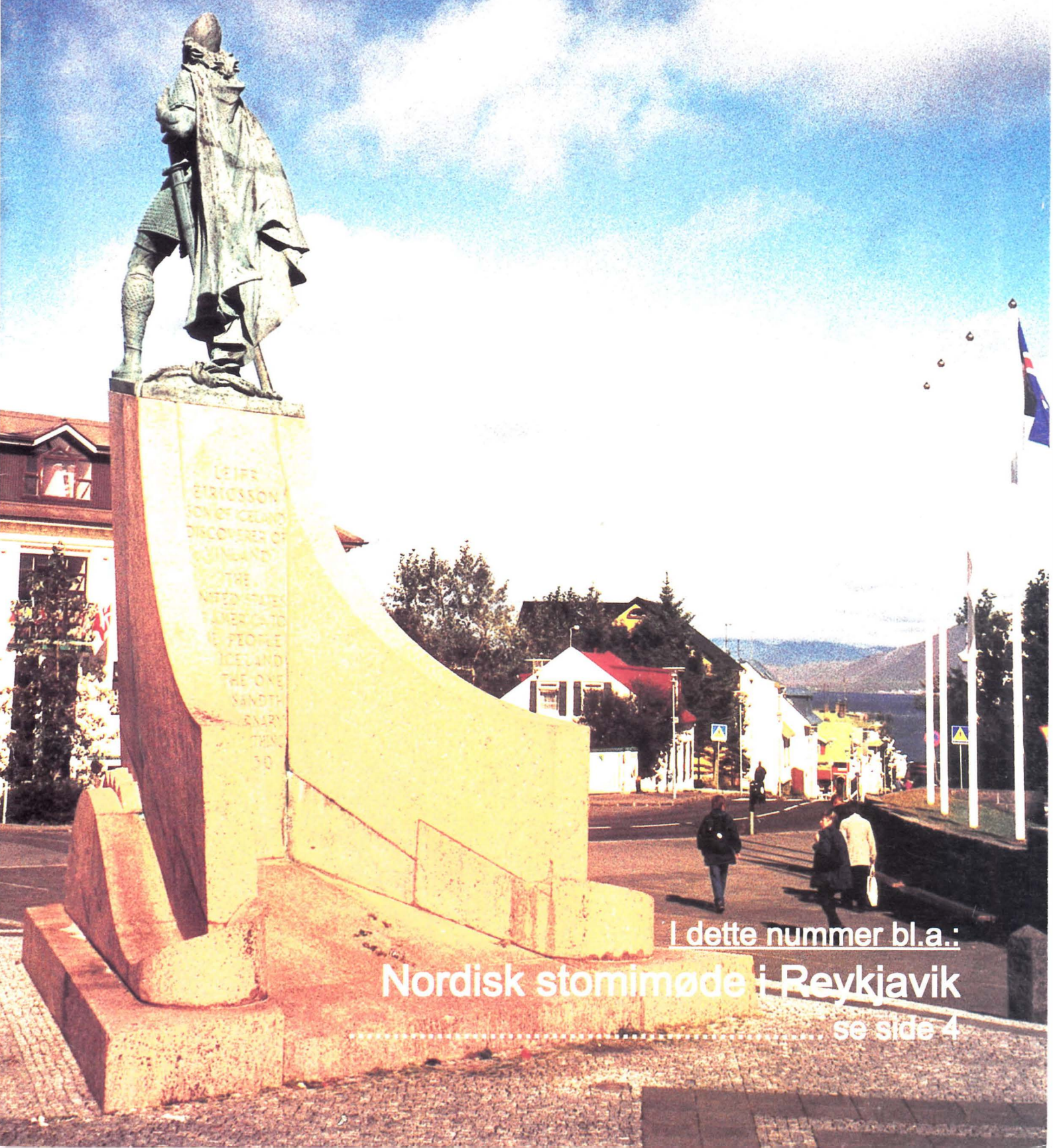




STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

November/December Copa-blad 6/2001



I dette nummer bl.a.:
Nordisk stomimøde i Reykjavik
se side 4

Betragtninger omkring betydningen af en stor medlemsskare

LEDER

Af: Christian Stentoft,
landsformand



Det er glædeligt at konstatere, at foreningens medlemstal er voksende. For det tyder på, at der nu er flere opererede, pårørende og professionelle, der sætter pris på den information, rådgivning og støtte, som foreningen er i stand til at yde. Et større medlemstal har mange fordele. Jo større tilslutning af de opererede, foreningen repræsenterer, jo større vægt har de udtalelser, foreningen fremsætter på medlemmernes vegne. Det er der ikke noget mærkeligt i, for sådan er det i næsten alle sammenhænge. Derfor har foreningen også gennem tiderne gjort sig store anstrengelser for med et bredt et spekter af modydelser at få så mange som muligt til at tegne sig som medlemmer. Det er ikke længe siden, at vi i en diskussion med én hjælpemiddelproducent blev foreholdt, at foreningen kun repræsenterede en tredjedel af de stomiopererede, hvorfor firmaet annonce- og reklamemæssigt var nødt til at henvende sig meget bredere for at få flere i tale, som kunne tænkes at være potentielle brugere af firmaets produkter. Størrelsen af markedsandele er lig med større indtjening og indtjening er vigtigt både for et firma og en forening. Men der er den forskel på et firma og en forening, at foreningen bruger merindtjeningen på medlemmerne og kan ikke som firmaet bare lægge omkostningerne fra reklame og informationer på prisen på produkterne. Et medlemskab er nemlig ikke livsnødvendigt, men det er hjælpemidlerne. En skønne dag, i en

ikke så fjern fremtid (der rumles allerede med det i flere kredse) vil de stomiopererede opleve, at de selv skal betale en stor andel af prisen for deres hjælpemidler. Alt har sin pris. Også "gratis information" koster penge og der er kun brugerne til at betale omkostningerne. Det er måske værd at tage i betragtning, inden vi kommer så vidt, at bunden går ud af kommunernes kasser og brugerne selv skal tage pungen op af lommen og betale det hvide ud af øjnene for deres hjælpemidler.

En anden ting er, at den nye aftale om størrelsen af tilskuddet til foreningen kommer til at hænge sammen med kontingentindtægten, størrelsen af den private indtægt, som foreningen opnår og så størrelsen af de samlede udgifter. Således vil en tilgang af medlemmer og forøgelse af kontingentindtjeningen påvirke tilskuddet i positiv retning. Det er altså meget vægtige grunde til, at foreningen får tilgang af flere medlemmer. Dels kan den tale med en større vægt i spørgsmål, der er vitale for medlemmerne og dels vil det medføre, at foreningen fortsat vil modtage det samme eller måske et lidt større tilskud og være i stand til at fastholde sine aktiviteter. Jeg har nu et par gange nævnt, at foreningen har en bred vifte af tilbud til medlemmerne, nye som gamle samt de, der endnu ikke har stomi eller reservoir, men som har udsigt til at få det. Spørgsmålet for mig er, om den vifte er bred nok, om den indeholder de rigtige tilbud? - eller om der skal indeholde andre tilbud, som synes mere attraktive for een, der er i færd med at overveje et medlemskab. Det er et godt og interessant spørgsmål? Jeg vil være glad for ethvert forslag, der kan forbedre vores tilbud og især, hvis det kan være med til at give foreningen flere tilfredse medlemmer og særlig glad, hvis vi vil være i stand til økonomisk at fastholde disse aktiviteter fremover.

Jeg vil slutte med at ønske alle en rigtig glædelig Jul og et godt Nytår.

Gaver til COPA kan trækkes fra på selvangivelsen

Gaver til COPA kan nu trækkes fra på selvangivelsen.

Fra og med 1. januar 2001 er COPA af Told & Skat godkendt til at modtage gaver, med den virkning, at gaverne kan fratrække disse gaver ved opgørelse af deres skatteplig-

tige indkomst inden for de i lovgivningen fastsatte grænser.

Det betyder, at man kan testamentere til COPA, uden der skal betales arveafgift.

Gaver på højst 5000 kr. årligt kan fratrækkes på selv-

angivelsen, dog er de første 500 kr. - eksklusiv medlemskontingent - ikke fradragsberettiget. Størst fradrag fås således ved gavebeløb på 5500,- kr. Gaver skal over for Told og Skat kunne dokumenteres med en kvittering.

Stomiforeningen COPA er nu - som godkendt efter ligningslovens §8A - optaget på den årlige fortegnelse over godkendte foreninger og institutioner mv., som Told- og Skat-testyrelsen offentliggør.



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

COPA e-mail: sekretariatet@copa.dk

Copa-bladet e-mail: bladet@copa.dk

Landsformand:

Christian Stentoft

Thorkildsvej 78, 3700 Rønne

Tlf.: 5695 9735; Fax: 5695 9734

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. januar; omdeles i uge 3.

Oplag: 5000 stk.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

Redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 5767 6701.

Læserbreve, indlæg og artikler:

Manuskripter skal sendes til sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/12.

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: 20/12. 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 stomilreservoir.

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 6/2001 (november/december). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 167].

Indhold:

Leder (Chr. Stentoft).....	2
Nordisk stomimøde i Reykjavik (Henning Granslev).....	4
Midt i Livet 2001, referat (Henning Granslev og Sven Kjærsgaard).....	9
Læserne skriver	
Tak for en dejlig weekend i Havnsø (Peter Sørensen).....	11
Betragtning om kurser for rådgivere (Niels Hansen).....	11
Medvirkende til film søges (Lykke Strunck).....	11
Nyt fra lokalforeningerne	12
Mødekalender	31
Produktinformation	30

Dette Copa-blad er vedlagt en COPA-kalender 2002.

Med denne kalender ønsker COPA dig et godt Nytår.

HUSK COPA's hjemmeside: www.copa.dk

**Copa-bladet udkommer
den 10. hver anden måned (ulige måneder).
Bliver omdelt af PostDanmark over 3 hverdage.
Dette Copa-blad er omdelt i uge 46.**

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 tlfnr. 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 i Copa-blade med ulige numre.

Nordisk stomimøde i Reykjavik



Et fyldigt referat fra Nordisk møde i Reykjavik kan rekvireres ved at sende en frankeret (6,00 kr) svarkuvert til COPA's sekretariat. Her bringer Copa-bladet en beretning fra Henning Granslev om hans generelle oplevelser på Island.

ISLAND 17. - 22. august 2001

Af: Henning Granslev,
vicelandsformand

Fredag 17. august

Om formiddagen mødte de danske deltagere forventningsfulde op i Københavns Lufthavn. Da mødet

i år skulle holdes i Island, var der flere af deltagerne, der for egen regning havde taget ledsager med. I afgangshallen mødte vi de norske deltagere.

Ved middagstid ankom vi til Keflavik. Her tog den islandske formand Sigurdur og hans kone Asta meget gæstfrit imod os alle. Da vi havde fået vores bagage i vores bus, kørte vi en tur ud til

kysten ved Reykjanes. Vi skulle tilbage til flyvepladsen for at hente de svenske deltagere efter en time.

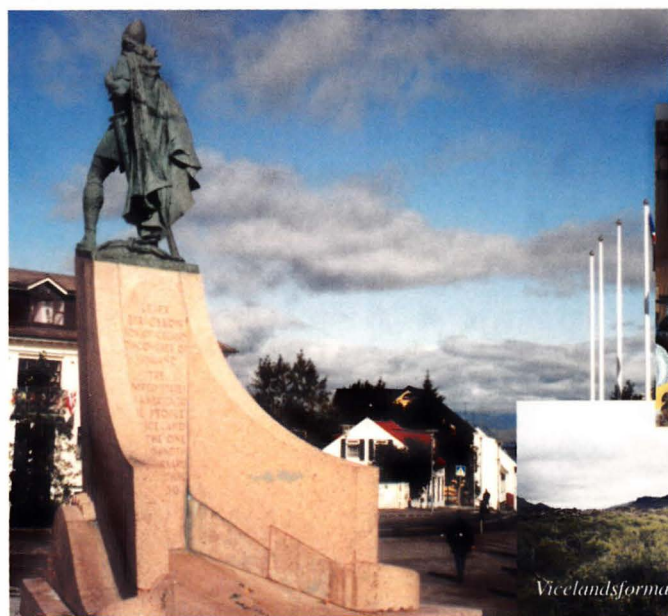
Ude ved kysten var der tid til i solskin at nyde både synet af de stejle klipper og udsigten ind over land. På vej tilbage til flyvepladsen var der tid til gøre stop ved varme kilder. Der lugtede af svovl, og der var varmt. Sigurdur advarede os om ikke at prøve at røre ved det varme vand. Det er meget varmt ca. 90 grader, så man skal ikke lige prøve, om det nu er varmt.

Svenskerne var forsinkede, så

vi kørte igen en lille tur. Denne gang til en lille fiskerby, Grindavik. Her var der tid til at spise frokost og til at handle. Inden vi sent i aften kom frem til vores kursussted, ville vi gerne have købt lidt ind, f. eks. øl, vand, chips kiks, bananer m.m.

Det må siges at være lidt af et chok at se priserne på dagligvarer. Her er et par priseksempler: en pose chips ca. 25 kr. - en øl 16-18 kr. - et toastbrød 20 kr. - chokoladekiks, en pk. 15-20 kr. - 4 bagekartofler, indpakket i folie, 25 kr. - 2 kg kartofler 25-35 kr. - en røget skinke ca. 250 kr.

Reykjavik.



Værtsfamilien
Sigurdur og
Asta.



Vicelandsformanden i skoven.



Værtsfamilien, m.fl.

Efter at have brugt flere hundrede kroner på vores indkøb var det tid at hente svenskerne i lufthavnen. Men ak, flyet var forsinket et par timer yderligere. OK, så kørte vi da en tur mere.

Denne gang kørte vi ind til byen Keflavik for at drikke kaffe. Chaufføren fandt et passende sted nede ved havnen, så var det også muligt at få lidt frisk havluft i lungerne.

Tredje gang er lykkens gang, siger man. Nu var flyet med svenskerne da landet. Men deres bagage kom først efter ca. 3 kvarter (det var med samme fly), og lufthavnen er altså ikke stor.

Vi, der havde været i Island i ca. 5-6 timer tog da rimeligt pænt imod de 3 svenskere. Men de måtte nu høre en del om vores tre busture rundt i omegnen af Keflavik Lufthavn.

Sigurður var selvsagt nødt til at ændre i dagens program. Bussen kørte gennem et meget varieret landskab til Stokkseyri, syd for Reykjavik helt ude ved havet, her skulle vi spise aftensmad. Ved den ene dør ved restauranten stod der SØning, det måtte da være salg af håndarbejde. Nej det var indgangen til restauranten, og betyder

spisning. Så blev vi lidt klogere. Menuen var rejer, masser af friske kæmperejer, kartofler og salat.

Mætte og lidt trætte forlod vi Stokkseyri. Nu skulle vi kun køre i ca. 2 timer, så ville vi være fremme ved Ásgardur i Hvolsvöllur. Heldigvis havde Sigurður informeret kursusstedet om, at vi ville ankomme "lidt" senere end planlagt. Omkring kl. 23 var vi fremme ved målet. Sidste punkt var at finde frem til det rigtige hus. Deltagerne blev indkvarteret i små hyggelige huse tæt på hovedbygningen. Der var ikke langt mellem husene, så det var ikke nødvendigt at tage en taxa hjem efter en godnat øl.

Lørdag 18. august

Om morgenen kunne vi i dagslys se vores små huse, hovedbygningen og naturen rundt omkring. Her var stille og fredeligt. Værtsparret sagde godmorgen og velkommen i en rar og en hyggelig tone. Ledsagerne havde dagen til rådighed på egen hånd. Vi andre begyndte på Nordisk møde år 2001 (referat kan rekvireres på COPA's sekretariat).

Lørdag aften var der dinner på

Ásgardur. Det var meget hyggeligt. Værtsparret deltog i festen, de både sang, dansede og drak en øl med os.

Søndag 19. august

Desværre var det regnvejr. Men i bogen "Turen går til Island" står der følgende: der er ikke noget vejr i Island, men der er eksempler på det. Kort sagt, det er rart og praktisk med lidt af hvert i kufferten, badetøj, en varm bluse, regntøj, gode varme sko osv. Sigurður havde bestilt Gunnar Björnsson fra Hvolsvöllur til rejseguide. Gunnar fortalte på udmærket dansk om dagens udflugt. En sætning som vi hørte Gunnar sige meget denne dag var: Vejret er ikke godt, det er pisseregnvejr. Men det var lige meget, alle havde jo taget varmt og praktisk tøj på til turen. Første stop var ved Seljalandsfoss, et flot vandfald, hvor det er muligt at gå ind under klippen og se vandfladet fra bagsiden.

Bussen kørte videre til naturparken Þórsmörk. Gunnar forklarede om parken og om mange vandløb, som bussen skulle køre gennem, IKKE over, der var ikke

broer. De første gange tænkte man, hold da op, skal bussen køre ned i det vandløb, der er jo ikke nogen vej. Men det blev meget mere spændende. Bussen kørte gennem et ret kraftigt vandløb, inden vi kom til en lille sø ved foden af gletcheren Mýrdalsjökull.

Vi kørte videre gennem det flotte landskab. Men ved næste vandløb holdt en bus helt stille ude i vandet. Chaufføren og rejselederen fortalte, at det havde regnet meget de sidste dage, så der var mere kraft i vandløbet end normalt. Derfor var der udstationeret en stor lastbil med kraftigt spil til at hjælpe evt. køretøjer op af vandløbet. Men det var nødvendigt at få ekstra hjælp fra en stor traktor.

Bussen kom op på "det tørre". Vores chauffør ønskede ikke at sidde ude i vandet, så der kom en meget høj og stærk bus (undervognen lignede nærmest en kampvogn) for at køre vores selskab sikkert og tørskoet til Húsadalur. Her var der varm suppe parat til de overlevende og sultne passagerer, inden vi gik en tur ude i parken. Den stærke bus kørte tilbage til vores efterladte bus ved vandløbet. Det er en ret speciel oplevelse.



Alle (næsten) deltagere forevige.



Reykjavik.



På Jómfrúin.

se at sidde i en bus og se vand hele vejen rundt om bussen. På hjemturen kørte vi gennem Njals Saga's området, bl. a. ved Keldur og ved Hildarendi – Gunnar's farm. Selv om bussen kørte os helt hjem var "Sagaturen" ikke forbi. Vi havde lige tid til at få lidt vand i hovedet og tænderne skyllet, inden bussen kørte en ganske kort tur til The New Saga Centre.

Her sluttede en meget engageret guide dagens program med foredrag om vikinger og Njal's Saga.

Porsmörk.



Seljaufoss.



Arnastapi klipper.



Efter foredraget var der underholdning og spisning i vikingestuen på centret.

Mandag 20. august

Denne dag skulle vi til Reykjavik. På vej hertil var der tid til små pauser undervejs, bl. a. ved en revne i jorden ved landevejen, (der var jordskælv sidste år), i byen Selfoss og ved et lille cafeteria. Første stop i Reykjavik var hos Eirberg, der er forhandler af alle mulige hjælpemidler. Der var her et bredt udvalg af stomihjælpemidler.

Bussen kørte til Össur, en producent af fod- og benproteser. Det var meget spændende at se, hvorledes de bliver fremstillet. Alt er næsten muligt med disse proteser, at løbe, springe, danse stå på ski, grave have m.m.

Ved siden af Össur var der en stor bilforhandler af mange mærker - bl. a. BMW, Landrover, Renault, og Hyundai. Så var der lige tid til at blive misundelig over de islandske bilpriser, som for alm. biler er ca. 15% under priserne herhjemme - men de store 4-hjuls-trækkere koster næsten kun det halve. Desværre var det ikke muligt at have en med i håndbagagen.

Dagens program forløb perfekt. Inden vi skulle besøge Den Islandske Kræftforening, Krabbameinsfélagid, havde vi tid til at besøge Perlan på bakken Öskjuhild. Perlan er et vandreservoir med 6 kæmpevandanke. Hele anlægget er bygget sammen med koncertsal, udstillingsareal og restaurant. Der er en fantastisk udsigt over hele Reykjavik og omegn, incl. til Den Islandske Kræftforening. Under besøget i kræftforeningen fik vi fortalt om deres tilbud til kræfttramte. Isilco får økonomisk støtte herfra. De øvrige nordiske stomiforeninger får ligeledes støtte fra deres egne kræftforeninger. Til huset er der tilknyttet psykologer og læger m.m. incl. undersøgelseslokaler med bl. a. scannere.

Eftermiddagen var snart slut, og dagens højdepunkt nærmede sig. Vi skulle i Den Blå Lagune. På vej hertil så vi et par skilte med navnet Keflavik. Det lød bekendt for nogle, men ikke for svenskerne!

Bussen kørte gennem et godt og bart landskab fyldt med lava, inden vi kom til p. pladsen til Den Blå Lagune. Nu var det tid til

badning og afslapning. Det skal opleves at bade i det varme vand. Lufttemperaturen er måske 12 grader, men vandet er 35 grader. Kroppen blev plejet i sauna og det mineralrige vand. Efter badet kunne vi under aftenmaden nyde synet af det varme blå vand.

Kl. 21 forlod vi Den Blå Lagune. Bussen kørte over fjeldet tilbage til Hvalsöllum. Dagen var slut.

Tirsdag 21. august

Dagens program var fortsættelse af nordisk møde. Mange ting blev drøftet. Bl. a. vigtigheden af disse møder. Her kan udveksles ideer og måske lave fælles projekter.

Efter mødet kunne de der havde lyst prøve en tur på en islandsk hest. Tæt på Ásgardur har vores guide fra i søndags, Gunnar, en gård med mange islandske heste. Han eksportere en del heste til Danmark. Det er ikke spor farligt at ride på disse fredelige små heste. Inden turen går ud over stepperne, bliver alle orienteret om, hvor start og stopknappen er placeret. Min hest var nu rar, jeg faldt ikke af, man kan jo også næsten nå jorden, når man er kommet helt op på ryggen af den.

Isgurdur havde glemt at løsne håndbremsen. Han nåede dog hjem til aftenmaden.

Om aftenen var der afslutningsmiddag med prøvesmagning af et par islandske specialiteter, bl. a. Islands Brennivín og små fiskestykker (føj hvor det smagte).

Deltagerne takkede Sigurdur og den islandske stomiforening Isilco for et godt arrangement. Rundt ved bordene blev der talt om alt muligt. Ved vores bord sad bl. a. Próstur fra Island. Det var heldigt. Han fandt overnatning til os de første 2 dage, da han blev bekendt med, at vi ville blive 5 dage mere på Island. Hans familie havde et stort hus i byen Laugarvatn, tæt ved Guldþóss og Stroktur Geyser. Her var plads til vi 4 danskere, som blev på Island. Vi tog imod dette gæstfrie tilbud.

Onsdag 22. august

Efter tidlig morgenmad og afsked med værtsparret på Ásgardur kørte vi til Keflavík Flyvepladsen. Alle ønskede hinanden god hjemrejse. Turisterne fra Norge og Danmark hentede de bestilte køretøjer til den videre tur rundt i Island. Sigurdur og hans kone Asta tilbød at gå med

lidt rundt i Reykjavík og herefter køre en tur ud til Thingvellir. I Reykjavík besøgte vi dog først en meget kendt dansk restaurant "Jomfruen". Sigurdur og Asta er stamgæster. Menuen er godt dansk smørrebrød og få varme retter. Udsmykningen er plakater fra Tivoli. De, der bestilte rugbrød med fiskefilet, fik en frisk og god fisk, ikke en tynd pap filet som i Danmark. Nogle spiste Uffe Ellemann frikadeller, 6 frikadeller og 4 kartofler.

Indehaveren "Jomfru Jacob" kom for at hilse på os og sine stamgæster.

Nu var det tid til købe lidt forsyninger ind til vores tur ud i det blå. Sigurdur og Asta bor i Reykjavík, og deres køkken blev brugt til at gøre forsyningerne klar.

Vi kom til Thingvellir, her holdtes det første islandske fællesting, Alting i år 930. Stedet er meget flot og af mange kendt gennem fjernsyn, når statsoverhoveder og andre kendte personer er på besøg i Island. Solen skinnede, så den medbragte mad blev indtaget med udsigt til Thingvellir og bjergene i baggrunden. I parken er der mange vandløb. Et sted ved en lille bro er vandet helt blåt og klart.

Her er der mange, der har kastet ønskemønter i vandet. Selv om det er ca. 4-5 meter dybt, er det muligt at se årstallet på mønten, dog ikke uden briller og lup. Jeg mente, at 2 mønter ville være passende betaling for godt vejr og god mulighed for at finde et sted at sove senere på turen.

Sigurdur har holdt mange ferier i dette område, så vi fik set mange steder, som normalt ikke besøges af turister. Det var meget flot af ham og Asta, at bruge resten af onsdagen til at være vores private turistguide. Ved et udsigtspunkt sagde de udsendte fra Norge og Danmark pænt farvel til Sigurdur og Asta. Efter en times kørsel nåede vi frem til vores feriebolig i Laugavatn. Norge og Danmark tog afsked. Men, da vi ønskede at se de sammen seværdigheder næste dag, kunne det jo være at vi så hinanden næste dag. Vi fandt let huset "Hreidur", det betyder reden. Her havde Tröstur's søster kaffe og senge klar. Huset bliver brugt af familien som sommer/weekendbolig. Men der var også plads til familiens venner.

(fortsætter side 8)

NYHED

Nu kan man koble af med det nye **Assura Easiflex** system

2-dels klæberkoblingssystem
til kolo- og ileostomiopererede



Sikker

Koblingen mellem plade og pose er en klæber. **Assura Easiflex** posen klæbes til pladens gennemsigtige krave. Her sidder den sikkert på plads.



Enkel

Der kræves ingen kræfter ved påsætning og aftagning af posen.



Hygiejnisk

Med **Assura Easiflex** er det blevet utrolig nemt at rengøre pladen ved poseskift.



Blød

Med **Assura Easiflex** er der skabt et meget fleksibelt system, hvor plade og pose tilsammen danner en blød enhed.



☐ Send mig venligst gratis prøver på **Assura Easiflex**
Udfyld nedenstående, så finder vi det, der passer bedst.

Stomitype: ☐ kolostomi ☐ ileostomi

Stomidiameter _____ mm

Min plades ringstørrelse er i dag: _____ mm

Jeg foretrækker:

- ☐ Åbne poser ☐ Blød forside
☐ Lukkede poser ☐ Transparent

Jeg foretrækker posestørrelse:

- ☐ Midi ☐ Maxi ☐ XL

Jeg bruger normalt om ugen

_____ stk. plader _____ stk. poser

Kuponen sendes i en lukket kuvert til:



Coloplast

Coloplast Danmark A/S
Kokkedal Industripark 2
2980 Kokkedal
Tlf: 4911 1208

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./by: _____

Tlf.nr: _____

Vi sov godt i helt nye danske sengetøjslager.

Torsdag 23. august til mandag 27. august

De næste dage var som turist på egen hånd. Vores værtsfamilie gav os nogle praktiske råd og ideer til udflugtssteder. Vi havde dog nogle planer om, hvad vi gerne ville se. Gulfoss og Strokkur Geysir besøgte vi torsdag. Det samme havde nordmændene valgt, men ved Gulfoss skiltes vore veje. De næste dage kørte vi nordvest mod Snæfellsnes til byen Stykkisholmur. Efter bogen skulle der her være gode muligheder for at se både hvaler og søpapegøjer. Turen hertil gik over en sommervej gennem en bart og koldt landskab. Overnatning fik vi på en islandsk bondegård, helt ude ved kysten, 4 km fra offentlig vej. Her var stilhed og natur lige udenfor vinduet sammen med får, heste og store flokke gæs på markerne.

Vores håb om at se hvaler og søpapegøjer bristede lidt efter lidt. Det eneste vi så til hvaler, var en hvaludflugtsbåd, der sejlede langs kysten. Vi regnede da med at kunne se i det mindste en hvalpukkel tæt ved båden. OK, vi havde ikke betalt for en hvaltur, men man er vel optimist.

En søpapegøje skulle da være muligt at se. De skriver jo i alle turistbrochurer, at de kan ses mange steder i Island. Men de skriver så meget, og fuglene kan vel ikke læse. Jeg købte et postkort med søpapegøjer. Vi fik dog set meget på de få dage, flotte klipper, små idylliske byer, en del kirker, en meget stor og flot tørvebondegård, vulkaner og masser af heste. Rundt langs kysterne kunne bjergvæggenes mange nuancer ses spejle sig i det stille vand. Ude i naturen ved klipperne havde de noget helt specielt, masser af frisk og koldt vand. Man skulle bare kravle lidt op og holde flasken ind under hanen, så var der årgang 2001 i flasken, helt uberørt af menneskehænder.

Søndag morgen kørte vi mod Reykjavik, her skulle vi overnatte inden hjemrejsen mandag middag. Vores værtspar i Laugavatn havde fortalt om skovene i Island. Træerne er ikke særlig høje. Hvis man er uheldig at fare vild i skoven, skal man rejse sig op og råbe om hjælp. Det måtte Knud og jeg

prøve, vi fandt nogle høje træer, ca. 1,5 m høje. Der var dog et problem, der kom ikke nogen for at hjælpe. Langt ude på sletterne kommer der jo heller ikke nogen biler. For at korte turen lidt af og nå at aflevere bilen til tiden kørte vi ad tunnelen under Hvalfjörður.

I Reykjavik havde vi bestilt overnatning tæt på centrum. Værelserne var rene, men lidt andre farver på væggene og et renere gulvtæppe havde gjort underværker.

Efter aftale skulle vi komme forbi Sigurdur, han boede kun 5 min gang fra vores hus. Vi blev modtaget med gensynsglæde, som var det flere måneder siden, vi skiltes. Sammen med Asta og datteren Melkorka havde vi en hyggelig eftermiddag i deres hjem. Sigurdur ville gerne vise os lidt mere af sin by Reykjavik. Det var rart, så vi travede gennem parker, og den gamle bydel alt imedens Sigurdur forklarede, hvad det var vi så og kom forbi.

Vi sluttede med at spise på en restaurant sammen med Sigurdur. Vi blev enige i, at her sluttede det nordiske møde år 2001. Vi gik hver til sit. Sigurdur havde arbejdsdag i morgen, og vi skulle hjem.

Næste morgen spiste vi vores morgenmad nede i pensionens køkken. En bestilt taxa kørte os til lufthavnsbussen, der transporterede os videre fra Reykjavik kl. 11 til Keflavik Lufthavn. Kl. 13.00 lettede vores fly. Mætte og trætte af mange indtryk og oplevelser var mødet helt slut. Men vi vil ikke glemme Sigurdur's hjælpsomhed og den Islandske gæstfrihed til at fylde vores ferie med gode minder.

Tak fra Knud, Ellen, Susanne og Henning.

I Island kører busser og andre befordringsmidler ikke over vandløb (ingen broer) men igennem!



Tak for godt humør



REFERAT

Midt i Livet.

31. august til 2. september.

Af: Henning Granslev
og Sven Kjærsgaard

På Havnsø Hotel blev der også i år holdt "Midt i Livet" weekend. Der var i år 54 deltagere. Så det kan atter bekræftes, at dette arrangement er en god ide. Her kan man få lidt socialt samvær med ligestillede, blive opvartet fra morgen til aften, se lidt af Danmark og de fleste får et par gode råd om stomipleje med hjem i kufferten.

Fredag 31. august

Lidt efter lidt kom deltagerne til hotellet. Mange gengangere

uddelte smil, knus og kram. Efter en god middag og en lille travetur ned til mødelokalet var det tid til information fra Allan Kristiansen og Gert Mosbæk fra Hollister om nyeste mode/modeller i stomiposer. Allan fortalte om posernes fortræffeligheder og Gert besvarede spørgsmål om stomipleje.

Under denne seance var der ifølge programmet kaffe/the og brød. Desværre var hotellet ikke bekendt med, at vi havde lovet brød. Men heldigvis klarede Karen Volf dette problem.

De, der havde lyst, kunne efter fremvisningen stille og rolig henvende sig til Allan og Gert for at få svar på lidt mere personlige spørgsmål.

Aftenen sluttede med socialt

samvær i hotellets havestue. Det er utroligt, det er næsten de samme personer hvert år, der ikke kan finde hjem i seng.

Lørdag 1. september

Efter et solidt morgenbord var der tid til at strække benene. Nede ved havnen var der loppemarked. Her var der lidt af hvert, gammelt ragelse, som mange selv har masser af, pæne og helt uundværlige nipsting, grønsager og frugt. Der var også salg af håndarbejde incl. nisser. Vi købte nye æbler.

Kl. 11.40 skulle vi med færgen til Sejerø. Bussen kom til hotellet for at hente de passager, som gerne ville reservere en god siddeplads i bussen inden den store tur rundt på øen. De øvrige og ligeglade gik selv til færgen. (ca. 5 min.)

Danskere på udflugt skal have proviant m.m. med. Det fik vi også, en hel bil med tallerkener, servietter masser af toast og drikkevarer.

Sejlturen til Sejerø tog 50 min. så der var tid til at slappe lidt af og få havluft i lungerne. Vores chauffør havde desværre aldrig før været på Sejerø, så en bustur med forklaring om div. seværdigheder kunne det selvsagt ikke blive. Men der var et par personer, som kunne hjælpe lidt med disse oplysninger. Kirken i Sejerby er en

seværdighed, som alle bør besøge. Turen startede og bussen kørte gennem et meget stille og fredeligt øsamfund. Der var lidt liv ved Brugsen, der skulle sikkert købes ind til weekenden.

Vores forsyninger skulle snart indtages, men hvor finder man lige 50-60 siddepladser? Ved campingpladsen. Her var der en del pladser, bænke, borde og minigolfbaner, der kunne bruges som borde. Madkassen blev lukket op, og fadene med toast og drikkevarerne tiltrak den sultne flok.

Der var alt for mange toast, især med tun. Ved ihærdig indsats lykkedes det at afsætte nødpakker til forbipasserende cyklister og fodfolk.

Heldigvis var der middagslukket ved information og kiosk til campingpladsen. Vi brugte jo deres borde/bænke og toilet helt gratis. Værtsparet opdagede det først, da vi var færdige. Som tak for lån blev der til interesserede udleveret et par brochurer om pladsen.

Bussen kørte til Sejerø Kirke. Den er et besøg værd. Kirken er fra 1250-1300. I kirken er der flotte kalkmalerier, på hvilke der kan læses dateringen 1558. Alt er flot, det gælder prædikestolen, kirkeskibet og altertavlen. Det vides, at i Danmark er kun et kirkeskib



Allan Kristiansen, Hollister - fredag aften.

Foredrag fredag aften.



Festaften.

ældre end "Trefoldigheden" fra 1659 i Sejerø Kirke. Tæt ved kirken er der et lille gadekær. I gamle dage var det tingsted. Stenene er fjernet, men genforeningsstenen i Præstegården er én af disse sten. "Tour de Sejerø" var slut. Vi skulle igen med færgen, en bus og 54 passager. Det var heldigt for færgeselskabet, ellers havde der kun været 4-5 biler og 20 personer på denne tur.

Under sejlturen hjem var der kaffe og wienerbrød (fra bageriet ved campingpladsen, så fik de da lidt omsætning ud af vores besøg på øen).

På hotellet var der afsat tid til øl og vinsmagning (rimelige priser) inden aftenens højdepunkt: festmenu med levende musik, dans og natmad. Der blev sunget et par omdelte sange fra publikum og Jette fra Ebeltoft læste en lille historie om fløjteri. Efter natmaden var det tid til en godnatøl.

Søndag 2. september

Efter morgenmad gik de fleste en lille tur. Da der næsten altid er liv og aktivitet i en lystbådehavn, havde mange valgt denne til formiddagens udflugtsmål.

Inden frokost var der evaluering om weekenden. Vi havde selv på forhånd skrevet et par ting, som burde være anderledes: Det er nødvendigt med mikrofon til den person, som gerne vil informere eller give råd til forsamlingen. Kagen blev glemt til kaffen fredag aften. Vi havde fået besked fra busselskabet om, at vores chauffør havde været på Sejerø, og derfor kunne fortælle lidt om øen.

Den levende musik er generelt for høj. Hotelværten Hans Erik var klar over dette. Men spillemænd er åbenbart høreskadede, gradvis skruer de lidt efter lidt op for deres færdigheder.

Nu var det tid til deltagernes

plusser og minusser: Den manglende mikrofon fredag. Lidt bedre styr over forsamlingen under foredrag/spørgsmål – det må tages til efterretning af både arrangør og deltagere. Musikken for høj. Buschaufføren var rar og høflig, men en guide havde været ønskelig.

Tilmeldingsfristen bør være senest den 30 juni. p.g.a. ferietid. Så vil det være muligt at få tilbagemelding fra vores kontor i god tid.

Deltagerne var enige i, at der godt må være lidt sjov og fest, weekenden bør ikke være for alvorlig.

I år kunne der let have været et problem med at få plads til alle, som ønskede at deltage. Grunden hertil var manglende enkeltværelser. COPA havde reserveret alle hotellets værelser. Normalt bestilles til ca. 60 personer, men hvis der kommer 10 enkeltpersoner kan problemet opstå.

Derfor kom der forslag fra en deltager om, at der på tilmeldingsblanketten kan være en rubrik med: Ja, jeg vil gerne dele værelse, evt. kan der stå et navn.

COPA vil rette/tilpasse ovennævnte til næste arrangement.

De næste 2 år bliver arrangementet som aftalt holdt vest for Storebælt. En pris på evt. 750 kr. blev accepteret. Der kom forslag om – Ålborg, Fåborg, Ribe, Fyn, Langeland, Sydfynske Øhav, Sønderjylland, Hven, Vendsyssel og Bali. Det sidste bliver ikke muligt med den deltagerbetaling, som COPA hidtil har krævet.

Arrangement sluttede med frokostbuffet. Deltagerne sagde farvel og tak for denne gang, og mange sagde på gensyn næste år.

Tak til jer alle for godt humør og stor opbakning til COPA's weekend tilbud.

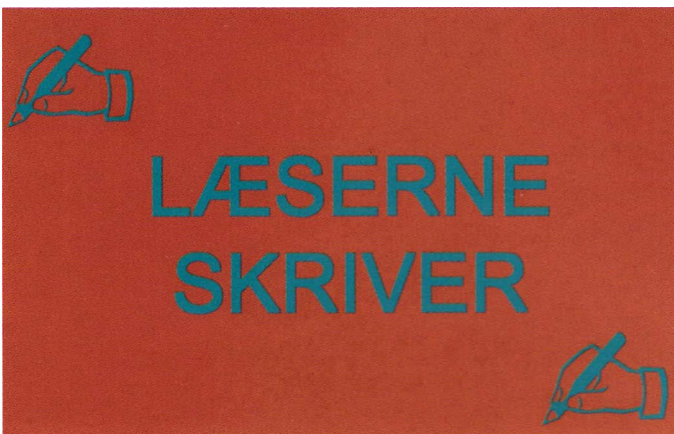


Til venstre: Sejerø Kirke.

Øverst i midten: Henning og Ina.

Nederst til højre: Frokost lørdag på Sejrø.

Øverst til højre: Sven Kjærsgaard og Henning Granslev ved "madkassen".



Betragtning om kurser for rådgivere

Her forleden havde vi bestyrelsesmøde i COPA-Frederiksborg amt, og du gode Gud hvor jeg sad og krummede tæer, for man sad i ramme alvor og talte om, at der skulle laves nye kurser for rådgivere i forskellige moduler, 1-2-3. Og for at komme på de forskellige kurser skulle man have haft det første, det var absolut nødvendigt, blev der sagt. Så er det jeg sad og tænkte, hvad er det dog for noget vrøvl, er vi virkelig blevet så afstumpede og stupide at vi ligefrem skal lære at tale med hinanden om noget som vi, der er blevet opereret med stomi har erfaring i. Hvad er det dog for en mentalitet der råder efterhånden. Jeg skal love for, at de gode folk der laver kurser har lavet lobbyarbejde så det batter, det er jo sådan at lige meget hvad der skal tales om, så skal folk på kursus, det er sgu ligefrem morsomt.

I håbet om forståelse slutter jeg med en venlig hilsen.

Niels Hansen
3400 Hillerød

Tak for en dejlig weekend i Havnsø

For første gang, på utallige opfordringer, meldte min kone og jeg os til 'Midt i Livet' arrangementet, der i år foregik i Havnsø.

Det har været alletiders oplevelse, vi mødte glade og søde mennesker, for hvem det fornemste mål var at hygge sig.

Vi boede i skønne omgivelser, lige ud til vandet, og maden var dejlig og så rigelig, at vi nok først skal spise normalt igen efter 4-5 dage.

En særlig tak til Henning og Sven der havde stået for planlægningen, det havde I gjort godt.

Det er ikke sidste gang, vi skal med.

Peter Sørensen
og
Nete Sarup
Århus Plads 6, 2.th.
2100 Kbh. Ø

Film om tiden efter en kræftdiagnose - medvirkende søges

Diagnosen kræftrammer hårdt. Kræftramte har brug for støtte efter det første chock og i den følgende svære tid. Det kan gøre den store forskel at høre fra andre, der har været lignende igennem. Det kan være en afgørende hjælp til at definere ens egne følelser og tanker om fremtiden.

Har du oplevet at være i denne situation? Oplevelsen har givet dig nogle erfaringer, som ikke alene sygdomsramte, men også pårørende og behandlere har brug for. M25 productions søger medvirkende til en film om dette emne. I filmen vil de medvirkende være anonyme. Har du overskud og interesse i at være med i filmen, hører jeg meget gerne fra dig.

Instruktør Lykke Strunk
M25 Productions
Øster Alle 1, Kbh. Ø
tlf.: 2615 3312

I dette nummer af Copa-bladet
finder du
information/annoncer
fra:

- COLOPLAST
- DANSAC
- ETO GARMENTS
- INGELISE SØRENSEN
- KAREN BLOK
- KIRSTINE HARDAM
- KIRUDAN
- STOMACARE

COPA takker for interessen og støtten

COPA-kalender 2002

Følgende firmaet har
indrykke en annonce i den nye COPA-kalender

- COLOPLAST
- DANSAC
- INGELISE SØRENSEN
- KAREN BLOK
- KIRSTINE HARDAM
- KIRUDAN

COPA takker for interessen og støtten



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



**København/
Frederiksberg**

Lokalformand:
Peter Sørensen,
Århus Plads 6, 2.th.
2100 København Ø
Tlf.: 3538 9148
E-mail: nepe@privat.dk

**Yderligere
kontaktperson:**
Grethe Nielsen
Enigheds-Allé 17
2700 Brønshøj
Tlf.: 3828 0382.

Siden sidst

05/10 2001

Cafemøde på Pilegården

Vi havde besøg af Per og Inge-
lise Granberg fra ETO-gar-
ments.

De præsenterede deres sto-
mi- og brokbandager for os, det
var spændende at se de mange
forskellige produkter, der kun-
ne bruges både til hverdag og
fest. De mange flotte blonde
trusser med indbyggede pose-
skjulere var meget populære.

Det var et par meget enga-
gerede foredragsholdere, og
som bruger er det jo dejligt at
se, hvordan man virkelig lytter
til de ønsker som den enkelte
måtte have.

Vi havde også besøg af Ulla
Sørensen og Tove Frithioff fra
Stomacare, der fik vi klar be-
sked om, hvad der var kommet
af nye produkter på stomi-
markedet, samt ikke mindst
gode råd. Det er dejligt at se at
der hele tiden sker fremskridt.

Som altid ved sådanne mø-
der blev de belejret med mange
spørgsmål om produkterne, og
ikke mindst om hvordan man
kunne søge om at få bevilling
til de mange nye ting.

En stor tak til foredragshol-
derne for en spændende efter-
middag.

Vi var 44 medlemmer tilste-
de, og foreningen var vært ved
en kop kaffe og en ostemad.

Siden sidst

20 års Jubilæumsfest Lokalforeningen Kbh./Frederiksberg Lørdag 3. november

I skrivende stund, er festen
endnu ikke afholdt, men vi fra
bestyrelsen håber at alle, der
deltog havde en dejlig dag.

I næste nummer af bladet vil
der komme et mere fyldigt re-
ferat.

Hvem ved måske lidt i stil
med den kulørte ugepresse.

Kommende arrangement

Julefrokost med banko

14. december

kl. 14.00-18.00

Pilegården

Brønshøjvej 17

2700 Brønshøj

Ja så er tiden igen kommet,
hvor vi skal finde nissehuerne
frem, og ønske hinanden en

glædelig jul og et godt og for-
håbentligt fredeligt nytår. Det
kan da kun blive bedre.

Pris for København/Frede-
riksbergs medlemmer og støt-
temedlemmer er kun 125,-

For denne rørende pris får
du en dejlig julebuffet med
koldt og lunt, med efterføl-
gende kaffe og risalamande +
som bonus 3 bankoplader til
vores julejubilæums spil.

Drikkevarer til arrangemen-
tet er for egen regning.

Tilmelding til:

Grethe Nielsen 3828 0382
eller

Peter Sørensen 3538 9148
inden den 1/12.

Bankospillet vil bestå af 3 spil,
og der vil blive dejlige gevin-
ster til de heldige. En del af ge-
vinsterne er de dejlige flasker
vi modtog til jubilæet i maj.

En lille julesang skal vi også

have, det varmer jo i en kold
tid.

I år skal vi på grund af ban-
ko ikke have gaver med.

Kommende arrangement

Generalforsamling 15. februar

Generalforsamling 2002, sæt
kryds ved den 15/2. Nærmere
i næste Copa-blad.

God Jul og et godt Nytår

Bestyrelsen i lokalforeningen,
vil gerne ønske alle vore tro-
faste medlemmer, vore kolle-
ger i det ganske land, samt,
leverandører og producenter
en glædelig Jul og et godt
Nytår, med megen sammen-
komst og samarbejde.

P.b.v.

Peter Sørensen



Københavns amt

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

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

Siden sidst

Svømmeaften 30. august

Vores opfordring lød på at
komme og måske overskride
endnu en grænse ved sim-
pelthen at gå med i svømme-

hal - med stomi! Det var ikke
så mange der vovede det.
Faktisk kom der kun én, men
det gør knap så meget, for jeg
tror, at nu er der en mere, der
med glæde går ud at svømme.



Siden sidst

Vinaftenen

d. 28. september blev igen et tilløbsstykke

Det er sagt før : Vi er så glade for alle de trofaste medlemmer, der møder op gang efter gang og vi glæder os lige så meget når vi kan hilse et nyt "ansigt" med et stort *Velkommen!*

Aftenen var igen lagt i Mogens Bekkers rolige og kompetente hænder. Vi blev præsenteret for både hvid- og rød-vine, som blev præsenteret og skænket op parvis. Ideen var at smage og vurdere og sammenligne f.eks. to rødvine fremstillet så langt fra hinanden som Sydafrika og Australien eller Spanien og Sydafrika. Det viser sig jo at de traditionelle vinproducerende lande i Europa inden for de senere år har fået "kam til deres hår". Med andre ord, udvalget er endnu større idag, end for år tilbage.

Vi sluttede med et dejligt oste, paté og pølsebord hvortil vi drak dejlig vin fra de flasker vi havde smagt tidligere. Til slut gennemførte vi en "eksamen", idet vi blind-smagte en vin og skulle så svare på, hvilken af de tidligere prøve-smagte, vi troede det var. Der var faktisk en ca. 6 - 8 som gættede rigtigt så der måtte lodtrækning til før den lykkelige kunne drage hjem med sin dejlige gevinst: En flaske af den rigtig gode slags.

På medlemmernes vegne: TAK til Mogens for endnu et vel gennemført arrangement med rigtig god information både mundtligt og skriftligt.

Vinsmagning blev et tilløbsstykke.

Angående juletræsfesten COPA- Københavns amt

Da juletræsfesten desværre må aflyses p.gr. af uforudsete omstændigheder og dette er det sidste nummer i år 2001, vil vi benytte lejligheden til at ønske alle vore medlemmer en rigtig god Jul og et godt og lykkebringende Nytår.

Kommende arrangement

17. november

Københavns amts 20 års jubilæum

Hvis du ikke nåede at tilmelde dig i tide til hele jubilæums arrangementet, har du stadig mulighed for at se festforestillingen:

Musicalen "My Fair Lady"

Forestillingen spilles ialt 10 gange med premiere fredag 16. november kl. 19.30.

Foreningen giver et fødselsdags tilskud til billetten hvis normalpris er kr. 90,- til alle COPA-medlemmer såvel faste som støtte. Hvor stor rabatten bliver afhænger af hvor mange, der melder sig men mindst 50% rabat. Eventuelt medlemsskab (f.eks. støttemedlem kr. 100,- for et helt år) kan tegnes ved tilmeldingen. Når du læser dette er vi meget tæt på premieren, så hvis du ønsker at gøre brug af dette tilbud, skal du ringe snarest og *aller senest* torsdag d. 15. november kl. 18.00

Jørgen Vendelbo telf. 4498 6452

Marianne Hemmingsen telf. 4583 5258

og bestille dine billetter til en af følgende dage.

De vil så ligge til dig ved indgangen.

Spilledage: Fre. 16. november (premiere), lør. 17., søn. 18., ons. 21., tors. 22., lør. 24., søn. 25., tirs. 27., ons. 28. samt fre. 30.

Spilletider: Alle hverdage kl. 19.30 og alle lør. - søn. kl. 14.30.

OBS! Dørene åbnes en time før forestillingens start og pladserne er u-nummererede.

Spillested: Toftevangskolen, Teatersalen, Teglporten 7, 3460 Birkerød (5 min.gang fra Birkerød S-station).

Phv., Jørgen Vendelbo

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



Frederiksborg amt

Lokalformand:

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

Kommende arrangement

Invitation til julemøde

lørdag 24. november

fra kl. 13.00 til kl. 17.00

COPA Frederiksborg amt vil igen i år gerne afholde julemøde med frokost for vore medlemmer.

Vi er blevet så glade for lokalerne i Sognegården, at vi har besluttet, at julemødet også denne gang skal afholdes her. Adressen er:

*Frederiksborg Sognegård,
Frederiksværksgade 2B,
3400 Hillerød.*

Bortset fra at vi begynder med spisning, vil bestyrelsen ikke løfte sløret for eftermiddagens arrangement. Jeg kan dog afsløre så meget: *Julemanden kommer ikke*, men mon dog ikke at der alligevel kan blive en lille gave? Mød op og find ud af det.

Vi skal som sædvanlig have tilmelding til dette arrangement. Desværre kan vi ikke undgå at opkræve en beskedet betaling, men glæd jer, prisen er den samme som sidste år, er det ikke herligt?

Pris for medlemmer er kr. 75,00. Der kan medtages en gæst pr. medlem og prisen for en gæst er kr. 125,00. Drikkevarer er som sædvanlig for egen regning.

Tilmelding

senest den 16. november til:

Jørgen Wissing

tlf. 49 14 77 47

Ejgil Andersen

tlf. 48 17 65 78

Gisela Schjøtt

tlf. 47 33 44 34,

træffes bedst efter kl. 18.00.

Siden sidst

Rådgivermøde

Rådgiverne i amtet har haft deres årlige møde i september, og det blev holdt hos Inger Marie Jensen i Nivå.

Stomisygeplejerskerne fra amtets tre sygehuse deltog også i dette møde. Det var et rigtig godt møde, og det var dejligt at få hilst på vore stomisygeplejersker. Den nye rådgivermappe, som blev præsenteret på generalforsamlingen, blev ved denne lejlighed udleveret til stomisygeplejerskerne og hver enkelt rådgiver fik også et eksemplar. Den skulle meget gerne være et værktøj til, at den rigtige rådgiver bliver kontaktet, når en patient ønsker en samtale.

Siden sidst

Mange medlemmer til medlemsmøde

Medlemsmødet den 29 september blev godt besøgt. Det var et møde uden fast tema. Ideen var, at vi skulle få talt noget mere med hinanden, og det lykkedes helt godt. Tungen kommer let på glet over en kop kaffe og „blødt“ brød. Fra firmaet Inge-Lise Sørensen kom Pia Petersen med en udstilling med de nyeste produkter, og der var også forskellige former for brokbandager, hvilket havde stor interesse blandt mødets deltagere. Vi vil her gerne benytte lejligheden til at takke firmaet Inge-Lise Sørensen for velvillig assistance og sponsering af kage til kaffen.

Kommende arrangement

Nyt fra Coloplast Informationsmøde - pleje af udsat hud

Coloplast arrangerer informationsmøde for stomiopererede om Pleje af udsat hud den 13. november kl. 19-22.

Mødet foregår på følgende adresse:

Coloplast,
Auditoriet,
Holtedam 3,
3050 Humlebæk.

(Auditoriet ligger i det sydlige kompleks).

Tilmelding til sygeplejerske Gitte Schjøning, Coloplast på telefon 4911 2644.

Kommende arrangement

Generalforsamling

I det nye år, nærmere betegnet den 23.2.02 bliver der afholdt generalforsamling. Skulle nogen have lyst til at deltage i bestyrelsesarbejdet vil vi meget gerne høre fra jer. En bestyrelse udvikles bedst ved, at der kommer frisk blod til engang imellem. Det indebærer selvfølgelig at man er villig til at gøre et stykke arbejde, men samtidig er det også vældig sjovt. Meld jer under fanerne.

P.b.v.

Gisela Schjøtt



Lolland /Falster

Lokalformand:

Marianne Andersen
Mejerivej 4
4892 Kettinge.
Tlf.: 5487 3100.

Yderligere kontaktperson:

Jytte Wittchen
Kragesøvej 6
4970 Rødby
Tlf.: 5460 3726.

Siden sidst

God vandretur

Så gik den sommer som vejrmæssigt var rigtig god, hvad vi også udnyttede med årets sidste udendørsaktivitet den 22. august. Det var en guidet vandretur i det gamle Maribo, med blandt andet besøg i Domkirken. En rigtig god og lærerig tur, men desværre med for få deltagere.

Siden sidst

Høstfest

Årets høstfest blev fejret sammen med Nordstrømmen, som samtidig fejrede deres jubilæum. Der deltog knap 40 i festlighederne, som blev afholdt på Landsbyen i Våbensted med stor buffet, der som sædvanligt levede op til Landsbyens høje standard. Der var levende musik under hele arrangementet, så det sluttede for manges vedkommende med en svingom.

Siden sidst

Bowling måtte aflyses

Med to så gode og forskellige aktiviteter er det kedeligt at forsøget på at stable en bowlingtur på benene mislykkedes totalt med kun to tilmeldinger, det er lidt ærgerligt efter at bestyrelsen havde brugt tid på at finde frem til et godt sted og det mest fordelagtige traktament – ærgerligt.

Kommende arrangement

Julemøde 24. november

Der resterer to aktiviteter fra vores aktivitetsplan – hvor det ene er julemødet den 24. november på Eskildstrup Hotel, hvor forskellige aktiviteter vil være indlagt. For at det skal blive så underholdende som muligt, skal du medbringe en gave – fundet med fantasi og kreativitet – til en pris på maksimum kr. 20,-. Husk tilmelding *senest 19. november* af hensyn til det praktiske arrangement.

Kommene arrangement

Generalforsamling

9. marts

Sidste aktivitet for denne gang bliver generalforsamlingen den 9. marts 2002 på Landsbyen i Våbensted, så sæt allerede nu kryds i din nye kalender.

Siden sidst

COPA-udstilling

Foreningen har deltaget med en udstilling i Vordingborg den 24.-25. august. Det forløb betydelig bedre end det tilsvarende arrangement i Nykøbing F tidligere på året. Arrangøren stillede pavillontelte til rådighed så vi var skærmet for vind og vejr. Antallet af interesserede besøgende var også større. Der var arrangeret fællesspisning for de som havde lyst.

Husk

Åbent hus

1. tirsdag

i måneden

En påmindelse om vores tilstedeværelse på Maribo Sygehus skal vi også have med.

Der er åbent for anonyme samtaler den 1. tirsdag i hver måned kl. 15.00 – 17.00, på adressen:

Maribo Sygehus
Søndre Boulevard 84
4930 Maribo.

P.b.v.

Marianne Andersen

Nordjyllands amt

Lokalformand:
Flemming Jacobsen
Tyttebærvej 7
9530 Støvring
Tlf.: 9837 1630.

Yderligere kontaktperson:
Kirsten Møhlenberg
Nielsmindevej 16
9493 Saltum
Tlf.: 9888 1151.

Kommende arrangement

Julefrokost

fredag 7. december

kl. 13.00

Så er det allerede tid igen til at tænke på at vi skal til julefrokost i:

„Huset“, Hasserisgade 6,
Aalborg.

Vi har bestilt cafe'ens gode specialiteter. Efter maden spiller vi banko som ingen vil undvære, så husk at tage en „gavepakke“ til ca. 20 kr. med.

Til sidst vil vi drikke kaffe/te med æbleskiver. Vores „COPA-nissepige“ har lovet at komme med lidt godter i kurven.

Tag kone/mand, veninde/ven med så vi som vanlig kan få en god eftermiddag

Vi må bede om *tilmelding senest 25. nov.* af hensyn til maden, tlf. 9818 3166 (Solvej) eller tlf. 988 81151 (Kirsten).

Er I forhindret i at komme ønskes I en glædelig Jul og godt Nytår. Vi ses til „fredagsmøder“ igen 4. jan. 1. feb. og 1. marts.

P.b.v.

Solvej Nørrevang og
Kirsten Møhlenberg

Kontiba - bandage til kontinent stomi



- ◆ Hydrokolloid hudvenlig klæber
- ◆ Luft- og lugttæt
- ◆ Blødt kompres med indbygget absorberende indlæg

Stomibrokbælte

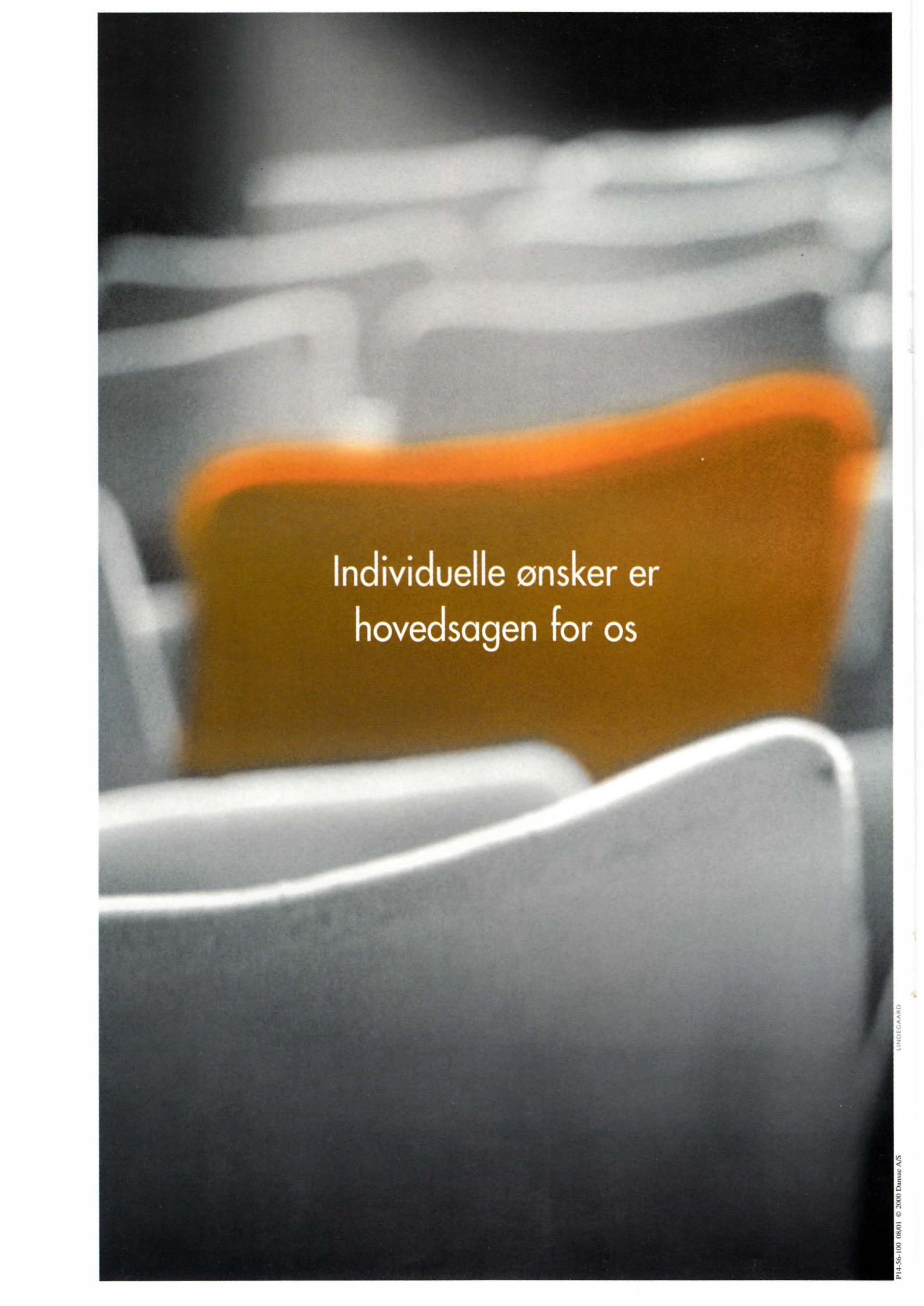
- ◆ Støttebælte til stomister med brok
- ◆ Tilpasses den enkelte bruger og stomibandage
- ◆ Fås i tre højder
- ◆ Let at anvende
- ◆ Giver behagelig støtte
- ◆ Elastisk og luftigt
- ◆ Ruller ikke



Kirudan

- en personlig og professionel stomileverandør

Nyholms Allé 30 • 2610 Rødovre • Fax 3672 8322 • Tlf. 3637 9100



Individuelle ønsker er
hovedsagen for os

Mennesker er forskellige

Derfor udvikler Dansac stomiprodukter til individuelle behov, krav og ønsker.

Dansac Nova2 er et godt eksempel på vores filosofi. Det er et 2-dels system med en række fordele, du aldrig før har kendt.

For det første er der en ny sikker lav profil på koblingsringene, som du kan have fuldstændig tillid til.

For det andet er hudbeskyttelsespladen fremstillet af naturlige hudvenlige indholdsstoffer, der beskytter og bevarer huden sund og hel.

For det tredje har filteret et dobbeltlag af 100% aktivt kul samt en væsketæt membran.

For det fjerde er poserne forsynet med vandafvisende og hurtigtørrende stof på både for- og bagside.

Sidst, men ikke mindst er Dansac Nova2 nemmere at håndtere og mere sikker end de 2-dels løsninger, du kender i dag.

Vi sender dig gerne en prøve på Dansac Nova2, hvis du sender kuponen til os.

dansac 

- fordi små detaljer gør den store forskel

Kupon til gratis prøve

Ja, jeg vil gerne opleve Dansac Nova2's fordele. Send mig derfor en gratis prøve.

Stomiens diameter _____ mm

Jeg ønsker lukket pose ☐ Hudfarvet ☐ Klar

Jeg ønsker tømbar pose ☐ Hudfarvet ☐ Klar

☐ Asymmetrisk ☐ Symmetrisk

Navn _____

Adresse _____

Postnr. _____ By _____

Kuponen sendes i lukket kuvert til: Dansac Danmark • Hejreskovvej 10F • 3490 Kvistgård



Storstrøm Nord

Lokalformand:
 Merete Møller
 Ærtebjergvej 28, Lund
 4660 Store-Heddinge
 Tlf./fax: 5650 8042
 E-mail:
 mpmmoeller@wanadoo.dk

Kommende arrangement

Så juler vi igen

**Lørdag d. 8. december
kl. 14.00**

i mødelokalerne,  **Fakse sygehus,** går vi løs på gløgg og æbleskiver, kaffe, kringle med efterslukning i øl eller vand. Der ledes flittigt efter endnu en usædvanlig julehistorie, så det hele ikke går op i lutter gran og flitterstads. Sangbøgerne ligger klar sammen med lysestagerne. Nisser og andet godtfolk gemmer sig allerede i krogene, og deltagerne skal bare medbringe sig selv og 1 stk. gave til en værdi af ca. kr. 20.- pr. person. Tilmelding *senest* mandag d. 3. december på den sædvanlige telefon: 5650 8042.

Siden sidst

Årets generalforsamling

Lørdag d. 18. august var en dejlig lun sensommerdag, hvor vi mødtes i Kræftens Bekæmpelses lokaler i Næstved. Jan Bøjtrup blev valgt som dirigent og styrede som sædvanlig forsamlingen med sikker hånd. Formandens beretning og lokalforeningens regnskab blev godkendt og bestyrelsens forslag til aktiviteter i 2002 blev livligt debateret. Forsamlingen havde mange gode forslag, som bestyrelsen godt kunne bruge i planlægningen. Kanotur på Susåen, sejltur med "Friheden", Knuthenborg igen, Stevns Klint, hyggemøder, firmabesøg o.s.v.

Tomás Morán ønskede ikke genvalg til bestyrelsen, hvilket alle var ked af; men Tomás var

ikke til at rokke! Nuværende suppleant Elna Rasmussen blev foreslået som bestyrelsesmedlem og valgt, og Thorkild Grell blev genvalgt. Lykke Grell blev foreslået og valgt som suppleant. Revisor og revisorsuppleant blev genvalgt.

Bestyrelsen ser herefter således ud:

- Eva Kjersgaard
Klostervej 3, Spejlsby
4780 Stege
- Elna Rasmussen
Farvergade 13, 1.th.
4700 Næstved
- Jan Bøjtrup
Vordingborgvej 12
4773 Stensved
- Thorkild Grell
Sct. Jørgens Park 20, 1.th.
4700 Næstved
- Merete Møller (formand)
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge

Suppleanter:

- Lissi Frimand
Møllebrøndstræde 29
4780 Stege
- Lykke Grell
Sct. Jørgens Park 20, 1.th.
4700 Næstved

Revisor:

- Erik Hansen
Haminavej 15 B
4760 Vordingborg

Revisorsuppleant:

- Per Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge

Formand og bestyrelse rettede en stor tak til Tomás Morán, som havde siddet i bestyrelsen i to perioder. Tomás' vilje er stærk, så helbredet skal ikke



*Generalforsamling Storstrøm Nord 18/8-2001.
Tomás Morán pakker gave ud under stor opmærksomhed.*

*Generalforsamling Storstrøm Nord 18/8-2001.
Nej - det er ikke en lystfiskerhistorie - men måltagning.*



bryde sig om at stille sig i vejen for hans aktiviteter – og han siger de rette ord på rette tidspunkt – det vil vi savne meget. Tomás fik en gave, som skulle kunne udfylde nogle timer i de lange vinteraftener. Gaven viste sig at være velvalgt og Tomás takkede og lod os forstå, at han havde været glad for sin tid i bestyrelsen.

Efter generalforsamlingen var der lækkert smørrebrød ledsaget af øl eller vand og derpå tog sygeplejerske Susanne Thane fra Kirudan over. Vi hørte om kundepleje, godt arbejdsklima og vilje til gøre tin-

gene så godt som muligt. Alle vores spørgsmål blev besvaret uden tøven og til alles tilfredshed. Et bestyrelsesmedlem stod for et muntert indslag under måltagning til en såkaldt "yverholder", og Susanne Thane havde lidt svært ved at holde masken.

Vi benytter samtidig lejligheden til at sige Kirudan mange tak for smørrebrødet – det var en uventet og meget flot gestus!

Efter underholdningen! var der kaffe og småkager ledsaget af lotteri, hvor portvin og Grethes flotte blomsterdekorationer blev udloddet og dagen sluttede kl. ca. 17.00.

Siden sidst

Høstfest og 30 års jubilæum

I år var det Lolland-Falsters tur til at stå for arrangement af den fælles høstfest, og snedigt nok havde vi her nord for Strømmen benyttet os af lejligheden til at hægte vores 30 års

jubilæum på den begivenhed. Lørdag d. 15. september mødte alle op i "Landsbyen" i Våbensted iført feststemning og glad forventning. Lolland-Falster medbragte en gave i dagens

anledning, en usædvanlig plan- te i fuldt flor – et pengetræ med et flot, rundt beløb. Der var flere af gæsterne, som udbad sig en stikling til foråret.

Fra Inge-Lise Sørensen Aps var der mange hilsener og en gave i form af velkomstdrinken – noget der blev sat stor pris på – tusind tak fra os alle i den anledning.

Bordet var flot dækket og der duftede skønt fra køkkenet, så alle var klar til den lækre buffet. Musikeren spillede dæmpet, så man kunne tale med sidemanden/-damen, og der blev gået til fadene i den sædvanlige COPA-stil. Under- vejs blev der sunget et par sange til jubilarens pris, og en munter sang til selve høstfesten manglede heller ikke. Taler

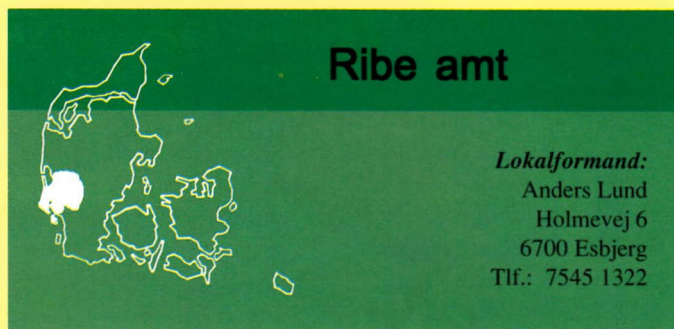
blev det også til – formændene fra begge sider af Strømmen sagde nogle velvalgte ord om at samarbejde, hvilket vi jo er gode til på disse kanter.

“Landsbyens” vært havde foræret os desserten i dagens anledning – fløderand med jordbær. Meget lækker. Jo, vi blev sandelig begavet.

Gulvet blev ryddet til dans og der blev rettet an til kaffen. Kaffen og chokoladen gik det fint med, men dansebenene har ringe kår, eller også er danse- gulvet for stort? Men det skal ikke give skår i glæden over en dejlig dag i Våbensted – mang- lende danselyst eller ej – det var en fin fest!

P.b.v.

Merete Møller, formand



Siden sidst

Førrygende foredrag af speciallæge Knud T. Flytlie

Flere medlemmer har efterføl- gende rost foredraget og tilken- degivet 'at have fået meget med hjem'.

Vi kom også rundt i et bredt program. Blandt andet hvor vigtigt det er at have meget sundhed at stå imod med, når miljø, med alle dets tungme- taller, truer med at ødelægge vores helbred. F.eks. er bly i menneskeknogler øget med 500 til 1000 gange de sidste

150 år, og bly udløses ved stressbelastning som ligeledes er øget utrolig meget i samme periode. Og uden C-vitamin, beta-caroten, B₆-vitamin, zink og selen vil det være let at nedbryde kroppens celler og sygdom vil lettere få fat. Bl.a. rygere med stor cadmium be- lastning, der samtidig mangler zink, vil kunne få større skader end nødvendigt.

Men den store skyldige er også immunsystemet. Mangler vi zink kan immunsystemet gå amok og angribe eget væv, og

(Ribe amt fortsætter næste side)



INGE - LISE SØRENSEN Aps

SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

STOMI · KOMPRESSIONSSTRØMPER · BRYSTPROTESER
SÅRBEHANDLING · BANDAGER · INKONTINENSPRODUKTER

NYHED Nu også specialbutik med alle former for hjælpemidler, bandager, sygeplejeartikler, sundt og ortopædisk fodtøj og meget mere.



Rådgivning ved special- uddannede sygeplejersker



Levering fra dag til dag



Fragtfri levering



Individuel tilpasning i eget hjem



Intet ekspeditionsgebyr



Salg til private

OBS! Måltagning: Tidsbestilling anbefales

**Badevej 2 • 3000 Helsingør
Tlf. 49 21 00 44 • Fax 49 21 02 57 • email: info@ils.dk**

mange får betændelse i tarmen, simpelt hen af mad de ikke kan tåle. Andre har spist mad de kunne tåle, men maden har fodret de sygdomsfremkaldende bakterier der var i tarmen. Bakterierne producerer giftstoffer som tarmen reagerer voldsomt på og mange får morbus Crohn, der er slutstadiet af en bakteriebetændelse på slimhinden.

Vi hørte om magnesium og blodpropper og om vitaminer, mineraler, antioxidanter – der beskytter os mod at "ruste". Vi hørte om de skadelige lektiner, sukkerstoffer der virker sammenklumpende på vort blod. Det mest kendte er gluten, den lektin har en tendens til at søge hen til slimhinden i tarmen og lave betændelseslignende reaktioner.

Vi hørte også, at 1 tsk. natrium i et glas lunkent vand er godt mod halsbrand og blærebetændelse.

På dette tidspunkt skulle foredraget være slut for en time siden. En deltager spurgte dog Flytli til "mikroorganismer", og der smuttede lige en halv time til.

Alt i alt en berigende aften med indblik i vitaminer og

blodtypediæt, at vi er hvad vi spiser og den store mulighed for at bruge mad som medicin – både forebyggende og helbredende.

Kommende arrangement

Julearrangement 21. november

Så er der kun en uge til julefrokosten onsdag den 21. november kl. 19.00 på Østerbycentret, Ribegade 169, Esbjerg. Foreningen er vært ved en lækker julemenu med vand, øl og en snaps til silden.

Tag gerne en pakke med til 20 – 25 kroner, som vi spiller om. Vi håber mange vil møde op til en rigtig hyggelig aften. Det er nødvendigt med tilmelding, som skal ske *senest onsdag 14. november* til formanden på tlf. 7545 1322 eller næstformanden på tlf. 7512 3191 mellem kl. 13 og 17.

Vi glæder os meget til at se jer.

De af vore medlemmer der ikke kan komme ønskes en rigtig glædelig Jul og et godt Nytår.

P.b.v.

Lona Spaanheden

Bestyrelsen for COPA-lokalforening i Ribe amt

Formand

Anders Chr. Lund
Holmevej 6
6700 Esbjerg
tlf. 7545 1322

Sekretær

Anni Lund
Holmevej 6
6700 Esbjerg
tlf. 7545 1322

Kasserer

Lona Spaanheden
Kongensgade 35
6700 Esbjerg
tlf. 7512 3191

Bestyrelsesmedlem

Tom Balle
Skjoldsgade 20, 3.
6700 Esbjerg
tlf. 7518 0361

Næstformand

John Kyhl
Kongensgade 35
6700 Esbjerg
tlf. 7512 3191

Revisor

Nino Kyhl
Ringkøbingvej 271
6800 Varde
tlf. 7526 0960

Ringkøbing amt



Lokalformand:

Knud Faueryby
Østertorp 19, Gjellerup
7400 Herning
Tlf.: 9711 8016

Siden sidst

Bowlingaften i Ringkøbing

Der blev afholdt bowlingaften den 5/9 i Ikast, hvor der var 12 deltagere. Det blev en rigtig hyggelig aften. Der var dækket op med et flot tag - selv bord, hvor vi spiste og hyggede os, samt lærte hinanden lidt at kende. Derefter spillede vi bowling en times tid og havde det rigtig sjovt. I Holstebro var der desværre ikke tilslutning til at afholde en bowling aften, så det blev aflyst.

P.b.v.

Anders

God Jul

Bestyrelsen for lokalforeningen i Ringkøbing amt, ønsker alle medlemmer en rigtig glædelig Jul, samt et godt Nytår.

Vi glæder os til et stort fremmøde i år 2002.

P.b.v.

Knud Faueryby

Roskilde amt



Lokalformand:

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

Siden sidst

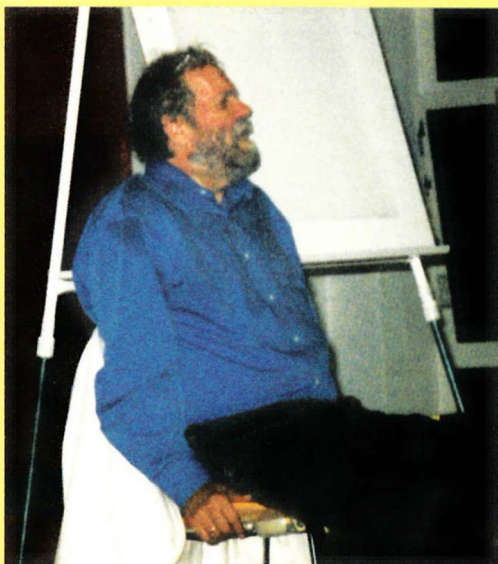
Du skal tro du er noget

Fredag den 21. september fællesmøde med Colitis Crohn foreningen på Amtssygehuset i Køge.

Aftenens foredragsholder var Johannes Møllehave, som

brugte H.C.Andersens fortælling 'Den grimme ælling' som eksempel til at belyse aftenens tema: 'Du skal tro du er noget'. Det blev en meget stor succes, ca. 150 personer mødte op til et interessant foredrag, hvor Johannes Møllehave havde alle deltagernes opmærksomhed





Johannes Møllehave havde 150 menneskers fulde opmærksomhed under sit foredrag på Køge Amtssygehus, 21. september.

under hele foredraget.

Men alt dette kunne kun lade sig gøre, fordi Social- og Sundhedsudvalget i Roskilde

amt har støttet os med et stort beløb til dækning af honoraret til Møllehave. Tak til Roskilde amt.

Siden sidst

Diætist fortalte om vitaminer

Tirsdag den 25. september møde på Møllebo i Køge med diætist Lisbeth Jensen fra R.A.S.K.

Lisbeth Jensen førte os ind i den forunderlige og ikke mindst nødvendige lære, der omhandler kost – det være sig vitaminer og kalorier.

Tak til Lisbeth for en udbytterig aften, det var bare en skam, at der ikke kom så mange.

Siden sidst

Frivillighedsmesse

22. september var der Frivillighedsmesse i Roskilde Hallen.

Åbningsstale ved Carsten Wichmann, formand for Socialudvalget i Roskilde kommune.

Der var optræden af jazz og ragtime.

Hatteshowet, "Hatten af - her kommer de frivillige", Roskilde Gospel Singers, Vissens Venner i Roskilde.

Troubadour og visesanger Erik Grip sluttede.

Der var mange besøgende ved alle standene - også hos os.

P.b.v.
Erik

COPA-stand Roskilde Hallen 22. september.



Sønderjyllands amt

Lokalformand:
Jytte Holdt
Østerskovvej 2, Simmersted
6500 Vojens
Tlf.: 7450 6333 Fax: 7450 6303

Kommende arrangement
Julefrokost og banko
Søndag d. 18. november kl. 12.00
på
Kløver Es
Brystrupvej 2, Hellevad

Vi holder som noget nyt i amtet julefrokost og banko – ta' selv bord.

Bestyrelsen har på nuværende tidspunkt travlt med at få gevinsterne samlet sammen – så glæd jer.

Vi kan nævne at én af gevinsterne er en topstjerne fra Georg Jensen, sponsoreret af ConvaTec. Der er mange flere gode gevinster fra firmaer og forretninger i amtet, til glæde vores medlemmer.

Helle Kure fra ConvaTec vil fortælle om: Gold Card Service. Præsentation af Esteem endels bandage.

Der vil desuden være en udstilling med ConvaTec's produkter.

Har man spørgsmål til deres produkter står Helle gerne til rådighed.

ConvaTec yder også et bidrag til forplejningen – på forhånd tak for det.

Lad os få en hyggelig dag sammen.

Pris for medlemmer og støttemedlemmer kr. 75,-

Pris for ikke-medlemmer kr. 125,-

Eksklusiv drikkevarer.

Der udsendes ikke særskilt invitation.

Tilmelding
senest **torsdag d. 15. nov.** til:
AnneLise tlf. 7452 0091
Günther tlf. 7467 1922
Jytte tlf. 7450 6333.

Siden sidst

Husmandsdatter fortalte

19. september havde vi medlemsmøde på Folkehjem i Aabenraa.

Vi havde besøg af Ulla Toft, som fortalte om sit liv. Det var spændende, at høre om hvordan det havde været at vokse op på et lille husmandssted her

i Sønderjylland, samt at være nr. 3 pige med efterfølgende 2 små brødre. Ulla fortalte også om sin skolegang og om hvem der bestemte, hvad hun skulle uddannes til. Hun fortalte også, om hvor hun havde arbejdet og det interessante med tiltaleformernes skift, afhængig af hvor længe man havde været i

(fortsætter næste side)

jobbet og så op til i dag, hvor man "bare" bruger fornavnet. I en moden alder bestemte Ulla sig for, at nu skulle der ske noget nyt. Hun fik da job på et kontor, men det viste sig at være ålt for kedeligt for hende. Ulla tog da det store spring og begyndte at tjene sine penge på "lagner".

Der kunne skrives meget mere om alt det Ulla fortalte, men jeg vil bare sige, at de 36 fremmødte fik en god oplevelse. Det var et meget levende og spændende foredrag, hvor man sagtens kunne nikke genkendende til meget af det der blev sagt. Smilebåndene blev også rørt.

En stor tak til dig Ulla for en rigtig god aften. God vind fremover.

Derefter fortalte Karina Petersen fra Dansac om diverse nyheder. Alle fremmødte fik

udleveret et kræmmerhus med prøver på de nye produkter – en rigtig fin idé.

Dansac var vært ved kaffen, så vi siger tak til Dansac og Karina Petersen.

Kommende arrangement

Generalforsamling

19/3 2002 holder vi generalforsamling på Folkehjem i Aabenraa.

Mere herom i næste blad.

Julehilsen

Bestyrelsen vil ønske alle vore medlemmer en god Jul og et godt Nytår. Tak for jeres opbakning til vores møder. Det er dejligt at så mange møder frem og støtter os.

P.b.v.

Jytte

mange gange, men Karen Blok kunne desværre ikke selv komme, så Marianne fra Karen Blok og Anna fra ConvaTec var værter ved kaffen, de viste de nye ting, bl.a. brokbælter/bukser. Vi takker mange gange. Kaffe/te var sponsoreret af Merrild Kaffe i Kolding. Det vil vi gerne sige mange tak for. Der var udleveret en aktivitetsseddel til alle, med forslag til aktiviteter næste år. Medlemmerne blev bedt om at skrive mindst tre forslag til hvad de kunne tænke sig vi skulle lave af aktiviteter i år 2002, det kom der mange gode forslag om, så nu har bestyrelsen noget at gå ud fra, når vi skal lave den nye aktivitetsplan, så må vi håbe der kommer rigtig mange til de aktiviteter vi får arrangeret.

Til sidst vil jeg gerne takke de fremmødte medlemmer for et godt møde.

Vi har fra Merrild Kaffe modtaget en kaffe/te pakke, det vil vi gerne takke for.

Kommende arrangement

COPA Vejle amt inviterer til julehygge

Bestyrelsen i Vejle amt inviterer sine medlemmer med partner til julehygge. Der serveres gløgg / æbleskiver, kaffe og småkager, så mød op og få et parhyggelige timer sammen med os. Hvad der ellers skal foregå, udover vi skal hygge os, ved vi ikke på nuværende tidspunkt, men et eller andet vil nok ske. Måske et lille bankospil, eller har I andre forslag?

Mødet foregår søndag d. 9. december fra kl. 14.00 til kl. ca. 17.00 på 'Ellehøj'.

Ellehammervej i Vejle.

Prisen er 20,- kr. pr. person. Vi vil gerne have tilmelding *senest: Mandag d. 3. december.* Tilmelding kan ske til:

Else Rasmussen,
tlf. 7552 4512

Lotte Wackerhagen,
tlf. 7589 3335.

Mødet bliver kun afholdt ved mindst 20 tilmeldte.

P.b.v.

Else Rasmussen



Vejle amt

Lokalformand:
Else Rasmussen
Bjolderupvej 18
6000 Kolding
Tlf.: 7552 4512

Siden sidst

Generalforsamling med 34 fremmødte

COPA Vejle amt har afholdt generalforsamling 6. oktober. Der var 34 fremmødte, der ville være med til at bestemme, hvem de ville have ind i bestyrelsen i de næste 2 år, da næsten hele bestyrelsen jo var på valg. Så den nye bestyrelse ser nu sådan ud:

Formand

• Else Rasmussen
Bjolderupvej 18, 6000 Kolding
tlf. 7552 4512

Næstformand

• Lotte Wackerhagen
Gesagervej 6, 8723 Løsning
tlf. 7589 3345

Sekretær

• Laust Skovgård Iversen
Jacob Jensensvej 6, st. 0004
8722 Hedensted
tlf. 7589 1895

Kasserer

• Kirsten Pedersen
Skamlingevej 132, 6091 Bjert
tlf. 7557 2809

Bestyrelsesmedlem

Diana Madsen
Skovvej 17, 7323 Give
tlf. 7573 5174

Suppleant

• Preben Pedersen
Skamlingevej 132, 6091 Bjert
tlf. 7557 2809

Revisor

• Bennie Rasmussen
Damhaven 21, 3.th., 7100 Vejle
tlf. 7583 5305

Revisorsuppleant

• Emil Larsen
Byvænget 16, 8700 Horsens
tlf. 7565 5658

Efter mødet, som foregik i ro og orden, fik vi smørrebrød, øl, sodavand – som Karen Blok sponsorerede. Vi takker hende



Viborg amt

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

Kommende arrangement

Generalforsamling 24. november

Ordinær generalforsamling afholdes lørdag d. 24. november kl. 13.00 på Bentas Cafeteria ved Højslev, Skive.

Vi mødes kl. 13.00 og får lidt godt til ganen, derefter afholdes ordinær generalforsamling og amerikansk lotteri.

Produktspecialist/sygeplejerske Mette Mølgaard fra ConvaTec vil være tilstede og vise de sidste nye produkter og fortælle om ConvaTec. Kom nu op af stolene og vær med til at bestemme hvem der skal være

i bestyrelsen, COPA-Viborg amt.

Forslag til generalforsamling senest 12. november til formanden.

Tilmelding

senest 21. november til:

Vagn Færck, Skive,
tlf. 9752 1686
Bødvind Dyhrholm Andersen, Viborg,
tlf. 8660 0280
Inga Andersen, Thisted,
tlf. 9792 1597.

Vi håber på stort fremmøde.

P.b.v.

Inga Andersen

Crohngruppen - Øst



Kontaktperson:

Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-Heddinge
Tlf./fax: 5650 8042
E-mail: mpmmoeller@wanadoo.dk

Siden sidst

Hvad i alverden skete der?

Vi syntes ellers, at indbydelsen til mødet d. 13. oktober i Crohn Øst var både fin og informativ og havde regnet med i hvert fald de 20 deltagere, som der er plads til i COPA's lokaler i Ringsted. Vi fik tilmeldinger - hele tre - og mange tak til de modige og interesserede!

D. 1. oktober konstaterede undertegnede, at der stadig kun havde meldt sig t-r-e, så konsekvensen var, at mødet måtte aflyses. Var det mon fordi, at der ikke var indkaldt en ekspert

i form af læge, sygeplejerske, diætist, zoneterapeut eller ...? Nå, sket er sket, og øvelsen gentages næste år en gang i oktober, så der skulle være tid til at overveje deltagelse. Sure opstød er ikke befordrende; men et lille prik med en spids finger kan ikke være helt af vejen, når man nu havde glædet sig til at udveksle erfaringer med andre Crohn'er og få lagt en plan for indholdet i fremtidige møder.

Trods alt - mange hilsener -

*Crohn Øst,
v/Merete Møller*

Nytænkning i forbindelse med medlemsarrangementer

Vestsjælland, Storstrøm Nord og Lolland/Falster lokalforeninger har holdt fælles bestyrelsesmøde, hvor vi bl.a. drøftede den manglende medlemstilslutning til vores forskellige arrangementer.

Som noget nyt, vil vi derfor forsøge at lave nogle fællesarrangementer med et nyt og spændende indhold. Vi vil i begyndelsen af det nye år i en mere detaljeret form i Copa-bladet offentliggøre planerne for det første arrangement.

Med venlig hilsen
Bestyrelserne i
Vestsjælland, Storstrøm Nord og Lolland/Falster



Birgit Madsen
Ekspedition



Tove Frithioff
Daglig leder



Ulla Sørensen
Sygeplejerske



Any Petersen
Ekspedition

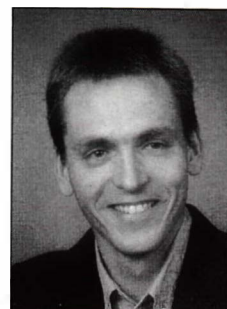
Vi er til for Dem

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.



Henrik Fosdam Jensen
Lager og forsendelse

Stomacare

Vangeleddet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00

COPA VESTSJÆLLAND INVITERER TIL



JULEFROKOST

Lørdag d. 8. december 2001



TID: Kl. 13.00 til kl. ca. 16.00

STED: Kantinen på Kolonien Filadelfia i Dianalund.

MENU: Det kendte dejlige traditionelle julefrokostbord, incl. 1 øl eller 1 vand samt kaffe og brød.

PRIS: Medlemmer + støttemedlemmer: Foreningen er i år vært ved dette juletraktament, så betaling er kun, hvad man ønsker udover det, der er nævnt i menuen.
Ikke-medlemmer: 100,00 kr.

MUSIK: Ole Gudmundsen og Ragnar Bodi står for det musikalske indslag med julemusik og højt humør.

Tilmelding senest d. 26. november 2001 hos:
Per Madsen, tlf. 58 85 31 49
Rigmor Nielsen, tlf. 59 26 57 46
Margit Gyldenlykke, tlf. 58 54 80 36

MED DENNE INVITATION ØNSKES ALLE VORE MEDLEMMER SAMT FAMILIER EN GLÆDELIG JUL SAMT ET GODT NYTÅR

På bestyrelsens vegne

Torben Hansen
lokalformand





Vestsjællands amt

Lokalformand:
Torben Hansen
Prinsessevænget 18, st.th.
4100 Ringsted.
Tlf.: 5761 5623.
E-mail: copadk@hotmail.com

Kommende arrangement

Julefrokost

COPA-Vestsjælland inviterer til julefrokost lørdag d. 8. december kl. 13.00 - ca. 16.00.

Sted: Kantinen på 'Kolonien Filadelfia' i Dianalund.

Menu: Det kendte dejlige traditionelle julefrokostbord, inkl. 1 øl eller 1 vand samt kaffe og brød.

Pris: Medlemmer + støttemedlemmer: Foreningen er i år vært ved dette juletraktament, så betaling er kun hvad man ønsker udover det der er nævnt i menuen.
(Ikke-medlemmer: 100,- kr.)

Musik: Ole Gudmundsen og Ragnar Bodi står for det musikalske indslag med julemusik og højt humør.

Tilmelding: Senest 26. november hos:
Per Madsen, tlf. 5885 3149
Rigmor Nielsen, tlf. 5926 5746
Margit Gyldenlykke, tlf. 5854 8036.

Med denne invitation ønskes alle vore medlemmer samt familie en glædelig Jul samt et godt Nytår.

P.b.v.

Torben Hansen, lokalformand



Århus amt

Yderligere kontaktperson:
Lis Lene Carstensen,
Hobrovej 92
8900 Randers
Tlf.: 8642 6979.

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

Siden sidst

Blandt dyr og planter

Onsdag den 19. september var vi på besøg i Randers Regnskov. Vores guide, dyrepasser

Brian Rasmussen fortalte meget levende forsamlingen og aspirant Mads Bo Pedersen om de tropiske dyr og planter.

Det var en fornøjelse at høre om de små frøer, fuglene, aberne, alligatorerne og planterne. Det var helt tydeligt, at Brian gik op i sit arbejde. Da vores besøg var bestilt til kl. 19, var nogle af dyrene gået til ro. Normalt er der masser af aktivitet om dagen, men selv dyr skal vel have fri efter normal arbejdsdag. Brian fortalte, at dyrene hurtigt lærer, hvornår de skal optræde for de tobenede gæster. Det er selvfølgelig i normal åbningstid, så giver personalet jo nogle ekstra godbidder.

Der er også liv i regnskoven, når der er mørkt. Vi så aftenholdet begynde deres søgen efter lidt føde.

De farlige dyr, alligatorerne lå helt stille og så ret så fredelige ud i vandet. Mange tror, at de i naturen altid er helt vilde efter at jage dyr og mennesker. Det er de ikke, når de har spist, kan alligatorerne slappe af i dagevis.

Alle deltagerne var en tur gennem den lukkede afdeling for slangerne. Personalet ved, hvor mange beboere der skal være, vi så de fleste af dem.



På regnskovsbesøg.

Men af og til gemmer slangerne sig bag planter eller luftkanaler. Selv slangerne er næsten ikke farlige. Efter et solidt måltid bekymrer de sig ikke om mad i flere uger. Vi kom alle levende ud fra slangerne.

Efter rundvisningen i slangeafdelingen var Brian og Mads så venlige at hente et par små slanger. De der havde lyst og mod måtte gerne røre ved dem. De er ikke ulækre og sli-

mede, men varme og bløde.

Men, OK jeg vil ikke have en til kæledyr.

Til sidst så vi sommerfugleskabet. Her udklækkes mange flotte og farvestrålende sommerfugle.

Pupperne sidder helt stille på rad og række i skabet og venter på at blive flyvefærdige.

Der var kaffe med brød i Regnskov Caféen, inden vi

sagde farvel og tak for en spændende aften.

(Århus amt fortsætter næste side)

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



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

Siden sidst

På besøg i AQUA

Mandag den 8. oktober var det igen muligt at se på dyr og planter. Denne aften hos Ferskvands Akvarium AQUA i Silkeborg. Vores guide, en tidligere ansat, startede rundvisningen ude i parken ved odderen. Vi fik fortalt at hos AQUA har de en meget rig odder. Den hedder Thor, og har arvet over 1.000.000 kr. så havde den selv råd til at få bygget et dejligt stor bassin. Det var planlagt at netop denne odder skulle sælges til udlandet. Men da bestyrelsen i AQUA fandt ud af, at pengene var tiltænkt helt bestemt denne odder, beholdt de selvfølgelig den rige odder.

Det var blevet ret mørkt, så det var ikke let at se dyrene ude i parken. Men belysningen på efterårsfarverne i træerne virkede meget flot. Mange af silkeborgenserne havde ikke været i parken om aftenen, så for dem var det en anderledes oplevelse end at se parken i dagslys.

Vores guide fortalte om odderens færdigheder med at stikke af hjemmefra. I Silkeborgsøerne lever en odder i dag. Personalet har set den mange gange der. Turen rundt i parken førte os bl.a. rundt til bævere, gæs, fiskehejre, frøer, skarven og sorte storke. Der havde også været nogle små skildpadder i et anlæg. Der var ikke flere tilbage, og der var ikke planer om at sætte flere skildpadder ud til beskuelse for publikum, da de åbenbart syntes, det var en slags gratis souvenir med hilsen fra AQUA.

Indendørs kunne vi se fiskene svømme i de store bassiner, der ligner bunden af danske søer og vandløb, f. eks. en ren sø, mosen eller det forurenede vandløb m.m. Fiskene i bassinerne lever, som i naturen, hvis de ikke bliver fodret, spiser de største de mindste. Flere af fiskene havde tydelige mærker af andres tandsæt.

Vi sluttede aftenen med

kaffe og tærte i centret hyggelige havestue. Der var dog ønske om at besøge AQUA i dagslys for bedre at se og opleve dyrene uden at bruge natkikkert. Det er noteret.

Tak til Sahva Care

Sahva Care, Sønder Alle, Århus har sendt lokalafdelingen en check på kr. 1.000 til Leif Nielsen's Fond. Beløbet vil blive brugt helt efter Leif's ønsker: til lidt øl og vin ved COPA-møder.

Århus Lokalafdeling takker Sahva Care for checken.

Kommende arrangement Svømmeaften

Torsdag den 22. november kan din lokalafdeling tilbyde pleje af krop, lemmer og hud.

Kl. 18.00 mødes vi ved billetsalget i Svømmehallen, Spanien, Århus. Efter ca. 1 1/2 times svømning, og motion af kroppen, afslapning i sauna, hudpleje med olie m.m. går vi samlet på restaurant.

Her giver foreningen lidt fortæring og en øl. Du/I skal ikke være bange for at klæde om sammen med normale personer. Du /I er ikke alene med pose på maven, der vil være et par mænd og kvinder fra COPA, som bader og klæder om sammen med jer.

Tilmelding senest den 20. november til:

Henning 8628 1124
(bedst mellem kl. 14 og 18).

Kommende arrangement Grenåmøde

Onsdag den 28. november fra kl. 19 til 21 er der medlemsmøde på Grenå Sygehus. Sygeplejerske Gert Mosbæk viser stomiprodukter fra Hollister. Fra afdeling K2 deltager sygeplejerske Dorte Granslev

Rafn. Både Gert og Dorte besvarer spørgsmål om stomi-pleje.

Mødet bliver holdt i kantinen i administrationsbygningen. Ved indgangen bliver skilte opsat.

Der bliver serveret kaffe med brød. Husk pårørende er naturligvis velkommen.

A.h.t. bestilling af kaffe ønskes tilmelding senest mandag den 26. november hos:

Lis Lene Carstensen,
tlf. 8642 6979 eller
Henning Granslev,
tlf. 8628 1124
(bedst kl. 14 til 18).

Kommende arrangement

Aftenmøde på Randers Sygehus

Bestyrelsen lovede i sidste blad at der bliver aftenmøde på Randers Sygehus i begyndelsen af det nye år. Information om dette kan læses i næste blad.



Kommende arrangement Randersklubben

Julehygge fredag den 16. november i Fritidscentret, Vestergade, Randers fra kl. 14.00 til 16.30.

Anne Marie og Lis Lene sørger for pakker og julegodter, du/I medbringer godt humør. Da der skal købes lidt ekstra vil det være fint med tilmelding senest den 15 til:

Anne Marie, tlf. 8643 4337 eller
Lis Lene, tlf. 8642 6979.
Husk alle er velkommen, også børn.

Næste møde i hyggeklubben bliver fredag den 18. januar 2002 fra kl. 14.00 til kl. 16.30.

Oplysninger om Randersklubben gives hos Anne Marie og Lis Lene. Tlf. står ovenfor.



Kommende arrangement

Julehygge, Århus

Onsdag den 12. december er der fra kl. 17.30 til 20.00 julehygge på Langenæs HandicapCenter, Langenæs Alle 21, Århus. Der bliver serveret æbleskiver, gløgg, julegodter m.m. Bestyrelsen sørger for ekstra små pakker til det traditionelle terningespil.

Deltagerne bedes pr. person medbringe en pakke til ca. 25 kr. Børn gratis adgang.

Vi skal have købt lidt ind til arrangementet, derfor ønskes tilmelding senest den 10. december til:

Henning, tlf. 8628 1124
(bedst mellem kl. 14 og 18).

Rådgivning, Århus

Der er rådgivning for stomiopererede og pårørende den 2. onsdag i måneden fra kl. 16 til kl. 19 på Langenæs HandicapCenter, Langenæs Alle 21, Århus.

I år den 14. november og 12. december.

År 2002

9. januar

og 13. februar.

God Jul og godt Nytår

Året er snart forbi, julen nærmer sig med hastige skridt. Vi vil derfor ønske jer alle en god Jul og godt Nytår. På gensyn til årets sidste arrangementer, og når vi mødes i 2002.

P.b.v.

Henning Granslev



Urostomigruppen

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

Referat fra urostomimøde, Ringsted d. 6.10.01

Der må være noget specielt ved disse urostomimøder, for vejret var lige så fantastisk smukt med efterårets skønneste farvenuancer i solskin fra en lysende efterårshimmel som sidste års sommermode var det i Odense med sommervarme, grønne skove og landskaber.

Vi var 13 friske og glade deltagere, og efter at Jytte havde budt velkommen, blev frokosten indtaget under munter og livlig snak. Ordet blev derefter givet frit til hver enkelt deltager, som fortalte lidt om sig selv og sin trofaste ledsager, som urostomien jo må siges at være. Et par deltagere uden stomi fik dog også ordet. Det mandede ud i en god snak om det at leve med en urostomi i dagligdagen, og hvilke problemer det også kan afstedkomme. Det var utroligt forskellige hændelsesforløb, indgreb og udfald, der kom frem i lyset, meget spændende livsforløb, og vi kunne være blevet ved i flere timer, men vi havde i dagens anledning inviteret en diætist, Ellen Danebod, fra Næstved Central-sygehus, til at fortælle om kost.

Diætist Ellen Danebods arbejde består fortrinsvis i at kostvejlede patienter indlagt på sygehus. Hun kunne godt undvære alle de mange møder, der efterhånden altid er på et sygehus, men selve arbejdet og kontakten med patienterne var hun meget glad for. Hun var blandt en af de første diætister i sygehusregi. Mange diætister åbner i dag deres egen praksis. Danskerne elsker at samles for at spise og drikke. Vi har mange traditioner i forbindelse med

højtider, ferier og fester. Der er i det hele taget mange indfaldsvinkler til mad. Mindst 50-55 næringsstoffer er en nødvendighed i vores kost. Enten om man er for tyk eller for tynd, så er vitaminer og mineraler af stor vigtighed.

Hun tog udgangspunkt i den berømte *kostcirkel*, hvor den største gruppe er korn, gryn, pasta, ris, kartofler o.s.v.. Dernæst de 4 ens grupper med frugt, grøntsager, kød og mælkeprodukter, og endelig til sidst den mindste gruppe, og vel nok den mest skadelige, nemlig fedtstofferne. Det anbefales at skære ned på fedtstofferne, 40% af vore kalorier er fra fedt, men skal helst ned på 30%. Der skelnes mellem de mættede fedtstoffer, som giver risiko for forkalkning i blodkar, og de umættede, som er fedtstoffer fra planteriget, der langt er at foretrække. Alkohol indeholder også en del kalorier. Det anbefales dog at drikke et par genstande hver dag. Det er vigtigt at give vores børn så sunde spisevaner fra start som overhovedet muligt. Man skal spise varieret, så behøver man ikke kosttilskud - dette afstedkom en vild diskussion. Flere af deltagerne indtager op til flere forskellige slags kosttilskud hver dag.

Det største diskussions-emne var nok maden på vores sygehuse. Flere var stærkt kritisable overfor kosten på sygehuse. Diætisten mente, at maden på vores sygehuse i størst muligt omfang er OK, den er til stede, men man skal enten selv tage den eller have den tilbudt, og det var vel nok det sidste, der var det springende punkt. Én mente, at det ikke var diætisternes skyld,

for de gjorde, hvad de kunne, men det var at udføre diætistens vejledning, der haltede bagefter grundet travlhed blandt det øvrige personale.

Efter kaffe og småkager fortsatte mødet, og diskussionen om sygehusmad fortsatte. Det var yderligere oppe at vende, at de fleste urostomiopererede i efterforløbet får B₁₂ mangel p.g.a., at det bortopererede stykke tarm er det, der netop optager B₁₂ fra føden. Det klares med injektioner hos egen læge. Spisevaner var næste store debattemne. Vigtigt er det at indtage 5-6 måltider dgl., at drikke rigeligt, tygge maden godt og spise varieret samt at motionere, hvilket er vigtigt for tarmsystemet. Mange syntes, at de har fået tarmproblemer efter deres operation, nogen i form af træg afføring, andre det modsatte, og atter andre har problemer med *syre-basebalancen*. Vi var inde på vigtigheden af kalk og fødekilder til dette. En del urostomiopererede oplever knogleforstyrrelser grundet afkalkning af knogler. En sidste ting vi var inde på var økologi. Diætisten mente, der måtte flere undersøgelser til, men én ting står fast - jo mere forarbejdning jo mere udpint er råvarerne.

Jytte takkede diætist Ellen Danebod for et godt indlæg, og

kom så med den meddelelse at hun, Elna og Preben ville stoppe i urostomigruppen grundet manglende forståelse for arbejdet fra Hovedbestyrelsens side. Efter anmodning fra medlemmerne enedes man om at fortsætte en periode, for at se om der sker ændringer i forholdet. Margit har sagt ja til at indtræde i styregruppen. Efter en hyggesnak takkede Jytte for deltagelse samt for tilliden og en dejlig dag.

Vi planlægger at afholde næste års møde på Fyn, da dette års møde er blevet afholdt på Sjælland. Mere om dette møde senere i Copa-bladet.

Styregruppen ser således ud som følger:

- Jytte Wittchen,
Kragesøvej 6,
4970 Rødby,
tlf. 54 60 37 26
- Elna Rasmussen,
Farvergade 13, 1. th.,
4700 Næstved,
tlf. 55 73 02 14
- Preben Andersen,
Kildevangen 32,
4440 Mørkøv,
tlf. 59 27 54 00
- Margit Gyldenlykke,
Rødstjærtevej 3,
4200 Slagelse,
tlf. 58 54 80 36

Referent
Margit Gyldenlykke

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. Ønsker du nærmere tilknytning eller information kontakt venligst

Næstformand og redaktør: Annemette Bach,
Provstevænget 9, 8464 Galten
tlf.: 8694 6242



Crohngruppen-Vest

Kontaktperson:

Mariann Olesen

Skyttevej 21, 8450 Hammel

Tlf.: 86 96 34 49

Crohngruppen Vest inviterer atter til

ÅRETS CROHNDAG,

derfor skal du allerede nu skynde dig at ringe og tilmelde dig og din evt. samlever

SØNDAG D. 25. NOVEMBER

hvor vi vil have et spændende arrangement klar til dig / jer.

I år vil vi gøre det ekstra attraktivt for pårørende / samlever, da det er vores erfaring at de i lige så stor grad som den crohnramte, har behov for forståelse og erkendelse af sygdommens omfang.

Dagens program vil blive følgende:

Mødetidspunkt kl 10.00 på Langenæs HandicapCenter, Langenæs Allé 21, Århus, hvor vi først vil nyde en kop kaffe/te med rundstykker (vi håber jo på at mange interesserede vil valfarte langvejs fra).

Herefter skal vi høre et foredrag af læge Jens Christian Juul, som vil fortælle om hvad det indebærer for den crohnramte, men også for familien, pludselig at få oplyst, at man lider af en kronisk sygdom. Han vil fortælle om Morbus Crohn (Crohns sygdom) og hvad deraf følger, + meget mere, og så vil han gerne have spørgsmål, (husk, der findes ingen dårlige spørgsmål, kun dårlige svar....hermed vil jeg bare sige, at I ikke skal være bange for at spørge).

Vi glæder os i Crohngruppen meget til dette foredrag, det kan du også roligt gøre.

Dernæst skal vi nyde en frokost.

Efter den gode mad vil vi se en kort videofilm af Anette Sundby: "Det er mit liv", omhandlende det at leve med stomi. Herefter deler vi os i et par grupper:

Pårørende for sig, hvor man vil have mulighed for at være sammen med ligestillede og udveksle erfaringer / problemer / solskinshistorier m.v. (N.B.: Det er IKKE gruppearbejde, men alm. og hyggeligt samvær). Desuden en gruppe med Crohnramte som jo vil have de samme muligheder som ovenstående.

Vi slutter dagen af med et besøg af produktspecialist/sygeplejerske Anne Boel fra stomifirmaet ConvaTec, som vil fremvise deres produkter samt præsentere sidste nye.

Arrangementet forventes afsluttet ca. kl. 16.00.

CROHNDAGEN vil vanen tro blive GRATIS, dog skal du selv sørge for transport.

Vi glæder os til at se rigtig mange crohnfolk samt samlever.

TILMELDING er nødvendig p.g.a. madbestilling
senest på fredag d. 16. november til :

Mariann Olesen.
Telf.: 86963449.

ELLER

Vibeke Pedersen
Telf.: 86983096.

STOMI/BROK-BANDAGER

- bandagen der passer dig!

Stomi/brok-bandage fremstillet efter mål sikrer brugeren:

- *Optimal pasform*
- *Korrekt placering af stomihul*
- *Holder en brok effektivt inde*
- *Giver god støtte*
- *Komfortabel i brug*
- *Praktisk med åbent skridt*
- *Ingen generende sømme*

Kontakt ETO GARMENTS ApS eller en af vore forhandlere:

- Kirstine Hardam
Måbjerg Skolevej 46-48 · 7500 Holstebro.
Tlf. 97 42 32 33 · Fax 97 42 80 14.
- Inge-Lise Sørensen ApS
Badevej 2 · 3000 Helsingør.
Tlf. 49 21 00 44 · Fax 49 21 02 57.
- Karen Blok Specialcenter
Gammel Havn 1 · 7100 Vejle.
Tlf. 75 84 00 22 · Fax 75 84 03 22.
- Stomacare
Vangeleddet 77 · 2670 Greve.
Tlf. 43 69 02 00 · Fax 43 69 14 02.
- Kirudan A/S
Nyholmsvej Allé 30 · 2610 Rødovre.
Tlf. 36 37 91 00 · Fax 36 72 83 22.
- Kjærulff A/S
Ørkebyvej 6 · 5450 Otterup.
Tlf. 64 82 15 35 · Fax 64 82 15 90.

Model 801 m. blonde



Model 801 m. lynlås eller velcro



Model 802



Model 823 m. poseholder



Model 821 m. poseholder



Model 803 m. poseholder



Model 811



Model 813



Stomi/brok-bandage m. trusse



Model 812



Model 804



Alle modeller fåes i sort, hvid eller hudfarve.

Eto

GARMENTS

— soft as silk, strong as steel



Eto GARMENTS ApS · Bredgade 16 · 5592 Ejby · Tlf. 64 46 13 30 · Fax 64 46 18 30
E-mail: sales@eto-garments.com · Hjemmeside: www.eto-garments.com

Nyt 2-dels klæberkoblingssystem fra Coloplast til kolo- og ileostomiopererede

Produktinformation fra Coloplast
Af Bina Kanto, produktchef/sygeplejerske

Igennem årene har der været ønsket om at få et mere fleksibelt, diskret og komfortabelt 2-dels system fra både stomiopererede og sygeplejersker. Coloplasts meget tætte samarbejde med såvel brugere som professionelle har gjort det muligt at udvikle Assura Easiflex.



Blød og fleksibel kobling - øget komfort

Med Assura Easiflex er der skabt et meget fleksibelt system, hvor plade og pose tilsammen danner en blød enhed. Der er ingen gener fra en koblingsring, når maven folder. Der er ingen synlig koblingsring. Begge dele bidrager til en øget komfort.



Enkelt at anvende

Der kræves ingen kræfter ved påsætning og aftagning af posen. Det gør systemet meget nemt at anvende. Assura Easiflex systemet er enkelt at håndtere, og samtidigt er det let at lære at anvende.



Hygiejnisk

Med Assura Easiflex er det blevet utroligt nemt at rengøre pladen ved poseskift. Der er ingen kanter, som er svære at rengøre. Pladen aftørres blot med et stykke toilet-papir eller lignende.



Sikker at anvende

Koblingen mellem plade og pose er en klæber. Ligesom pladen skal klæbes til huden, så skal Assura Easiflex posen klæbes til pladen. Posen påsættes og klæber sig fast til den gennemsigtige krave på pladen og sidder hermed sikkert på plads.

Assura Easiflex er en del af Assura familien

Det betyder, at alle Assura Easiflex poserne er forsynet med det kendte og effektive filter fra Assura Plus sortimentet, og at de tømbare poser er forsynet med det sikre og bløde Hide-away udløb.

Assura klæber på Assura Easiflex

Hudklæberen har fortsat den unikke spiralstruktur. Klæberen på Assura Easiflex pladen er den samme, som den der findes i dag på Assura Plus 1-dels ileostomipose med Hide-away udløb samt på Assura Plus 1-dels kolostomipose. Denne klæber er meget smidig og efterlader endnu færre rester på huden.

Assura Easiflex sortiment

Assura Easiflex poserne findes til både kolo- og ileostomiopererede. Sortimentet består af såvel hudfarvede som transparente poser samt flere posestørrelser og varianter at vælge imellem. Ringen på posen består af et blødt, klæbende skummateriale.

I Assura Easiflex systemet findes der tre størrelser plader med koblingsflange på henholdsvis 35, 50 og 70 mm.

Hvis du ønsker mere information eller prøver på Assura Easiflex, så kontakt Coloplast Danmark A/S på telefon 4911 1208. Du er også velkommen til at bestille gratis prøver via kuponen i dette blad.



Mødekalender

medio november 2001 - medio januar 2002

DATO / TID	STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR
16-11 kl. 14.00 - 16.30	Fritidscentret, Vestergade, Randers. Julehygge. <i>Århus amt</i>
16-11 kl. 19.30	Toftenvangskolen, Teglpporten 7, Birkerød. Musicalen "My Fair Lady". Øvrige spilledage og spilletider, se dette blad side 13. <i>Københavns amt</i>
18-11 kl. 12.00	Kløver Es, Brystrupvej 2, Hellevad. Julefrokost og banko. <i>Sønderjyllands amt</i>
21-11 kl. 19.00	Østerebycentret, Ribegade 169, Esbjerg. Julefrokost. <i>Ribe amt</i>
22-11 kl. 18.00	Århus Svømmehal. Svømning og cafébesøg. <i>Århus amt</i>
24-11 kl. 14.00-17.00	Eskildstrup Hotel. Julemøde. <i>Lolland/Falster</i>
24-11 kl. 13.00	Bentas Cafeteria, Højslev, Skive. Generalforsamling. <i>Viborg amt</i>
24-11 kl. 13.00 - 17.00	Frederiksborg Sognegård, Hillerød Julemøde. <i>Frederiksborg amt</i>
25-11 kl. 10.00 - 16.00	Langenæs HandicapCenter, Århus. Crohndag. <i>Crohnggruppen-Vest</i>
28-11 kl. 19.00 - 21.00	Grenå Sygehus. Medlemsmøde. <i>Århus amt</i>

DATO / TID	STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR
07-12 kl. 13.00	"Huset", Hasserisgade 6, Aalborg. Julefrokost. <i>Nordjyllands amt</i>
08-12 kl. 14.00 -17.00	Mødelokalerne, Fakse Sygehus. Julehygge. <i>Storstrøm Nord</i>
08-12 kl. 13.00 - 16.00	Kolonien Filadelfia, Dianalund. Julefrokost. <i>Vestsjællands amt</i>
09-12 kl. 14.00 - 17.00	"Ellehøj", Ellehammervej, Vejle. Julehygge. <i>Vejle amt</i>
12-12 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs handicapCenter, Århus. Rådgivning. <i>Århus amt</i>
12-12 kl. 17.30 -20.00	Langenæs HandicapCenter, Århus. Julehygge. <i>Århus amt</i>
14-12 kl. 14.00 - 18.00	Pilegården, Brønshøjvej 17, Brønshøj Julefrokost. <i>Kbh./Frederiksborg</i>
04-01 kl. 14.00	"Huset", Hasserisgade, Aalborg. Fredagsmøde. <i>Nordjyllands amt</i>
09-01 kl. 16.00 - 19.00	Langenæs handicapCenter, Århus. Rådgivning. <i>Århus amt</i>
18-01 kl. 14.00 - 16.30	Fritidscentret, Vestergade, Randers. Hyggeklub. <i>Århus amt</i>

LOKALFORENINGER / GRUPPER*De anførte træffetider er kun vejledende*

København / Frederiksberg

Peter Sørensen
Århus Plads 6, 2.th.
2100 København Ø
Tlf.: 35 38 91 48

Københavns amt

Marianne Hemmingsen
Grønnevej 253, 1-3
2830 Virum
Tlf. 45 83 52 58

Bornholms amt

Inge Skovgaard Petersen
Pæretærsdalen 21
3700 Rønne
Tlf.: 56 95 65 30

Frederiksborg amt

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

Fyns amt

Lars E. Nielsen
Nyborgvej 16
5550 Langeskov
Tlf.: 65 38 11 22
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

Storstrøm Nord

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

Ribe amt

Anders Lund
Holmevej 6
6700 Esbjerg
Tlf.: 75 45 13 22

Ringkøbing amt

Knud Faueryby
Østertorp 19, Gjellerup
7400 Herning
Tlf.: 97 11 80 16

Roskilde amt

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

Sønderjyllands amt

Jytte Holdt
Østerskovvej 2, Simmersted
6500 Vejens
Tlf.: 74 50 63 33

Vejle amt

Else Rasmussen
Bjolderupvej 18
6000 Kolding
Tlf.: 75 52 45 12

Viborg amt

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

Vestsjællands amt

Torben Hansen *)
Prinsessevænget 18, st.th.
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

Rolf Nielsen
Bøgskov Høvej 9 B
8260 Viby J
Tlf.: 86 28 74 74 / Fax: 86 28 78 31

Ungdomsgruppen

Dorthe Nielsen
Gåskærgade 29, 2.th.
6100 Haderslev
Tlf.: 74 53 64 60

Crohngruppen

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

Urostomi

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

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.