måske metastase.	Bælgfrugt, frø, sojabønne, lakrids.
Indoler	Understøtter anti-cancerenzymer og hjælper med at neutralisere "falsk-østrogen" dannet af toksiske kemikalier.	Rosenkål, kål, blomkål
Isothiocyanater	Beskytter DNA mod beskadigelse. Inaktiverer "fase 1 enzymer", der aktiverer kræftfremkaldende stof. Hjælper "fase 2 enzymer", der forhindrer dannelsen af kræftceller.	Rosenkål, kål, grønkål, radise, kålroe, brøndkarse.
Liganer	Griber ind i dannelsen af østrogen, hvorved risiko for bryst-, livmoder- og livmoderhalskræft nedsættes.	Fuldkorn, frø, bælgfrugter, valnød, hørfrø
Lycopen	En antioxidant virkning, der forhindrer canceretablering.	Tomater, vandmelon.
Monoterpen	Transporterer kræftfremkaldende stoffer ud af cellen, så cellen ikke bliver til en kræftcelle.	Appelsiner, citroner, lime.
Phytin syre	Griber ind i produktionen af frie radikaler og forhindrer tumorvækst.	Fuldkorn, bælgfrugter samt mange frugter og grøntsager.
Phyosteroler	Forhindrer cancerstøttende hormoner i at sætte sig på receptorstederne. Beskyttelse især ved bryst-, prostata- og tarmkræft.	Fuldkorn, bælgfrugter, gulerødder, persille, gulerødder, soja, yams.
Protease hæmmere	Forhindrer enzymer - protease - der er til gavn for cancerceller - i at fungere. Hjælper måske med at lindre ved bestråling.	Soja, bælgfrugt, nødder, tomater.
Saponiner	Forhindrer enzymer - der er til gavn for cancerceller - i at fungere; cancerceller kan ikke dele sig påny.	Soja, bælgfrugt.
Sulforaphan	Forhindrer kræftvækst. Hjælper kroppens egne anti-cancer enzymer med at tilintetgøre kræftfremkaldende stoffer. Beskyttelse især ved brystkræft.	Broccoli, rosenkål, kål, grønkål, kålroe.



Frugt og grønt indeholder rene mirakelmidler der kan forebygge kræft. Det kan man læse i en ny bog.

WHO vurderer at op til 80% af kræfttilfælde i dag er en konsekvens af dårlig ernæring/forurenede fødevarer/kræftfremkaldende stoffer i miljøet.

I bogen 'The Truth About Breast Cancer', giver forfatteren syv bud på forebyggelse af brystkræft. Kostjustering kommer ind på tre første pladser!!! - dernæst formindsket omgang med havegift/ maling/ plastik/ rensemidler⁴⁾ - undgå alkohol (ikke kun pga af ændret østrogenniveau i kroppen, men også fordi alkoholiske drikke kan indeholde pesticider og fungicider mv)⁵⁾ - motion⁶⁾ - afslapning (yoga, meditation)⁷⁾.

Når WHO vurderer at dårlig/forurenede mad har betydning i 80% af kræfttilfældene, kan det absolut ikke være i strid med sund fornuft at forebygge og behandle kræft med økologisk frugt og grøntsager.

Se i skemaet hertil venstre hvilke mirakelmidler forskellige indholdsstoffer i frugt og grønt faktisk er.

• v.

Reference

Keon, Joseph: *The Truth About Breast Cancer: A 7-Step Prevention Plan*. Parissound Publishing, 16 Miller Avenue, Mill Valley, California 94041 USA. 1999. 320 sider: Paperback. \$ 18 US.

Assura Plus

kolostomibandager

- udviklet i samarbejde med stomiopererede

Det er vigtigt at føle sig tryk og godt tilpas i dagligdagen. En del af trygheden er at have en sikker, diskret og velfungerende stomibandage, så dagligdagen fungerer godt.

Assura Plus 1-dels kolostomipose har fået en helt unik hudklæber, der er både sikker og behagelig at have på. Klæberen er også nem at aftage. Både 1-dels og 2-dels posen er forsynet med et effektivt kulfilter, der sikrer, at tarmluften kan passere uden lugtgener. Samtidig bevirker filteret, at posen ikke fyldes med luft, og at risikoen for lækage gennem filteret minimeres. Posen har en kropsvenlig facon, som gør den mere diskret og behagelig at have på.

Det er vigtigt, at en stomibandage er både støjsvag og behagelig at have på, derfor har posen en blød stofflignende for- og bagside. Som noget helt nyt har vi i samarbejde med stomiopererede lavet en pose med en diskret dekoration på forsiden, så den i endnu højere grad ser ud som stof.

Der er mange muligheder i **Assura Plus** sortimentet - udfyld kuponen og prøv selv.



Sikker og behagelig hudklæber på 1-dels poser

Effektivt kulfilter

Kropsvenlig facon og diskret dekoration

☐ Ja tak, send mig venligst en gratis prøve på **Assura Plus Lukket**.

Udfyld venligst nedenstående, så vi kan sende dig de rigtige prøver:

Jeg foretrækker: ☐ 1-dels poser ☐ 2-dels system Stomistørrelse: _____ mm

Jeg foretrækker posestørrelse:

☐ Mini ☐ Midi ☐ Maxi ☐ Blød dekoreret forside ☐ Blød forside ☐ Klar

I dag bruger jeg følgende produktnavn: _____ Producent: _____

Jeg bruger normalt antal poser pr. dag: _____ Antal poser pr. uge: _____

Navn: _____ Fødselsår: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Telefon: _____

Coloplast Danmark A/S • Kokkedal Industripark 2 • DK-2980 Kokkedal • Telefon +45 49 11 12 08 • Telefax +45 49 11 12 12



Coloplast



Har du et indlæg til Copa-bladet, så skriv til
COPA, Redaktionen, Skt. Hansgade 26 B, 4100 Ringsted.
Du kan godt få dit brev anonymt i bladet,
men redaktionen skal kende dit navn og din adresse.

Min læge var kunstmaler

Jeg glemmer aldrig en TV-udsendelse i foråret 1999. En ældre dame var blevet opereret og fået pose på maven, men fik først den overraskende meddelelse efter hun vågnede op efter operationen.

Jeg blev opereret i september 1984 og fik pose på maven. At leve en normal tilværelse med pose på maven er ikke så ligetil – særlig når strålebehandlingen kan bevirke, at man har fået kronisk diaré. Ganske forfærdeligtmeget stort problem for en selv og for sin familie. Jeg har været indlagt flere gange til nye operationer og forsøg på at afhjælpe og stoppe den forfærdelige diaré – uden resultat. Jeg går til kontrol et par gange om året, des-

uden har jeg hver tredje måned klaret tilværelsen med B-vitamin indsprøjtninger og recept-medicin, som min læge har hjulpet med og dertil kost-tilskud. I foråret fik jeg besvær med for højt blodtryk og dette bevirkede, at det oftere var nødvendigt at gå til sin læge. Jeg sagde en dag til ham: -"Det bliver aldrig en vane at gå med den pose". Hvortil han svarede: -"jamen fru Aas er det nødvendigt at gå med den pose"?

Jeg var chokeret over dette spørgsmål, og orkede ikke at sige noget – men tænkte så det knagede. Blodtrykket var højt, og jeg fik udleveret tabletter, som jeg skulle betale 100 kr. for. Jeg skulle komme igen efter nogle dage. Jeg kunne

ikke tåle tabletterne og afleverede dem til sekretæren. Jeg forsøgte igen at fortælle lægen om "aldrig en vane osv.". Denne gang ingen reaktion fra lægen. Jeg skulle kun betale 30 kr. for 28 nye tabletter. (Dertil vil jeg bemærke, at disse tabletter har hjulpet mig og jeg tager stadig disse tabletter hver dag).

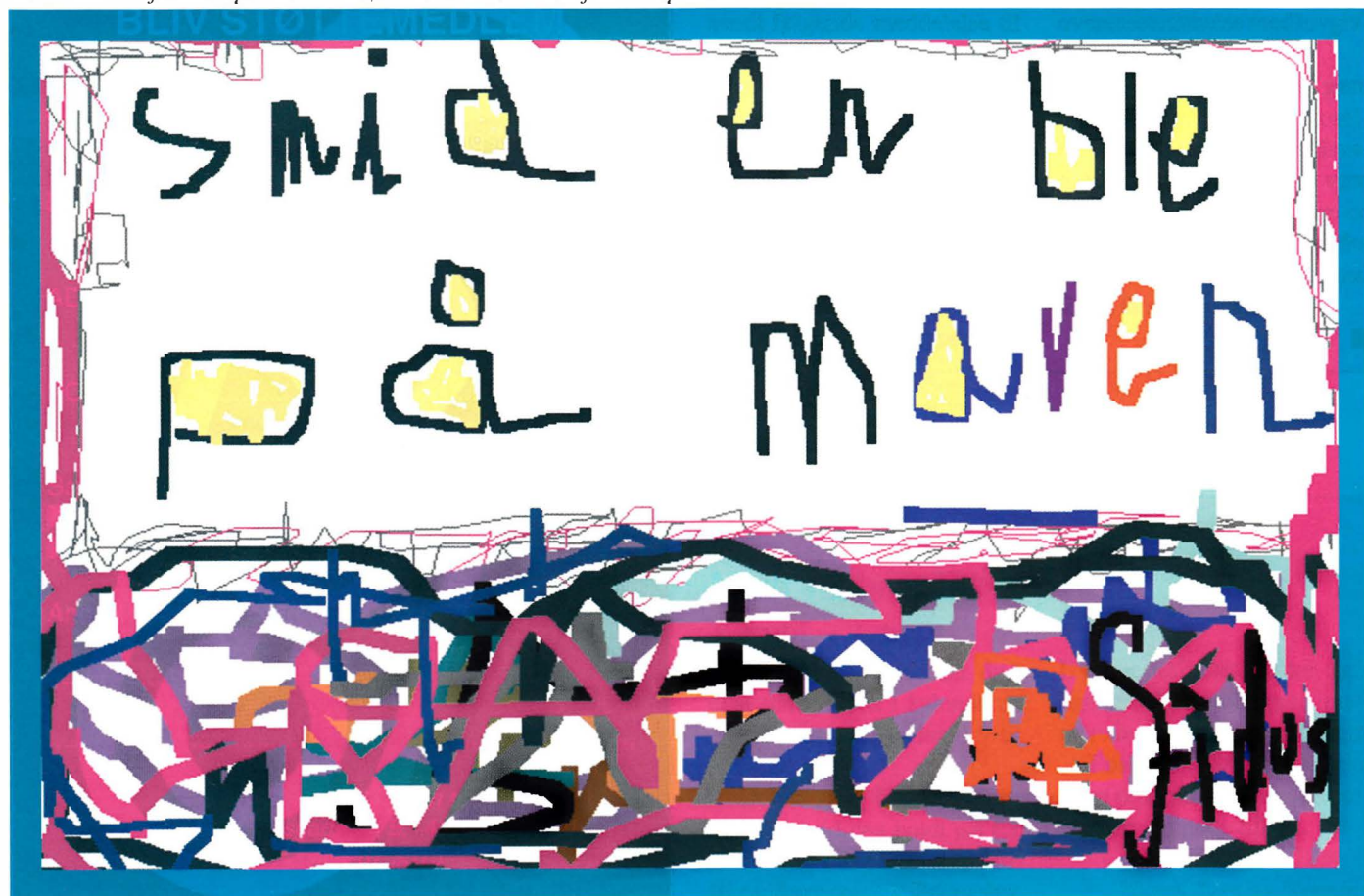
De første tabletter jeg betalte 100 kr. for, viste sig, at på æsken stod de måtte ikke sælges. Igen ny henvendelse. Da havde lægen fundet en 'fin fidus' på mit poseproblem. Han begyndte at holde foredrag om, jeg skulle i en forening, hvor folk gik med ble osv.. osv. Jeg sagde, det ikke var en forening for mig, jeg var i COPA, som

var nok for mig. Hvortil han sagde, at jeg ikke skulle afbryde ham, når han ville hjælpe mig. Jeg var ikke tilfreds og spurgte hvordan han syntes jeg i dag skulle tackle mit problem. Hvortil lægen svarede: "Smid en ble på maven".

Dertil vil jeg lige bemærke, at jeg ikke har prøvet det, og ved ikke om det kan hjælpe. Men. Min læge var kunstmaler, og er det stadig, men han er ikke *min* læge længere. Selv om en læge har forstand på kunstmaling, skal han vel også have lidt forstand på sygdom, og ikke kun nedgøre den som ingenting.

Krista Aas
Tage Hansensgade 3, st.th.
8000 Århus C

Fordi man har forstand på kunst - behøver man ikke at have forstand på stomi.



Gaver og arv

(bogført 1/10 1999 - 3/2 2000)

Egon Christoffersen.....	50,00 kr
Lærerst. Brandforsikring.....	2.500,00 kr
Karla Alice Larsen.....	100,00 kr
Hans Abrahamsen.....	75,00 kr
Sonja Abrahamsen.....	75,00 kr
Arnold Petersen.....	100,00 kr
Inger Jensen.....	100,00 kr
Jens Grønvald.....	100,00 kr
Leif Petersen.....	50,00 kr
Birgit H. Christensen.....	50,00 kr
Solveig Sølvér.....	200,00 kr
Jens Peter Nielsen.....	100,00 kr
Litta Porter.....	50,00 kr
Bent Orla Utke.....	50,00 kr
Keld Munk Christensen.....	300,00 kr
Grethe Andersen.....	50,00 kr
Lisbet Andersen.....	50,00 kr
Poul Grene.....	100,00 kr
Børge Sørensen.....	100,00 kr
Gunnar Didriksen.....	100,00 kr
Kaj W. Stausholm.....	50,00 kr
Else Marie Christensen.....	100,00 kr
Kristian Holst.....	100,00 kr
Kai Jarlhelt.....	100,00 kr
Kay Didriksen.....	100,00 kr
Lillian Jensen.....	50,00 kr
Bent Lebek Jakobsen.....	100,00 kr
Leif Jensen.....	50,00 kr
Mary Kock.....	25,00 kr
Jytte Christensen.....	25,00 kr
Per Madsen.....	50,00 kr
Leif Krogh Clausen.....	50,00 kr
Grete Jensen.....	100,00 kr
Bent König.....	100,00 kr
Marie Hansen.....	100,00 kr
Lis Gebhard.....	50,00 kr
Ib Gebhard.....	50,00 kr
Karen-Marg. Jacobsen.....	50,00 kr
Olga Pedersen.....	50,00 kr
Jens Jensen.....	25,00 kr

COPA takker på det hjerteligste.

Bent Lykke Andersen.....	100,00 kr
Villy Olesen.....	100,00 kr
Poul Bentsen.....	100,00 kr
Franch Munch Jensen.....	100,00 kr
Annelise Jørgensen.....	100,00 kr
Lauritz K. Pedersen.....	50,00 kr
Bodil Ingerslev.....	50,00 kr
Hanne Ovisborg.....	25,00 kr
Egon Jørgensen.....	25,00 kr
Hans Jørgen K. Lund.....	25,00 kr
Anne-Marie Schnell.....	25,00 kr
Swane Apoteket, Nyk. F.....	100,00 kr
Kaj Lund.....	100,00 kr
Joan Skytte.....	300,00 kr
Inga Villadsen.....	100,00 kr
Anne Christiansen.....	100,00 kr
K.L. Kristensen.....	100,00 kr
Esther M. Christiansen.....	100,00 kr
Ole Houge.....	100,00 kr
Henny A. Petersen.....	100,00 kr
Kjeld B. P. Jensen.....	100,00 kr
Helge Olsen.....	50,00 kr
Ejnar Kanstrup.....	50,00 kr
Nina Højbjerg.....	50,00 kr
Tomas Moran.....	50,00 kr
Elisa Kragekjær.....	25,00 kr
Randi Hambæk.....	20,00 kr
Inge-Lise Sørensen.....	300,00 kr
Erik Langdahl Hansen.....	100,00 kr
Inge Gjesing.....	100,00 kr
Lydia Christiansen.....	100,00 kr
Hanne Stahr.....	100,00 kr
Jeanette Pedersen.....	200,00 kr
Enid Carstensen.....	100,00 kr
Lis S. Christensen.....	25,00 kr
Dorthea Larsen.....	100,00 kr
O. Jensen.....	200,00 kr
Willy Frandsen.....	100,00 kr
Johs. Thomsen.....	200,00 kr
Hans Arne Madsen.....	25,00 kr
Jan Ortowics.....	10,00 kr
Åge Krogh.....	25,00 kr
Kamma Bøgballe.....	50,00 kr
Lissie M. Jacobsen.....	25,00 kr
Lis Frandsen.....	100,00 kr

COPA kontingent 2000

Sidste frist for rettidig
betaling af
medlemskontingentet
var d. 1. marts.

Har du endnu ikke
betalt, så skynd dig
venligst på posthuset.

Britta Mogensen

KAREN BLOK *Specialcenter*

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

- ☐ er STOMIOPEREREDE
- ☐ 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 • e-mail: karenblok@karenblok.dk • www.karenblok.dk



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



København/ Frederiksberg

Lokalformand:
Grethe Nielsen
Enigheds-Allé 17
2700 Brønshøj
Tlf.: 3828 0382.

Yderligere kontaktperson:
Peter Sørensen,
Århus Plads 6, 2.th.
2100 København Ø
Tlf.: 3538 9148.

Siden sidst

Overlæge med nyt speciale: stemmebånd- stimulering

Den 10. december 1999 var der stort fremmøde til den årlige julekomsammen. Som tidligere startede vi med at nyde det pæne "tag selv bord" med dejlig julemad.

Til denne sammenkomst havde vi været så heldige at

kunne skaffe vor underholdning fra tidligere overlæge, nu visesanger Poul Danø, som kom sammen med Tove, som også er visesanger tilligemed Mogens, der var akkompagnatør, han var virkelig dygtig til at spille på klaver. Der blev flittigt sunget og spillet, og Poul fik også taget sin guitar frem. Dette blev kun afbrudt af tre små pauser.



Mogens, Tove og Poul var med til at sætte stemningen ved COPA-julemødet i København.

Alle lånte en sangbog af Poul Danø.



Poul Danø havde også sine sangbøger med, og de blev omdelt til alle, så kom der gang i fællessangen. Dog blev der også tid til en lille skål og senere til kaffe, så kunne vi få smurt vore stemmebånd.

Den traditionelle julepakkeuddeling blev der også tid til. Vi havde jo, hver især, taget en lille julegave med. Der blev sat nummer på, så blev der trukket lod om de smukt indpakke gaver. Poul Danø er jo en mand med et stort lune og dejligt humør, så han fik da også fortalt nogle morsomme vittigheder. Ja, så kunne alle holde varmen, og stemningen var rigtig hyggelig. Til denne fest var der bestilt lokaletid, således at vi nåede hele programmet.

Alle gik hjem efter at have haft nogle dejlige timer sammen.

Siden sidst

Tre genvalgt og tre nyvalgt

Den 28. januar i år havde vi den årlige generalforsamling. Lokalforeningen havde bestilt smørrebrød og hertil en øl/vand.

Det startede vi med at spise. Herefter gik generalforsamlingen igang. Vi havde fået besøg af Jørgen Wissing, som kom fra Frederiksberg amt.

Han blev valgt til dirigent. Til referent blev igen i år valgt Kaj Svendsen.

Formanden bød velkommen, og en særlig velkomst til Jørgen Wissing, fordi han i år ville komme hos os.

Da vi blev færdige med vor møde før tid, sad flere medlemmer bagefter og hyggede sig, samtidig fik de hilst på den nye del af vor bestyrelse.

Lokalbestyrelse for København/ Frederiksberg i år 2000

Formand:

Grethe Nielsen for 1 år.

Bestyrelsesmedlemmer:

Kaj Svendsen for 2 år.

Peter Sørensen for 2 år.

Litta Porter for 1 år.

Hans Abrahamsen for 1 år.

1. suppleant:

Ruth Svendsen for 1 år.

2. suppleant:

Arne Hansen, for 1 år.

Revisor:

Jens Christensen for 1 år.

Revisorsuppleant:

Kirsten Schou for 1 år.

På Museums besøg

Onsdag den 29. marts skal vi være sammen igen. Det skal foregå på Post og Tele Museum, der ligger på Købmagergade nr. 37 (overfor det tidl. Messen).

Vi skal møden kl. 10.45 i forhallen på Museet. Kl. 11.00 skal vi så op på en anden etage og se Post og Tele museet. Her til har vi bestilt en guide, som vil vise os rundt og fortælle hvad der er at se på museet. (Det skal bemærkes, at der er elevator). Når der er gået en

times tid skal vi have frokost.

Vi skal op på øverste etage, her ligger Café Hovedtelegra-fen. Denne restaurant har store panoramavinduer, således at der er en meget smukt udsigt over byens tårne og tage. (El-elevator). Heroppe er det menin-gen vi skal have en let frokost-anretning, bagefter kaffe med kage. Her kan vi sidde og hyg-ge os et par timer, men menu skal bestilles en uge forinden.

Det er derfor nødvendigt at tilmelde dig til denne tur, som jeg tror, vil blive en herlig op-levelse.

Tilmelding skal ske til for-mand Grethe Nielsen, telefon 3828 0382. Hvis der er telefon-svarer på mit nummer, da sig dit navn og telefonnummer, og jeg vil ringe til dig.

Absolut sidste frist for tilmelding er *onsdag den 22. marts*. Så kan jeg få bestilt menu og reservere bord, så ring

med det samme. Turen vil blive betalt af foreningen, altså det er gratis for dig. På snarlig gensyn.

Besøg fra ConvaTec

Tirsdag den 2. maj kl. 14.00 til 17.00 er der Cafemøde. Her får vi besøg af sygeplejerske Anette Skytte fra ConvaTec. Hun vil fremvise nogle nye produkter. Derudover vil Anette introducere ConvaTec's nyeste to-dels bandage Con-secura og den nyeste endels bandage Esteem.

Der vil være kaffe/te og en ostemad. Dette er gratis for medlemmerne.

Anette vil endvidere be-svare spørgsmål om problemer du evt. måtte have, og måske vise et produkt som du kan bruge.

P.b.v.

Grete Nielsen



Københavns amt

Lokalformand:

Marianne Hemmingsen
Grønnevej 253, 1-3
2830 Virum
Tlf. 4583 5258.

Yderligere kontaktperson:

Carina Christiansen,
Sønderlundsvej 21, st.tv.
2730 Herlev
Tlf.: 4491 6199.

Siden sidst

Atter en hyggelig aften

Igen i år stillede Københavns amt med stærkeste hold til bowling i Rødovre Centret. Vi var ca. 25 personer, der bowle-de i 1 time på 6 baner. Under-vejs blev vi videofilmet - først troede jeg det var talentspej-dere, men blev senere klar o-ver, at Københavns amt er ved at samle materiale til en video-film om lokalforeningens ar-bejde/fornøjelser.

Efter at vi have bowlet, fik vi en trer etters menu. De gør

det altså godt i Rødovre Bow-lingcenter, den ros skal de ha-ve.

Mellem hovedretten og des-serten blev pointene talt sam-men og der blev voteret om af-tenens bedste hold og de mest entusiastiske spillere. Uha, det var spændende. Aftenens bow-lingpokalvindere blev Birgit og Arne. Bane 5 blev aftenens holdvinder med 347 point, skarpt forfulgt af de øvrige baner med 326 - 325 - 324 - 323 og 315 point. Københavns



Stomibrokbælte



- ◆ Støttebælte til stomister med brok
- ◆ Fås i tre højder
- ◆ Let at anvende
- ◆ Tilpasses den enkelte bruger og stomibandage
- ◆ Giver behagelig støtte
- ◆ Elastisk og luftigt
- ◆ Ruller ikke

Kirudan A/S

- en personlig og professionel stomileverandør

Kirudan A/S • Nyholms Allé 30 • 2610 Rødovre • Fax 3672 8322 • Telefon 3637 9130



amt får tingene til at rulle. Jeg må igen på det kraftigste anbefale, at du deltager i næste års arrangement. Jeg har selv været medlem af COPA i ca. 14 år, og har kun været med til

arrangementer det sidste år.

Jo, der bliver snakket sygdom, men kun hvis du selv er interesseret.

Mit dæknavn er Kurt - andre vælger dæknavnet som f.eks. Michelin.

Vi ses.

Flemming Johannesen



Foto til venstre:
Aftenens holdvinder, bane 5.

Foto i midten:
Birgit og Arne.

Foto til højre:
Hvis ikke det er den rigtige størrelse, så taber vi.

Kommende arrangementer i Københavns amt

Kommende arrangement

Banko - sidste udkald

Vind mundgodt.

Dato: 1.april.

Tid: Kl. 13.00 åbnes dørene så der er god tid til at købe plader inden spillene starter kl. 14.00. Vi slutter med kaffe/te og lækker luksuskrylle som afdelingen giver.

Sted: Præstevænget 20, Ballerup. (5-6 minutters gang fra Ballerup S-station).

Tilmelding: 4497 9218, Svend Åge Jakobsen eller 4498 6452, Jørgen Vendelbo.

Bortset fra at det er go' dansk hygge i renkultur, er det faktisk ret spændende, jeg mener - hvem kan sige sig fri for at føle en kriblen i hårrødderne når man kun mangler eet nummer?

Kommende arrangement

Svømmeaften

Kom og nedsenk dit luksuslegeme i dejligt varmt vand, få derefter dine spændte muskler varmet godt igennem i sauna'en så alle myoserne fordamper - kort sagt: er du interesseret, så se her:

Dato: Maj (dato oplyses hos Lotte, tlf. 4585 6456).

Tid: Kl. 18.00.

Sted: Lyngby Svømmehal, Lundtoftevej 53, 2800 Lyngby. Bus 300S lige til døren. Bus 182 og 183: 5 min. fra hallen. Alle fra Lyngby Station. Der er handikaptoilet både hos damer og herrer. Efter "vandgangen" hygger vi os over en øl eller hvad man har lyst til.

Vil du vide mere, så ring til Lotte, 4585 6456.

Kommende arrangement

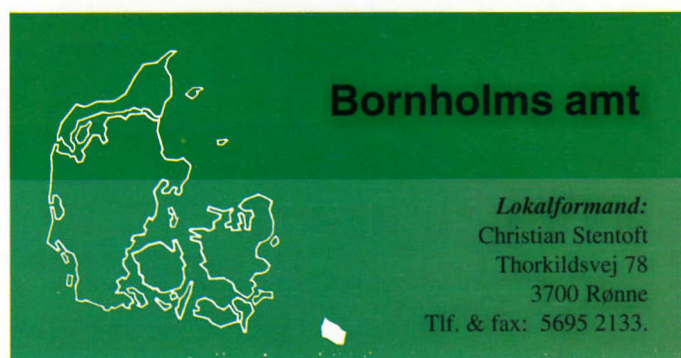
Skovtur

Det er måske lidt tidligt at tænke på skovturen, men tiden løber jo stærkt. Pludselig er det

forår. Nå men vi i COPA- Københavns amt har tænkt at vi skal på skovtur lørdag d. 17. juni. Igen i år holder vi den sammen med Kbh./Frederiksberg og denne gang har vi plads til 29 medlemmer pr. afdeling. Kryds dagen af eller meld jer/ dig nu. I kan melde jer til hos Svend Åge Jakobsen, tlf. 4497 9218 eller Jørgen Vendelbo, tlf. 4498 6452. Prisen i år 2000 bliver 125,- kr for køretur ud i det grønne, dejlig mad, kaffe og kage, konkurrence og præmier. Om det er det værd? Prøv at spørge dem, der var med sidst.

M.v.h.

Svend Åge og Jørgen V.



Bornholms amt

Lokalformand:

Christian Stentoft
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf. & fax: 5695 2133.

Siden sidst

Lokalformand genvalgt

COPA-Bornholms amt afholdt generalforsamling 9/1 i Saga- huset i Rønne. På valg var formand Chr. Stentoft og bestyrelsesmedlemmerne Inge Andersen og Poul Lund. Chr. Stentoft og Inge Andersen var villige til genvalg og blev enstemmigt valgt. Poul Lund ønskede ikke genvalg. I stedet valg-

tes Harald Lund fra Arnager.

Bestyrelsen ser således ud:

- **Formand:** Chr. Stentoft
- **Bestyrelsesmedlemmer:** Inge Andersen, Inge Skovgaard, Osvald Jensen, Harald Lund.
- **Suppleant:** Lis Landin.
- **Som revisor og revisor-suppleant** genvalgtes Hanne Jensen og Cai Andersen.

Aktiviteter COPA-Bornholms amt

Ons 5. april	kl. 19.00	Medlemsmøde Sagahuset.
Lør 13. maj	kl. 11.00	Skovtur med madkurv.
Ons 14. juni	kl. 18.00	COPA-Bornholm 20 år. <i>Tilmelding senest 2/6.</i>
Søn 27. aug.	kl. 13.00	Høstfest/grillfest.
Ons 27. sept.	kl. 19.00	Medlemsmøde Sagahuset.
Fre 10. nov.	kl. 18.00	Spisning, sang og banko, Sagahuset. <i>Tilmelding senest 6/11.</i>
Lør 2. dec.	kl. 18.00	Julefrokost og julehygge, Sagahuset. <i>Tilmelding senest 27/11.</i>
Lør 27. jan.	kl. 13.00	Generalforsamling, gule ærter.

P.b.v., Chr. Stentoft



Fyns amt

Yderligere kontaktperson:

Gerda Pedersen,
Carl Blochsvej 1, 2.,
5230 Odense M.
Tlf.: 6611 2684.
mobiltlf.: 2650 2915.

Lokalformand:

Lars E. Nielsen
Bakkeskråningen 35
Postboks 16, 5270 Odense N
Tlf.: 6618 24 43.
Mobiltlf.: 2160 7372.

Siden sidst

Spændende foredrag

Hermed referat fra vort sidste møde, der blev afholdt på Kræftens Bekæmpelses lokaler i Odense, den 9/2.

Der var desværre ikke ret mange fremmødte.

Tove Engmand holdt et utroligt spændende foredrag om sit 50 årige ophold i Afrika. Hun fortalte om sit virke med film og safari og ikke mindst om en lille abe som hun havde taget sig af, da dens mor var blevet dræbt. Vi sluttede med kaffe og blødt brød.

Siden sidst

Generalforsamling

Fyns amt afholdt generalforsamling fredag den 10. marts kl. 19.00 i mødelokalerne hos Kræftens Bekæmpelse, Vesterbro 46, Odense.

Efter generalforsamlingen var foreningen vært ved at par stykker smørrebrød og kaffe/te. Mere om generalforsamlingen i næste Copa-blad.

P.b.v.

Lars E. Nielsen

Frederiksborg amt

Lokalformand:

Gisela Schjøtt, Birkemosevej 30
3550 Slangørup
Tlf.: 4733 4434

Generalforsamling

Da sidste frist for indlæg til dette Copa-blad er tidligere end afholdelsen af vor generalforsamling, kan jeg på nuværende tidspunkt ikke oplyse, hvordan sammensætningen af bestyrel-

sen er blevet. Det vil så blive nærmere beskrevet i næste blad. Tiden efter jul har været en stille periode, da vi afventer medlemmernes forslag til den kommende sæsons aktiviteter.

P.b.v., Gisela Schjøtt



Birgit Madsen
Ekspedition



Tove Frithioff
Daglig leder



Ulla Sørensen
Sygeplejerske



Any Petersen
Ekspedition



Henrik Fosdam Jensen
Lager og forsendelse

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.

Stomacare

Vangeddet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00

Nu kan du opleve for tidligere kun kunne

Dansac Nova er den nye generation af poser, der – takket være en banebrydende filterteknologi – tillader gasser at slippe ud, samtidig med at væske bliver holdt effektivt tilbage.

Komfort uden konkurrence

Dine fordele med Nova er en roligere nattesøvn og en sikker og tryk dagligdag. Med det nye filter behøver du ikke bekymre dig om lækager, ligesom det effektivt fjerner lugt og minimerer ballondannelse. Væsken kommer slet ikke i kontakt med selve filteret og kan derfor heller ikke blokere filteret.

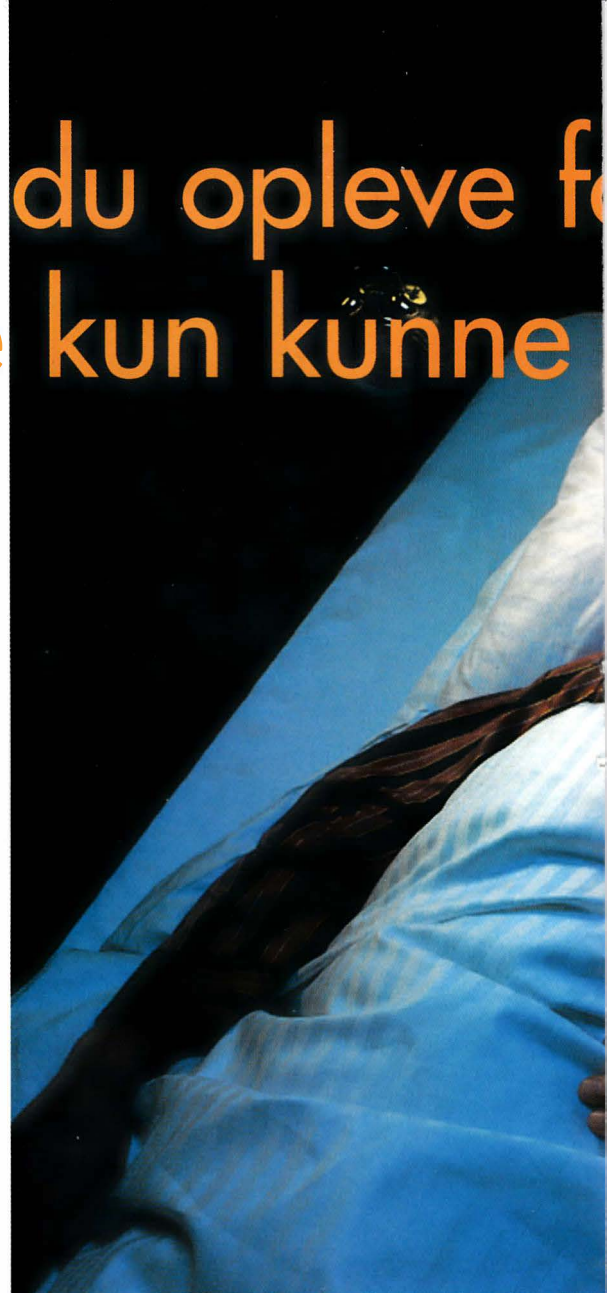
Hemmeligheden bag Nova

Kernen i Nova's filter er et dobbelt lag af 100% aktivt kul, der virker 4 gange så effektivt som de allerede effektive Dansac filtre. Det kan resultere i en lugtfri oplevelse i op til 48 timer. Men vi er gået skridtet videre og har forseglet filteret bag en membran, der tillader luft og gas at trænge igennem, men samtidigt lukker helt af for væske. Det er hemmeligheden bag den unikke brugerkomfort med Nova.

Dansac Nova er posen, hvor summen af egenskaber gør din hverdag nemmere.

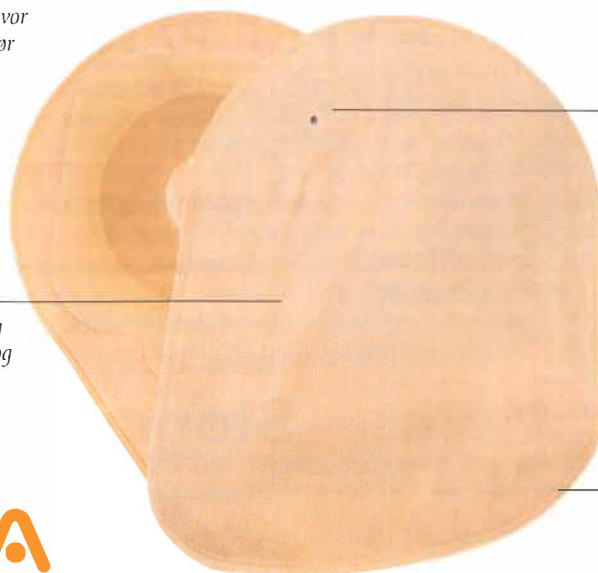
Den bløde stofbeklædning hindrer friktion fra hud og tøj. Det er vandafvisende og hurtigtørrende.

NOVA



En gennemført produktserie

Nova ville ikke være en Dansac-produktserie, hvis den ikke var tænkt helt til ende. Det vandafvisende stofbeklædning på for- og bagside har en struktur, der forhindrer



Her sidder filteret, der tillader luft og gas at slippe igennem, mens en membran stopper væske.

Posen består af 5 lag, der har hver deres nødvendige og funktionelle egenskaber.

fordele, som du drømme om



Dansac Nova i 3 varianter:
Den hudfarvede, den klare
og den lille minipose.
De er alle designet, så de
følger kroppens anatomi.
Det sikrer stor komfort.

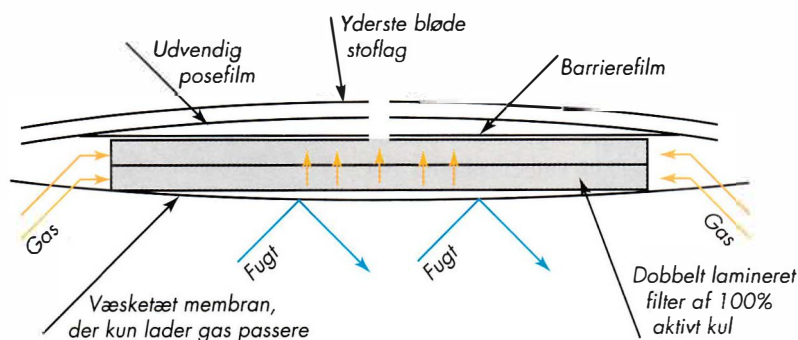
friktion fra hud og tøj. Posen består af en
5 lags folie, der hver især har en funktio-
nel egenskab. endvidere er Nova designet,
så den følger kroppens anatomi. Nova er
et gennemtænkt produkt.

Glæd dig til at prøve Dansac Nova

Vil du opleve de mange nye fordele med
Dansac Nova og få gavn af bl.a. den sikre,
hudvenlige klæber samt garantien mod
lækage, skal du udfylde og sende svar-
kortet med det samme – eller ringe på
tlf. 48 46 50 36.

Den bløde stofbeklædning
er behageligt og hudfarvet.
Den er vandafvisende som din egen
hud og føles meget naturligt at røre ved.

Som det ses er to lag aktivt kul sat sammen, så luft
og gasser får den længst mulige vandring og
dermed bedste filtrering, før de slipper ud.
Det er så præcist dimensioneret, at man på
samme tid minimerer ballondannelse.



D A N S A C N O V A S V A R K O R T

Send mig venligst en gratis prøve.

Stomiens diameter: _____ mm

- ☐ Jeg ønsker en hudfarvet pose (470 ml)
- ☐ Jeg ønsker en klar pose (470 ml)
- ☐ Jeg ønsker en minipose (300 ml)

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____ By: _____

Kuponen sendes i lukket kuvert til:

Dansac Danmark
Lille Kongevej
3480 Fredensborg

dansac



Lolland /Falster

Lokalformand: Marianne Andersen Mejerivej 4 4892 Kettinge. Tlf.: 5487 3100.	Yderligere kontaktperson: Helmuth Hansen, Rødeledsvej 6, 4990 Sakskøbing. Tlf.: 5470 5177.
--	---

Siden sidst

Generalforsamling

Et referat af den årlige generalforsamling, som i år fandt sted 4. marts, kan medlemmerne læse i næste Copa-blad. Vi havde besøg af landsformand Arne Nielsen. Emnet 4. marts: "Er kommunerne så kreative for at spare på pengene, at det går ud over de stomiopererede?"

Familietur til Knuthenborg

Lørdag 13. maj arrangerer lokalforeningen, sammen med Storstrøm Nord, familietur til Knuthenborg Safaripark. Vi mødes ved "Bandholimporten" og mødetidspunkt oplyses ved

tilmelding. Man medbringer selv madkurv og eventuelle drikkevarer samt det gode humør. Vi håber på solskin og tørvejr hele dagen (medbring hellere paraplyer).

Betaling: Foreningen betaler entreen for medlemmerne.

Samkørsel: Det kan arrangeres.

Tilmelding: Senest d. 4. maj til Jytte Wittchen, tlf. 5460 3726 eller Marianne Andersen tlf. 5487 3100.

Vi håber at mange har lyst til at spise i den skønne natur i Knuthenborg Park.

P.b.v.

Marianne Andersen



Næstved

Lokalformand: Merete Møller Ærtebjergvej 28, Lund 4660 Store-Heddinge Tlf./fax: 5650 8042.	Yderligere kontaktperson: Christina Hartmann Vejløvej 108A 4700 Næstved Tlf.: 5570 0664.
---	---

Siden sidst

Aloe-vera

Årets første medlemsmøde er afviklet, når dette læses. Omtale følger i næste blad. Men det kan da oplyses, at emnet var "Aloe vera produkter - især for stomiopererede".

Lørdag d. 1. april kl. 14.00

Dagligstuemøde hos Grethe Christensen, Langedvej 12, Vordingborg.

Vi får besøg af Dansac's Erik Brydholm, som viser nyheder og besvarer spørgsmål.

Tilmelding *senest* mandag d. 27. marts.

Lørdag d. 13. maj

Vi mødes ved Knuthenborg Safaripark iført madkurve og godt humør! Lokalforeningen betaler entré for medlemmer og samkørsel kan eventuelt arrangeres. Nærmere oplysninger ved tilmelding, som *senest* kan ske mandag 1. maj.

Telefonnumrene er som sædvanlig: 5537 2401, Grethe Christensen eller 5650 8042, Merete Møller.

Aktivitetsplan 2000 - Næstved lokalforening

Lørdag d. 26. august

Generalforsamling i Futura-Centret i Næstved.

Lørdag d. 16. september

Høstfest i Vålse med Lolland-Falster.

Lørdag d. 7. oktober

Temadag om Morbus Crohn, Fakse Sygehus.

Lørdag d. 2. december

Julehygge, Fakse Sygehus.

Arrangementerne omtales i øvrigt i bladet, efterhånden som tiden nærmer sig.

Mange COPA-hilsner til alle.

P.b.v.

Merete Møller, formand



Nordjyllands amt

Lokalformand: Flemming Jacobsen Tyttebærvej 7 9530 Støvring. Tlf.: 9837 1630.	Yderligere kontaktperson: Kirsten Møhlenberg, Nielsmindevej 16 9493 Saltum. Tlf.: 9888 1151.
--	---

Siden sidst

Julesammenkomster med god stemning

Hjørring: I november havde vi en julesammenkomst på Hotel Phønix i Hjørring. Vi var ca. 40 personer som med stor appetit konsumerede en overdådig julefrokost med øl og snaps.

Der blev sunget julesange. Det viste sig, at der blandt selskabet var en pianist fra Frederikshavn. Et klaver blev straks kørt ind. Så kom der virkelig gang i klaveret og julestemmerne og stemningen kom i top. Der var tilkendegivelser om at lignende arrangementer skulle være en tradition i Hjørring.

Aalborg: Der har været afholdt den traditionsrige julefrokost i Huset i Aalborg. Ca. 40 personer nød den gode stemning og husets traditionsrige julefrokost med øl og snaps.

Bankospil skabte glæde og forventning om, hvilken gave man nu havde vundet.

HUSET i Aalborg

Arrangementerne den 1. fredag i hver måned fortsætter i HUSET, Hasserisgade 10, Aalborg, kl. 14.00.

Alle er meget velkomne til at komme at få en snak om stort og småt. Der serveres kaffe med kage.

De nærmeste mødedage er: fredag den 7. april og fredag den 5. maj.

Tilmelding er ikke nødvendig, du er velkommen.

Nordjyllands amt fortsætter side 19 og side 20.

Tur til Norge**Besøge NORILCO**

COPA's tur til Kristiansand er nu planlagt og NORILCO's arrangementskomité i Kristiansand glæder sig til nogle hyggelige dage sammen med os fra COPA.

Tid: Torsdag den 25. maj til søndag den 28. maj 2000.

Program: Det er planen, at vi skal sejle med Color Line fra Hirtshals torsdag aften den 25. maj. Sejltiden er 2 timer og 30 min. Ved skibets ankomst til Kristiansand vil NORILCO's arrangements-komité møde os ved skibet og være behjælpelige med at få deltagerne godt installeret på Hotel Scandic Christian Quart. Afstand fra skibet og til hotellet er 200 m. Hotellet ligger centralt i byen, nærved gågader og i et kvarter uden nævneværdig trafik.

Fredag, den 26. maj er der planlagt en Skjærgårdstur med sight-seeingbåd fra Kristiansand til Lillesand. Frokost på et hotel i Lillesand. Herefter returnerer båden til Kristiansand. Fredag aften er fri til gøremål, som den enkelte har lyst og interesse for eller man kan i fællesskab se på byen.

Lørdag den 27. maj er der planlagt en bustur til Byglandfjord, hvor der spises frokost på et hotel. Vi er tilbage på vores hotel i Kristiansand senest kl. 16.00.

Lørdag aften kl. 19.00 er der festmiddag på hotellet. Der vil blive serveret festmiddag med vin til maden, kage og kaffe. Der vil være musik, underholdning, socialt samvær og dans.

Søndag, den 28. maj skal vi rejse hjem med Color Line fra Kristiansand til Hirtshals.

Arrangementerne fredag og lørdag, Skjærgårdsturen til Lillesand, bustur til Byglandfjord og festmiddagen lørdag aften vil vi være sammen med vores venner fra NORILCO.

Det er således, at tilbudet om deltagelse i disse arrangementer også er givet til NORILCO-medlemmer i Vest-Agder (Kristiansand) og Øst-Agder. 2 nabo-lokalforeninger.

Pris: Hvad koster så deltagelsen i en sådan tur til Norge for vores COPA-medlemmer med ægtefælle, ven/veninde og/eller en person man har lyst til at invitere på en Norgestur.

Vi har fastsat prisen til: 1700,- kr pr. person (i dobbeltværelse).

Tillæg i enkeltværelse pr. person: 200,00 kr.

Med i prisen er naturligvis alt hvad der er beskrevet i dette indlæg, færgebillet tur/retur,

hotelophold/3 overnatninger på 1. klasses hotel, udflugter, festmiddag, musik, underholdning og ikke mindst oplevelsen ved at være i Norge og være sammen med venner fra NORILCO, som vil følge os alle dagene i Norge. Herved er der mulighed for at knytte venskaber og kontakter fra land til land.

Mere information: Har du lyst og interesse for at høre nærmere om den planlagte tur til Norge/besøge NORILCO så kan du kontakte lokalformanden i Nordjyllands amt, Flemming Jacobsen, tlf. 98 37 16 30.

Tilmelding: Eventuel tilmelding til Norgesturen bedes foretaget snarest og helst inden den 25. april 2000.

Med venlig hilsen fra
Arrangementskomitéen,
Flemming Jacobsen



INGE - LISE SØRENSEN Aps

SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

STOMI • KOMPRESSIONSSTRØMPER • BRYSTPROTESER
SÅRBEHANDLING • BANDAGER • INKONTINENSPRODUKTER



Rådgivning ved special-
uddannede sygeplejersker



Individuel tilpasning
i eget hjem



Levering fra dag til dag



Intet ekspeditionsgebyr



Fragtfri levering



Salg til private

Badevej 2 ● 3000 Helsingør ● Tlf. 49 21 00 44 ● Fax 49 21 02 57

Nordjyllands amt fortsat:

Generalforsamling

Den ordinære generalforsamling i Nordjyllands amt afholdes således:

Tid: Lørdag 29. april kl. 13.00.

Sted: Aalborg Kongres- og Kulturcenter Restaurant Papegø-jehaven, Papegøjeburet, Europaplads 2, Aalborg.

Bemærk venligst tidspunktet, at generalforsamlingen starter allerede kl. 13.00.

Eftermiddagen vil forløbe som følgende:

Allerede fra kl. 12.30 vil du kunne træffe og tale med sygeplejerske Anne Boel fra ConvaTec. Kl. 13.00 afholdes generalforsamlingen med dagsorden ifølge lokalforeningens vedtægter. Forslag der ønskes behandlet på generalforsamlingen skal fremsendes skriftligt til lokalformanden senest den 21.04.2000.

Efter generalforsamlingen vil der være indlæg og orientering af sygeplejerske Anne Boel fra ConvaTec. Man er selvfølgelig velkommen til at stille spørgsmål til Anne Boel. Men man kan også forberede spørgsmål skriftligt, således at Anne Boel individuelt kan svare hver enkelt spørger.

Under selve generalforsamlingen vil der blive serveret øl og vand. Efter indlægget fra ConvaTec vil der blive serveret kaffe med et eller andet godt kræs. Traditionen tro vil lagkagen ikke blive glemt. Deltagerne skal naturligvis ikke betale noget for dette traktament.

Når vi har nydt kaffebordets glæder en passende tid vil der komme underholdning. Vi har fortsat mulighed for at nyde en kop kaffe eller en øl/vand til underholdningen. Vi har i år været så heldige at kunne træffe aftale med en underholdningsgruppe, som vil give "et hip"

til mange "kendte" personer. Vi vil efter sigende komme til at "ligge flade" af grin. Lad ikke denne chance gå dig forbi tilmeld dig vores generalforsamling. Du er naturligvis velkommen til at tage din ægtefælle, ven/veninde eller en anden som du har lyst til at invitere med til denne gode eftermiddag.

Vi anmoder om en tilmelding med antal personer til et bestyrelsesmedlem *senest den 25. april*.

Bestyrelsen håber, at der igen i år vil være et stort fremmøde til vores generalforsamling, således at mange af vores medlemmer kan være med til at præge, planlægge og bestemme lokalforeningens og stomi-foreningen COPA's aktiviteter i den kommende tid.

M.v.h., Bestyrelsen

Bad og svøm med COPA

Vand er dejligt og kan bruges til mange formål.

Man kan slukke tørsten ved at drikke vand. Man kan vaske sig selv og sit tøj i vand. Man kan opholde sig i vand ved stranden eller i en svømmehal og herved opnå et velvære, få et overskud og fornyede kræfter til dagligdagens udfordringer.

Derfor vil COPA i Nordjyllands amt arrangere bade- og svømmedage. Tilbudet er til både kvinder og mænd i alle aldre, børn og voksne.

COPA i Nordjyllands amt vil økonomisk støtte arrangementet, således at alle som ønsker/har lyst til at bade/svømme kan deltage for en meget lille egenbetaling.

Har man en stomi, kan det være grænseoverskridende at gå i svømmehal. Derfor kan det være betryggende at man er flere med stomi, der tager i svømmehal sammen.

Nærmere oplysninger og tilmelding kan ske ved henvendelse til:

*Niels Erik Nielsen,
Højbovangen 21,
9200 Aalborg SV,
tlf. 9818 4034.*

Vi i COPA ved godt, at man kan slukke tørsten med andet end vand. Så derfor tag nu en rask beslutning og ring til Niels Erik.

Ribe amt

Lokalformand:
Frede Jensen
Langetvedvej 21
6630 Rødding
Tlf.: 7484 7124.

Siden sidst

Licitation af stomihjælpemidler - kommunerne

håndterer uensartet

Medlemsmøde mandag 13. marts, hvor landsformand Arne Nielsen fortæller om foreningens opgaver, bl.a. om arbejdet med at få rettet kommunernes misforståelse og uensartede måde at håndtere udbydelsen i licitation af stomihjælpemidler på.

Lokalforeningen var vært med kaffe og brød.

(I næste Copa-blad vil der eventuelt være et referat fra dette møde).

Jubilæumsfest til maj

COPA i Ribe amt har 20 års jubilæum i år. I den anledning afholdes der fest for medlemmerne torsdag den 11. maj. Festen bliver arrangeret med spisning og underholdning. Nærmere om programmet vil blive tilsendt medlemmerne direkte. Der afholdes generalforsamling samme aften.

Vi håber på et godt og interessant møde og venter at se rigtig mange af vore medlemmer. Festen og generalforsamlingen afholdes på Hotel Kikkenborg i Bramming.

P.b.v.

Hans Jensen

Roskilde amt

Lokalformand:
Erik Kristjansen
Jasminvej 1
4600 Køge.
Tlf.: 5665 3878.

Siden sidst

Generalforsamlingen kunne ikke afsluttes

Mandag den 25. oktober var der generalforsamling på Møllebo i Køge.

Efter at beretning og regnskab var blevet godkendt, blev aktivitetsplanen for 99/2000 fremlagt.

Julestuen mandag den 6. dec. 99 på Møllebo i Køge, i maj møde Duebrødere Kloster i Roskilde, tirsdag den 16. maj, den 17. juni den årlige udflugt, og en bowling aften i august, generalforsamling i oktober.

Som næste punkt er der valg af 2 bestyrelsesmedlemmer, 1 suppleant og 1 revisor.

Men det viste sig at være umuligt at få alle pladser besat i en ny bestyrelse, så vi måtte indkalde til ekstraordinær generalforsamling den 6. december kl. 18.00 på Møllebo i Køge.

Siden sidst

Bestyrelse nu på plads - ekstraordinær generalforsamling og julestue mandag den 6. december.

Her blev Jette Frederiksen valgt for 2 år.

Den nye bestyrelse for 99/2000 i Roskilde amt:

- Erik Kristjansen (formand).
- Jette Frederiksen for 2 år.
- Anni Hulstrøm (kasserer).
- Leo Petersen.
- Lis Gebhard for 2 år.
- Britta Frigast genvalgt som revisor for 1 år.

Efter generalforsamlingen gik vi over til den mere festelige del af mødet: Julestuen.

Igen i år var det en julebuffet og den samme spillemænd som underholdt os med hyggemusik og alle de kendte julesange. Aftenen sluttede med et bankospil med de medbragte pakker som gevinster.

P.b.v.
Erik

Konsulentbesøg og bankospil i Køge 20. marts kl. 19.00

Medlemsmøde mandag den 20. marts kl. 19.00.

Møllebo, Københavnsvej 3, 4600 Køge.

Vi får besøg af Coloplasts konsulent, som vil vise os det sidste nye i hjælpemidler.

Kaffe og bankospil.

Vi hygger os med et bankospil og en kop kaffe, mødet slutter ca kl. 22.00.

Vel mødt.
Erik



Sønderjyllands amt

Lokalformand:
Sv. Kjærsgaard Jensen
Møllehaven 2A, 6430 Nordborg.
Tlf.: 7445 4204 (bedst efter 17.00).

Generalforsamling og besøg af Kirstine Hardam

Den årlige generalforsamling afholdes tirsdag den 21. marts kl. 19.00 på Folkehjemmet i Aabenraa.

Forhandler Kirstine Hardam, Holstebro vil være tilstede.

Forslag til generalforsamlingen skal ske skriftligt til lokalformanden Sven Kjærsgaard Jensen, senest otte dage før generalforsamlingen.

Dagsorden ifølge vedtægterne.

Lokalmøde i Haderslev

Livskvalitet

Haderslev, tirsdag den 7. marts kl. 19.00 på Haderslev Sygehus.

Sognepræst H.A. Kallenbach vil fortælle om livskvalitet. En konsulent fra firma Hollister vil være tilstede.

Tilmelding ønskelig til Anne Lise Hede tlf 7452 0091 eller Jytte Holdt tlf 7450 6333.

Lokalmøde i Tønder

Underholdning

Tønder, onsdag den 5. april kl. 19.00 på Omsorgscentret, Ribe Landevej 37, Tønder.

Konsulent Carina Pedersen fra

(Sønderjyllands amt fortsætter næste side)

Kirstine Hardam

Vi har altid førende produkter på lager!

Coloplast

dansac®

HOLLISTER

ConvaTec

biohol 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 ekspeditionsomkostninger.
- Ingen grænse for mindste leverance.
- Fordelagtige priser
- Konsulentbistand



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

firma Dansac vil være tilstede og der er underholdning som tidligere år.

Tilmelding ønskelig til Anne Lise Hede tlf 7452 0091 eller Hans H. Lorenzen tlf 7473 8141.

Lokalmøde i Sønderborg

ConvaTec på besøg

Sønderborg, onsdag den 12. april kl. 19.00 på Sønderborghus.

Konsulent Anne Boel firma ConvaTec vil være tilstede.

Tilmelding ønskelig til Sven Kjærsgaard Jensen tlf 7445 4204 bedst efter kl. 17.00.

Bustur

Udflugt til Dansac i Fredensborg

Den årlige bustur lørdag den 6. maj 2000, går til firma Dansac som producerer stomiposer.

- Afgang fra Sønderborg kl. 7.00 ved P-pladsen ved Arnkilgade / Sydvang.
- Afgang fra Aabenraa kl. 7.30 ved Madevej.
- Afgang fra Haderslev kl. 7.50 ved P-plads Hertug Hans Gade.

Undervejs ved Odense stiger konsulent Carina Petersen firma Dansac på bussen. Ca. 12.00 ankommer vi til Dansac i Fredensborg, hvor frokosten står parat. Efter frokosten bliver vi vist rundt på fabrikken og ser hvordan stomiposer bliver lavet. Ca. kl. 15.00 er der kaffe. Ca. kl. 16.00 går turen hjem med ankomst til Haderslev ca. kl. 20.55, Aabenraa ca. kl. 21.15 og til Sønderborg ca. kl. 21.45. Prisen for denne spændende tur er 100 kr. pr. person. Der er plads til 40 personer.

Tilmelding senest fredag den 28. april til Anne Lise Hede tlf 7452 0091 eller Jytte Holdt tlf 7450 633 eller Sven Kjærsgaard Jensen tlf 7445 4204.

P.b.v.

Sven Kjærsgaard Jensen

Vejle amt

Lokalformand:
Lis Obel Jakobsen
Overgade 5, Skærbæk,
7000 Fredericia.
Tlf.: 7556 2820.



Efter endt kamp blev der serveret kaffe med kringle og chokolade.

Bowling og sjov

8. december var vi atter samlet i COPA-klub Vejle. Denne gang var vi ude at bowle. Vi spillede en time og der var godt gang i både spillerne og kugler. Vi havde det rigtig sjovt. Der blev grinet og spillet - og alle var enige om at gentage spillet en anden gang.

Med sved på panden og efter endt kamp, fik vi serveret kaffe med kringle og chokolade.

Det var en dejlig eftermiddag, som vi glæder os til at gentage.

Så vi glæder os allerede til at

skulle mødes til Bowling igen den 12. april kl. 15 - 17 i Eng-havecentret i Vejle. Skulle der være nogle der har lyst til at deltage, som ikke var med sidst, er de hjertelig velkomne.

Venlig hilsen,
COPA-klub i Vejle,
Licy Rasmussen

Viborg amt

Lokalformand:
Inga Vestergaard Andersen
Fårtoftevej 144, 7700 Thisted.
Tlf.: 9792 1597.

Udflugt til Norge

Se under
Nordjyllands amt
dette blad side 19.

Vestsjællands amt

Øvrige kontaktpersoner:
Ragnar Bodi, Møllevej 4
4293 Dianalund.
Tlf.: 5826 4824.
Per Madsen, Kærvej 12
4270 Høng.
Tlf.: 5885 3149.
Rigmor Nielsen, Kildevej 8
4520 Svinninge.
Tlf.: 5926 5746.

Lokalformand:
Torben Hansen
Højbogårdsvej 43
4100 Ringsted.
Tlf.: 5761 5623.
E-mail: copadk@hotmail.com

Nye COPA-lokaler i Ringsted

Lørdag 11. marts beså lokalforeningen Vestsjællands amt de nye COPA-lokaler i Ringsted. Mere herom i næste blad.

Generalforsamling

Generalforsamling afholdes 27. maj. Nærmere vil tilgå det enkelte medlem og støttemedlem.

P.b.v., Torben Hansen



Århus amt

Lokalformand:

Henning Granslev
Bavnegårdsvej 110, Kolt
8361 Hasselager
Tlf.: 8628 1124 (bedst 14.00 - 18.00).

Yderligere kontaktperson:

Lis Lene Carstensen,
Danmarksgade 9, 3.th.,
8900 Randers
Tlf.: 8642 6979.

Generalforsamling 18.marts

Lørdag den 18. marts afholder lokalforeningen ordinær generalforsamling i Langenæs Handicap Center, Langenæs Allé 21, Århus.

Vi starter kl. 12.30 med frokost og en øl/vand. Næste punkt bliver generalforsamlingen med følgende punkter.

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassereren aflægger regnskab.
4. Behandling af evt. indkomne forslag.
5. Valg. I år valg af 2 bestyrelsesmedlemmer og 1 suppleant.
6. Valg af revisor og revisorsuppleant.
7. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen vil salgsschef Allan Kristiansen

vise nye produkter fra Holister. Lene Boizas fra Nyrop & Maag, Sønder Allé Århus har de nye „posemodeller“ med fra de øvrige stomiposeproducenter.

Sygeplejerske Birthe Nissen fra stomiambulatoriet på Århus Amtssygehus deltager i mødet. Birthe vil være behjælpelig med at svare på og give gode råd om stomipleje.

Der bliver serveret kaffe med brød.

A.h.t. bestilling af fortæring bedes du/I venligst ringe for tilmelding

senest
den 16. marts til :

Lis Lene Carstensen,
tlf. 8642 6979

eller
Henning Granslev,
tlf. 8628 1124

(bedst mellem kl. 14 og 18).

Ekstra tilbud 12. april

Onsdag den 12. april kan du få gode kost og vitaminråd. Kirsten Nygaard Sørensen fra „Livshjulet“ vil være til stede på Langenæs HandicapCenter, Langenæs Alle 21, fra kl. 16 til kl. 19. Altså, på samme tidspunkt som vores tilbud om rådgivning til stomiopereerede. Måske kan det være, at julefesterne og vintermaden har sat lidt for tydelige spor på dig. Bukserne kan ikke mere nå sammen. De er måske vasket i for varmt vand, siden de er blevet så små? Det kunne jo også være, at kostvanerne skal lægges lidt om. Kirsten kan denne eftermiddag give dig en kost/vitaminplan. Så er det op til dig, om du og din krop bliver klar til at blive beundret på stranden af andre end dig selv.

COPA skal nok være parat med en kop kaffe eller the, måske også et stykke brød, evt. et stykke gulerodskage (det er kun lidt usundt). Men pas på vægten og formen!

Måske får du serveret
gulerodskage 12.april.

Svømmeaften 26. april

Onsdag den 26. april er der atter et godt tilbud til „vandhundene“. Kl. 18.00 mødes vi ved indgangen til Svømmehallen, Spanien. Efterkolde og varme bade, boblebad, svedetur i sauna eller dampbad venter den store præmie til alle: en øl eller vand, en let anretning og en kop kaffe.

Sammen vil vi finde en restaurant, hvor deltagerne vil få overrakt præmien (af en tjener).

Dette tilbud er så billigt, at du ikke bør holde dig tilbage. COPA betaler entre til badet og præmierne.

Tilmelding senest den 25. april
til Henning Granslev,
tlf. 86 28 11 24
(bedst mellem kl. 14 og 18).

(Århus amt
fortsætter næste side)

FS 22

din faglige stomipleje

En faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi.

Vi afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan, samt oplysningsvirksomhed for sygeplejersker og interesseorganisationer. Herunder informationer om udenlandske kongresser og rejser. Vi medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark, som løbende opdateres i vort fagblad.

StomiNyt

Ønsker du en nærmere tilknytning eller orientering gennem vort fagblad, da kontakt venligst:

Formand: Lena Thomsen, Klarup Kirkevej 40, 9270 Klarup
tlf.: 98 31 75 15

Næstformand: Kirsten Bach, Horsens Sygehus, 8700 Horsens
tlf.: 79 27 44 44

Forårs- eller sommertur

Lokalafdelingen har tænkt på en eftermiddagsudflugt i slutningen af maj eller først i juni. Vi vil sammen tage på sight-seeing med Århus Sporveje rundt i vores by. Bagefter vil der være kaffebord i Den Gamle By. Her kan vi samtidig se, hvor langt håndværkerne er kommet med opbygningen af Den gamle Møntmestergård. Dato om denne kaffetur og vores sommerudflugt vil blive annonceret i næste Copa-blad.

Randersklub Sæsonafslutning 24.marts

Fredag den 24. marts er der sæsonafslutning i Fritidscentret, Vestergade, Randers.

Fra kl. 14 til 17 er der kaffe og socialt samvær.

Kl. 17.45 inviterer COPA igen til 'Spis og Bowl' på Backstreet Bowl i Slotsgade.

Sidst var der 30 deltagere, som havde en virkelig sjov aften. Vi håber på, at endnu flere vil være med denne gang. Man behøver bestemt ikke være sportsmenneske for at lege med. Samtidig er det et festligt punktum for sæsonens hyggeklubmøder. Kom og vær med.

Vi skal jo bestille baner i forvejen, så vi må bede om forhåndstilmeldinger *senest den 17. marts* enten til Anna Marie Mallings Olesen, tlf. 8643 4337 eller Lis Lene Carstensen, tlf. 8642 6979.

*Hilsen og på gensyn
Anna Marie og Lis Lene*

Støtte fra Lions Club til Århus

Hurra, igen i år har COPA fået økonomisk støtte til medlemspleje her i lokalafdelingen. Fra Lions Club, Viby J har vi modtaget en check på kr. 4.000. Vi er meget

Silkeborgklub

Næste møde 23.maj

Mandag den 7. februar var der mødt 30 personer op til møde i Rosengårdscetret. Efter en kort indledning gav vi ordet til diætist Birthe Møller, som fortalte om kost og kostvaner for stomister. Desværre skulle Birthe konkurrere med et timandsorkester, idet der var folkedans i et tilstødende lokale. Det var ikke Birthes skyld, hvis alle de gode råd ikke blev helt opfattet eller hørt. Hun gjorde, i hvert fald, hvad det var menneskeligt muligt for at prøve at overdøve den ellers udmærkede musik. Men hver ting til sin tid. Sygeplejerske Pia Ahrendorf var tilstede og besvarede de mange spørgsmål om stomi m.m. fra de fremmødte.

Lokalformanden Henning Granslev kom forbi for at hilse på medlemmerne. Han deltog i mødet en times tid, og havde som altid sit gode humør med. Der blev aftalt et nyt møde i Silkeborg den 23. maj. Deltagerne ønsker denne aften at få besøg af forhandler Kirstine Hardam fra Holstebro.

*Med venlig hilsen
Kirsten*

PS: COPA har reserveret Rosengårdscetret den 23. maj og Kirstine har givet tilsagn om at komme til Silkeborg. Så sæt allerede nu kryds i kalenderen dannedato. Læs om dette møde i næste Copa-blad.

Ønskes oplysninger om Silkeborgklubben, kan Kirsten Andersen fortælle mere om lokalklubben.

Kirsten har tlf. 86 81 34 62.

taknemlige for denne støtte. TAK.

Husk at støtte Lions-Clubberne i Århus amt og Fønix Musik, Århus.

De støtter din lokalafdeling.

Stor medlemsfremgang i 1999

I Århus Lokalafdeling har der i 1999 været en fremgang på 66 medlemmer, stigende fra 359 pr. 1.1.1999 til nu 425 pr. 1.1. 2000.

Det er meget flot.

Tak til alle som fortæller stomiopererede om COPA. Her tænker jeg på både plejepersonale, forhandlere og vores medlemmer.

*På vegne af Århus
Lokalforening
Henning Granslev*

Nordjyllands -, Viborg - & Århus amt: **Udflugt til Norge**
Se under Nordjyllands amt dette blad side 19.



Ungdomsgruppen

Kontaktpersoner:

Øst: Else-Marie Schmidt
Onkel Petersvej 2
3300 Frederiksværk.
Tlf.: 4774 2217.

Vest: Dorthe Nielsen
Gåskærgade 29, 2.th.
6100 Haderslev
Tlf.: 7453 6460.

Nordisk sommerlejr på Rødhus Klit feriecenter

Fra 16. august til 20. august samles de nordiske ungdomsgrupper her i Danmark. Der er 80 personer, der kan deltage.

og I kan godt begynde at melde jer til nu.

Alderen er sat fra 18 til 35 år. Der kommer mere i næste blad om det, men I er velkommen til at ringe til mig allerede nu.

M.v.h., Else-Marie Schmidt



Forældregruppen

Lisbet Refer Dalsgaard
Bredmosevej 16, Elsborg
8840 Rødkærsbro
Tlf. 8665 9012.

Møde i forældregruppens styregruppe

Vi holdt møde lørdag d. 5. februar i Randers. Vi havde en god eftermiddag med bl.a. gennemgang af evaluerings-skemaerne fra oktober 1999.

Vi planlagde tur for juniorgruppen her til foråret, som I kan læse mere om i næste blad.

Vi fik også planlagt en del til vores 'Familieweekend' d. 13. til 5. oktober. Har I nogle ideer til 'Familieweekend', så håber vi I kontakter en af os:

Lisbet Refer Dalsgaard,
tlf. 8665 9012
e-mail:
L.refer@mail.tele.dk

Rolf Nielsen
tlf. 8628 7474
e-mail:
PN-Plandekoration@mail.tele.dk

Gitte Poulsen
tlf. 8640 2402
e-mail:
gitte.poulsen@get2net.dk

*Hilsen
Gitte Poulsen*

FORENINGS MEDDELELSER

Ny COPA-landsformand skal vælges til april

På COPA's hovedbestyrelsesmøde til april, der bliver afholdt på sekretariatets nye adresse i Ringsted, skal der vælges en ny landsformand.

I næste Copa-blad kan du læse mere om dette.

Marianne Hemmingsen, lokalformand i Københavns amt og Henning Granslev, lokalformand i Århus amt. Begge har været med i COPA's hovedbestyrelse i mange år. Begge har altid et glimt i øjet samtidig med de har gjort - og gør - et kæmpe arbejde for COPA. (Her fotograferet ved et tidligere hovedbestyrelsesmøde).



Frede Jensen, lokalformand i Ribe amt og Britta Mogensen, sekretariatsleder. (Her fotograferet ved et tidligere hovedbestyrelsesmøde).

Grethe Nielsen, lokalformand i København/Frederiksberg og Lisbet Refer Dalsgaard, forældregruppen. (Her fotograferet ved et tidligere hovedbestyrelsesmøde).



COPA's sekretariat har holdt flyttedag

COPA har fået ny adresse: *Sankt Hansgade 26 B, 4100 Ringsted.*

Sekretariatsleder Britta Mogensen er godt tilfreds med den

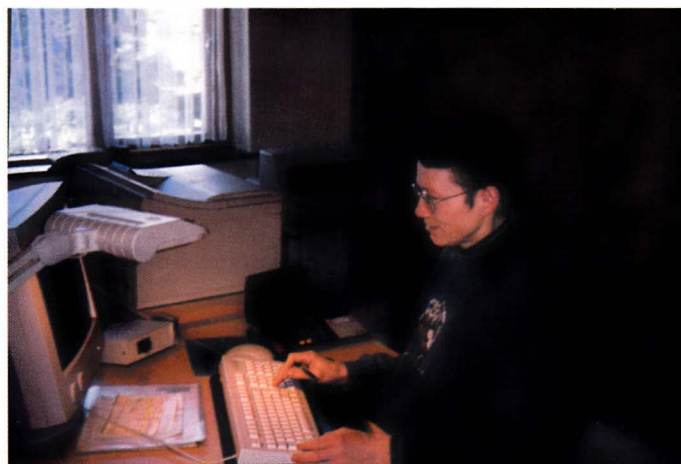
nye lokalitet. På den gamle adresse havde man nogle problemer med udlejerens forståelse for vedligeholdelse, og dertil kommer, at den tidligere lokalitet var en barak. Nu bor

COPA's sekretariat i et gedigent murstenshus med atmosfære.

Der har tidligere været 'Lysbadeanstalt' i lokalerne, men denne aktivitet er nu kun i husets kælderetage.

Torben Hansen og Erik Kristjansen, lokalformænd Vestsjællands amt og Roskilde amt, samt landsformand Arne Nielsen har hjulpet med at få tingene flyttet.

Britta Mogensen er kommet på plads i de nye lokaler. Nu kan der atter arbejdes bag computeren.





Tag med på KANOTUR på Gudenåen

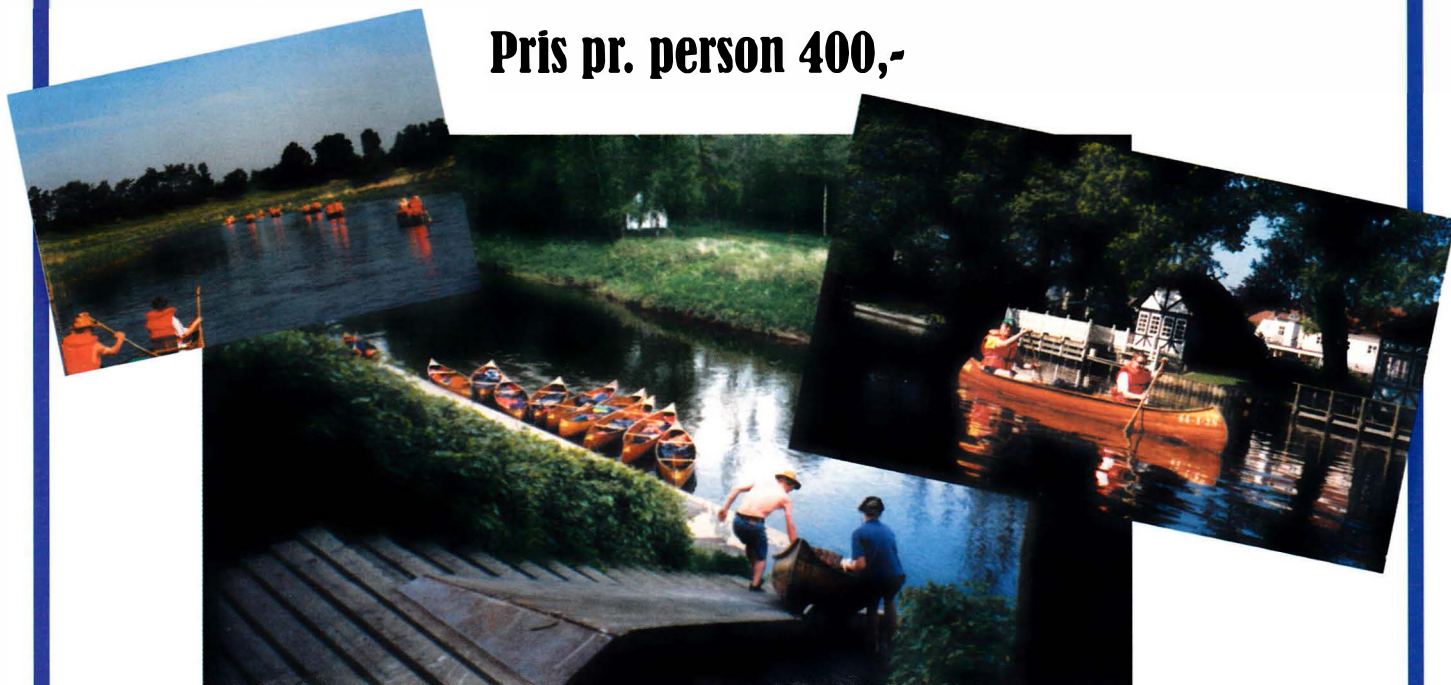
fra onsdag den 31. maj - lørdag den. 3. juni.

Er du fyldt 10 år og har du lyst til at komme alene på tur, har du nu muligheden for at komme ud og opleve naturen fra dens allersmukkeste side sammen med andre stomiopererede. Søskende over 10 år kan også komme med.

Vi sejler i 2 dage og overnatter på vandrehjem. Vi mødes onsdag aften i Silkeborg og slutter lørdag morgen i Randers.

Vi har engageret erfarne kanoturledere og alle tænkelige sikkerhedsregler vil blive overholdt. Gå ikke glip af denne spændende tur spækket med oplevelser.

Pris pr. person 400,-



✂ send tilmeldingen straks - hellere i dag end i morgen - vi får alle tiders sjove, herlige, festlige og uforglemmelige tur.

Navn(e) _____ Telefon: _____

Gadenavn/postnr./by: _____

Tilmeldingen sendes til COPA, Sekretariatet, Sct. Hansgade 26B, 4100 Ringsted. Program, praktiske oplysninger, adresser og telefonnumre på overnatningssteder og girokort fremsendes først i april.

For yderligere oplysninger er I velkomne til at kontakte Lisbet Refer Dalsgaard på telefon 8665 9012.

Danske apoteker består ikke en ligebehandlingstest

ÅRSBERETNING

Status over udviklingen i
ligebehandlingen af handicappede.

Årsberetning 1999.

CENTER FOR

LIGEBEHANDLING AF
HANDICAPPEDE.

2000.Hf. 134 sider.

Skal kørestolsbrugere sidde på fortovet udenfor apoteket og bestille deres medicin? Hvordan får blinde oplysninger om medicinens anvendelse og eventuelle bivirkninger? Er det nødvendigt, at apotekeren råber for at forklare den hørehæmmede, hvordan han eller hun anvender sin medicin?

Handicappede er også kunder på landets apoteker. Men mange apoteker er dårligt indrettet på at betjene handicappede kunder. Det fremgår af en undersøgelse, som Center for Ligebehandling af Handicappede har foretaget af apoteker, apoteksfilialer, medicinudleveringssteder m.v., og hvis resultater offentliggøres i Centrets årsberetning for 1999.

Kun godt 60% af landets apoteker er indrettet, så personer i kørestol uhindret kan komme ind på apoteket. Bedre ser det ud i håndkøbsudsalgene og på medicinudleveringsstederne, som ofte er placeret i indkøbscentre og andre forretnings typer. Her er det kun 18%, som ikke er tilgængelige. Kun 3 ud af 283 apoteker, filialer og ud salg m.v. har installeret en teleslynge ved betjeningsskranken, så man kan tale i normalt toneleje til hørehæmmede.

Som blind eller svagsynet er man i særlig grad vanskeligt stillet i forhold til at få de relevante oplysninger om f.eks. medicinens anvendelse og bivirkninger. Den type oplysninger findes typisk som skriftlig information enten på

selve pakningen eller som indlægssedler i emballagen - og ofte i en meget lille skriftstørrelse.

Centerleder Mogens Wiederholt, siger i en kommentar til undersøgelsen:

- Undersøgelsen viser tydeligt, at der er lang vej igen, før vores apoteker kan bestå en ligebehandlings-test. Apote-

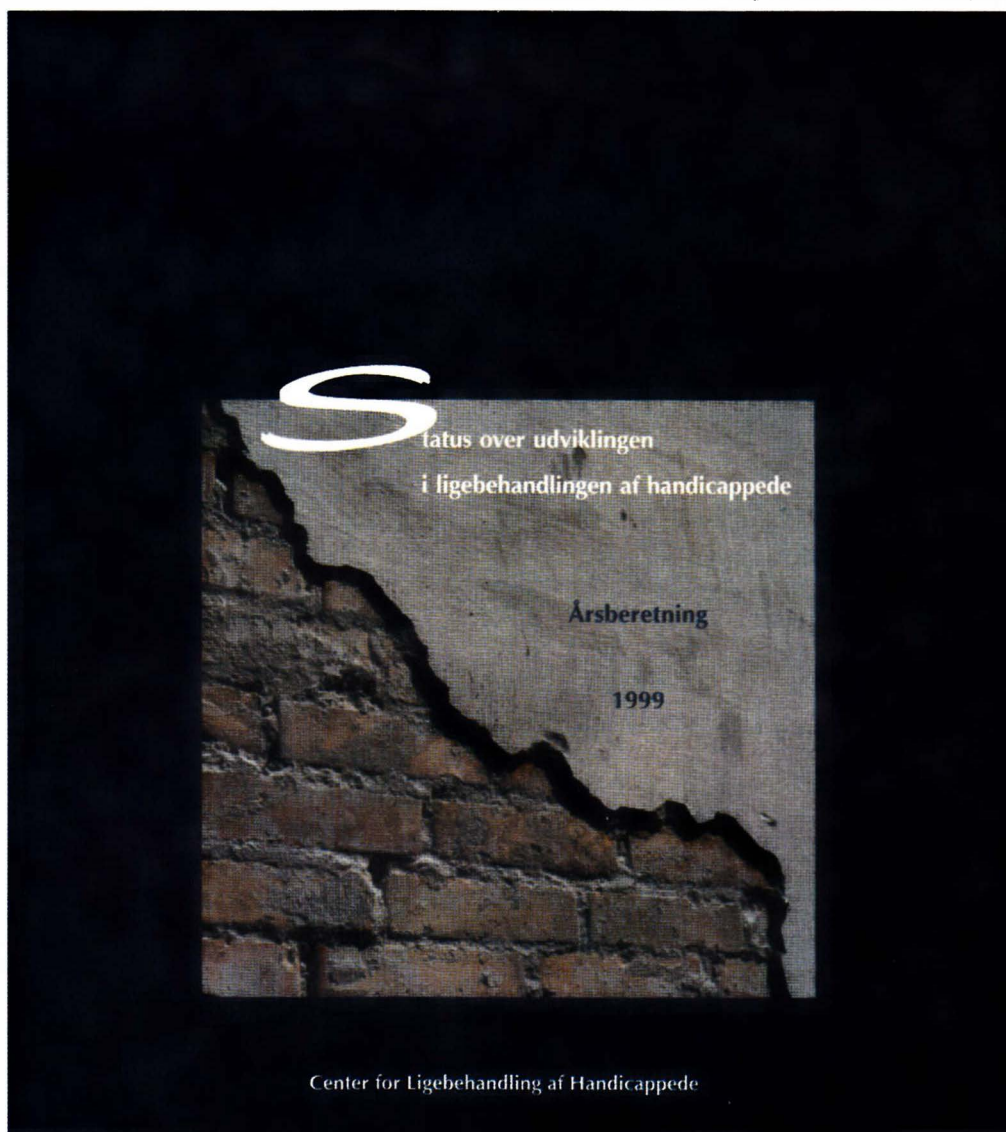
kerne gør utvivlsomt meget for at få den daglige betjening af handicappede til at fungere. Men viden om, hvordan man sikrer den fysiske tilgængelighed og adgangen til information, så man sikrer en god og frem for alt ligeværdig betjening af handicappede, er klart en mangelvare".

Centerleder Mogens Wiederholt fortsætter: - "Jeg tror de færreste apoteker gør sig klart, hvor uværdigt det føles at sidde på et fortov blandt forbipasserende og drøfte de ofte intime og private forhold, der kan være forbundet med helbred og medicinbehov eller tilsvarende

at få udbasuneret sit ærinde over hele apoteket, når personalet taler unødigt højt til den hørehæmmede, fordi der ikke er nogen teleslynge ved ekspeditionsskranken.

Information om lægemidlerne udgør et helt særligt problem. For blinde og svagsynede og andre med svære læsevan skeligheder er det stort set umuligt at orientere sig i det skriftlige materiale, som følger med medicinen. Det kan godt være, at apoteket informerer mundtligt om medicinen ved udleveringen, men når man kommer hjem og har glemt, hvad apotekeren sagde, så er indlægssedlen stort set til ingen hjælp". ■

Center for Ligebehandling af Handicappede har udgivet en årsberetning, der beskriver en lang række problemstillinger, hvor handicappede endnu ikke er ligestillet i det danske samfund.



Harmoni - til kamp mod overvægt

NY BOG

Der er ikke ret mange madopskrifter i Anne Larsens nye bog, 'Vejen til hjertet'. Til gengæld rummer bogen - meget detaljeret og meget personligt - Anne Larsens opskrift på at finde sig selv gennem kostomlægning, selvindsigt og motion.

Med bogen bidrager Anne Larsen med hud og hår - og med sig selv som indsats - til at landets hundredtusinder af overvægtige også kan finde deres veje...

Et uddrag fra bogen:
side 141-144.

Slow Food

"Skal man virkelig være effektiv, skal man tage den med ro". Carlo Petrini, grundlægger af slowfood-bølgen.

Slow food betyder »langsom mad«. Begrebet stammer oprindeligt fra Italien (selv om det ikke klinger synderlig italiensk) og har bredt sig verden over, også til Danmark.

Slow food handler om at have venerationsfølelse for den rene og velsmagende råvare, eksempelvis en gedigen kartoffel, en lødig kylling, en ærlig gulerod eller pastinak og behandle den med respekt. Man tilbereder og indtager maden i fællesskab, og lader sig ikke jage af uret og tidnød. Man samtaler under måltidet og får

kvalitet ud af måltidet, socialt, nydelsesmæssigt og ernæringsmæssigt. Det handler om gastronomisk kulturarv.

Vi skal have store køkkener. Køkkener, hvor vi kan være sammen - og så skal vi have børnene op på køkkenbordet og med i processen. Vi skal give os tid - tid sammen med nære og kære, både når vi køber ind, når vi tilbereder maden, og når vi indtager den. Det giver maden den plads i livet, som den skal have, så den i den sidste ende kan være med til at gøre livet godt og vigtigt.

Selv om det er dejligt med god plads, er det ikke en forudsætning for, at du kan have familien med i køkkenet. Mange af os kan skrælle en gulerod hurtigere end vores yngste, men gør vi det, går vi også glip af vidunderlige og sjældne øjeblikke sammen. Hiv ungerne ind på skift, på forskellige dage, find ud af hvad der fungerer for jer. En ting garanterer jeg: Alle, der har bidraget til madlavningen på en eller anden måde, vil få et andet og mere vedkommende forhold til det der bliver sat på bordet.

Slow food i Danmark udgiver hvert år slow food guiden, der er en kulinarisk vejviser til de gode råvarer. De udgiver også hvert år en spiseguide til Danmarks bedste restaurant; som ikke nødvendigvis er fedt-

fattige, men de er sunde. Det er helt op til den, der besøger en af disse restauranter, at spørge om muligheden for at spise fedtfattigt.

Ud med tv

- ind med spisebordet

Min holdning er, at vi skal have spisestuerne åbnet igen - bare frem med spisebordene!

Spisebordet skal være husets største møbel. Jeg ser til tider sofaborde, der har udkonkurreret spisebordet, fordi familien efterhånden indtager størstedelen af sine måltider her - med øjnene klæbet til fjernsynsskærmen.

Når du kører bil eller ser tv, bruger du størstedelen af din opmærksomhed på trafikken (og godt for det) eller tv-udsendelsen.

Spiser du derimod samtidig med, at du ser fjernsyn, er din opmærksomhed langt væk fra det væsentlige - nemlig måltidet: Hvordan smager det? Hvordan ser det ud? Og - ikke mindst - er du ved at være mæt? Du kan kværne en hel tallerken kartoffelmos med sovs og kødboller og - bortset fra den bombede fornemmelse i hele kroppen - alligevel være i tvivl om, hvorvidt du overhovedet har spist. Fjernsynet har ikke blot fjernet dit syn fra maden. Det har også fjernet din erindring om den.

Også når jeg er alene, sætter jeg mig altid ved spisebordet, når jeg skal spise. Sørger for at dække pænt op, anretter maden lækkert. Det kunne ikke længe falde mig ind at snyde mig selv for oplevelsen af et sundt og lækkert måltid, tilberedt og anrettet med kærlighed.

Når du spiser, skal du kun koncentrere dig om det og de mennesker, du måtte være sammen med, og ikke have gang i en hel masse andre ting samtidig. Det forfladiger maden, samværet og gør alting ligegyldigt og til- lader dårligt tilberedt mad af dårlige råvarer at slippe forbi



"Vi skal give os tid - tid sammen med nære og kære, både når vi køber ind, når vi tilbereder maden, og når vi indtager den".

kvalitetskontrollen, der er optaget andetsteds.

Hver ting til sin tid.

Lær at skelne dine behov fra andres forventninger

Selvindsigt handler bl.a. om at få indsigt i, hvilke behov og forventninger man selv har - og hvilke der er omverdenes.

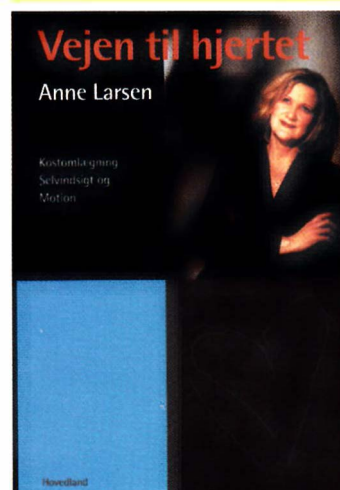
Disse forhold kan være påvirket af:

- din egen fysiske og psykiske tilstand;
- sociale relationer;
- arbejde;
- bolig;
- økonomi;
- kost.

Før du kan ændre din adfærd, skal du tage udgangspunkt i dit eget liv - og du skal lytte til dine behov og længsler.

Du skal ikke ændre adfærd, fordi andre synes det. Du skal ændre adfærd, fordi du ønsker det.

Når du står ved A og ønsker at komme til B, så skal du måske have støtte til at finde ud af, hvordan du kan komme dertil, men det er dig, der lægger ruten. Jeg kan fortælle dig, hvad du kan gøre - ikke hvad du skal gøre. Det kan du kun selv - bl.a. ved at se indad - træne din selvindsigt - og lytte til de ønsker du har i dit hjerte. Vi er alle noget ganske særligt. Det er den måde vi vælger at gå vejen også. ■



"Vejen til hjertet er en kærlighedsbog fra mig til dig. I ord fortæller den, hvordan jeg fandt vejen til mit hjerte og dermed mig selv gennem kostomlægning, selvindsigt og motion," skriver forfatteren Anne Larsen i forordet til sin nye bog.

Anne Larsen: Vejen til hjertet. Forlaget HOVEDLAND. 2000. 356 sider; illustreret med fotos og enkelte figurer. Kr. 225,-.

PRODUKTINFORMATION

Assura Plus mini kolostomiposer

PRODUKTINFORMATION

Af: Charlotte Wolny Risom

Junior produktchef, Coloplast Danmark A/S

Nu fås Assura Plus lukket også i mini poser.

Som led i den løbende udvidelse af Assura Plus sortimentet, som finder sted på baggrund af ønsker og opfordringer fra brugerne, introducerer vi nu følgende varianter i både 1-dels og 2-dels:

1-dels opklipbar:

- w 12110 - Blød for- og bagside
- w 12120 - Dekoreret blød for- og bagside.

2-dels i 50 mm ringstørrelse:

- w 12315 - Transparent
- w 12335 - Dekoreret blød for- og bagside.



Hvis du ønsker mere information, eller ønsker produktprøver, så kontakt Coloplast Danmark på telefon 4911 1208 eller udfyld kuponen i annoncen her i bladet. ■

Nye regler for medicintilskud

1. marts trådte de nye regler for medicintilskud i kraft.

Tidligere sundhedsminister Carsten Koch udtaler i en pressemeddelelse:

"De kommende regler tilgodeser de mennesker, der har det største behov for medicin. Reglerne er indrettet sådan, at man får mere tilskud jo mere medicin, man bliver nødt til at købe. Det er en gennemsolidarisk ordning, der vil være til stor hjælp og nytte for de mest syge med det største medicinbehov.; derfor skuffer det mig, at visse patientorganisationer har valgt en så negativ holdning".

Carsten Koch fortsætter: "Jo mere medicin, man køber på et år, jo mere tilskud får man, så ordningen medfører, at det bliver billigere for de patienter, der har størst behov for medicin. Man kunne med større berettigelse frygte, at den tidligere ordning, hvor alle fik samme tilskud uanset behov, kunne medføre, at de patienter, der har store medicinudgifter, af økonomiske grunde ikke fik den medicin, de har brug for. Med de gamle regler har de mennesker med størst behov - og dermed betydelige udgifter - ikke altid tilstrækkeligt grundlag for at købe medicinen. Men med de nye regler, er der ikke økonomisk grund til at undlade at købe medicinen - tværtimod - de får mere tilskud. De nye regler er ment som en hjælp til de sygeste og svageste. Det er en fundamental pointe med hele omlægningen, der i øvrigt er vedtaget med et stort flertal i Folketinget", slutter Carsten Koch. ■



Medicintilskud til personer over 18 år

Medicinudgift pr. år	Tilskud
0 - 500 kr.	Ingen tilskud.
500 kr - 1200 kr.	50% tilskud til den del af udgiften, der ligger mellem 500,-kr og 1200,- kr.
1200 kr - 2800 kr.	50% tilskud til den del af udgiften, der ligger mellem 500,-kr og 1200,- kr. og 75% tilskud til den del af udgiften der ligger mellem 1200,- kr og 2800,- kr.
> 2800 kr.	50% tilskud til den del af udgiften, der ligger mellem 500,-kr og 1200,- kr. og 75% tilskud til den del af udgiften der ligger mellem 1200,- kr og 2800,- kr. Tilskud på 85% til udgiften der overstiger 2800,- kr.

Mødekalender

marts - april - maj 2000

DATO / TID	STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR	DATO / TID	STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR
20-03 kl. 19.00	Møllebo, Københavnsvej 3, 4600 Køge. Medlemsmøde med bankospil. <i>Roskilde amt</i>	12-04 kl. 17.00-19.00	Sygehuset Øresund, Helsingør. Åbent hus. Rådgivning. <i>Frederiksborg amt</i>
21-03 kl. 19.00	Folkehjemmet, Aabenraa. Generalforsamling. <i>Sønderjyllands amt</i>	12-04 kl. 16.00-19.00	Langenæs HandicapCenter, Århus. Rådgivning + kost- og vitaminråd. <i>Århus amt</i>
29-03 kl. 10.45	Post og Tele Museum, Købmagergade 37, Kbh. K. Museumsbesøg. <i>København/Frederiksberg</i>	26-04 kl. 18.00	Indgangen til Svømmehallen Spanien, Århus. Svømmeaften + spisning. <i>Århus amt</i>
01-04 kl. 14.00	Langedvej 12, Vordingborg. Dagligstuemøde. Nyt fra Dansac v. Erik Brydholm. <i>Næstved</i>	02-05 kl. 14.00	Pilegården, Brønshøjvej 17, Brønshøj. Cafémøde med besøg af ConvaTec. <i>København/Frederiksberg</i>
01-04 kl. 13.00	Omsorgscentret, Tønder. Lokalmøde. <i>Sønderjyllands amt</i>	05-05 kl. 14.00	Huset, Hasserisgade 10, Aalborg. Fredagsmøde. <i>Nordjyllands amt</i>
05-04 kl. 19.00	Sønderborghus, Sønderborg. Lokalmøde. <i>Sønderjyllands amt</i>	10-05 kl. 17.00-19.00	Sygehuset Øresund, Helsingør. Åbent hus. Rådgivning. <i>Frederiksborg amt</i>
05-04 kl. 14.00	Huset, Hasserisgade 10, Aalborg. Fredagsmøde. <i>Nordjyllands amt</i>	06-05 kl. 07.00	P-pladsen ved Arkildgade/Sydvang. (Andre opsamlingssteder og tider, se side 22) Bustur til Dansac, Fredensborg. <i>Sønderjyllands amt</i>
12-04 kl. 19.00	Præstevænget 20, Ballerup. Medlemsmøde. <i>Københavns amt</i>	13-05 kl. ca. 10.00	Knuthenborg Safaripark. Familieudflugt med madkurv. <i>Næstved & Lolland/Falster</i>
		13-05 kl. 11.00	Skovtur med madkurv. <i>Bornholms amt</i>

Stomiambulatorier / Stomiklinikker

Postnr	Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
2200	Rigshospitalet, Stomienheden, afd. C2-12-3 2200 Kbh. N	35 45 24 26 (08.00 - 09.00)	Efter aftale alle hverdage
2400	Bispebjerg Hospital, Stomiambulatoriet 2400 Kbh. NV	35 31 26 96 (man.-fre. 08.30-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2600	KAS-Glostrup, Stomiklinikken 2600 Glostrup	43 23 27 47 (man.-fre. 8.30-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2650	Hvidovre Hospital, afsnit 300, opgang 3, 2.sal, Stomiambulatoriet 2650 Hvidovre	36 32 36 21 (man.-fre. 08.00-09.00)	Efter aftale
2730	KAS-Herlev, 16. sal, stue 17 2730 Herlev	44 88 44 88 (man.-fre. 08.00-09.00)	Efter aftale man.-fre.: 08.00-15.00
2900	KAS-Gentofte, kir.amb. D 732 2900 Hellerup	39 77 39 77 lokal 3377 (man.-fre.: 08.00-09.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00 Efter aftale
3000	Sygehuset Øresund Helsingør, plan 2 afd. 23 3000 Helsingør	48 29 23 23 lokal 2320	Efter aftale
3400	Hillerød Sygehus, Stomiambulatoriet 3400 Hillerød	48 29 35 63 (man., ons., tors. 08.00-09.00)	Efter aftale
3700	Bornholms Centralsygehus 3700 Rønne	56 95 11 65 lokal 2123	1. og 3. torsdag i måneden 09.00-13.00

Postnr	Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
3900	Dr. Ingrid's Hospital, kir.afd. K2 3900 Nuuk, Grønland	<i>Fra Danmark: 009 299 21 101 lokal 2220</i> (man.-fre. 12.00-19.30; lokal tid: 08.00-15.00)	Efter aftale
4000	Roskilde Amtssygehus, Fælles kir. ambulatorium 4000 Roskilde	46 32 32 00 lokal 2529 (man. 08.00-09.00)	Efter aftale
4200	Centralsygehuset i Slagelse, Indgang 43 Fælledvej, 4200 Slagelse	58 52 19 00 lokal 2133 (man.,tors.,fre.08.00-09.00)	Man.,tors. og fre.: kl. 08.00-15.00;
4300	Centralsygehuset i Holbæk, Afd. A1, stomiambulatoriet 4300 Holbæk	53 43 32 01 lokal 2114 eller søger 5809 (man.-tors. 08.30-09.00)	Man.-tors.: 08.30-16.00
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	55 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 3350 (08.00-09.00)	Tirs - tors.: 12.00-16.00
5000	Odense Universitetshospital, ved afsnit A4, 13. etage 5000 Odense C	65 41 15 27 (tirs.+ tors. 11.30-12.00)	Tirs. + tors.: 08.00-15.00
5500	Middelfart Sygehus, Organ.kir.afd. 5500 Middelfart	64 41 21 21 lokal 1665	Torsdage efter aftale
5600	Fåborg Sygehus Kir.amb., Stomiambulatoriet 5600 Fåborg	63 61 15 31	Man.-fre.: 09.00-14.00
5700	Sygehus Fyn Syd, Svendborg, Stomiamb. Dagafsnit K 5700 Svendborg	63 20 20 92 (man.: 13.30-14.30 & tors.: 08.30-09.30)	Fre.: 08.30-14.30
5800	Sygehus Fyn Nyborg, Stomiambulatoriet 5800 Nyborg	65 31 31 31 lokal 1230 (hverdag 09.00-12.00)	Tirs.: 12.00-14.00
6000	Kolding Sygehus, Stomiamb. D.2. 6000 Kolding	75 53 32 22 lokal 3105	Man. og tors.: 12.00-15.00
6100	Haderslev Sygehus, Stomiambulatoriet 6100 Haderslev	74 27 35 35 (tirs. + tors. 11.00 - 11.30)	Tirs. + tors.: 11.00 - 15.00 efter aftale
6400	Sønderborg Sygehus afd. K21 6400 Sønderborg	74 43 03 11	Tirs.-tors.: 08.30-14.30
6700	Centralsygehuset i Esbjerg, Stomiambulatoriet 6700 Esbjerg	79 18 20 00 lokal 4113 (man.,tirs.,tors.08.00-09.00)	Man., tirs. og tors.: 09.00 - 15.00, efter aftale
7000	Fredensborg Sygehus, afd. A7 7000 Fredensborg	75 92 45 88 lokal 2729 (11.00 - 11.30)	Tirsdag i lige uger kl. 11.00-14.00
7100	Vejle Sygehus Stomiambulatoriet, A16 7100 Vejle	75 72 72 33 lokal 4545 (09.00 - 10.00)	Ons. og fre.: 08.00-15.00
7200	Grindsted Sygehus, Stomiambulatoriet 7200 Grindsted	76 72 20 00 (tirs.: 11.00-12.00)	Efter aftale
7400	Herning Centralsygehus, Stomiambulatoriet 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, Stomikliniken, Afd. K1. 7500 Holstebro	99 12 53 13 eller 99 12 53 10 lokal 5313	Tirs. og ons. efter aftale
7800	Skive Sygehus, Stomiambulatoriet, Kir.sengeafsnit K2141 7800 Skive	97 52 76 22 - klartone tryk 2141 (man.-fre. 08.00 - 12.00)	Efter aftale
8000	Århus Amtssygehus, Stomiambulatoriet, indgang 11 A Tage Hansens gade 1 -2 , 8000 Århus	89 49 75 25 (man.-tors.08.00-09.00)	Man. - tors.:08.00-15.00 efter aftale
8600	Centralsygehuset i Silkeborg, Parenkym kir.afd. 8600 Silkeborg	87 22 21 00 lokal 2431	Tirsdage og onsdage: 08.00-15.00 efter aftale
8700	Horsens Sygehus, Stomikliniken 8700 Horsens	79 27 44 44 lokal 2221 eller 79 27 44 45, 2221	Man.-fre.: 08.00-15.30 efter aftale
8800	Viborg Sygehus, Organkir. afd. K11-1 , Stomiambulatoriet 8800 Viborg	89 27 21 10	Ons: 10.00-13.00. samt efter aftale
8900	Centralsygehuset i Randers, Organ.kir.amb. 8900 Randers	89 10 25 76 (dgl. 08.00-09.00)	Man.-fre.: 09.00-14.00
9000	Aalborg Sygehus SYD, Stomikliniken, 4.sal 9000 Aalborg	99 32 25 28 (dgl. 08.00-09.00)	Efter aftale
9800	Hjørring Sygehus, Stomikliniken 9800 Hjørring	98 92 72 44 lokal 2071	Man.-fre.: 08.00-15.00 efter aftale

LOKALFORENINGER / GRUPPER*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

Bornholms amt

Christian Stentoft *)
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf. og fax: 56 95 21 33

Frederiksborg amt

Gisela Schjøtt
Birkemosevej 30
3550 Slangerup
Tlf.: 47 33 44 34

Fyns amt

Lars E. Nielsen
Bakkeskråningen 35
Postboks 16
5270 Odense N
Tlf.: 66 18 24 43.
Mobiltlf.: 21 60 73 72

Lolland-Falster

Marianne Andersen
Mejerivej 4
4892 Kettinge
Tlf.: 54 87 31 00

Nordjyllands amt

Flemming Jacobsen
Tyttebærvej 7
9530 Støvring
Tlf.: 98 37 16 30

Næstved

Merete Møller *)
Ærtebjergvej 28
Lund
4660 Store-Heddinge
Tlf. og fax: 56 50 80 42

Ribe amt

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

Ringkøbing amt

Astrid Jakobsen
Ole Rømersvej 11, 1..th.
7400 Herning
Tlf.: 24 60 96 38 (bedst 14-21)

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.: 57 61 56 23

Århus amt

Henning Granslev *)
Bavnegårdsvej 110, Kolt
8361 Hasselager
Tlf.: 86 28 11 24 (bedst 14.00 - 18.00)

Forældregruppen

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

Crohgruppen

Øst: Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge
Tlf.: 56 50 80 42
Vest: Mariann Olesen
Skyttevej 21, 8450 Hammel
Tlf.: 86 96 34 49

Ungdomsgruppen

Øst: Else-Marie Schmidt
Onkel Petersvej 2
3300 Frederiksværk
Tlf.: 47 74 22 17
Vest: Dorthe Nielsen
Gåskærgade 29, 2.th.
6100 Haderslev
Tlf.: 74 53 64 60

J-pouch

Christina Berggren Andersen
Vindegade 79, 4.tv.
5000 Odense C
Tlf.: 21 81 10 26

Urostomi

Jytte Wittchen
Kragesøvej 6
4970 Rødby
tlf.: 54 60 37 26

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.