



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

November/December Copa-blad 6/2003



Med COPA i Ribe
se side8

Glædelig jul og godt nytår

- en 2004 kalender til dig

LEDER



Henning Grønsløv,
landsformand

Årets sidste COPA-blad er nu ude hos medlemmerne. Også i år er der en kalender med i kuverten. Gennem mange år har der været tradition for at udgive denne kalender. Her kan findes tlf. på alle COPA-rådgivere, forhandlere, producenter og ikke mindst stomiambulatorierne på sygehusene.

Nu er det op til jer at sætte kryds ud for de datoer, som betyder noget. Det kan være fødselsdage, mærkedage, fester men også COPA arrangementer. Lokalbestyrelserne vil helt sikkert sætte pris på et godt fremmøde fra medlemmerne. Husk på, at arbejdet med at tilrettelægge en medlemsaktivitet tager tid og er et tilbud til alle medlemmer incl. støttemedlemmer. Det er altid en større tilfredshed med et rimeligt fremmøde end måske at skulle aflyse et planlagt arrangement.

OK, det er jo ikke for at skælde jer ud, som kommer til møderne. Det allervigtigste er trods alt, at de der kommer får en god og hyggelig aften/eftermiddag sammen med arrangementerne.

På landsplan kan vi ikke klage over tilslutningen til Sommerferien og Midt i Livet. Tak skal I have.

I blad nr. 3 skrev Oksana Møller om „Stomiliv i Ukraine“. Oksana har været på sommerferie hos sin mor. Med i bagagen var en masse stomihjælpemidler. I dag er der 4 personer i landsbyen, hvor Ok-

sanas mor bor, der igen har fået livskvalitet efter stomianlæggelsen. Nu skal de ikke spekulere på at gå i byen, besøge familie eller venner. Der sidder en pose på maven, og de er nu ikke usikre og kede af at leve et dårligt liv uden mulighed for selv at kunne købe ordentlige poser.

Oksana og hendes mor satte i sommer små informations-sedler op i landsbyen. Her stod, at de kunne hjælpe evt. ligestillede. Først troede vores nye venner ikke, at de kunne få poserne gratis – de skulle vel koste noget! Nej, men med hjælp af Copa-bladet med Oksanas mor på forsiden og oplysning fra Oksana om, at det var en hjælp fra Danmark helt kvit og frit, forstod de, at det var alvorligt ment og helt gratis. Vores forening har nu fået virkelig gode venner i Ukraine.

Jeg synes på en måde, det er trist, at vi skal kunne blive venner, blot fordi vi lever i et land med helt frie hjælpemidler og høj levestandard. Men jeg vil selvfølgelig ikke undvære mine rettigheder. Blot håbe at livets goder kan komme lidt flere til gavn. Og så vil jeg glæde mig over, at der nu er skabt en god forbindelse for at ligestillede kan få gavn af vores overskudshjælpemidler. Der er ingen personer, som får økonomisk gevinst af denne hjælp. Her kommer hjælpen nemlig til til rette personer.

Vores sekretariat er blevet kontaktet af en frivillig organisation vedr. hjælp til Ukraine. Deres leder og Oksana vil sammen prøve at finde ud af et evt. samarbejde. Det kunne være i form af fragt. De kører selv til Ukraine, og vi kunne så få stomihjælpemidlerne kørt direkte til landsbyen. COPA har fået tilsendt mange poser, og

Oksana kan selvsagt ikke have det hele med sin feriebagage. Men vi tager et skridt ad gangen. Når vi er begyndt at hjælpe, skal vi ikke gabe over mere end vi magter. Det skulle nemlig blive en fiasko. Selvfølgelig kan COPA ikke hjælpe alle i Ukraine. Men vi er begyndt, og de personer, der bliver hjulpet, skal kunne regne med at deres problemer vedr. stomihjælpemidler vil vi gøre alt for at kunne løse.

Det må være den rigtige måde. Så nogle få frø, lade dem spire stille og roligt. Herefter se om der er udbytte, og herefter så flere frø efter første høst.

Vi skifter lige emne. Det siges så ofte at : Penge er ikke alt, men vi kan jo ikke leve uden. Det er rigtigt. Det kan en forening heller ikke. Forretningsudvalget skal midt i november sammen med hovedbestyrelsen lægge næste års budget. Det plejer ikke at være den helt store krig. Som regel er der kun ganske små justeringer, så er det klaret. Næste år kan der være en blind makker, som kan ødelægge hele budgettet. Jeg skriver ikke dette for at male Fanden på væggen, blot for at orientere jer om, hvad et lovforslag på Christiansborg kan betyde for vores forening.

Den nye regering har foreslået, at portostøtten til mange forskellige medlemsblade, magasiner m.m. skal fjernes. Hvis det bliver vedtaget, vil det få alvorlige konsekvenser for COPA. Udgiften til denne ekstra porto bliver i værste fald 230.000 kr. Sidste års overskud var på kr. 12.007 kr.

Pengene kan og skal findes. Der er flere måder. Medlemmerne betaler hele gildet, ekstra kontingent ca. 70 kr. pr. år. - utopi, det går ikke. Måske

kun 4 blade om året, så kommer der færre annonceanne – det går heller ikke. Måske kan og bliver løsningen: stadig 6 blade om året, men med tyndere papir (lavere vægt) og en forhøjelse af kontingentet på kr. 25. Hvis det bliver nødvendigt med denne stigning, håber vi på medlemmernes forståelse.

Der har ikke været en kontingentstigning i mange år. Til dato har COPA haft den mening, at så længe økonomien kan hænge sammen, er der ingen belæg for en kontingentstigning.

COPA har protesteret sammen med DSI, De Samvirkede Invalideorganisationer. Vi har skrevet protestbreve til Trafikministeriet, Sundhedsministeriet og nogle folketingsmedlemmer.

Vi krydser fingre, frygter det værste og håber det bedste.

Jeg mener, man altid skal sige pænt farvel efter et møde eller en telefonsamtale. Nå ja, det er just ikke en samtale, men dog min og COPA's oplysning til alle vores medlemmer, pårørende og andre interesserede læsere. Derfor slutter jeg med at håbe følgende: Må alle få en hyggelig julemåned med masser af hygge, gløgg og æbleskiver, juletravlhed, familiebesøg, traveture i den frostklare luft, gaver, julemad og slik.

Kort sagt:
Glædelig jul og godt nytår.



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

e-mail: sekretariatet@copa.dk

• **Landsformand:**

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (bedst 14.00-18.00)

Fax: 7021 3515

e-mail: h.granslev@mail.tele.dk

• **Vicelandsformand:**

Merete Møller

Ærtebjergvej 28, Lund

4660 Store-Heddinge

Tlf. og fax: 5650 8042

• **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.

• **Ansvarshavende redaktør:**

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889.

E-mail: bladet@copa.dk

• **Læserbreve, indlæg og artikler:**

Manuskripter sendes på bladet@copa.dk

eller med PostDanmark til sekretariatet. Foto/

illustrationer helst med PostDanmark; sendes

de pr. mail, skal det være som *selvstændige*

påhæftede tif-filer, mindst 300 pixels.

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 udkom-

mer. Film mv. skal sendes til sekreta-

riatet. Materialefrist og annullerings-

frist normalt 21 dage før udgivelsen.

Annoncemateriale til næste nummer

skal være Copa-bladet i hænde senest:

19/12. 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 stomi/reservoir.

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

- at udøve oplysende, rådgivende og opsøgende virksomhed.
- at virke som medlemmernes talerør over for myndighederne.
- at hjælpe hinanden med råd og vejledning og i særlige tilfælde at yde støtte i form af et humørlegat.
- at udgive et medlemsblad, COPA.

Copa-blad 6/2003 (november/december). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 179].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
Praktiske oplysninger (<i>Henning Granslev</i>).....	4
Stomihjælpe midler til Ukraine.....	4
Fire dages nordisk samvær (<i>Merete Møller</i>).....	6
Tak for en god weekend (<i>Henning Granslev</i>).....	8
Læserne skriver	
Hjælp til selvhjælp (<i>Ehlin Andreassen</i>).....	12
Tak for frimærker (<i>Kjestic Rasmussen</i>).....	12
Det var dejligt at møde andre COPA-medlemmer (<i>Tove Christiansen</i>).....	12
Nyt fra lokalforeningerne	14
Produktinformation	26

Se også: 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

Alle kan anmode om rådgivning - og det er gratis. Dette kan gøres ved at ringe til sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller til en lokalformand. Telefonnumrene på lokalformændene findes på bagsiden af dette blad.

Der tilbydes rådgivning til alle - uanset om man er medlem af COPA eller ej.

Rådgivningen udføres udelukkende i henhold til patientens ønsker, og den kan foretages i hjemmet, på sygehuset eller telefonisk.

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede, og de har et afklaret forhold til deres situation om at leve med stomi/reservoir. De har

været på kurser i bl.a. samtaleteknik, psykologi og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

Rådgivningen vedrører kun det at leve med stomi/reservoir samt råd og vejledning af ikke-lægelig karakter. Ved specifikke spørgsmål om stomi-pleje og medicinske forhold bør man i stedet henvende sig til sin stomisygeplejerske eller stomiambulatorium.

Sekretariatet eller lokalformanden vil finde den rådgiver, der skønnes bedst egnet med hensyn til stomi/reservoir, alder og køn.

Det er ganske uforpligtende at ringe til sekretariatet eller en lokalformand, idet Stomiforeningen COPA er til for dig og din familie/pårørende.

Liste over stomiambulatorier findes i Copa-blade med ulige numre.

PRAKTISKE OPLYSNINGER

Brug handicaptoiletet

Alle har vel prøvet at stå i kø ved toiletet i indkøbscenter, i toget eller i andre større forsamlings.

For ikke at flippe helt ud og blive lidt nervøs, når posen nu altså er helt fuld, så brug dog handicaptoiletet, hvis der er et i nærheden. Når man kommer ud, vil der måske være et par stirrende øjne i nakken. Blæs på det. Der står jo ikke, at toiletet kun er for handicappede. Der er et skilt på døren med oplysning om, at det er vel-egnet til handicappede.

Når man først har „lært at bruge“ handicaptoiletterne, er man helt cool, selv om der skulle blive set lidt skævt til en. Hvis man skulle blive tiltalt, kan man blot venligt og bestemt oplyse : Jeg har en stomi, og det var nødvendigt at bruge dette toilet. De fleste vil herefter ikke vide, hvad de skal svare til denne oplysning.

Skal du/I på ferie eller rejse med fly?

Husk altid at pakke stomi-hjælpemidler tilmindst en uges forbrug i håndbagagen. Det er ikke smart, at du/I lander på Mallorca, men flybagagen med hjælpemidlerne ender måske i „Langbortisand“. De fleste kan sagtens have hjælpemidler til 2 ugers forbrug i håndbagagen.

For at sikre sig med både livrem og seler kan man kontakte producenterne for at bede om oplysninger, hvor ens hjælpemidler evt. kan købes i netop det land eller by, hvor ferien skal holdes.

COPA har i samarbejde med de nordiske landes stomiforeninger lavet en folder med de mest brugte ord vedr. stomiproblemer. Teksten er på engelsk, svensk, norsk, finsk, islandsk og selvfølgelig dansk.

Brochuren kan bestilles på foreningens sekretariat hos

Britta Mogensen:
tlf. 5767 3525.

Det vil ligeledes være en god

ide at medbringe noget til at forebygge eller stoppe en feriemave. Her kan anbefales: Revolylt (vandopløseligt pulver med div. salte, Paraghurt eller HUSK.

Langt de fleste skal bruge en saks for at tilpasse hullet i posen til stomien. Ved gennemlysning af bagagen kan saksen selvfølgelig ses på TV-skærmen. Til dato har jeg ikke haft problemer med at få saksen med i min håndbagagen. Men jeg har fået oplyst, at hvis det er et problem, er det muligt at aflevere saksen i en lille kuvert til kabinepersonalet. Efter ankomst til rejsemålet kan man så få udleveret sin saks, straks man forlader flyet. Hvis man helt vil undgå et sakseproblem, kan man blot klippe den rigtige hulstørrelse i et passende antal poser.

God tur.

Henning Granslev

Stomi-hjælpemidler til Ukraine

Efter at have læst Oksana Møllers artikel i Copa-blad 3/2003, har et COPA-medlem, Bjarne Jørgensen, taget initiativ til indsamling af stomihjælpemidler til Ukraine.

Til Frederiksborg Amts avis 17/10 oplyser han:

- "Artiklen (i Copa-bladet) er for danskere, der er vant til et - trods alt - velfungerende sundhedssystem, rystende læsning".

Bjarne Jørgensen er stomiopereret for 2 år siden. Han er nu i fuld gang med at organisere indsamling til Ukraine i samarbejde med organisationen "Nødhjælp fra hjem til hjem".

Bjarne Jørgensen har spurgt en række private og offentlige institutioner samt en enkelt leverandør om de ville hjælpe. Svarerne har været positive. Til dato er det lykkedes Bjarne Jørgensen at skaffe 3.200 stomihjælpemidler.

Stomiartikler til Ukraines stomiopererede kan afleveres hos tøjindsamlingen "Nødhjælp fra hjem til hjem", Græsted Præstegård, Græsted Hovedgade 6 A. Må gerne være mærket stomi.

Yderligere oplysninger kan fås ved henvendelse til Bjarne Jørgensen, tlf. 4830 1219. ■

FS 22

FS 22 er en faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi.

FS22 afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan, samt oplysningsvirksomhed for sygeplejersker og interesse-organisationer. Herunder informationer om udenlandske kongresser og rejser. FS22 medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark, som løbende opdateres i fagbladet StomiNyt.



Ønsker du nærmere tilknytning eller orientering gennem fagbladet, da kontakt venligst FS22

Formand Lena Thomsen • e-mail: Lena.Thomsen@aaas.nja.dk • tlf.: 9932 1487
Bestyrelsesmedlem, ansvarshavende redaktør af StomiNyt Grethe Vendelbo • tlf. 9912 5310



Forlæng dine muligheder

Ileostomi ✓

Colostomi ✓

Urostomi ✓

NOVA Urostomy

dansac 
- fordi små detaljer gør den store forskel

Fire dages nordisk samvær



Alle deltagerne.

Indtryk fra det Nordiske Møde i Tuusula, Finland 21. – 24. august 2003

Af: Merete Møller, vicelandsformand

De fire danske deltagere – landsformand Henning Granslev, vicelandsformand Merete Møller, lokalformand Lis Lene Carstensen, Århus, og lokalformand Marianne Andersen, Lolland-Falster – mødtes i sommervarme Kastrup lufthavn, slap uhindret gennem sikkerhedskontrollen og satte sig forventningsfulde til rette i propelletten med destination Helsinki. Vicelandsformanden havde løbet maraton, fordi de elektroniske lystavler *ikke* viste samme afgangshal, så der blev skiftet mellem hal 2 og 3 i skarpt trav – godt man var i god tid!

Efter halvanden time med steril flymad og kaffe øjnede vi finske skove og søer, et flot syn – og landsformanden prajede en gul taxi (finsk), som bragte os til Gustavelund Hotel og conferencecenter, som skulle huse det Nordiske Møde. Vi ankom i silende regn, som faktisk forfulgte os det meste af tiden. Værelserne var anbragt noget alternativt – man skulle først ned i underetagen, følge en lang gang, op ad en trappe, følge en lang gang, op ad en trappe o.s.v. – lige efter en indendørs tropisk regnskov fandt

vi værelserne. Lis Lene regnede ud, at der var omkring 250 meters gang/løb til og fra værelserne – hver vej, så vi fik rigelig motion.

Nydelige værelser i øvrigt med minibar og en fjernbetjening til – TV? Hvor var kasserne mon henne? Åh jo, de befandt sig i 1. sals højde oppe under loftet, det samme var tilfældet med bruseren i badet – når man fumlede med håndbruseren, dryppede det i nakken oven fra. Nyt land, nye skikke – så vi fik løsnet lattermusklerne fra starten.

Spøg til side – selve mødet indledtes torsdag d. 21. kl. 18.00 med kaffe og præsentation af deltagerne og lidt snak om protokollen fra det nordiske komitémøde. Derefter var der middag med rigeligt grønt og laks og almindelig hyggesnak.

Om fredagen blev der talt rådgivning, brugerindflydelse og set på hjælpemidler. Derefter havde Finnico arrangeret en bustur i lokalområdet. Vi besøgte Jean Sibelius' hjem – Ainola – og det var et meget flot bjælkehus – sikke dog et

tømmerarbejde. Vi fik nogle anekdoter om komponisten, der var en personlighed af rang. Han røg meget store cigarer og anvendte flere forskellige askebægre alt efter humøret. Så det var om at lægge mærke til, hvilket askebæger, der var i brug. Derpå så vi et kæmpe bjælkehus, der havde fungeret som kunstnerkollektiv. Tilsidst besøgte vi et Lotte-museum. 90.000 finske kvinder havde været aktive i Lotte-korpset, som blev opløst i 1945. Dette og meget andet fik vi at vide under et lysbilledforedrag, hvor Sibelius' "Finlandia" var afsluttende underlægningsmusik. Bagefter var der wienerbrød og kaffe – det trængte vi til. Og det regnede stadig. Turen sluttede i et supermarked, hvor der blev gjort forskelligartede og tiltrængte indkøb.

På trods af regnvejret var det ret varmt – ikke mindst på værelserne, så det var om at få åbnet et vindue. Alligevel føltes det sauna-agtigt om natten, men hvad – vi var jo i Finland, så det passede fint nok.

Lørdagen stod i ungdommens

tegn. Norge og Sverige havde forberedt sig godt og besvarede alle spørgsmål på bedste vis. Det hele endte med en sammenfatning af dages møder, og vi sluttede med middag tilberedt på grill – udendørs. Der var laks, koteletter og pølser ledsaget af flødekartofler og forskellige salater og brød. Alle var trukket i stadsen og regnede med at slutte af i Gustavelunds bar i underetagen – men der var bryllup og musik – og baren var tom; men nej, vi kunne ikke være der. Godt, vi bestilte taxaer og kørte til et listigt sted ved en nærliggende golfbane – og tænk – der var også optaget af et privat selskab. Ud i regnen og springe mellem pytterne til "Atelier", som lå i nærheden. Der var ikke optaget, men personalet så vældig træt ud og vi opdagede, at man lukkede kl. 24.00, så vi havde en halv time at hygge os i. Den tog vi med og g-i-k hjem. Højhælede damesko er ikke det bedste i den situation; men vi var jo i kondi, så pyt.

Hjemme på Gustavelund gjorde vi beholdningen af læskedrikke op og samledes i en god sofa ved vinterhaven – der var *ikke* optaget.

Under opholdet havde vi en naturoplevelse, idet vi mødte to eger, der holdt til i træerne ved hotellets terrasse. De små kræ var ret tamme og sad og stirrede vedholdende ind på os. Lis Lene lagde brød ud til dem og haps, blev det fortæret i voldsom fart, alt mens der blev holdt øje med, om der kom flere godbidder fra de tobenede.

Søndag morgen sagde vi farvel til vore finske værter og takkede for et godt møde. Vi skulle først hjem kl. 15.25, så vi (Henning, Lis Lene og undertegnede) benyttede ventetiden til en rundtur i Helsinki sammen med nordmændene. Mariannes ben og ryg trængte til hvile, så hun blev i lufthavnen og slappede af imens.

Henning var en fin guide, så vi fik besøgt domkirken, den ortodokse Uspenskij-katedral og markedet på havnen – alt mens det silede ned! Helsinki hovedbanegård er imponerende. De fire store stenmænd, der står med lygterne ved hovedindgangen, ville garanteret kunne få DSB til at overholde enhver køreplan – de var meget respektindgydende.

Synet af byens sporvogne udløste begejstring – smarte, lydløse og uden dieselos – gid

man ville genindføre disse køretøjer i Danmark.

Kl. 12.00 åbnede Stockmann's varehus, så det fik vi også med. En kæmpeforretning med alt, hvad hjertet kan begære. Vi befølte de fleste af håndklæderne i tekstilafdelingen, ligesom diverse te- og kaffekrus var genstand for stor opmærksomhed.

Det hele endte med en tur i Finnairs hurtigbus til lufthavnen, hvor vi mødtes med Marianne, spiste de medbragte osteklemmer ledsaget af kaffe/juice – og selvfølgelig sluttede vi af med kager. Man er vel fra COPA! Der blev handlet en smule i diverse butikker, inden vi steg op i propeljettten. Vi oplevede en gevaldig gang turbulens, der udløste høje hvin i kabinen, men ellers gik det hele planmæssigt og vi landede i Kastrup kl. 16.25.

Konklusion:

Et godt nordisk møde (på trods af lidt startvanskeligheder) og fint samvær i de fire dage, det hele varede. ■



De danske deltagere.



Lis Lene og Merete, Torvei Helsingfors.



Storm P. maskine, Helsingfors.

Der arbejdes.



Der arbejdes.



Tak for en god weekend

- 65 COPA-medlemmer samlet på Hotel Hjerting ved Esbjerg.

Midt i Livet 5. – 7. september 2003

REFERAT

Fredag

Vejrprofeterne havde lovet fint vej hele weekenden. Så da solen fredag eftermiddag tilmed skinnede fra en flot blå himmel, var starten helt perfekt til Midt i Livet på Hotel Hjerting ved Esbjerg. 65 deltagere havde tilmeldt sig i år. Det er vi meget tilfredse med.

Arrangementet startede varen tro med en god middag og et glas vin. Da foreningen havde fået et pænt tilskud til weekendarrangementet, var der en lille overraskelse under middagen. Tjenere var blevet bedt om at tilbyde et ekstra glas vin under middagen. Tænk, der var ikke nogen, som sagde nej tak, selv om der var isvand i kanderne. Under middagen var det muligt fra restauranten at nyde den smukke solnedgang over havet.

Næste punkt var nyt om stomiposer m.m.. Sygeplejerske Marianne Gottenborg fra

Coloplast fortalte lidt om historien bag stomiposens opfindelse og om, hvorledes Coloplast er vokset til et firma, der er helt i front m.h.t. stomihjælpemidler.

Firmaets produkter blev kort gennemgået, og der var tid til spørgsmål og svar. En verdensnyhed blev fremvist denne aften – en helt ny urinpose – lavet efter samme princip som en isterningepose. Efter indlægget var der tid til at gå i baren og få et glas øl sammen med gamle venner og nye deltagere. Snakken gik livligt til midnat.

Inden vi gik i baren fik vi en meget stor overraskelse. I løbet af aftenen havde personalet sat skilte op til lørdagens arrangementer. Oh, skræk og jammer. Vi skulle være i samme lokale som sidste år. Det var jo en meget negativ oplevelse. Et trangt lokale og tilmed meget varmt. Straks gik

Sven og jeg til receptionen for at få svar, om det da var rigtigt. Jo, det var det. MEN, vi kunne da lige gå til lokalet. Sikken en overraskelse, det var blevet dobbelt så stor, og der var masser af plads mellem de meget flotte pyntede borde. PYHA.

Lørdag

Der var rigelig med tid til at nyde det store morgenbord og gå en lille tur langs havet, inden vi skulle på bustur til Ribe og Marsken. Busserne kom præcis kl. 10 som aftalt. Vejr og humør fejlede intet. Turen gik gennem Esbjerg, forbi den travle havn, herefter til Ribe for at samle vores guide op på en P-plads i udkanten af byen.

Der blev tid til både benstrækning og indtagelse af lidt røg, inden vi fortsatte på udflugten ud i Marsken m.m. Chaufførerne kørte først til en

lille by Egebak. Her var før Genforeningen med Sønderjylland i 1920 Nordeuropas største banegård. Hele anlægget bestod af to helt ens banegårde bygget sammen med en forbindelsesbygning mellem de to gamle grænser. Der var 33 parallelspor til de mange hundrede kreaturvogne, der skulle stå i karantæne i 5 dage, inden dyrene kunne gå ud i den friske luft. Guiden fortalte, at der gik en lille historie rundt om beboerne i Ribe – halvdelen er tossede, resten er lige på grænsen. Det sidste har selvfølgelig været rigtigt. Jeg ved ikke, om historien stadig passer. Jeg syntes nu, at indbyggere i Ribe så helt normale ud. I dag bruges stationsbygningerne i Egebak til hospital for psyisk syge.

Næste stop var helt ude på diget til Mandø. Der er i dag 62 indbyggere på Mandø, 3 børn skal hver dag i skole på

Marsken.



Ved Mandøvejen.



fastlandet. Transporten foregår med Manøbussen, en stor traktor med en overdækket passageranhænger. Kun ca. 5 dage om året er det ikke muligt for børnene at komme i skole.

Mandøvejen, der er markeret med koste (en slags træer) er 7,5 km. lang - i luftline kun 5 km. Vejen må kun bruges med speciel tilladelse. Vi almindelige dødelige må alle bruge Låningsvejen fra 1970, her er normalhøjden 0 m. Jeg tror nu ikke, at mange vil byde deres dyre bil en tur ud i saltvandet!

Vi fortsatte til sluserne ved restaurant Kammerlusen. Her var der et flot skue over Marsken, Ribe Å og Vadehavet. Fårene gik roligt og græssede i dejligt solskin. De tænkte vel ikke tilbage på sidste stormflod, da diget næsten var ved at være helt gennembrudt med store oversvømmelser til følge. Men vi tobenede kunne fornemme naturens kræfter udfolde sig, da guiden fortalte og viste, hvor langt havet stod oppe ved digerne.

Der var nu tid til at nyde frokosten i restaurant Kammerlusen. Menuen bestod af røget baksuld, tærter, skinke og flødekartofler. Personligt syntes jeg ikke så meget om denne baksuld, men man er vel voksen, og skal selvfølgelig prøve egnens specialitet.

Mætte og tilfredse forlod vi Kammerlusen. Busserne kørte videre gennem det flade land-

skab til Ribe. Her var der 1 1/2 time til at gå en lille tur rundt i byen. Man kunne sagtens have brugt et par timer mere. Ribe er meget smuk med gamle flotte bygninger. Flere valgte at sætte sig ude i solen og nyde en kop kaffe eller en is.

Mange udflugter slutter ved startstedet, det gjorde vores også. Vi var tilbage ved hotellet ca. kl. 16.30. Her var det så muligt at få lidt socialt samvær over en øl, lidt vin m.m.

Kl. 19 mødte alle glade op i gallauniformen. Festen kunne begynde. Der var absolut intet at klage over. Musikeren var vores gode ven fra sidste år. Festmenuen var 3 veltillavede retter og blev meget dekorative serveret. Aftenen forløb i en god stemning. Der var jo masser af plads, god musik, Susanne Bak havde en sang med og Jette Pedersen som sædvanlig en overraskelse i ærmet. I år var det en optræden af amatører. Festen sluttede med klar suppe med flute. Tak for en god aften.

Søndag

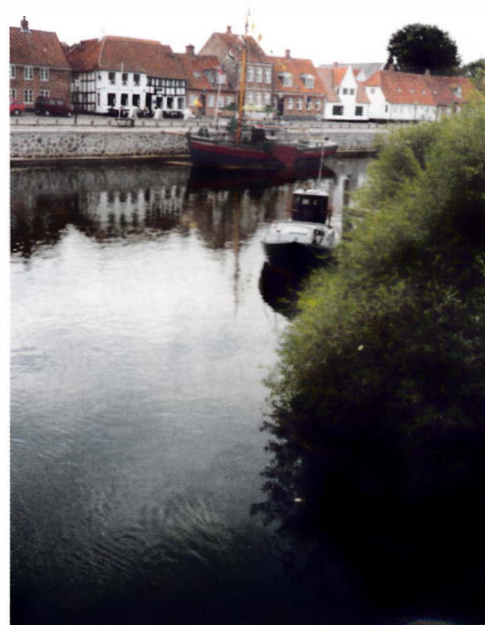
Også i dag kunne vi bare finde en plads i restauranten og forsyne os af morgenbordets glæder, opfyldning af fæde, afrydning af service og opvask havde vi jo folk til.

De, der havde lyst, kørte i egne biler til rundvisning i Esbjerg Musikhus. Her ventede

Esbjerg Musikhus.



Ribe å.



Kammerlusen.



Ribe å.



vore private guide „Dres“ på selskabet ved informationen. Vi gik op til en lille foredragssal med udsigt over hele forhallen. Dres fortalte meget levende og engageret om husets historie, om Esbjerg m.m. Her følger nogle tørre facts vedr. Musikhuset:

Huset blev indviet den 14. marts, købt og betalt, pris 100 mill. Arkitekt Jørn og Jan Utzon. Klinkerne – i alt 180.000 stk. - på hus og scenetårn er helt ens med Operaen i Sidney – de er kun brugt de to steder i hele verden. Der er 1.903 vinduer, og der er mange forskellige former, de er ikke fra Silvan. Tagkonstruktionen bæres af 107 paddehattesøjler. 30 km. elkabler er brugt. Husets areal er 8000m². Scenen er 20 x 20 m., det betyder, at man kan opføre nøjagtigt samme forestillinger som på Det Kgl. Teater. Der kan laves alt fra en mand med guitar til store operaer fra f. eks. New York. Det helt moderne scenetårn, 30 m. højt styres af computere. Der er max. 1121 siddepladser.

Efter al denne information fik deltagerne en rundvisning i hele huset. Der var en god og grundig forklaring rundt i de forskellige rum. Der var tid til at stille spørgsmål, og alt blev besvaret. Rundvisningen sluttede med en stor tak til Dres for en god og spændende formiddag. Et besøg i Esbjerg Musikhus kan anbefales, hvis I skulle komme forbi. Efter at

have nydt solen foran Musikhuset kørte vi tilbage til hotellet.

Sidste punkt var evaluering af arrangementet. Der var nogle små skønhedspletter. Indlægget fra Coloplast burde ikke finde sted i det meget lange og smalle lokale. Det var svært for alle at høre spørgsmål, svar, at se overhead m.m. Der burde også være en mikrofon, som spørgeren taler i. Det ville helt sikkert også være bedre med et indlæg før middagen. Når de fleste har spist og sidder og hyggesnakker er de ikke meget for åndelig føde bagefter.

Vi kan kun give ret i begge punkter. Vi vil tilstræbe, at ved ankomst til hotellet, kan der være en ostemad/sandwich for til at få stillet den værste sult. Aftenen vil så starte med et indlæg fra en producent, og herefter er der diner og socialt samvær.

Frokostbordet ventede i restauranten på alle de sultne gæster. Mætte og tilfredse blev der taget afsked med gamle og nye venner. Enkelte havde valgt en ekstra overnatning på hotellet, nogle ville køre en lille udflugt ud i det blå. Susanne og jeg valgte at køre en lille omvej til Stuttgart for at besøge vores datter Majken. Nu var bilen jo pakket alligevel!

Tak til jer alle for en god weekend.

Hilsen Sven og Henning



Esbjerg Musikhus.

PS:

Der blev opfordret til at finde et hotel på Fyn til Midt i Livet 2004.

Sven har prøvet flere steder, det er ikke sikkert, vi kan opfylde dette ønske.

Tak for økonomisk støtte til

KB, til Indenrigs- og Sundhedsministeriet. Udgifterne til busturen blev sponsoreret af Coloplast, Dansac/Hollister og ConvaTec. TAK.

*P.v.a. COPA -
Henning Granslev*

Festaften.



Festaften.



Festaften.



Større diskretion og komfort i alle døgnets timer... til urostomi-opererede

11:00



Assura Basisplade Ekstra

Klæberen er tynd, og fleksibel og er specielt udviklet til fugtige stomier. Klæberen bliver ikke opløst og efterlader derfor ingen klæberester på huden. Dette giver mulighed for hurtigere skift.

NYHED



Assura Urostomi Flerkammerpose

Flerkammerposen har nogle særlige egenskaber. Posen er inddelt i kamre, for at urinen kan fordele sig jævnt og derved skulpe mindre. Kamrene gør også posen mere diskret og mindre synlig under tøjet.

16:00



Assura Urostomi Natpose

Natposen kan rumme 2 liter. Posens slange på 120 cm, kan klippes af i den ønskede længde. Konnektoren er en fast del af slangen og kan nemt kobles sammen med Assura Urostomi Mikropose.

Assura Urostomi Mikropose

Mikroposen er lille og diskret og har samme størrelse som basispladen. Den vil derfor ikke komme i berøring med huden. I sammenligning med andre urostomiposer kan Mikroposen ikke dreje ved udløbsventilen. Der er derfor ikke risiko for afklemning og du har fuld bevægelsesfrihed, mens du sover. Mikroposen kan nemt kobles sammen med natposen.

NYHED



Navn: _____
Adresse: _____
Postnr: _____
By: _____
Telefonnr.: _____
E-mail: _____

Jeg anvender i dag:

- ☐ Coloplast
☐ Andet mærke: _____
☐ 1-dels system
☐ 2-dels system
☐ Ja tak, send mig venligst prøver på Coloplast Urostomibandager
Stomidiameter _____ mm



Assura Basisplade Ekstra ☐



Assura Urostomi Flerkammerpose

Ringstørrelse:
☐ 40mm ☐ 50mm ☐ 60mm
Farve: ☐ Transparent ☐ Hvid



Assura Urostomi Natpose ☐



Assura Urostomi Mikropose:

Ringstørrelse:
☐ 40mm ☐ 50mm ☐ 60mm



Hjælp til selvhjælp - "Selvhjælpsgruppen for Stomiopererede" har nu eksisteret 1 år

På baggrund af en annonce i Colitis Crohn Foreningens blad i sommeren 2002 og de tilbagemeldinger jeg fik, besluttede jeg mig for at prøve at starte en selvhjælpsgruppe for stomiopererede!

Selvhjælpsgruppen for Stomiopererede har nu eksisteret i et år og fra i en periode at have været 4 deltagere er vi i løbet af 2003 nu oppe på at være 14 deltagere.

Vi mødes ikke alle på en gang. For at hver enkelt får udbytte af samværet, blev gruppen i sommeren 2003 fordelt på 2 grupper. Samtidig er der blevet oprettet en 3. gruppe som ude-

lukkende er for mennesker med urostomi.

Vi mødes engang om måneden i private omgivelser. Over en kop kaffe el. te snakker vi om alt muligt. Ikke nødvendigvis om sygdom, heller ikke om hudproblemer el. lign. Det har vi nemlig hver for sig en læge el. stomisygeplejerske, vi kan henvende os til.

I stedet kan vi snakke om, hvordan nogen har båret sig ad med at acceptere stomien, hvordan andre har lært sig, at vende de negative oplevelser til noget positivt og hvordan andre har genvundet livsenergien og livslysten.

Og det viser sig gang på gang at livet "Ikke er så ringe endda" med stomi.

Ehlin Andreassen

C.J.Brandts Vej 7, 2400 Kbh. NV

Selvhjælpsgruppen for personer med Urostomi

Den nyoprettede Selvhjælpsgruppe for Urostomiopererede holder møde:

onsdag 3. dec. kl. 18.00
onsdag 7. jan. kl. 18.00.

Møderne foregår privat hos undertegnede, hvor kaffe, te og kage vil kunne købes!

Tilmelding er nødvendig senest mandagen før!

Har du lyst til at snakke med andre i en lignende situation som dig, er du velkommen til at være med!

Ehlin Andreassen

C.J.Brandts Vej 7

2400 København NV.

Tlf: 35 83 08 62

(bedst mellem kl. 17.00 -19.00)

Selvhjælpsgruppen for Stomiopererede

Selvhjælpsgruppen for Stomiopererede holder møde:

onsdag 12. nov. kl. 16.00
onsdag 10. dec. kl. 16.00
onsdag 14. jan. kl. 16.00.

Møderne foregår privat hos undertegnede, hvor kaffe, te og kage vil kunne købes!

Tilmelding er nødvendig senest mandagen før!

Har du lyst til at snakke med andre i en lignende situation som dig, er du velkommen til at være med!

Ehlin Andreassen

C.J.Brandts Vej 7

2400 København NV.

Tlf: 35 83 08 62

(bedst mellem kl. 17.00 -19.00)

Tak for frimærker

Tak for alt det tilsendte – og jeg ønsker alle en glædelig jul og et godt nytår.

Med venlig hilsen

Kjestine Rasmussen,

Skibhusvej 171, 1.tv., 5000 Odense C

Det var dejligt at møde andre COPA-medlemmer

Vi mindes alle tiders sommerferie med COPA i Frederikshavn. Det var en pragtfuld uge med masser af oplevelser, så vi følte os godt brugte.

Vi håber at få chancen for at komme med en anden gang,

men nu får vi jo se, for som vi kan forstå, er der mange på venteliste, og de skal jo have muligheden først.

Det var sjovt at møde alle disse andre COPA-medlemmer, og specielt var det sjovt at møde Henning Granslev. For mig var han for bare et navn og et billede i bladet, men vi fik oplevet ham i egen høje person, og det var skam ikke kedeligt!

Tove Christiansen

Tinghaven 67, Tune, 4000 Roskilde



At møde Henning Granslev var ikke kedeligt.



*På kort besøg hos
Copa-bladets redaktør.*



*2 COPA-medlemmer,
Gammel Skagen.*



*COPA-medlemmer
på Bodilles Kro.*

STOMI/BROK

SPECIALFREMSTILLEDE STØTTEBANDAGER OG UNDERTØJ

Stomi/brok-bandage
fremstillet efter mål
sikrer brugeren:

- *Optimal pasform*
- *Korrekt placering af stomihul*
- *Holder et brok effektivt på plads*
- *Giver god støtte*
- *Komfortabel i brug*
- *Ingen generende sømme*
- *Hurtig levering*
- *Fremstilles i Danmark*

Model 801



Model 801 m. blonde og lommepose



Model 801 m. lynlås eller velcro



Model 822 m. lommepose



Model 813



Model 825



Model 812



Model 814



Model 1230



ETO GARMENTS anviser nærmeste
forhandler på tlf. 64 46 13 30.

Rekvirer GRATIS brochurer på tlf. 64 46 13 30.

Model 809



Model 807 m. gylp



Model 802



Model 902



Model 806 m. gylp



Let elastikbælte til
sport og intimt brug.

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 · www.eto-garments.com · www.stomibandager.dk



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

Medlemsmøde den 16/9

Vi skulle have haft besøg af Allan Kristiansen fra Asto Tec, der ville vise os Welland produkter. Allan måtte desværre lægge sig med influenza, hvilket man jo ikke er herre over.

Så der blev travlt med at finde en substitut, det lykkedes at få Anette Schumann fra ConvaTec, til at komme og redde dagen, hun viste os det sidste nye fra ConvaTec.

En stor tak til Anette og Annemarie fra ConvaTec for at møde op med så kort varsel. Vi skal nok få Allan fra Asto Tec på besøg ved et senere arrangement.

så der er ingen begrænsning i deltagerantal.

Vi skal have en god frokost, med alt hvad dertil hører. Mad og drikke og en lille sang.

Pris for medlemmer/støtte-medlemmer 125,- kroner, for alle andre 150,- kroner.

Meld dig ind som støtte-medlem, hvis du vil med til medlemspris. (Koster 100,- årligt).

Øl og vand kan købes på stedet.

Alle der kommer bedes medbringe en lille gave til 25,- kroner, så vi kan lave lidt gave-lotteri.

Foreningen giver en kop kaffe/te og hvem ved måske en lille en til næsen, + selvfølgelig en mandelgave.

Tilmelding nødvendig
senest 01/12

til enten
Peter Sørensen
3538 9148
mail nepe@privat.dk
eller

Grethe Nielsen
3828 0382,
der er telefonsvarer på
nummeret, så læg evt. navn
og telefonnr. så
ringer vi tilbage.

Kommende arrangementer

Selvhjælpsgrupper

Grupperne kører helt på deltagernes præmisser, der er oprettet en ny gruppe med urostomi.

Selvhjælpsgruppen, for kolo- og ileostomi, holder sine næste møder:

- onsdag den 10/12 klokken 16.00;
- onsdag den 14/1 klokken 16.00;
- onsdag den 11/2 klokken 16.00.

Selvhjælpsgruppen, for urostomi holder sine næste møder:

- onsdag den 3/12 klokken 18.00;
- onsdag den 7/1 klokken 18.00;
- onsdag den 4/2 klokken 18.00.

Møderne, foregår privat, hvor kaffe, te, kage og sodavand kan købes.

Tilmelding nødvendig senest mandagen før.

Har du lyst eller brug for at snakke med andre i en lignende situation, er du velkommen til at være med.

Tilmelding:

Ehlin Andreassen,
C .J. Brandtsvej 7,
2400 København NV
3583 0862
bedst 17.00-19.00
eller
Peter Sørensen
35389148
eller
mail på nepe@privat.dk

P.b.v

Peter Sørensen

Københavns amt



Lokalformand:
Marianne Hemmingsen
Spurveskjul 1
2830 Virum
Tlf. 4583 5258

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

Siden sidst

Handicapdag 6. oktober

DSI (De samvirkende invalideorganisationer) Københavns amtskreds havde arrangeret en udstilling i Rødovre Centret. Gigtforeningen, Dansk Blinde-samfund, LBH (Landsforeningen for bedre hørelse), Scleroseforeningen og COPA stillede op sammen med andre organisationer under DSI i Kø-

benhavns amt, 15 i alt. Hver organisation kunne vise folk, hvad der gemmer sig bag navnet. Der blev vejledt og uddelt brochurer m.m. Udstillingen var placeret på l. sal blandt specialbutikker, og da skiltning om at det var på l. sal udstillingen var placeret, var der ikke mange kunder i Centret, der fandt frem til os, selvom vore flotte plakater var sat op.

P.b.v. Jørgen Vendelbo

Kommende arrangement

Julefrokost tirsdag den 16/12 kl. 1400-1800.

Pilegården, Brønshøjvej 17,
2700 Brønshøj
(Bus 2 A kører til døren, bus 5A + 350S holder på Brønshøj Torv ca. 5-10 minutters gang derfra).
Vi har i år bestilt salen på Pilegården, den ligger på første sal,

Siden sidst

Modeshow

Lørdag d. 27. september kom Jette Nielsen fra Friendtex og viste os efterårets kollektion. Det var en hyggelig eftermiddag. Udover at vi (bestyrelsesmedlemmer) fik vist tøj frem som vi næsten var professionelle, fik alle også en god latter. En rigtig god dag, som vi vil gøre om igen til næste år.

Carina og Flemming.



Kirstens debut som model.

Annemarie og Marianne.
Hvor er de søde.



Kommende arrangement

Bowling 30. januar 2004

Årets første arrangement bliver fredag d. 30. januar kl. 17.30 i Rødovre Centret. Sæt kryds i kalenderen allerede nu, der vil blive skrevet mere om pris og tilmelding i næste medlemsblad.

P.b.v Carina

Kommende arrangement

Boccaccio



Søndag 16. november Teater + middag udsolgt

- idet vi har rundet ca. 60 tilmeldinger!! - som er grænsen for antal deltagere til *spisningen* (i år 2003.)

MEN, MEN vi gentager hvad vi skrev sidst til nye som til gamle medlemmer: Teatersalen kan rumme ca. 300, og forestillingen spiller i alt 10 gange (se spilledatoer og -tider nedenfor.) Derfor skal ingen holde sig tilbage, selvom man så ikke fik tilmeldt sig til arrangementet i tide, men be-

nytte muligheden for at mødes med en flok rare mennesker, se en festlig og fornøjelig operette af Franz von Suppe

„BOCCACCIO“

Dato og mødetid:

Søndag 16. november
kl. 13.30

Spilletid:

Kl. 14.30 (dørene lukkes) til ca. 18.00 med en 20 min. pause ca. midtvejs (Da pladserne er u-nummererede mødes vi 1 time før)

Spillested:

Toftenvangsskolen, Festsalen
Teglporten nr. 7-9,
3460 Birkerød (Klak kort side 96 F3). 5-6 min. gang fra Birkerød S-Station og busholdeplads.

Pris:

Da Københavns amts afdeling giver et tilskud til medlemmer (også støtte) kan vi tilbyde dig en dejlig eftermiddag og aften som følger for hele arrangementet:

Københavns amts medlemmer (også støtte): kr. 200,- +/- kr.10,- excl. drikkevarer.

Andre: kr. 300,- kr. +/- kr. 10,- excl. drikkevarer. Medlemskab kan tegnes samtidig med tilmelding, f.eks. støttemedlemmer kr. 100,- pr. år.

Tilmelding:

Beklager! sidste mulighed nu = venteliste.

Jørgen Vendelbo,

Ronne alle 3A, 3500 Værløse
tlf. 4498 6452

e-mail 3aaa@get2net.dk

Men opgiv ikke! Prov at ringe.

man kan ikke få andet end nej.

Her samtlige datoer:

Premiere fredag 14. nov.

Derefter lør. 15., søn. 16., tirs. 18., ons. 19., fre. 21., lør. 22., søn. 23., tirs. 25., ons. 26., fre. 28.

Forestillingernes start-tidspunkt:

Alle hverdage: kl. 19.30

Lør.- søndage: kl. 14.30

Ekstra service

Hvert år trykkes et postkort og program for forestillingen med oplysninger om spilledage og -tidspunkter, priser og et lille kort som viser spillestedet: Toftenvangsskolens placering. Send mig en seddel med tydelig navn, adr., postnr., event. tlf.nr. og e-mail og vedlæg et frimærke kr. 4.25, og du får kortet. Vedlæg en *svarkuvert frankeret med kr. 5.50* og du får også programmet.

(COPA-Københavns amt
fortsetter næste side)

Stomiprodukter fra Kirudan

★ Rådgivning om valg og anvendelse af produkterne

★ Klientafdeling med sygeplejersker og specialuddannet personale

★ Fuldt sortiment - alle fabrikater

★ Hurtig og diskret levering

★ Konkurrencedygtige priser

★ Konsulentbistand

Kirudan - et godt sted at handle
3637 9130

Besøg os på www.kirudan.dk

Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby · Fax 3672 8322

Kirudan A/S er et landsdækkende handelsfirma. Vi er en af Danmarks førende leverandører indenfor hospitals-, læge og sygeplejeartikler. Har du spørgsmål vedrørende stomi, ring venligst til vor Kundeservice.

Kommende arrangement

Julefest

Lørdag 29. november

i Præstevænget

Vi gentager: Alle go'e gange er tre, siger man, så vi prøver for 3. gang!

Vi har besluttet at afholde *julefest* både med de gamle traditioner og med nye. Julemanden har nemlig lovet at besøge os! Derfor bør alle, børn, børnebørn og barnlige sjæle komme af huse den dag. Vi starter kl. 14.00 med gløgg og æbleskiver (sodavand til børn og barnlige sjæle) ca. kl. 15.00 kommer julemanden og danser om træet og leger sanglege med børnene - og de barnlige sjæle! Derefter vil han spille sange og viser på sin banjo og alle er meget velkomne til at synge med, både voksne og børn og barnlige. Dagen slutter med kaffe/te og kringler til de voksne og godteposer til børnene og kun børnene, denne gang - *ikke* til de barnlige sjæle.

Dato og tid:

Lørdag 29. november kl. 14.00

Sted:

Præstevænget 20,
2750 Ballerup

(5 min. gang fra Ballerup S-station).

Pris:

Kr. 25,-!

JOH! Du så rigtigt, så bare se og få tilmeldt dig og eventuelle børn (uanset alder) og børnebørn.

Tilmelding:

Kirsten Planthoin

tlf. 4342 8997,

senest 15. november - med oplysning om antal voksne og børn.

Kommende arrangement

Fredag 30. januar

Bowling i

Rødovre Centret

Til oplysning for dem der endnu ikke har prøvet arrangementet, siges det at være ret så fornøjeligt og ikke mindst hyggeligt ved middagen bagefter. Datoen er fastlagt så —, hvorfor ikke følge opfordringen nedenfor? resten kan læses i nr. 1 /januar 2004.

Opfordring

Til alle medlemmer: „fulde“ som støtte, nye som gamle:

Når du læst vort program, synes jeg du skulle notere dig alle datoer for *seneste* tilmelding, med mindre du gør det eneste rigtige og kaster dig ud i det og tilmelder dig lige nu hvor du har bladet foran dig.

På gensyn!

P.b.v.

Jørgen Vendelbo



Frederiksborg amt

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

Kommende arrangement

Julemøde i Frederiksborg Sognegård

lørdag den 6. december kl. 13.00 - kl. 17.00

Vi er nu i fuld gang med tilrettelæggelse af det årlige julemøde. I år bliver det i december, så er julestemningen forhåbentlig til stede. Julearrangementet bliver traditionelt i år, med spisning og

efterfølgende kaffe samt bankospil og amerikansk lotteri. Der vil være præmier i form af ænder på indgangsbilletten, der udleveres ved betaling hos kassereren. Der vil også i år blive en flot julekurv som

gevinst. Bestyrelsen håber på at rigtig mange vil tilmelde sig. Man kan invitere en gæst med, hvis man ikke ønsker at komme alene.

Prisen for dette arrangement vil som sædvanlig være meget rimelig. Medlemmer kr. 100,00 og gæster kr. 160,00.

Tilmelding til mødet *senest* den 26. november til:

Jørgen Wissing, tlf. 4914 7747

Ejgil Andersen, tlf. 4817 6578

Gisela Schjøtt, tlf. 4733 4434.

Træffes bedst efter kl. 18.00.

Hvor bliver I af?

Frederiksborg Amt har en stor udstrækning, og derfor har vi i lang tid prøvet at lægge medlemsarrangementer i Hillerød, der nok er det mest centrale sted i amtet. Alligevel ser vi ingen medlemmer fra området Frederiksværk og Hundested, ej heller fra Græsted og Gil-

leleje. Vi efterlyser kontakt med medlemmer fra disse områder, da vi tror, at fraværet kan skyldes dårlige forbindelser med de offentlige trafikmidler. Vi vil gerne benytte lokaliteter i nærheden af disse områder, men det kræver dog at bestyrelsen bliver kontaktet, da vi ikke ved, om der findes egnede lokaler til medlemsmøder i rimelig nærhed. Ring til os, hvis I har forslag!

Siden sidst

Hyggemøde

Medlemsmødet i september blev lidt anderledes, end vi havde tænkt os, da vores gæst fra Asto Tec måtte melde afbud på grund af sygdom. Vi ændrede så mødet til et hyggemøde med socialt samvær, hvilket også var godt. Man lærer hinanden så godt at kende ved uformelle sammenkomster.

Husk

der er åbent hus på Helsingør Sygehus den anden onsdag i måneden hele året. Kom og besøg os på stomiambulatoriet.

P.b.v.

Gisela Schjøtt



Fyns amt

Lokalformand:
Lars E. Nielsen
Nyborgevej 16
5550 Langeskov
Tlf.: 6538 1122
mobiltlf.: 2160 7372

Yderligere kontaktperson:
Dorte Hansen
Lahngade 84 C, st.
5000 Odense C
Tlf.: 6590 6106

Siden sidst

Sommerudflugt

Lørdag den 23. august drog COPA-Fyn på sommerudflugt til Randers regnskov. I fint sommervejr fik 27 deltagere en behagelig bustur til Randers med en meget kompetent og lun vognmand Bergholt bag rattet.

Vel ankommet til Randers fik vi en times tid til selv at danne os et første indtryk af de tre tropiske regnskove.

Efter at have fået serveret et

Tropetaffel med flere spændende retter, blev holdet vist rundt af en kyndig og velforberedt guide i den sydamerikanske, den afrikanske og den asiatiske regnskov med glimt af mange interessante dyr og planter.

Om end en enkelt deltager havde det lidt svært med kombinationen af høj temperatur og høj luftfugtighed, så havde vi en fin tur.

Siden sidst

Åbent hus møde på Svendborg Sygehus

Af hensyn til foreningens medlemmer på Sydlyn holdt COPA-Fyns amt d. 8. oktober åbent hus i Svendborg. Desværre havde man ikke ved planlægningen af mødet været klar over, at Kronprins Frederik netop den dag skulle forloves, så der var ikke så mange, der oplevede denne givende aften.

Stomisygeplejerske Bodil Skov Holm, Svendborg Sygehus's stomiambulatorium indledte med et interessant foredrag om ambulatoriets arbejde og om karakteristiske problemer, som man stødt på, samt lagde op til diskussion herom. Denne kom især til at handle om brokproblemer, og her kom direktør Per Granberg, Eto-Garments med et interessant forslag om at anvende forebyggende brok-bandager.

Firmaet Kirudan og firmaet

Eto-Garments havde illustrative og interessante udstillinger, hvor henholdsvis sygeplejerskerne Helle Laugesen og Christel Krogh Prein samt Per og Anja Granberg gav gode råd og vejledninger.

Ved en efterfølgende kaffe med hjemmebak var der igen tid til spørgsmål og diskussion.

Kommende arrangement

Julekomsammen

Julekomsammen lørdag

6. december kl. 18.00 i

Hjællelse Forsamlingshus, Hjællesegade 31, Odense S.

Så nærmer julen sig snart igen, og i år holder vi vores julekomsammen i Hjællelse For-

samlingshus. Her vil der blive serveret et stort jule-ta'-selvbord. Ligesom de forrige år rafler vi om gaver/pakker; de af jer som vil være med bedes derfor medbringe en gave/pakke til max. 20,- kr.

Der vil endvidere blive serveret kaffe/te efter ønske. Vi håber at se rigtig mange af jer, så vi kan få en god aften ud af det.

Pris for maden + kaffe/te for medlemmer kr. 100,- for ikke medlemmer 150,- kr. Drikkevarer kan købes til rimelige priser.

Tilmelding er nødvendig og senest

søndag den 30. november

til.

Lars, tlf.: 6538 1122

Dorte, tlf.: 6590 6106.

COPA Fyns amt ønsker jer alle en god jul samt et godt nytår.

P.b.v. Inga Andersen

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

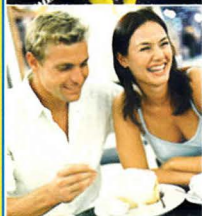
Grisefest

'Grisefesten', som løb af stablen den 17. august i strålende sol, blev en dejlig og minderige dag med god mad leveret fra Landsbyen – og der var rigeligt af den. Der blev drukket kaffe og gået ture for de som havde lyst til det. Dagen sluttede omkring kl. 19.00. En rigtig god dag.

(COPA Lolland/Falster fortsætter næste side)



**INGE - LISE
SØRENSEN** ApS



Specialister i sygeplejeartikler

Badevej 2 • 3000 Helsingør • Telefon 4921 0044

Som stomiopereret kan der ofte opstå spørgsmål, som kræver indsigt og forståelse fra omverdenen.

Hos Inge-Lise Sørensen ApS har vi gjort det til vores opgave at servicere og koncentrere vores kræfter om at løse denne opgave, hvor du som stomiopereret sættes i højsædet og hver opgave løses ud fra dit behov.

VI TILBYDER:

-  Kompetent rådgivning af specialuddannede sygeplejersker.
-  Individuel tilpasning i eget hjem.
-  Vi bygger på mere end 50 års branche-kendskab.
-  Levering fra dag til dag.
-  Gratis forsendelse af prøver.

KOM, SE OG PRØV UDVALGET I:

- Stomiprodukter
- Inkontinensprodukter
- Sårplejeprodukter
- Brystproteser
- Speciale: brokbandager
- Hjælpemidler
- Fodtøj
- Såler/Indlæg
- Undertøj/Lingeri
- Sports/Specialbandager
- Badetøj
- Kompressionsstrømper

Telefontid: mandag-onsdag kl. 8-16 • torsdag kl. 8-18 • fredag kl. 8-15

BEMÆRK! HT SERVICEBUS OG P-PLADS LIGE VED DØREN.

Focus på kroppen!

Fax 4921 0257 • www.ils.dk • E-mail: info@ils.dk

Gå ikke over åen efter vand!

...når du har brug for krops-bårne hjælpemidler, som f.eks. stomiprodukter.

Husk! iflg. loven er der frit leverandørvalg. Du kan derfor benytte os som din leverandør.

Husk! Vi vil gøre alt for at yde den bedste betjening og du er altid velkommen til at kontakte os.

Yderligere information alle hverdage fra kl. 8.00 ring 49 21 00 44.



Siden sidst

Ingen ris - kun ros

Svane Apoteket i Nykøbing F havde inviteret alle brugerne i Nykøbing Kommune af kropsbårne hjælpemidler til et møde på Apoteket d. 26 august.

Brugerne skulle møde personalet der sørger for hjælpemidlerne.

Bodil Nielsen, Apoteket, orienterede om Apotekets erfaringer som Nykøbing Kommunes Hjælpemiddelleverandør.

Kirsten Skov fra ambulatoriet gav produktinformation, Nykøbing F kommune var repræsenteret og nogle fra COPA's bestyrelse. Formanden fortalte at COPA var til for brugerne og var gratis at benytte.

Der var et meget fint fremmøde og stor spørgelyst og meget tilfredse brugere.

Faktisk var der ingen ris, men der blev kun uddelt ros.

Der var mundgodt og drikkevarer til de mange fremmødte. En dejlig eftermiddag er bare så kort.

Nyhed !!

Mødestedet

"Frisegade 25" i Nykøbing F er åben

COPA har nu også åben rådgivning på Falster. Et gratis tilbud til

stomibrugerne i dejlige omgivelser i Frisegade.

Lokalforeningen markerede åbningen mandag d. 6 oktober med et mindre „åbent hus arrangement“ for alle interesserede.

Har du brug for en rådgivning eller bare nogen at tale med om hverdagen med stomi, så kom på besøg. Der er altid kaffe, te og kage på bordet.

Der er åbent den første mandag i måneden kl. 15.00-17.00.

Alle er velkommen.

Kommende arrangement

Julekomsammen 29. november kl. 14.00 Landsbyen, Våbensted

Det næste arrangement er - tro det eller ej - julekomsammen. Traditionen tro skal alle medbringe en gave - en spændende en - til maksimum 20,- kr. og fint pakket ind. Gaverne vil så på et tidspunkt blive uddelt, efterhånden som deltagerne 'vinder' i lotteriet. Vi holder festen på Landsbyen i Våbensted lørdag den 29. november kl.14.00.

Da der er risiko for, at der bliver serveret både vådt og tørt er tilmelding nødvendig, og det gøres som sædvanlig til Marianne på telefon 5487 3100

senest den 24. november.

Alle opfordres til at komme, der plejer at være en dejlig stemning til julearrangementet, hvor vi også synger nogle af julens sange.

Kommende arrangement

Åbent hus - snak om stomi 6. januar 2004 kl. 15.00 - 17.00 KB's lokaler Maribo Sygehus

Tirsdag d. 6 januar inviteres til åbent hus i Kræftens Bekæmpelses lokaler 2 sal, på Maribo Sygehus kl. 15.00 - 17.00. Der er elevator som man kan benytte.

Der inviteres til en snak med andre der har stomi, eller bare lidt hygge, kaffe, te og lidt at spise.

Kom og mød bestyrelsen, giv dem nogle gode ideer om hvad der måske trænger til at ændres.

Alle er velkommen.

P.b.v.

Marianne Andersen

Storstrøm Nord



Lokalformand:

Merete Møller

Ærtebjergvej 28, Lund 4660 Store-Heddinge

Tlf./fax: 5650 8042

E-mail: mpmoeller@wanadoo.dk

Siden sidst

En god eftermiddag

Generalforsamling d. 13. september

En pæn, mindre forsamling var mødt op i Fakse for at få afviklet generalforsamlingen. Suk - ikke en gang gratis bespisning kan lokke bare lidt flere af huse - men det blev alligevel en god eftermiddag.

Både beretning og regnskab blev godkendt, diverse valg overstået og bestyrelsen ser herefter således ud:

- Eva Kjersgaard, Stege.
- Lissi Frimand Stege.
- Sonja Clausen, Vordingborg.
- Jan Bøjtrup, Stensved.

Formand:

- Merete Møller, Lund.

Suppleanter:

- Inger Bøjtrup, Stensved.
- Frank Jensen, Næstved.

Revisor:

- Tomás Morán, Næstved.

Revisorsuppleant:

- Per Møller, Lund.

Vi sagde farvel til to mangeårige bestyrelsesmedlemmer, nemlig Elna Rasmussen og Thorkild Grell, begge fra Næstved. De syntes, de efterhånden havde aftjent deres "værnepligt" og ønskede at overlade pladserne til nye kræfter. Elna og Thorkild fik velfortjente gaver som tak for det arbejde, de har gjort for lokalforeningen og vi håber, at se dem begge til fremtidige arrangementer.

Efter generalforsamlingen blev sulten stillet med Viktualie-Kaj's legendariske smørrebrød ledsaget af drikkevarer.

Vi havde besøg af Per Granberg fra Eto-Garments. For nemheds skyld plejer vi at referere til firmaet som "Panser og Plade", og det lykkedes at overbevise Per Granberg om, at det var kærligt ment. De udstillede ting blev endevendt og kommenteret livligt og der var enighed om, at det meste var både flot og godt. De uddelte brochurer vil med garanti blive studeret flittigt og forhåbentlig også brugt.

Efter udstillingen var der kaffe og småkager som afslutning på dagen.

Siden sidst

Høstfest 2003

Hvor er vi altså bare heldige! Lørdag d. 27. september opbrændt med strålende solskin og lidt blæst, ganske passende for en høstfest, som i år blev holdt på "Skovfogedstedet" ved Vemmetofte Strand. Udsigten er utrolig flot - flaget vajer på baggrund af blå hav og en endnu grøn skov, hvad kan man forlange mere?

Der var 24 deltagere, her i blandt også børn, som indtog både strand og minigolfbane - eller fik udleveret store papirark, så de medbragte farveblyanter kunne bruges til flotte kunstværker. Stedet er i hvert fald børnevenligt - og ingen bliver kostet ud før tiden.

Vi havde lokalerne helt for os selv, og det gjorde ikke stemningen ringere. Der var en lækker buffet, som alle betjente sig flittigt af. Der blev spist

godt af det hjemmebagte brød, og chokoladekagerne der fulgte med ostene, var bare gode! Bagefter var der kaffe med chokolader og til børn og barnlige sjæle var der isanretninger.



Det var en god oplevelse, som fik os til at overveje muligheden for at holde høstfesten samme sted næste år. Værtsparret var simpelthen alle tider – service over hele linien.



Kommende arrangement

Nu er det jul igen

Ja, det varer i hvert fald ikke så længe, og så er det tid til julehyggen i Fakse.

Lørdag d. 6. december kl. 13.00.

Lokalforeningen er vært ved et Ta´ selv-bord ledsaget af øl, vand og en snaps til de, der måtte ønske det – og selvfølgelig er der kaffe og noget til alle de søde tænder bagefter. Hver deltager medbringer en gave til omkring 20-25 kr., så der er noget til gavebytteorgiet. Grethe har lovet at tage nisser med og sørge for juledekorationerne, så alt bliver, som

det skal være. Sangbøgerne er fundet frem, så vi skal bare selv medbringe julehumøret. Hvis det bliver nødvendigt, kan der arrangeres samkørsel. Men det kan vi altid tale om. Vi juleglæder os til at se Jer!

Sidste frist for tilmelding d. 28. november på tlf. 5650 8042 (Merete Møller) eller tlf. 5538 5836 (Jan Bøjtrup).

P.b.v.

Merete Møller, formand.

Støt COPA

- send stemplede frimærker til:

*Kjestine Rasmussen,
Skibhusvej 171, 1.tv.,
5000 Odense C*

Viborg amt



Lokalformand:

Vagn Færch
Norgaardsvej 112 B,
7800 Skive
Tlf. 9752 1686

Kommende arrangement

Generalforsamling, middag og underholdning 22. november kl. 12.00 Højslev kro

Generalforsamling afholdes 22. november kl. 12.00 på Højslev Kro. Alle vil få skriftlig indbydelse. Sæt kryds i kalenderen 22. november. Vi har lagt op til en rigtig hyggeeftermiddag, foruden generalforsamling, vil vi spise sammen og have det rigtig sjovt. Vi vil blive underholdt

af de festlige Mølleoptimister, og til slut vil vi spille banko. Ergo det bliver ikke bare generalforsamling, men kald det hvad I vil, forsinket høstfest, forskudt julehygge – i hvert fald mød op. Vi skulle gerne blive mange når der endelig sker noget i vores amt. Denne gang ikke noget om poser.

På gensyn.

P.b.v. Birgit Pedersen

Sahva Care
...så er din krop godt hjulpet

Hos Sahva Care får du som stomlæst en serløs og kompetent rådgivning. Vi tilbyder et bredt udvalg af stomlæstprodukter.

- **Husk at der er frit leverandørvalg!** Med udgangspunkt i Loven om Social Service §97 stk. 4, må du som bruger selv bestemme, hvor du ønsker at handle!

Århus C • Rådhuspladsen 3B • Tlf. 86.12.58.33
www.sahva.dk

Ribe amt



Lokalformand:

Anders Lund

Holmevej 6, 6700 Esbjerg

Tlf.: 7545 1322

Siden sidst

En dejlig dag

Lørdag den 23. august tog vi på vor årlige udflugt med tidlig start i Esbjerg, Varde og Grindsted satte Bjarne med vanlig rolig tempo COPA-bussen i gear mod Holstebro, Kirstine Hardam og siden Hjerl Hede. Det var mærkbart at forventningerne til dagen var store og sammen med indtagelse af kaffe, te og assorterede rundstykker fik vi i bussen præsenteret dagens program.

Hos Kirstine Hardam

På Måbjerg Skolevej, landligt og dog tæt på byen, stod Kirstine og Uffe klar og tog velopløste imod os, en for en.

I Kirstine Hardams undervisningslokale, der bliver brugt til meget og meget – bl.a. låner både COPA og Colitis Crohnforeningen lokalet i foreningsøjemed, var der gjort klar til os; og til blid klassisk musik berette Kirstine Hardam om starten som forhandler med ganske få produkter, egentlig fordi datidens producenter var "tilfredse" med de produkter de frembragte – men som bruger kunne Kirstine påpege alt for mange "mangler", som hun selv og nye tider har rettet op på. Stomiprodukter er blevet et stort marked og konkurrencen er hård, kommunerne slår sig sammen også på tværs af amtsgrænserne – for prisen er altaf-

gørende. Men i den sidste ende kan det blive slemt for brugerne, for i den hårde konkurrence prioriteres service kun med sølle 5%. så COPA har et stort ansvar som stomiforening. Efter en lækker frokost gik vi alle på lagerkig – og fik øje på alt det der ikke var på dagsordenen – så der blev handlet løs (næsten med håndslag) til senere forsendelse.

Vi sluttede af i showroom'et, hvor der blev spurgt til – for nogen ukendte produkter, og til spørgsmålene kom Kirstine med mange gode råd og vejledninger.

Kirstine og Uffe sagde farvel til os ved bussen, og vi siger endnu engang tak for det fine arrangement.

På heden

Efter besøget hos Kirstine Hardam satte Bjarne kurs mod Hjerl Hede og efter få minutter ordnede kassereren entreen, og der var tid til opdagelse på egen hånd, inden det store kaffebord

på restaurant Skyttegården, der bød på småkager, lagkage, kaffe og te. Efter frokost og kaffe-mik burde vi alle være gået en lang-lang tur – men det store hestrukne køretøj stod klar – og der var afgang mod hedearealerne og den 9 kilometer lange Flyndersø. Flyndersø og de tilstødende søer er ejendommelige. Allerede i 1870 prøvede man at udtørre Flyndersø, uden resultat, da der er betydelige vandårer i undergrunden. Der er derfor ikke lavet de store kunstindgreb i naturen – og hele landskabet og vegetationen har således dannet sig uden store indgreb af meneskehænder og fremstår som det helt oprindelige.

Tanken om et jysk frilandsmuseum opstod omkring 1910, da den tidligere finansminister, fynboen Hans Peter Hjerl Hansen som 40 årig opkøbte arealet af Hedeselskabet. Området blev set som det sorteste Jylland en udørk, flygende, uden

Møllevingens sus på Lona og mor Karen.



Her er (næsten) samling på tropperne.



Restaurant Skyttegården, Hjerl Hede.



Hos Kirstine Hardam, Holstebro.



Ellen, Solveig, Anne Marie og Jenny nyder det gode vejr på Hjerl Hede.





Efter køreturen på Hjerl Hede.

sand, træ eller plantevækst, så egnes beboere og andre med dem, talte om "de tovlige kjøvenhavner". Men beplantningen skred hurtigt frem og i alt 600 tønder land, af det samlede hede- og søareal på på 2.200 tønder land er beplantet og efter voldsomme kampe med den stride vestenvind er der skabt en oase. I 1909 skrev Jeppe Aakjær:

- "Jeg betænker mig ikke på at sige, at her er tale om det skønneste stykke hede i vort land. Den milelange række af lyngbevoksede søbækker, som her skræner ned til Stubbergårdssø, Flyndersø og Hellesø, er noget af det herligste et skønhedsbevæget sind kan dvæle i".

Jeppe Aakjær var i det hele taget meget betaget af området - og skrev meget - også vers om denne urtidsjord.

På den sydlige del af Hjerl Hede findes en del kæmpehøje og tydelige spor af oltidsveje. Det er også her vi kan møde "cornella austrica, glatsnogen, der som voksen måler op til 75 cm. Den lever her som det eneste sted i Danmark sammen med flokke af hejre, forskellige arter af vildænder, gravand og lappedykker. Vi kan også opleve urfugle og i søens dyb, ål, gedder, skaller, aborre, helt,

hork og brasen. Vi skulle have haft fiskegrej med.

Efter denne berigende tur måtte vi simpelthen gå. Gå for at få systemet i gang. Vejret var herligt, og i de gamle huse sad "gamle" bondekoner og levendegjorde gamle tiders fantastiske opfindelser - på Sulegården blandt andet den dobbelte bomuldshandske til at fange ål med og andre finurligheder.

Alle nåede samtlige huse, og

vi fik mange indtryk med hjem; nogle indtryk varede hele vejen hjem, idet der var købt flittigt ind i den gamle købmandsgård af særdeles meget, meget gammel ost - vist ikke for sarte maver.

Efter Hjerl Hede kørte bussen omkring seværdige Sahl kirke - inde turen gik sydpå. Der var en gemytlig stemning i bussen og livlig snak med spørgsmål og gode råd. Vi stomister er ikke sådan at trætte!

Ligeledes på hjemturen havde Nino sørget for frisk frugt sponceret af Aktiv Super, Hjerting ved Esbjerg: Store danske blomster og al slags danske æbler. I sandhed en dejlig dag i selskab med COPA-medlemmer og pårørende. Tak til jer alle sammen.

Siden sidst

Indkøbspolitik

Offentlig møde om stomiprodukter 22. oktober

Esbjerg kommune og Kirund fortalte om indkøbs- og salgspolitik, og stomisygeplejerskerne fra centralsygehuset i Esbjerg, Varde besvarede spørgsmål. Mere herom i næste blad.

Kommende arrangement

Julefest 19. november

Så er det næsten jul igen. Har du ikke fået det gjort så skynd dig med tilmelding til julefesten på hotel Arnbjerg, onsdag den 19. november.

P.b.v. John Kyhl

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

Ringkøbing amt



Lokalformand:

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

Siden sidst

21 COPA-medlemmer på besøg hos B&O

Den 8/10 var der arrangeret et besøg på B&O i Struer. 21 medlemmer deltog og blev modtaget af Jens Jørgensen som fortalte om B&O's visioner.

Vi gik en tur ned ad historiegangen, hvor nogle af deres produkter gennem tiderne er udstillet. Jens Jørgensen fortalte om B&O's udvikling gennem årene, og der var helt sikkert nogle produkter som vi kunne nikke genkendende til, og måske selv havde haft stående.

Efter det historiske var vi inde og lytte til B&O's sidste nye højtalere. De var meget avancerede og lød fantastisk godt. (men de kostede også kun 56.000 pr stk.).

Efter kaffen kunne vi i B&O "butikken" se og afprøve det nyeste af deres produkter.

Jeg tror alle syntes det var en interessant aften.

Kommende arrangement

Julefrokost

21. november

Husk at melde jer til julefrokosten i Holstebro d.21/11.

Kommende arrangement

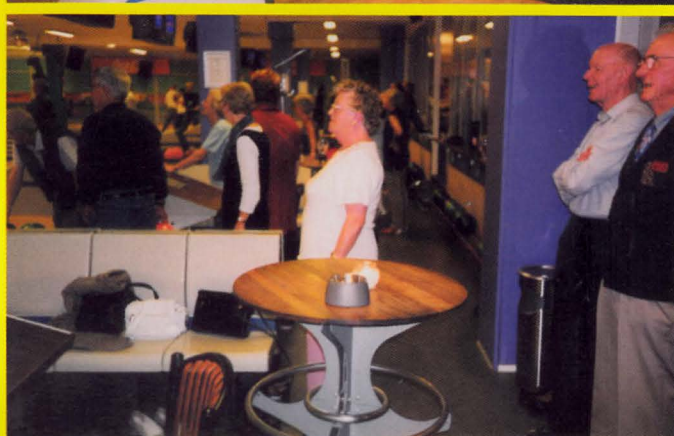
Generalforsamling

19. februar 2004

Generalforsamlingen bliver igen hos Kirstine Hardam den 19/2 04. Der vil blive nærmere i næste nummer af bladet.

P.b.v.

Ingeborg Christensen
Sekretær



Roskilde amt



Lokalformand:

Jette Frederiksen
Kirkegårdsvej 7, Gundsømagle,
4000 Roskilde.
Tlf.: 4673 0587.

Siden sidst

Bowling - med strøm

Bowlingaften 23. september

Mange medlemmer havde tilmeldt sig det annoncerede arrangement med spisning og bowling. Alle ved, at et sådant arrangement kræver strøm, det være sig både til den varme mad men også bowlingbanerne. For det er som bekendt mange år siden den manuelle keglerejsning er afskaffet. Vi tager det som en selvfølge at el-kraft tilflyder vore boliger

og bliver vel først opmærksom på følgerne, når det svigter. For det var lige netop, hvad der skete den pågældende dag. Store dele af Sjælland og Sydsvrige var uden strøm i flere timer i perioden fra kl. 13.00 til ca. 19.00. Så usikkerheden om arrangementet blev gennemført meldte sig naturligvis hos tilmeldte medlemmer. Men selv om store dele af Roskilde og omegn var uden strøm sidst på eftermiddagen, så havde man – heldigvis for os – strøm

på Københavnsvej i Roskilde hvor bowlingbanerne er beliggende. Om selve arrangementet kan kort resumeres: God tilslutning, god middag, en rigtig hyggelig bowlingaften, dog med meget svingende resultater. En del bow-

lingkugler havde for vane, at søge mod baneenden hvor keglerne stod, i de til banerne tilhørende render og det kunne konstateres, at det ikke var her de mange point blev scoret. Aftenen sluttede med en gang kaffehygge.

Kommende arrangement

Julestue 8. december kl. 18.00

Julestue afholdes på adressen:

Møllebo, Nørreboulevard 101, 4600 Køge.

Der bydes på kaffe, underholdning, musik, dans, m.v. Tilmelding senest 1. december til Erik Kristjansen, 5665 3878. Pris 100,- kr plus en lille gave til ca. 20,- kr. pr deltager.

P.b.v. Jette



Sønderjyllands amt

Lokalformand:

Jytte Holdt

Østerskovvej 2, Simmersted, 6500 Vojens

Tlf.: 7450 6333.

Et julekvad

**Om julen som nu snart
banker på døren rundt om
i alle hjem.**

Et lille julekvad

Et julekvad, gæt om hvad -
Om overskud og underskud,
Om gavmildhed som julens bud.

Om gaver, stress og hjerteflimmer,
Om juletræ med lys og glimmer.
Om flæsketeg og risengrød,
Om mandlen, der skal være sød.

Om julemand, der ta'r sin tårn,
Selvfølgelig kun til artige børn.
Om julens kager og konfekt,
Der læger alle sår perfekt.

Om nissemand i pap og uld,
Om hjerter af det pure guld.
Om julen pakket ind i vat,
Om det, der hændte julenat.

Om kirkegang og salmesang,
Om julen – og der var engang.

Hver årstid her i lille Danmark
har nu sin charme.

Efter en hel forrygende dej-
lig sommer med høje varme-
grader helt hen i september,
kan vi nu konstatere at efteråret
er over os - det er nu tid til
indendørs sysler. Vi nærmer os
julen med hastige skridt - med
alt hvad dette indebærer.
Derfor syntes jeg, det er pas-
sende med et lille juledigt til
jer.

Året 2003 har været rigtig godt
her i amtet. Vi har haft mange
møder og hyggelige sammen-
komster, med stor møde-
deltagelse. En stor tak skal lyde
fra bestyrelsen til jer alle. Til
alle vore nye medlemmer (som
vi har fået mange af her i år) -
kom og vær sammen med os.
Vi vil så gerne være mange
flere og vi vil gøre alt, for at
du skal føle dig velkommen.
Har du svært ved at komme ud
af starthullerne, så ta' en følge-

person med første gang. Vi har
nogle hyggelige timer, hvor vi
får en god snak og hører nyt
fra foreningen.

Som afslutning på dette års
arbejde i bestyrelsen, vil vi
sædvanen tro holde vores jule-
frokost og julebanko. Jagten
på gevinster er gået ind. Så
glæd jer.

**Alle medlemmer ønskes en
god jul og et godt nytår.**

Kommende arrangement

Julefrokost 2003

**Søndag d. 23. november
kl. 12.00**

På Kløver Es

Brystrupvej 2, Hellevad.

Julefrokost m/ kaffe og 3 spil-
leplader pr. person.

Pris for medlemmer og støt-
temedlemmer kr. 100.-

Pris for ikke-medlemmer
kr. 175.-

En øl/vand gratis til hver -
ellers drikkevarer for egen reg-
ning (øl kr. 18.- vand kr. 15.-
isvand pr. kande kr. 15.-)

Der udsendes ikke særskilt
invitation.

Tilmelding:

senest **onsdag d. 19. nov.**

Anne Lise tlf. 74520091

Günther tlf. 7467 1922

Jytte tlf. 7450 6333.

Lad os synge julen ind sam-
men og hygge os med en god
'Synnejysk' julefrokost og alt
hvad der hører en sådan til.
Firmaet ConvaTec sponsore-
rer hovedgevinsten til vores
banko - hvad det ér - vil jeg
ikke røbe her - men kom og
vær med. Det kunne jo være,
at du lige er den heldige, som
løber med hovedgevinsten
eller en af alle de andre gaver.
Efter julefrokosten vil Anne-

marie Hamilton Jee, fra Conva-
Tec vise os nyheder inden for
hjælpemidler og stå tilrådgighed
ved evt. spørgsmål. Derefter er
der tid til at nyde kaffen. Efter
kaffen spiller vi banko og de
heldige kan så slæbe alle ge-
vinster med hjem (nogen mere
end andre).

Husk I må gerne ta' familien,
naboer, venner og børn med.

Vi glæder os til at være
sammen med jer denne dag og
personlig ønske jer god jul og
et godt nytår.

Kommende arrangement

Generalforsamling

16. marts 2004

Generalforsamling: d. 16. marts
2004 på Folkehjemmet i Aa-
benraa. Mere herom i næste
blad.

Siden sidst

God COPA-udstilling

**- borgmester, COPA-medlemmer
og andre besøgte standen**

**Temadagen den 28. august
på Aabenraa sygehus.**

Der var 22 patientforeninger
som havde en udstilling.

Det var rart at få lejlighed til
"at sætte ansigt" på hinanden.
Aabenraa sygehus takkede for
det store arbejde, der var lagt i
projektet fra alle sider.

Jytte og jeg havde en ud-
stilling om COPA sammen med
Kirstine Hardam, som havde
sine produkter med.

Så vi syntes, det var en god
udstilling, vi havde fået lavet
med en lækker slikskål på bor-
det, som blev fyldt op, mange
gange i løbet af dagen.

Aabenraas Borgmester, Poul
Thomsen, besøgte alle stan-
dene, han havde god tid til at
snakke med alle og stillede
mange spørgsmål om de for-
skellige handicap.

Foredraget om livskvalitet
ved læge Preben Rudiengaard,
gav fuldt hus.

Der var nogle punkter, som

Kommende arrangement

Møde i Tønder

Møde i Tønder april 2004
dato i næste blad

Kommende arrangement

Urostomimøde

Urostomimøde er under plan-
lægning til foråret.

Haderslev Selvhjælp holder mødepause

Første onsdag i hver mdr. har
vi haft møde i Selvhjælps
lokaler i Haderslev.

Vi stopper med møderne, vi
skulle jo gerne være nogle
stykker, ellers bliver det lidt
tamt. Vi prøver med noget nyt
i det nye år, hvad dette bliver
er ikke helt besluttet endnu,
men jeg skal nok skrive om
vores nye tiltag her i bladet.

P.b.v. Jytte Holdt

kunne have været bedre, såsom
annonceringen, det var en stor
skuffelse, at pressen ikke havde
større interesse for dagen på
trods af, at der i god tid var
udsendt en pressemeddelelse.

Vi havde ønsket et større
besøgstal, om det skyldtes at
det var en hverdag, eller det var
den manglende annoncering.

Ved en gentagelse af arran-
gementet skal vi nok investere
i en annonce.

Vi uddelte en del blade og
brochurer samt besvarede
spørgsmål.

Det var hyggeligt, at flere af vo-
re medlemmer kom på besøg,
et enkelt nyt medlem blev det
også til.

En stor tak til Kirstine Har-
dam for slikskålen, og fordi du
satte en dag af for at lave ud-
stillingen sammen med os.

P. b. v.

Anne Lise Hansen

Vejle amt



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

Kolding Klub holder pause

Vi skulle ha' startet klubben sidst september, men p.g.a. for lidt interesse/fremmøde er vi blevet enige om at holde en pause, det er lidt synd den ikke kunne gå, for da vi startede for nogle år siden var vi ca. 20 faste medlemmer, men der er jo kommet så meget andet interessant folk kan gå til, så det er en hård kamp at ta' op, men I kan jo ringe til mig hvis vi skal starte næste år. For selvom det hedder Kolding Klub er alle velkommen. Mange tror der kun tales om stomi/sygdom, men det er det der tales mindst om, selvfølgelig hvis en eller anden har et problem som kan klares så bliver det da gjort, men ellers har vi en hyggelig aften på et par timer, hvor der drikkes kaffe/te og spises kage. Og så er det selvfølgelig gratis. Hvis der igen bliver interesse for klubben kan I kontakte mig på tlf. 7552 4512 eller på e mail: elsera@stofanet.dk

Siden sidst

Udflugt til Skanderborg sø

Vores udflugt i år gik jo til Skanderborg, hvor vi var ude at sejle på Skanderborg sø, vi var 20 + 2 børn, det var ikke mange, men jeg tror alle synes det var en hyggelig tur, efter sejlturen var vi en tur i Boes, en hyggelig lille by, hvor vi fik kaffe med boller og lagkage.

Alt i alt en dejlig dag, vi i bestyrelsen vil takke dem der var med til gøre dagen hyggelig, vi havde jo også vejret os, selvom det var mig og ikke Bennie der havde sørget for godt vejr.



En dejlig COPA-dag ved Skanderborg sø.

Glædelig jul og godt nytår

Selvom det er tidligt, men det er jo det sidste blad vi får i år, vil bestyrelsen i Vejle ønske alle læsere af bladet samt deres familie En rigtig glædelig jul og et godt nytår, vi håber på stor tilslutning til næste års aktiviteter. som bl.a. vil indeholde et forårs/medlemsmøde, udflugt og selvfølgelig generalforsamling.

P.b.v. Else

Vestsjællands amt



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

Siden sidst

50 glade jubilæumsgæster

COPA-Vestsjælland amts 25 års jubilæum blev fejret med pomp og pragt, lørdag den 4.oktober 2003 i et smukt

pyntet lokale på amtsplejehjemmet Lundebo, Ventemøllevej 30 i Dianalund, hvor 50 glade jubilæumsgæster var strømmet til fra alle egne af vort geografisk store amt.

Bestyrelsen havde virkelig

lagt sig i selen for at gøre denne dag så uforglemmelig som mulig for vore medlemmer, støttemedlemmer samt inviterede gæster med specielle interesser for den stomiopererede, så vi havde fornøjelsen at byde velkommen til konsulenterne fra Dansac, ConvaTec, Coloplast, Fa. Ingelise Sørensen, Helsingør og vores sekretariatsleder Britta Mogensen. Der var tilgået os en skriftlig lykønskning fra stomisygeplejerske Annie Weber, Centralsygehuset i Slagelse, hvilket vi herved kvitterer for.

Lundebo's køkken og bestyrelsen havde sammensat en 3-retters festmenu som gjorde stor lykke, og i så rigelige mængder i selskab med vin, vand og øl ad libitum, at der dårligt nok var plads til kaffen og småkagerne.

Per Madsen var toastmaster og efter få, men velmente praktiske informationer om eftermiddagens arrangement, bød vores formand Torben Hansen velkommen. Han sagde senere i sin festtale, at dagen i dag er en dag, hvor det er på sin plads at takke vore



samarbejdspartnere, der altid står parat med deres viden om stomiprodukterne og altid møder op til vore medlemsmøder, når vi sender bud.

Torben gik i sin tale tilbage i tiden og nævnte, at det var godt, at der var nogle stomiopererede i Vestsjællands amt, der ved den stiftende generalforsamling 1.oktober 1978 jo havde været med til at tage initiativ til at starte en lokalforening. Omtalte endvidere, at der er mange medlemmer der for længst har fejret 25 års jubilæum med deres stomi, og som også havde været med til den stiftende generalforsamling, men nok ikke var med i den første bestyrelse, der blev konstitueret den 22.juni 1978. Den første formand blev Inger Skou der desværre ikke nåede lang tid i formandsstolen, og den 6.oktober 1979 blev Vibeke Bodi valgt til formand.

Torben takkede vores sekretariatsleder, som altid står os alle bi med råd og dåd og praktisk hjælp og sidst, men ikke mindst en tak til bestyrel-

sen for det arbejde, der var gjort i forbindelse med jubilæet.

Der manglede heller ikke hilsener og gaver i form af kontant støtte, blomster og vin, samt en praktisk gave i form af en dirigentklokke med inskription, og alle med et stort tillykke til lokalforeningen. Klokken var et godt „hjælpe-middel“ under festen.

En stor check fra landsforeningen afsluttede gave-regnen.

Teatergruppen DIANA underholdt med monologer og viser, alt fremført under musikalsk ledelse af Ole Gudmundsen, der sammen med vores egen altid veloplagne Ragnar Bodi, sørgede for underholdningsmusikken resten af dagen på såvel flygel som violin. Ragnar akkompagnerede ligeledes Torben, Bente og Per ved deres musikalske indslag, der alle gjorde stor lykke med megen applaus.

Vibeke Bodi takkede for invitationen og lykønskede foreningen med jubilæet og

gjorde opmærksom på, at en forening som vores havde stor betydning, idet stomiopererede og deres familier kunne mødes og tale sammen.

Per gjorde opmærksom på, at vi afholdt julefrokost den 29.november og på grund af jubilæumsåret, var arrangementet gratis for medlemmer og støttemedlemmer, medens øvrige måtte betale et mindre beløb.

Der blev knyttet flere forbindelser under festen, og mange gav udtryk for, at „de i hvert fald skulle mødes til julefrokosten“ - en fest, der er omtalt andet sted i dette nummer af Copa-bladet.

5-mands borde - som plejehjemmet havde pyntet og dækket op til - er en rigtig god måde at „komme hinanden ved“ på, og snakkengik da også så godt, at dirigentklokken var eneste mulighed for at få ørenlyd, når de forskellige indslag skulle præsenteres.

Og da tiden efter programmet - alt for hurtigt - blev 17.00, og de sidste hilsener,

håndtryk og knus blev givet til farvel og på gensyn, kunne bestyrelsen så kun trække sig tilbage og konstatere, at dette arrangement var lykkedes over al forventning for de 50 glade og feststemte jubilæumsgæster. Torben sluttede af med at takke alle for det gode humør man var kommet med, for på denne måde, at være med til at gøre dagen god, da alle gode dage er gode dage.

Bestyrelsen skal herved takke alle for fremmødet og vi glæder os allerede nu til næste arrangement den 29. november på Lundebo, hvor vi håber på lige så stort et fremmøde.

Med venlig hilsen og endnu engang en stor TAK til alle fremmødte, for taler, gaver, lykønskninger og samvær.

P.b.v.
Per Madsen

(COPA-Vestsjællands amt
fortsætter næste side)

Siden sidst

Julefrokost

29. november

kl. 13.00-17.00,

Lundebo, Dianalund

COPA-Vestsjællands amt inviterer hermed til julefrokost 2003.

Du og din familie samt støttemedlemmer inviteres hermed til årets julefrokost, der finder sted på amtsplejehjemmet Lundebo, Ventemøllevej 30 i Dianalund, lørdag den 29. november fra kl. 13.00 til 17.00.

Lundebo's køkken - som flere af Jer jo har stiftet bekendtskab med, senest ved vort ubilæum den 4. oktober - vil levere et rigtig gammeldags julebord med bl.a. sild, skinke med grønlangkål, æbleflæsk i rigelige mængder samt stort ostebord. Der serveres øl og vand, og en dram skal ej heller mangle.

Traditionen tro afvikles også amerikansk lotteri, og der vil også blive rig lejlighed til at

røre sangstemmaerne - så det er blot om at møde op og deltage.

Da det er året, hvor lokalforeningen fyldte 25 år, har bestyrelsen besluttet, at *hele arrangementet er gratis for medlemmer og støttemedlemmer*. For øvrige, ser vi os desværre nødsaget til at opkræve kr. 100,00 for mad inkl. 1 øl eller vand og 1 snaps samt kaffe.

Da vi skal give besked til køkkenet hvor mange vi bliver, skal tilmelding ske *senest 2 uger før, d.v.s. senest den 15. november til:*

Torben Hansen, 5761 5623
Rigmor Nielsen, 5926 5746
Per Madsen, 5885 3149.

Som tidligere meddelt, vil der ikke komme yderligere invitationer.

Og hermed ønskes alle vore medlemmer, støttemedlemmer og familier en glædelig jul samt et lykkebringende nytår 2004.

P.b.v.
Per Madsen

Urostomigruppen



Kontaktpersoner:

Lotte Andersen	Ruth Træholt
Brovænget 10	Nygade 15, 4.th.,
2830 Virum	9400 Nørresundby
Tlf.: 4585 6456	Tlf.: 9817 1032

Møde i Urostomigruppen udsat til forår 2004

Mødet i Urostomigruppen den 4. oktober måtte desværre aflyses på grund af foredragsholderens sygdom.

Mødet er udsat til foråret, men den endelige dato er endnu ikke fastsat.

*Britta, sekretariatet,
Stomiforeningen COPA*

PRODUKTINFORMATION

Ny stomisaks fra Coloplast

Der har gennem længere tid været et stort ønske om at udvikle en special saks til tilpasning af stomibandager. Coloplast har derfor i samråd med både stomiopererede og stomisygeplejersker udviklet en stomisaks, der er specielt tilegnet dette formål.

Saksen har buede kæber, hvilket gør det let at klippe rundt. Saksens nederste kæbe er afrundet. Dette sikrer, at man undgår at klippe hul i posefolien (ved 1-dels bandager).

Saksene kan bestilles hos den sædvanlige forhandler eller direkte hos kundeservice i Coloplast Danmark på tlf.: 4911 1213.



Århus amt



Lokalformand:

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

Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i Århus amt er der mulighed for at medbringe "overskudsposer" og aflevere dem til bestyrelsen. Vi vil samle dem sammen og sørge for, at de kommer til Ukraine, hvor der er hårdt brug for dem.

Rådgivning på Århus Amtssygehus Indgang 1 A, 2. Sal

Lokalet til venstre for trappen/elevatoren
mellem afdeling 260 og 280
(mulighed for en samtale med en ligestillet)

13. november	kl. 16.00 – 17.30
27. november	kl. 16.00 – 17.30
11. december	kl. 16.00 – 17.30
08. januar	kl. 16.00 – 17.30

Kommende arrangement

Julehygge i Århus 2. december

Tirsdag d. 2. december er der igen julehygge på
Langenæs Handicap
Center,
Langenæs allé 21,
Århus.

I år starter vi kl. 19.00 hvor COPA byder på tidlig aftenkaffe incl. et par æbleskiver, gløgg og julegodter. Børn er også meget velkomne.

Vi skal traditionen tro have terningerne frem og spille den sjove og festlige pakkeleg, derfor bedes alle deltagere medbringe en pakke pr. person til ca. 25 kr. og bestyrelsen sørger for lidt ekstra småpakker.

Hvis du har en nissehue eller andet „julepynt“ så tag det endelig på, vi er jo allesammen med til at frembringe julestemningen.

Selv om det er julehygge, vil der selvfølgelig blive mulighed for at se på stomihjælpemidler, idet Susanne fra Coloplast har

lovet at deltage, og hun har de seneste nyheder med.

Da vi skal have købt lidt ind til arrangementet, må du tilmelde dig
senest d. 29. november
til:
Lis Lene Carstensen,
tlf.: 8642 6979
eller
Mariann Olesen,
tlf.: 8696 3449.

Kommende arrangement

Hyggeligt samvær i Randers

5. januar

Mandag den 5. januar 2004 mellem kl. 14.00 og 16.30 er det den første mulighed for hyggeligt samvær med lige-stillede i Fritidscentret i Randers. COPA er vært ved en kop kaffe/te og en kage, og vi får en rar snak både om livet med stomi og alt muligt andet. Vil du vide mere om arrangementet så ring til en af os:

Anna Marie 8643 4337
Eller Lis Lene 8642 6979.

Siden sidst

Bowlingaften i Silkeborg

Onsdag den 8. oktober samledes vi for at deltage i hyggeligt samvær omkring bowlingbanerne hos BigBowl i Silkeborg. Der blev udkæmpet mange kampe om at besætte første-

pladserne på de forskellige hold. Men hvor er det svært, for der er selvfølgelig nogen, der har smugtrænet. Heldigvis kan man jo deltage, uden de store forudsætninger, så vi kunne alle være med, og kunne heldigvis more os over de mange flotte kast, både dem der gav

en strike, og dem, der ramte ud over kanten uden at ramme keglene.

Da vi var færdige med spillet, samledes vi over en meget hyggelig buffet inde i restauranten. Her blev der rig lejlighed til at diskutere resultaterne, og snakke sammen om alt muligt andet, samtidig med, at vi nød den gode mad. Da kronprins Frederik som bekendt blev forlovet samme dag, fejrede vi forlovelsen ved, at COPA gav en drink til maden.

Da vi kom til desserten: Soft Ice ad libitum havde vi et lille problem, børnene, der holdt fødselsdagsfest i Centret, havde tømt Soft Ice Maskinen. Så i stedet fik vi en isspind. Kaffen, vi fik til, var Bowlingcentret vært ved.

Alt i alt havde vi en meget hyggelig aften, med bowling, god mad og hyggeligt samvær. Så vi glæder os til næste gang vi igen mødes i Silkeborg.

P.b.v.
Elsemarie Kraul



"At leve med et handicap er konkret virkelighed for mange mennesker verden over og i Danmark. Betydningen af at leve med handicap varierer fra at være uden specielle problemer til at være fyldt med smertelige problemer. Det er vigtigt at understrege denne mangfoldighed i dagliglivet for mennesker med handicap, så man ikke alene forbinder handicap med problemer og smerte, men også med liv og lykke".

FRA: den nye bog: »Handicap, kvalitetsudvikling og brugerinddragelse«, AKF Forlaget.2003. Se omtalen side 30 i dette blad.

For Handicappede Studerende & Kandidater

Handicappede Studerende & Kandidater (HSK) er en uafhængig organisation stiftet 1985 med det formål at arbejde for ligestilling af handicappede med ikke-handicappede i uddannelsessystemet samt på arbejdsmarkedet. HSK's mål er at skabe lige adgang og arbejde for gennemførelse af enhver foranstaltning, der kan kompensere handicappede ved alle fakulteter og studieretninger på landets universiteter, højere læreanstalter og de dertil hørende institutioner samt på arbejdspladser indenfor det offentlige og det private arbejdsmarked.

HSK yder personlig, skriftlig samt telefonisk rådgivning. Rådgivningen kan omfatte: uddannelsessteders tilgængelighed, jobmuligheder efter endt uddannelse, vejledning indenfor de forskellige lovgivningsmæssige tiltag, m.m. Herudover arrangerer HSK konferencer, temadage og fyraftensmøder. Tre gange årligt udsendes et nyhedsbrev blandt andet med information herom.

HSK har overvejende haft sit fokus øst for Storebælt og særligt Københavns Universitet. Der arbejdes imidlertid nu på at etablere lokale afdelinger i Odense, Århus og Aalborg, såfremt der kan skabes medlemsopbakning hertil. Herudover har HSK en række tiltag under planlægning indenfor uddannelses- og beskæftigelsesforhold. I forhold til sidstnævnte etableredes i efteråret 2002 et netværk for jobsøgende, der enten har eller er lige ved at have afsluttet uddannelsen. Netværket mødes en gang om måneden på Handicapidrættens Videncenter i Roskilde. Møderne opbygges enten omkring temaer med udefra kommende gæster eller arbejds møder, hvis indhold deltagerne planlægger fra gang til gang. Intentionen med netværket er at skabe et forum for erfarings og informationsudveksling i forhold til feedback på jobansøgninger, CV'er og tips om ledige jobs, samt ikke mindst støtte og inspiration i jobsøgningsprocessen som handicappede. Senest er der etableret en e-mailliste med henblik på at optimere kommunikationen i netværket.

Medlemsskab af HSK kan opnås af gymnasieelever og studerende samt kandidater med mellemlange og lange videregående uddannelser. Medlemskontingentet er 100 kr. årligt.

Yderligere information om eller indmeldelse i HSK kan ske til:

Handicappede Studerende & Kandidater - HSK
Københavns Universitet
Njalsgade 84 lokale 7.3.10
2300 København S.

Kontortid: Mandag og onsdag mellem kl. 10 og 12 samt fredag i lige uger ligeledes mellem kl. 10 og 12 .

Telefon 3532 9101.

E-mail: hsk@hum.ku.dk

Hjemmeside: www.hsknet.dk

Yderligere information om eller tilmelding til jobnetværket kan ske til:

Vivi Kløcker

E-mail: vkloecker@get2net.dk

*Copa-bladet har modtaget denne meddelelse af
René Ruby, HSK*

Endelig en bandage...



som gør livet lettere

Vores nye stomibandage ligner ikke noget du har prøvet før. Den er tyndere og mere diskret selv under tætsiddende tøj. Det er enkelt og hurtigt at skifte. Og den findes i mange størrelser til alle situationer i din hverdag.

Esteem
synergy™



 **ConvaTec**

Prøv Esteem synergy som gør livet lettere. Send kuponen ind allerede i dag.*

☐ Send mig information og prøver på Esteem synergy.

Min stomi er _____ mm i diameter. Jeg anvender: ☐ tøjbare ☐ lukkede poser.

☐ Jeg træffes bedst mellem kl. ____ og kl. ____

☐ Jeg vil også gerne vide mere om ConvaTec's medlemsklub **Gold Card Service**.

Spørgsmål? Ring: **80 30 60 11**.

* Findes endnu ikke til urostomi.

Navn _____

Adresse _____

Postnummer _____ BY _____

Telefon _____

Send kuponen til: ConvaTec, Jægersborgvej 64-66 2800 Kgs. Lyngby. Mærk kuverten: Frisvar

BLIV COPA STØTTEMEDLEM

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

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....

BY.....

Sæt eet kryds

- ☐ Jeg vil gerne modtage Copa-bladet
☐ Jeg vil ikke modtage Copa-bladet

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

Handicap, kvalitetsudvikling og brugerinddragelse

Ny antologi udgivet i anledningen af Det Europæiske Handicapår 2003.

Det er et politisk mål, at mennesker med handicap skal sikres lige vilkår og lige muligheder for deltagelse i samfundslivet. Målet er ikke nået, og vejen frem kræver positivt samspil mellem fagfolk, politikere, virksomheder og borgere. Der er brug for viden om de faktorer, der fremmer og hæmmer denne udvikling. Derfor udgives antologien »Handicap, kvalitetsudvikling og brugerinddragelse« for at formidle viden og erfaringer fra en række af de senere års forsknings- og udviklingsprojekter på handicapområdet og for at give indsigt i det komplekse samspil mellem politik, praksis og handicap.

Antologien er opdelt i tre dele.

- Første del indeholder artikler om handicappolitik, definition af begrebet handicap, holdninger til handicappede og handicapforskning.
- Anden del beskæftiger sig med mødet mellem borger og system ved at belyse en række

af de socialpolitiske støtteforanstaltninger og ordninger, som skal bidrage til at kompensere handicappede for deres funktionsnedsættelse og skabe bedre livsvilkår for denne gruppe borgere.

• Tredje del sætter fokus på kvalitetsudvikling og brugerinddragelse i den sociale service på handicapområdet. Her præsenteres forskellige metoder, der sætter brugerne i centrum i kvalitetsudviklingen.

Antologien kan anvendes i praktisk sammenhæng til undervisning eller kursusvirksomhed.

Antologien er udgivet i et samarbejde mellem AKF, Amternes og Kommunernes Forskningsinstitut, Socialforskningsinstituttet og Center for Ligebehandling af Handicappede.

Antologien »Handicap, kvalitetsudvikling og brugerinddragelse« kan købes hos

AKF Forlaget,
 Nyropsgade 37,
 1602 København V.
 Tlf.: 33115812.
 Fax: 33152875.
 Eller i boghandelen,
 pris 195,- kr..

Dele af rapporten kan læses på AKF's hjemmeside,
www.akf.dk

FS 22 er en faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi.

FS 22

FS22 afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan, samt oplysningsvirksomhed for sygeplejersker og interesse-organisationer. Herunder informationer om udenlandske kongresser og rejser. FS22 medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark, som løbende opdateres i fagbladet StomiNyt.

Ønsker du nærmere tilknytning eller orientering gennem fagbladet, da kontakt venligst FS22



Formand Lena Thomsen • e-mail: Lena.Thomsen@aa.s.nja.dk • tlf.: 9932 1487
 Bestyrelsesmedlem, ansvarshavende redaktør af StomiNyt Grethe Vendelbo • tlf. 9912 5310

HandicapFilmFestival 2003

Kolding i dagene 19. - 22. november 2003

I dagene 19. - 22. november vil Klostergården i Kolding danne rammen om den første danske HandicapFilmFestival, hvor visning af mere end 75, hovedsagelig, danske kort- og dokumentarfilm med forskellige aspekter af handicaps finder sted.

Festivalens hovedformål er:

- at skabe et forum, hvor mennesker med og uden handicap kan mødes om filmoplevelser og
- at bruge filmen til at skabe en fælles referenceramme og forståelse med henblik på diskussion af handicappede menneskers livsvilkår.

Den tidl. Bogartvært, Ole Michelsen gæster Handicap-FilmFestival 03 sammen med entertaineren Jakob Haugaard, "HjerneMadsen" samt filminstruktøren Søren Kragh-Jacobsen og filmkonsulent Ulrich Breuning.

De vil hver for sig fokusere på sider af og oplevelser med handicaps af forskellig art.

Ulrich Breuning kommer med et 3 timers indblik i, hvorledes handicappede gennem de seneste årtier er blevet portrætteret i spillefilmen.

Derfor vises der også nogle få spillefilm i samarbejde med filmforeningen Film6000, det bliver bl.a. "Rainman" med Dustin Hoffman og Tom Cruise.

De mere end 70 film vises på forskellige lokaliteter i Klostergården, der indrettes en stor og en lille videograf samt en videobar.

I Videobaren kan de fleste af de tilmeldte film ses efter eget valg, hvorimod det faste program ses i den store videograf og delvis i den mindre. I den mindre videograf kan større grupper, skoleklasser, studerende eller andre se film, som de selv forudbestiller efter festivalens programhæfte.

Desuden vises en række klassikere indenfor handicap film såsom "Blind" af Frederick Wiseman og "Torsdagsbørn" af Lindsay Anderson. I dette program, ses ligeledes film af Lise Roos og Christian Hartkopp, "Thomas og hans tempo" og "Sorteper – det kan de selv være".

Såvidt det er muligt vil indretningen tage højde for handicaps såsom rigelig plads mellem rækkerne, plads til kørestole, teleslynge og mærkning for blinde.

I videobaren benyttes alene hovedtelefoner ved de 5 screeningpladser.

Et informationsområde vil repræsentere de forskellige handicaporganisationer og foreninger og en plakat udstilling supplerer området.

Med støtte fra Kolding kommune, Socialministeriet, LEV, Vanføreforeningen, Socialpædagogernes Landsforbund sponsorer samt SocialtUdviklingscenter SUS er planlægningen i fuld gang, - men der afventes dog fortsat midler fra forskellig side for at kunne fuldstændiggøre arrangementet.

Festivalen løber parallelt til en Østersøkonference om han-

dicappedes deltagelse i samfundet og samfundets tilgængelighed for handicappede - 2 af konferencens oplæg/foredrag vil være åbne for publikum.

Der er gratis adgang til alle kort og dokumentarfilm forestillingerne, der tages dog en mindre entre til de særlige arrangementer med Ole Michelsen, Jakob Haugaard, Ulrich Breuning og Søren Krag Jacobsen samt spillefilmene.

Festivalen åbnes officielt onsdag d. 19 kl. 19, men festivalens visninger begynder samme dag kl. 1000.

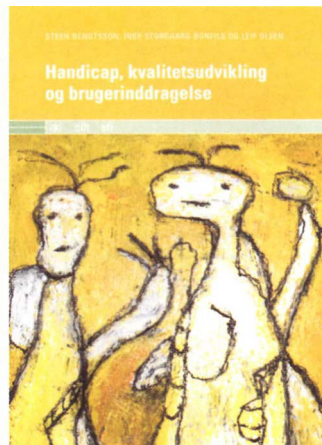
Initiativgruppen bagved festivalen består af:

De Samvirkende
Invalideorganisationer,
Film6000, Det Danske
Videoværksted,
Socialpædagogernes
Landsforbund, Kulturhuset på
Levisonsvej(Kolding),
Nymarkskollegiet i Fredericia,
Vejle Amt Video og TV,
Robyn Streaky
Studio(Kolding),
Kulturforvaltningen og
Socialforvaltningen i Kolding
Kommune samt Socialt
Udviklingscenter SUS.

Festivalen har ansat produktionsleder Hans Vilhelm Bang som festivalkoordinatør og firmaet Kobborg Consult til at hjælpe med sponsorsiden.

Programmet/festivalkataloget forventes færdigt senest 1. november og fås ved henvendelse til festivalen på hvbang@compaqnet.dk eller mai-britt.bonde@post.tele.dk

Festivalens hjemmeside er under opbygning og kan ses på www.handicapfilmfestival.dk



Handicappet

- og hva'så?

- en ny bog til Folkeskolen

Nyt undervisningsmateriale med fokus på handicap til folkeskolens 4. og 5. klasse

Hvilke tanker gør du dig om at have et handicap? Hvad vil det betyde for dig? Hvad ville ændre sig, og hvad ville være det samme? Det er nogle af de spørgsmål en ny lærebog i dansk for folkeskolens 4. og 5. klasser stiller eleverne.

Skolebogen er udarbejdet af skolebogsforlaget Alinea i samarbejde med Center for Ligebehandling af Handicappede. Centret har i længere tid haft et ønske om at få udarbejdet undervisningsmateriale til folkeskolens yngre klasser, der kunne give børn kendskab til det at være handicappet. Undersøgelser viser nemlig, at børns kontakt med en viden om handicappede har indvirkning på den holdning, de får til handicappede senere hen i livet. Derfor er det vigtigt, at børn fra en tidlig alder får kendskab til handicappede gennem møde med handicappede eller eksempelvis undervisningsmateriale.



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
Spurveskjul 1
2830 Virum
Tlf. 45 83 52 58

Bornholms amt

Christian Stentoft
Thorkildsvej 78
3700 Rønne
Tlf.: 56 95 21 33

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 Fauery
Hagenstrupparken 34
8860 Ulstrup
Tlf.: 97 11 80 16

Roskilde amt

Jette Frederiksen
Kirkegårdsvej 7, Gundsømagle
4000 Roskilde
Tlf.: 46 73 05 87

Sønderjyllands amt

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

Vejle amt

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

Viborg amt

Vagn Færch
Norgaardsvej 112 B
7800 Skive
Tlf.: 97 52 16 86

Vestsjællands amt

Torben Hansen *)
Prinsessevænget 18, st.th.
4100 Ringsted
Tlf.: 57 61 56 23

Århus amt

Lis Lene Carstensen
Hobrovej 92
8900 Randers
Tlf.: 86 42 69 79

Forældregruppen

Rolf Nielsen
Bøgeskov 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

Urostomigruppen

Ruth Træholt
Nygade 15, 4.th.
9400 Nørresundby
Tlf.: 98 17 10 32

Lotte Andersen
Brovænget 10
2830 Virum
Tlf.: 45 85 64 56

*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.

**) Suppleant i COPA's forretningsudvalg.
