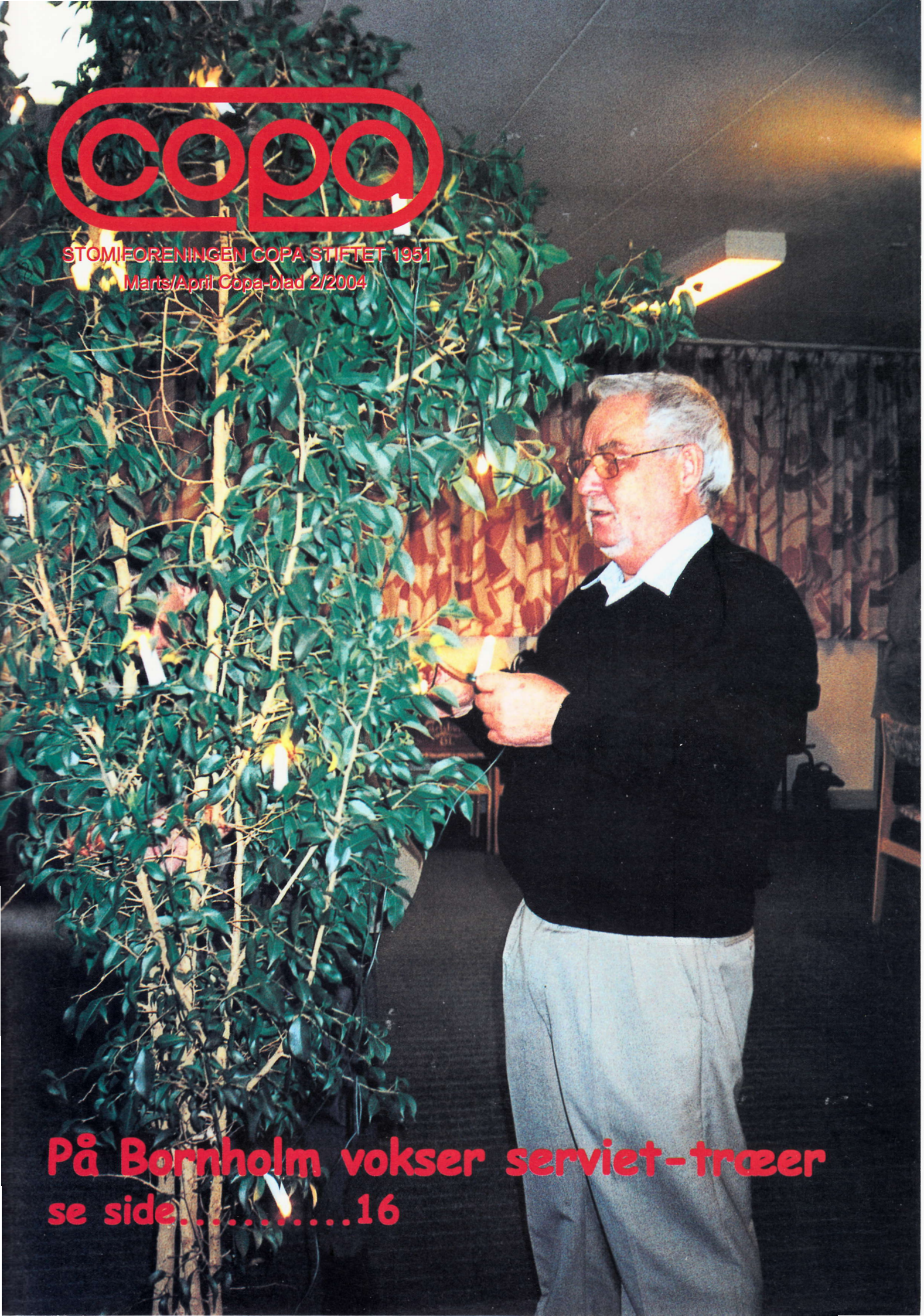


copa

STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951
Marts/April Copa-blad 2/2004

På Bornholm vokser serviet-træer

se side.....16

Der findes altid løsning på et problem

LEDER

Henning Granslev, landsformand

Tak til medlemmerne for modtagelse af årets girokort fra COPA. Der har tilsyneladende været forståelse for kontingentstigningen p. g. a. de fremtidige større portoudgifter. Hidtil har der ikke været en eneste vred stemme i telefonen om dette.

Men OK, året er jo også kun 2 måneder gammelt. Tiden går dog hurtigt, og snart kan vi lægge sneskovlen væk, og i stedet finde riven og skuffejernet frem. Det vil igen være tid til at gå lidt i haven og gøre denne klar til et forhåbentlig solrigt og dejligt forår.

Mange medlemmer har helt sikkert fået en nytårshilsen fra kommunen med oplysning om, at nu skal der købes stomihjælpemidler hos en „ny" leverandør. Det kan for mange være ret så træls, hvis man lige har vænnet sig til den leverandør kommunen valgte for 2 – 3 år siden. Indkøbscheferne og myndigheder kan ikke sammenligne indkøb af stomiposer med bestilling af krykker og bækkenstole m.m. Stomihjælpemidler er et personligt kropsbåren hjælpemiddel. Bestilling – vejledning og brug af stomiposer m.m. er et meget personligt anliggende mellem bruger og leverandør. For nogle personer kan det være nøjagtig som et læge – patientforhold. Og det er da ikke almindeligt at skifte læge, hvis man er tilfreds med den læge, man pt. måtte have. Derfor kan det være svært at skulle skifte leverandør af sine hjælpemidler.

Dermed ikke sagt at betjeningen er dårlig eller mangelfuld, blot det, at der bør være lidt mere menneskelig forståelse hos indkøbscheferne rundt om i landets kommuner. Der skal og bør stadig være plads til alle forhandlerne. Kunderne vil selvfølgelig købe i den butik, hvor betjeningen og kemien passer til en selv. Således er det også, når dagligvarerne købes, nogle går i Føtex andre i Brugsen eller Aldi m.m. Konkurrence er godt, men der må ikke blive monopol på bestemte ydelser eller div. indkøb, så bliver forbrugerne tabere. Tænk på ARLA.

I Bekendtgørelsen om ydelser og forbrugsgoder efter Servicelovens §§ 97 og 98 står under hjælpemidler § 6 stk. 2:

- *"For særligt personlige hjælpemidler kan ansøgere, hvis pågældende ønsker at benytte en anden leverandør end den af kommunen eller amtskommunen valgte, vælge selv at indkøbe hjælpemidler og få udgifterne hertil refunderet, dog højest svarende til den pris, kommunen eller amtskommunen kunne have erhvervet hjælpemidlet til hos sin leverandør. Har kommunen eller amtskommunen ikke indgået leverandøraftale, kan ansøgeren vælge leverandør.*

I § 97 stk. 4; her står bl. a. følgende:

-*"For at sikre, at reglen om frit leverandørvalg ikke indebærer unødig belastning af den enkelte brugeres økonomi, bør det beløb ansøgeren er berettiget til i henhold til bevillingen refunderes straks ved forevisning af faktura. Ved udlæg af større beløb til fx ortopædiske sko eller arm – ben proteser bør kommunen/ amtskommunen aftale med den leverandør, som ansøgeren vælger, at fakturaen, bortset fra evt. egen andel, sendes direkte til kommunen/amtskommunen".*

Der står desværre ikke præciseret stomihjælpemidler. Men indkøb af dette er af samme størrelsesorden som køb af ortopædiske sko. Stomiforeningen COPA har bedt DSI (De Samvirkende Invalideorganisationer) om hjælp til af få ændret i teksten til, at der også står stomihjælpemidler i lovteksten.

Ønsket om denne ændring er p.g.a. manglende forståelse for, at regningen på hjælpemidlerne sendes direkte til kommunen. Enkelte kommuner træffer forskellige afgørelser efter en individuel vurdering til borgerens betalingsevne af hjælpemidlet. Det er efter min opfattelse ikke rimeligt. Der må være helt ens regler for alle borgerne vedr. udlæg til køb af hjælpemidler.

Der kommer lige et vers mere i klagesangen. Det har endnu ikke været muligt at få overblik over, hvor meget portoudgifterne vil stige i år. Men foreningen har prøvet at samle oplysninger her og der om fremtidens udgifter til bladportoen. Vi er af den opfattelse, at budgettet kan blive neutral efter kontingentforhøjelsen og brug af lidt tyndere papir til COPA-bladet.

Efter udsendelse af de næste par blade kan vi få overblik over, hvorledes vi bedst og billigst sender bladet til medlemmerne.

Lederen i dette blad er ikke det mest interessante læsestof. Men da vi i foreningen skal varetage medlemmernes evt. problemer, kan det ikke være anderledes. Jeg selv er ikke den store tilhænger af at læse om love og diverse §§. Det vil dog være nødvendigt med af og til at give information om de kedelige og trælse problemer, der selvfølgelig vil opstå i enhver forening. Der findes dog altid en løsning på et problem. Her i Danmark kan vi glæde os over, at lovene er lavet på demokratisk vis, og at vi som borger eller foreninger kan være med til at ændre lovene.

Der er også mange gratis glæder til fri afbenyttelse. Nyd solen, træk frisk luft i lungerne på en skovtur, se på alle blomsterne der kommer sammen med solen og varmen. Snart er det påske, og det er tid til atter at sætte sig til bordets glæder sammen med familien eller vennerne. Selv om der er problemer, og livet kan være surt af og til, så har langt vi fleste det da heldigvis meget godt. Husk at tænke positivt og se fremad, så findes der en løsning på langt de fleste problemer. ■

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. maj; omdeles i uge 20.
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 filer, opløsning 300 pixels.
Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/04.
COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet. Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPA's sekretariat.
• *Illustrationsannoncer:*
Tilsagn: 1 måned før bladet udkommer. Film mv. skal sendes til sekretariatet. Materialefrist og annulleringsfrist normalt 21 dage før udgivelsen. Annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde senest: 21/04. 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 2/2004 (marts/april). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 181].

Indhold:

Leder *(Henning Granslev)* ... 2
Stomiliv i Ukraine - hvad er der sket "siden sidst" *(Oksana P. Møller)* ... 4
COPA's hjemmeside *(Peter Mogensen)* ... 10

Læserne skriver
Urostomimøde 11. maj 2004 i Sønderjylland *(Jytte Holdt)* ... 10
Vellykket temadag *(Ehlin Andreassen)* ... 10
Weekendtilbud *(Henning Granslev)* ... 10
Handicap og arbejde *(Ny bog: her er dit arbejdsliv)* ... 26
Ileostomi og P-piller (Niels Quist) ... 30

Nyt fra lokalforeningerne ... 14
Produktinformation ... 31

Se også: www.copa.dk

Tilbud om rådgivning

Se under lokalforeningerne.

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 - uasnset 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 stomipleje 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.

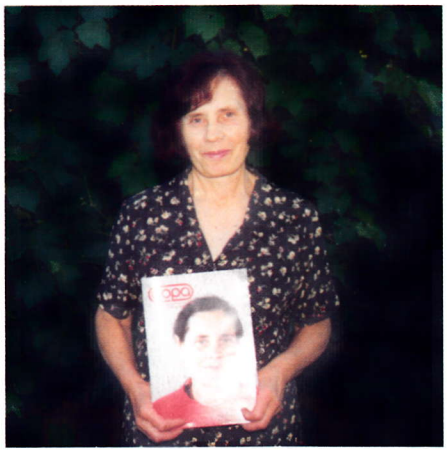
Liste over stomiambulatorier findes i Copa-blade med ulige numre (1+3+5).

Stomiliv i Ukraine

- hvad der er sket "siden sidst"

LIV MED STOMI

Af: Oksana Petrusenko Møller



Galina Petrusenko *anno 2004 (& 2003). Oksana Petrusenko Møller skrev den første artikel om sin mor maj 2003.*

Nu er der gået et år, siden jeg skrev den første artikel *(til Copa-blad maj/juni 2003, red.)* om livet med stomi i Ukraine, hvor jeg beskrev "hele forløbet": Fra man får at vide, man skal opereres, til man kommer hjem efter operationen. Min mor fik sin kolostomi efter en kræftsygdom for næsten tre år siden og er nu nået så langt, at hun endeligt accepterer den. Sygdommen og den efterfølgende forandring har lært hende at værdsætte livet mere end nogensinde. Hun har erkendt, at årsagen til, at hun stadig lever, bl.a. er hendes stomi; og hun synes ikke længere, at den var en for stor pris at betale for livet.

En stor del af æren for, at min mor har genvundet sin selvtillid og livsglæde, har COPA og stomiforeningens medlemmer, som giver poser til Ukraine. I sommerferien, da jeg besøgte min mor, havde jeg hele 900 poser med til hende og de andre stomister i landsbyen! Det er en uvurderlig skat i Ukraine, hvor poserne ellers kun kan købes for egen regning uden statstilskud. Med landsformand Henning Granslev's og Lis Lene Carstensens (Århus lokalforening) velsignelse har jeg

Sommeridyl i Ukraine.

også sat en efterforskning i gang: I og omkring min hjemlandsby har jeg ledt efter flere stomister, som ikke selv har økonomisk mulighed for at købe poser.

At købe stomiposer i Ukraine

Man har som sagt mulighed for at købe stomiposer i Ukraine, selvom udvalget ikke er så stort. Af de danske producenter er åbenbart kun Coloplast repræsenteret. Jeg har været i kontakt med det firma, som forhandler Coloplasts produkter på det ukrainske marked: De tilbyder i alt omkring 10 slags stomiposer. Poserne sælges på apotekerne, som selv bestemmer priserne. Det giver naturligvis en stor prisvariation fra apotek til apotek, f.eks. en endels tømbar pose uden filter koster mellem 8 og 14 kr., en todels stomipose koster mellem 36 og 45 kr. Løn og pension bliver ikke forhøjet, mens alle priser stiger: I løbet af sommeren 2003 steg prisen på stomiposer med 3-3.50 kr.

En stomioperation fører normalt til invalidepension i Ukraine. Derfor er de fleste stomister altså enten folkepensionister eller invalidepensionister. I Ukraine afhænger pensionens størrelse af uddannelse og af, hvad man har arbejdet med. Min mor kan bruges som eksempel: Hun har en høj uddannelse og underviste på skole og gymnasium i 37 år. Men selv hendes "høje" pension svarer kun til ca.162 kr. om måneden (den blev for nyligt forhøjet med hele 6 kroner!). Det hjælper, at hun bor sammen med min søster, der som underviser har en løn på 420 kr. om måneden. De driver, som de fleste i landsbyen, et mindre fritidslandbrug med afgrøder til eget forbrug, derfor klarer de sig forholdsvis godt. Men selv med deres - efter ukrainske forhold - pæne indtægt har de ikke råd til stomiposer.

Det er således de færreste af de omkring 70.000 stomiopererede i Ukraine, som har råd til stomiposer.

Hvem hjælper vi?

Stomiposerne, som bliver indsamlet i Danmark, går efterhånden til en lille, men voksende kreds i og omkring min landsby. Lad os se på de første.

Jeg kendte i forvejen en stomist i landsbyen. En kvinde ved navn Nadja Siloglo, som fik sin stomi i foråret 2001, samtidigt med min mor. Opholdet på det samme hospital i Odessa, sygdommen og stomien har knyttet de to kvinder, som kendte hinanden en smule i forvejen, tættere sammen. Den 69-årige Nadja bor alene og klarer selv hele arbejdet i sit lille landbrug. Hun har en landbrugsuddannelse, men arbejdede det meste af sit liv som kassedame i en af de lokale butikker. Det betyder, at Nadja får en ret lav pension og slet ikke har råd til stomiposer.

En anden stomist har hørt om min mors stomi og opsøgte hende sidste forår. Den 53-årige Aleksander Kavtjak fik sin stomi i oktober 2002. Inden operationen oplyste lægerne ham ikke om, at han skulle have en

(Fortsætter næste side)

Vinteridyl i Ukraine.

stomi – det kom efter operationen som et lyn fra den klare himmel for ham og hans familie. Efter hjemkomsten klarede han sig først med klude i det stille håb, at han vil få stomien opereret væk. Det lykkedes ikke.

Af de stomiopererede, som nu bliver hjulpet af COPA, er Aleksander nok den mest velhavende, fordi han ved siden af sin invalidepension på 150 kr. har en ekstraindtjening: Han og hans familie køber grise og kvæg rundt omkring i landsbyerne, slagter dem og sælger kødet på et marked i Odessa. Det startede han med i 1995, da han mistede sit job som svejsemester på landsbyens sukkerfabrik. Forretningen gik først godt, men kødpriserne varierer meget, og indtjeningen er derfor meget svingende. Jeg glemmer aldrig hans glade og smilende ansigt, da han en dejlig sommerdag kom på besøg hos min mor og fortalte, han den dag havde været i Odessa. Han gik en tur på gågaden, og for første gang siden operationen tænkte han ikke på, om alle andre kunne se og lugte, at han har stomi. Han følte sig som et menneske igen – som "de andre" – fordi han brugte stomiposer fra Danmark!

Det lykkedes mig at finde frem til den 66-årige Dmitrij Bondar. Han har haft stomi i mange år, men vi vidste det ikke, for i Ukraine taler man ikke om stomi. Han arbejdede på et underjordisk kompleks 3 km fra landsbyen, hvor man opbevarer affald fra atomkraftværkerne (bl.a. dragter, biler o.a. affald fra Tjernobyl). Han havde som de fleste andre ikke råd til at købe stomiposer og har gennem årene afprøvet forskellige måder at klare sig uden. Jeg har fundet ham ved hjælp af den lokale læge, som spurgte sine kolleger på Kommunesygehuset, om de kender til nogle stomiopererede fra landsbyen og området omkring. Med nød og næppe har hun fundet frem til Bondar. Desværre har jeg ikke nået at besøge ham, men min mor og søster er kommet i forbindelse med ham.

Jeg regner med ved mit næste besøg i Ukraine selv at opsøge Kommunesygehuset og håber på, at jeg vil få lov at tale med nogle af lægerne og se deres arkiver, for at finde flere stomister i området, vi kan hjælpe. Den

største forhindring vil være at overbevise de ansvarlige om, at jeg ikke vil tjene på deres oplysninger. Efter mange årtier med stigende korruption har folk svært ved at tro, at der findes nogle, som faktisk vil hjælpe dem, der er i nød – uforpligtende og gratis. For at komme med et lille eksempel: Det tog min mor og søster adskillige måneder at overbevise Dmitrij Bondar om, at han får poserne fra Danmark uden nogen form for betaling.

Hjælpen

I midten af december hentede jeg en masse stomihjælpemidler, som Sahva Care har samlet og opbe-

(Fortsætter side 8)

Hospitalet i Odessa, hvor stomioperationerne foregår.

Hollister

Nyhed

Moderma Flex med Lock 'n Roll

Et revolutionerende lukkesystem til tømbare poser

Moderma Flex er et fleksibelt og sikkert endelssystem. Hudpladens lave profil og store fleksibilitet giver god diskretion, velvære og frihed til bevægelse. I serien fås poser til alle typer stomi. Med Lock 'n Roll lukkesystem tilbydes brugere af tømbare poser et lukkesystem, som er sikkert, fleksibelt og let at rengøre.

For yderligere information kontakt Hollister kundeservice, tlf. 4846 5101
Dansac & Hollister, Hejreskovvej 10F, 3490 Kvistgaard

Hollister and Logo, Conform2 and Lock 'n Roll are trademarks of Hollister Incorporated. ©2003 Hollister Incorporated. All rights reserved.

Vareprøve. Ja tak, jeg vil gerne prøve Moderma Flex tømbar pose med Lock 'n Roll lukkesystem

Fornavn	**Efternavn**
Adresse	
	Postnr./By
Telefonnr.	**Stomistr.** mm. (Ved tvivl ring venligst til Hollister)

Ring til Hollisters kundeservice eller udfyld kuponen og send den til Dansac & Hollister, Hejreskovvej 10F, 3490 Kvistgård, Tlf.: 4846 5101

varet. Det tog et par dage at sortere dem. I december sendte jeg dem til Ukraine. Pakken var næsten en måned undervejs, men kom ubeskadiget frem. Hele 552 stomiposer, som vil redde landsbyens stomiopererede i et stykke tid – jeg behøver vist ikke at sige, at de blev utroligt glade! Det kan være, at det er endnu flere, der vil få glæde af COPA's initiativ. I løbet af det nye år vil vi nemlig udvide kredsen af de stomister, vi hjælper – så vi også hjælper udenfor landsbyen. Det kræver et arbejde med at spore de opererede, men det er allerede sat i gang. Det bliver nu samlet ret mange stomiposer i Danmark, derfor vil min mor, efter Henning Granslevs forslag, bl.a. kontakte nogle af de stomiopererede, som hun mødte under sit ophold på hospitalet i Odessa, og tilbyde dem en del af de danske stomiposer. Lad os vente og se, hvad der kommer ud af det!

Aleksander Kavtjak og Galina Petrusenko. -"Livet er skønt", siger de nu.

Hjerteligt tak

Jeg vil gerne benytte lejligheden til på egne vegne og på vegne af min mor og andre stomiopererede i landsbyen Tjervonoznamenka og området omkring den at takke COPA, Henning Granslev, Århus lokalforening, Sahva Care, det tidligere Århus Amtssygehus og alle jer, medlemmerne af COPA, som har et stort hjerte, der banker for de ukrainske stomister! Jeres medfølelse og hjælp giver dem styrke til at leve videre uden at føle sig udstødte, magtesløse, overflødige og værdiløse. Dét liv vil enhver stomist i Ukraine ønske sig, men det er der desværre en lang vej til endnu. Vi har taget de første skridt. ■

Kom videre på Dallund

På Dallund kan færdigbehandlede kræftpatienter få tilbudt et aktivt kursusforløb af 6 dages varighed. Kursusopholdet er gratis for kræftpatienter og finansieres af et samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og en række amter.

På www.dallund.dk kan du finde yderligere information.

DALLUND KALENDER
Kommende kurser og andre arrangementer

MARTS 2004
08. - 13. marts: "Kvinder, under 50 år".
15. - 20. marts: "Blandede diagnoser".
22. - 27. marts: "Underlivskræft".
29. marts - 3. april: "Blandede diagnoser, mænd".

APRIL 2004
05. - 11. april: Dallund lukket, påske.
12. - 17. april: "Enlig uden netværk".
19. - 24. april: "Brystkræft".
26. april - 1. maj: "Blandede diagnoser".

Rehabiliterings-Center Dallund

Dallundvej 63, 5471 Søndersø • Tlf.: 6489 1134 • Fax: 6489 1514
dallund@dallund.dk • www.dallund.dk

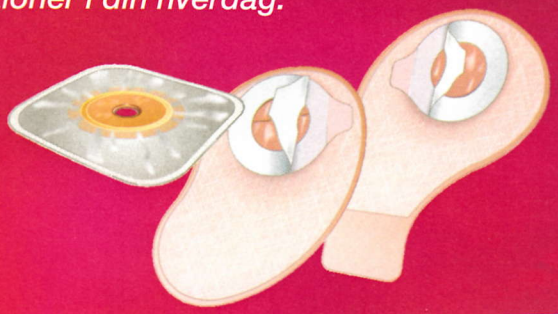
Dallund RehabiliteringsCenter

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: ☐ tømbare ☐ 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 _____

Copa 2003.03

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

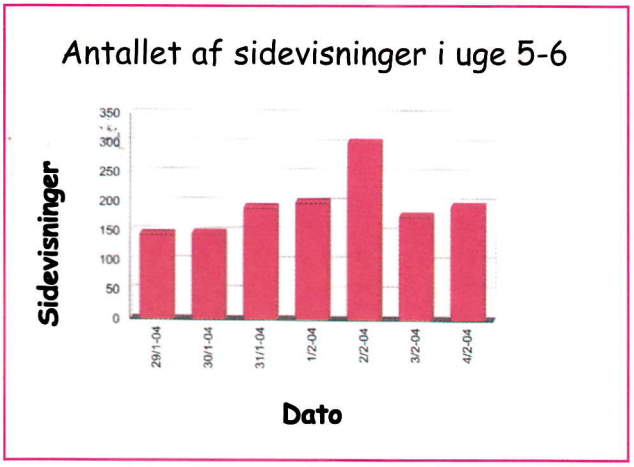
COPA's hjemmeside

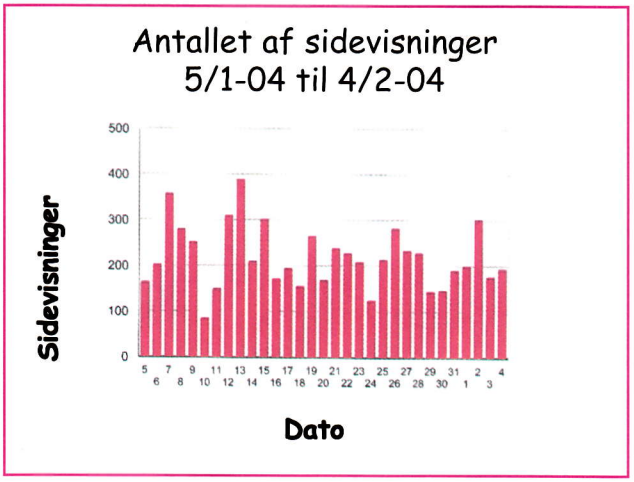
Peter Mogensen har sendt følgende COPA-hjemmeside statistik.

www.copa.dk

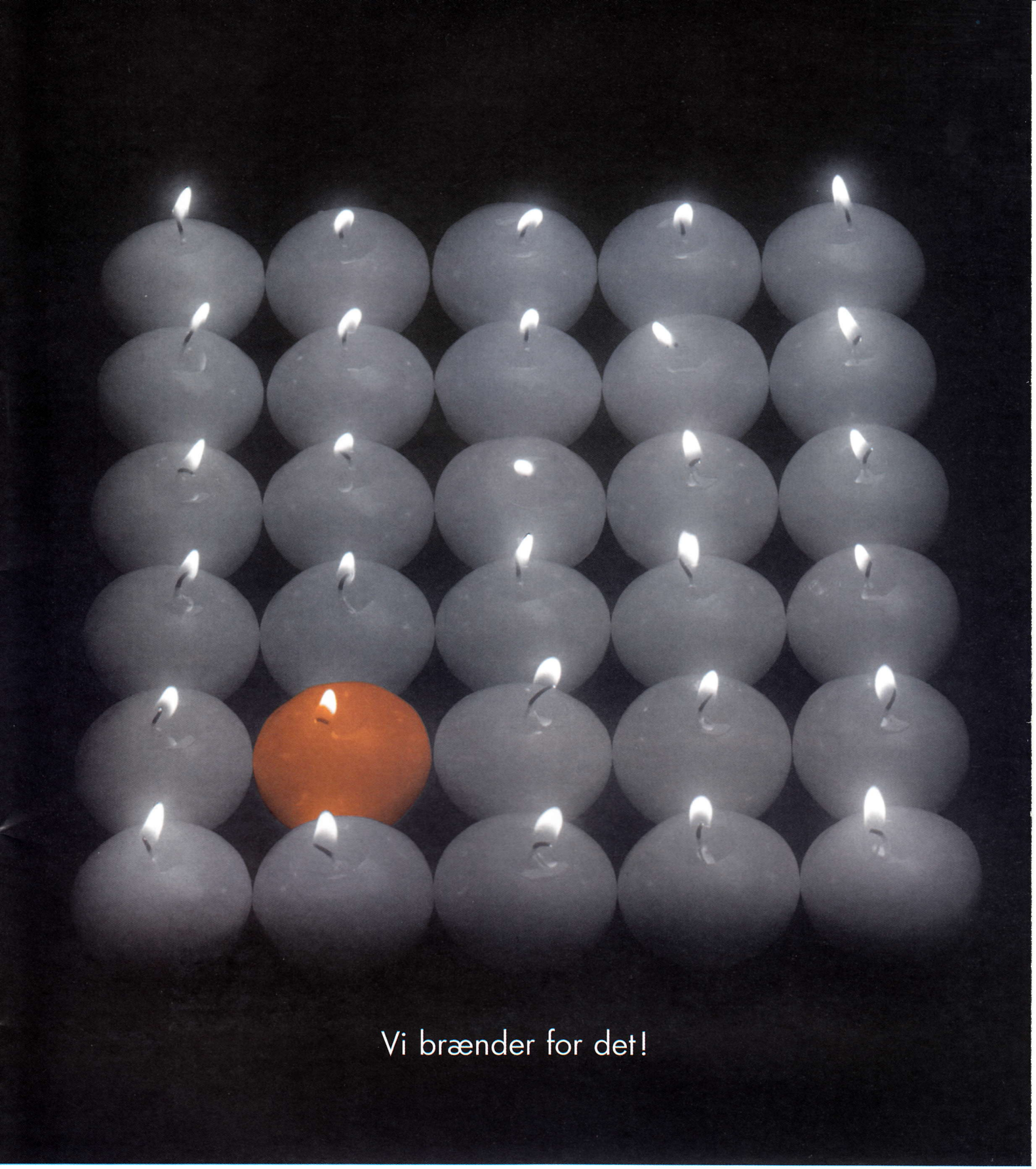
Besøg - fordeling på de forskellige sider

Forsiden.....:19,47%
Gæstebogen.....: 8,28%
Forum (selve forummet).....: 7,27%
Forum (indgangen til forummet)..: 6,75%
Rådgivningssiden.....: 5,93%
Lokalforeningssiden.....: 4,90%
Om COPA.....: 3,79%
Copa.dk.....: 3,40%
Links (side 1).....: 3,02%
Bladet.....: 2,87%
Medlemskab.....: 2,81%
Sekretariatet.....: 2,56%
Arrangementer.....: 2,53%
FAQ/Hjælp.....: 2,33%
Nyheder.....: 2,22%
Liv og stomi (rådgivning).....: 1,65%
Stomityper (rådgivning).....: 1,55%
Kost og stomi (rådgivning).....: 1,51%
Aktuelt fra bladet.....: 1,14%
Hjælpemidler (rådgivning).....: 1,14%
COPA og dig (rådgivning).....: 1,09%
Beskrivelse af arrangementer.....: 1,04%
Brochurebestilling.....: 1,03%
Forslag/kommentar-formular.....: 0,94%
Brugerbetingelser.....: 0,92%
Onlinerådgivning (rådgivning).....: 0,89%
Om COPA rådgivning.....: 0,87%
Tip en ven om COPA.....: 0,87%
Links (side 2).....: 0,83%
Stomiambulatorier (rådgivning).....: 0,81%
Historier fra COPA-medlemmer (rådgivning).....: 0,78%
Ung og stomi (rådgivning).....: 0,78%
Nyttige adresser (rådgivning).....: 0,78%
Links (side 3).....: 0,72%
Børn og stomi (rådgivning).....: 0,69%
Guide til gæstebogen.....: 0,62%
Information til annoncører vedr. bladet.....: 0,62%
Vedtægter.....: 0,58%





www.copa.dk
dine netsider



Dansac & Hollister Danmark
Lille Kongevej · 3480 Fredensborg
Tlf. 48 46 50 36 · Fax 49 13 85 75

dansac

- fordi små detaljer gør den store forskel

LÆSERNE SKRIVER

Til alle urostomiopererede - møde 11. maj i Sønderjylland

Vi holder et møde i Sønderjylland d. 11. maj med besøg fra Skejby sygehus. Selv om du kommer fra et andet amt, er du meget velkommen til at deltage. Se mere under COPA-Sønderjyllands amt side 22.

Jytte Holdt
Østerskovvej 2, Simmersted
6500 Vojens

Vellykket temadag

Lørdag d. 18. oktober 2003 var vi ca. 20 mennesker, som havde fundet vej til ÆldreSagens lokaler på Præstevænget i ballerup. Her havde COPA-Københavns amt og COPA-København/ Frederiksberg inviteret til en temadag, 'Hvordan lever du med din stomi?' Ved ankomsten fik vi mulighed for at skrive det emne, som havde vores interesse, på en lille seddel og lægge den i en hat.

Mens der blev drukket kaffe og te og spist kringle fortalte Mons Monsen om den psykologiske side af sagen, i forbindelse med det at have fået stomi. Hvilke følelsesmæssige faser man efterfølgende gennemlever. Det var meget berigende. Imens var de små sedler blever sorteret og Susanne Thane fra Kirudan var den som besvarede spørgsmål og kædede de forskellige emner sammen, hvor hver deltager kunne øse af sine erfaringer.

Lige pludselig var der gået næsten 4 timer, hvor vi også nåede at snakke om, hvordan vi kunne tænke os, at få de unge stomiopererede i tale.

Synd for de som ikke var med, for det var alle tiders arrangement. Tak til arrangørerne.

Ehlin Andreassen
C.J.Brandts vej 7, st.tv.
2400 København NV

Positive og kærlige tanker

Følgende ord faldt jeg over forleden og tænkte, at dem skulle også andre have glæde af. De giver stof til eftertanke.

Fra bogen:
'Tanker til dagen i dag'
af Louise L. Hay.

"Positiv tænkning har en velkendt helbredende kraft. Det anerkendes endog af lægevidenskabelige kredse. De positive og kærlige tanker er ganske enkelt positive bekræftelser. Du tænker måske, at det er umuligt, at en positiv tanke skulle ændre dit liv, men hvor mange gange har du ikke bekræftet en negativ tanke om dig selv igen og igen, indtil den til sidst bliver sand for dig? Hvorfor ikke ændre disse negative tanker til positive tanker? Jeg sammenligner positive bekræftelser med det at plante et frø. Man sår ikke bare frøet og får en smuk blomst ud af det næste dag. Det tager tid. Først må man gøde frøet og vande det, og man må sikre det mod eventuel skade. Det samme gælder positive bekræftelser. Man ser måske ikke forandringerne med det samme, men med tilstrækkelig omsorg og støtte kan du ændre din gamle negative tankegang og se tilværelsen i et nyt og positivt lys. Brug disse bekræftelser dagligt, og efterhånden vil du begynde at opleve, at dit liv får en ny retning, og du vil høste en smuk samling af positive virkninger for dig selv".

Jytte Holdt
Østerskovvej 2,
Simmersted
6500 Vojens

Weekendtilbud

Her er et par informationer om årets **„Midt i Livet"**. I næste blad vil der være tilmeldingsblanket vedr. opholdet på Quality Hotel Faaborg Fjord i weekenden den 3. – 5. september.

Lørdagen er afsat til sightseeing bustur rundt på Ærø.

Læs næste kapitel i COPA-blad nr. 3.

Henning Granslev, landsformand COPA

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 Per Herlufsen • e-mail: per.herlufsen@hh.hosp.dk • tlf.: 3632 3621
Bestyrelsesmedlem, ansvarshavende redaktør af StomiNyt Grethe Vendelbo • tlf. 9912 5310

STOMI/BROK

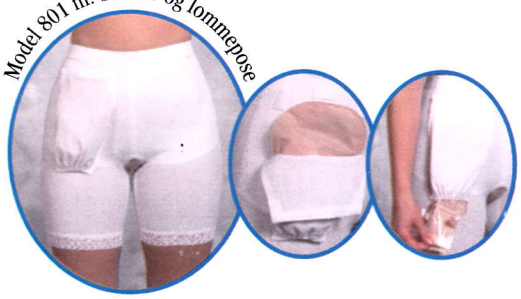
SPECIALFREMSTILLEDE STØTTEBANDAGER OG UNDERTØJ

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 1230

Model 812

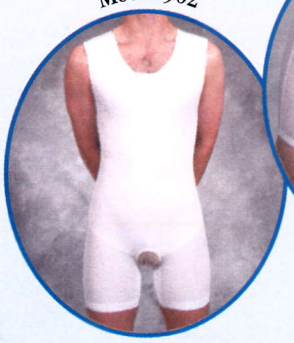
Model 814

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

Model 809

Let elastikbælte til sport og intimt brug.

Model 902



Model 807 m. gylp

Model 806 m. gylp

Model 802

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

Husk tilmelding til alle arrangementer COPA-København/Frederiksberg

Vi er nødt til at bede om tilmelding til alle arrangementer, dels fordi vi skal bestille og leje lokaler, dels af hensyn til fortæring, vi beder så mindeligt om at man giver besked i så god tid som muligt, hvis man alligevel ikke kommer, vi er nødt til at betale for maden, hvis der afbestilles mindre end en uge før arrangementet. I de tilfælde hvor det drejer sig om andet end kaffe og kage, kan vi blive nødt til at bede om betaling, hvis man ikke kommer, og først giver sen besked. Vi håber på forståelse for dette.

Siden sidst

38 til julefrokost

Traditionen tro holdt vi vores julefrokost på Pilegården. Vi var i år 38 deltagere, vi havde glæden af at se nye medlemmer deltage, et stort velkommen til jer.

Vi havde I år lejet salen, så vi havde luft og plads, Pilegården havde lavet en julebuffet, med hvad dertil hører, Foreningen gav en øl og 2 snapse til maden.

Sonja Abrahamsen, havde medbragt flotte hjemmelavede dekorationer til bordene, en stor tak skal du have for at hjælpe med til at gøre dagen hyggelig, undervejs blev det også til et par julesange også tak til dem der medbragte sange.

Til kaffen fik vi ris alamande, og i dagens anledning, var der udlovet 2 mandelgaver, der bestod af en stor æske chokolade.

Vi sluttede af med lodtrækning om de gaver den enkelte havde taget med, sikke en fantasi der lægges for dagen, der var mange gode og hyggelige pakker.

Kommende arrangement

Cafe møde

Tirsdag den 6/4 kl. 14.00
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 får besøg af Allan Kristiansen fra Astotec, der vil vise os det sidste nye produkt, som vi i Danmark har fået på markedet. Produktet er fra Welland, og de har blandt andet en pose der kan skylles ud i toilettet, spændende perspektiver.

Ved mødet vil der blive serveret en kop kaffe/te med brød. Vi glæder os til at se og høre nyt, jo mere vi kan vælge imellem, jo bedre, det øger muligheden for at den enkelte kan finde det optimale.

Tilmelding nødvendig, senest 30/3 til enten
Peter Sørensen
tlf.: 3538 9148,
mail: nepe@privat.dk
eller
Grethe Nielsen
tlf.: 3828 0382.

Kommende arrangement

Besøg på Carlsberg og frokost i de små haver/Pileallé

Onsdag den 12/5 kl. 09.45
Vi mødes
Gamle Carlsbergvej 11.

Buslinierne 18 og 26 holder på Valby Langgade ved Gamle Carlsbergvej.

Vi samles ved indgangen til besøgscenteret, hvor vi går rundt og ser Carlsbergs historie. Turen er uden guide, og afsluttes med en smagsprøve. Vi har 35 pladser til museet, kommer vi over dette antal, kan de overskydende støde til i De små haver, tid og sted oplyses ved tilmeldingen. Vi samles efter besøget .og går ned ad bakke til en af de små haver i Pileallé, hvor vi får lidt at spise.

For medlemmer af København/Frederiksberg koster det 50,- kroner at deltage, + egenbetaling af drikkevarer til maden. Foreningen betaler resten.

For ikke medlemmer koster det 100,- kroner. Skynd dig at blive støttemedlem, hvis du ikke allerede er det.

Tilmelding nødvendig, senest 28/4 til enten
Peter Sørensen
tlf.: 3538 9148,
mail: nepe@privat.dk
eller
Grethe Nielsen
tlf.: 3828 0382.

Kommende arrangement

Selvhjælpsgrupper

Grupperne kører helt på deltagernes præmisser.

Selvhjælpsgruppen for kolo- og ileostomi, holder sine næste møder:
Onsdag den 14/4 kl. 16.00
Onsdag den 12/5 kl. 16.00
Onsdag den 16/6 kl. 16.00

Selvhjælpsgruppen for urostomi holder sine næste møder:
Onsdag den 7/4 kl. 18.30
Onsdag den 5/5 kl. 18.30
Onsdag den 9/6 kl. 18.30

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.

Ring til
Ehlin Andreassen,
C .J. Brandtsvej 7, 2400 København NV, tlf. 3583 0862
bedst 17.00-19.00,
eller til Peter Sørensen tlf. 3538 9148
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

Bowling 30/1 på trods af snestorm

Fredag aften kl. 17.30 – snestorm – kørehastighed på max. 40 km – alligevel dukkede 32 mennesker op til bowling i Rødovre.

Vi fik betalt, lagt overtøjet, hentet sko og hilst på hinanden – og så gik det ellers løs ude på banerne.

Der blev grint, snakket og klappet alt imens kuglerne fløj hen ad banerne. Efter godt 1 times bowling var det velfortjent at få serveret en tre retters menu, og stemningen ved de 3 borde var lige så høj og god som på banerne. Ved mit bord sad der et medlem, som ikke havde været med før, og hun syntes det var så dejligt at deltage, for alle hilste på hinanden, og det virkede som om alle kendte hinanden, og at man som "ny" fik den samme varme modtagelse af alle – og ikke kun bestyrelsen.

Men alle var jo lidt spændte på, hvem der havde vundet, og der var sørme præmier til holdet der havde tabt og selvfølgelig til vinderholdet.

Det var en rigtig dejlig aften, og en stor tak til Carina og Anne Marie for arrangementet.

Kommende arrangement

Modeshow

Gik du glip af efterårskollektionen? Har du forårs- og sommertøjet klar? Se vi har et godt tilbud til jer: Vi holder modeshow med tøj fra Friendtex, så kom og oplev bl.a. bestyrelsesmedlemmerne gå cat-walk!

Dato: 3. april.
Tid: Kl. 14.00.
Sted: Præstevænget 20, Ballerup.
Tilmelding: Carina, tlf. 4491 6199.

Kommende arrangement

Rundvisning på Christiansborg

Nu har vi mulighed for at komme ind på Christiansborg og få en rundvisning og samtidig høre nogle af de mange historier der er at fortælle om stedet.

Efter rundvisningen er der debat med Morten Bødskov, medlem af Folketinget, om den aktuelle politik.

Hvis der er møde i Folketingssalen, kommer vi også til at overvære dette.

Efterfølgende er der mulighed for at spise en aftenbuffet i "Snapsetinget" og prisen er (pr. person) kr. 100,-.

Dato: 19. maj.
Tid: kl. 15.30 (I bedes overholde dette tidspunkt, da der skal beregnes 1/2 time til indtjekning p.g.a. sikkerheden i Folketinget).
Mødested: Folketingets besøgsindgang (ved den store trappe i Rigsgården).
Tilmelding er nødvendig (max. 25 personer);
Marianne: 4583 5258
Carina: 4491 6199.

P.b.v.
Marianne Hemmingsen

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.

Bornholms amt

Lokalformand:
Christian Stentoft
Thorkildsvej 78, 3700 Rønne
Tlf.: 5695 2133

Siden sidst

23 medlemmer til generalforsamling; alle opstillede blev genvalgt

Lørdag d. 24/1-04 var der indkaldt til generalforsamling i Sagahuset. Der var tilmeldt 25 (tilmeldingen var nødvendig af hensyn til de gule ærter) Der kom 2 afbud på grund af sygdom, så der var 23 fremmødte, og iblandt dem nye medlemmer. Det var dejligt at se nye ansigter, og selvfølgelig også dejligt at se de "gamle kendte".

Generalforsamlingen var varslet efter reglerne, og dagsorden var følgende:

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning og godkendelse.
3. Godkendelse af regnskab.
4. Aktiviteter for det kommende år.
5. Indkomne forslag.
6. Valg. På valg var: formanden Christian Stentoft og bestyrelsesmedlemmerne Inge Andersen og Harald Lund samt revisor Hanne Jensen.
7. Eventuelt.

Dirigent blev Cai Andersen, der styrede os stille og roligt igennem punkterne, og såvel beretning som regnskab blev godkendt uden bemærkninger.

Bestyrelsen havde lavet nogle forslag til kommende aktiviteter. Bestyrelsen anmodede medlemmerne om at komme med forslag til nye tiltag, men de fremmødte medlemmer tilsluttede sig vores forslag, og mente at arrangementerne kom ud i alle kanter, således at der var noget for enhver smag, og det håber vi så selvfølgelig at der er.

Der er jo nogle gengangere såsom bowling, banko og petanque med efterfølgende grill, som man meget gerne ser som fast inventar på aktivitetslisten, det samme er gældende for to medlemsmøder, en sommerfrokost ud i det blå og selvfølgelig julefrokosten. Derudover forsøger vi at lægge nogle "kulturoplevelser" ind.

Indkomne forslag var der ikke indløbet, og vi kunne gå over til valget. Det blev genvalg over hele linien, og var derfor hurtigt overstået.

Og så kom der gule ærter på bordet. Tilbehøret var to slags flæsk, medisterpølse, kartofler, sennep og rødbeder. Og så skal jeg da ikke glemme brændevinen, her kunne vi fornøje os med Rød Ålborg og Bornholmersnapsen. Uden at fornærme Ålborg er "vores" bare helt i top. Og så var der ellers en sludren om stort og småt de næste par timer, som vi sluttede af med en god kop kaffe og Ellens hjemmebag.

P.b.v.
Inge Skovgaard P.

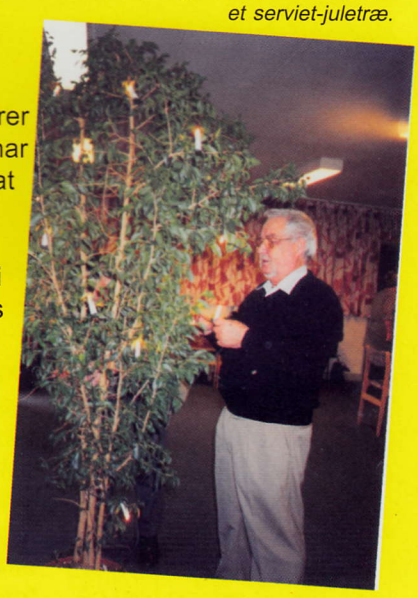
Osvald og Elsa opfinder / plejer et serviet-juletræ.

Siden sidst

Juletræet blev reddet

Man siger jo, at julen varer lige til påske, så derfor har jeg ingen skrupler over at sætte et par julebilleder på disse sider.

COPA-Bornholm har i de senere år holdt deres julearrangement på Sagahuset, hvor der *altid* har stået et lille juletræ i det lokal vi benytter, og et stort juletræ i den helt store sal. Men ak, sådan var det altså ikke i år 2003. Hvad mødte vores øjne da vi ankom? Det lille juletræ var sparet væk. Og så var det bare om at få de kreative sider frem i lyset. I salen står der nogle store grønne planter, den ene blev trukket ud på gulvet, og så gik Osvald og Elsa i gang med at pynte denne. Der kom elektriske lys på, og de røde servietter kunne foldes til både det ene og andet og sættes fast med tape. Og så fik vi alle juleglimtet frem i øjnene igen, og dansen omkring "træet" kunne foregå akkurat som det plejer når vi samles til julefest.



P.b.v.
Inge Skovgaard P

Aktivitetsliste 1. halvår 2004 COPA-Bornholms amt

Fredag den 19.marts 2004 kl. 19.00
Banko m. kaffe kage i Sagahuset. Medbring venligst en pakke til en værdi af 20-25 kroner.

Fredag den 23.april 2004 kl. 19.00
Medlemsmøde.

Lørdag den 15. maj 2004 kl. 13.00
Efter en tur på Kunstmuseet kører vi til fru Petersens Cafe og drikker kaffe.

Lørdag den 19. juni 2004 kl. 11.00
Så skal vi i skoven. Vandring i Rø Plantage med fhv. Skovfoged Bent Hansen som guide og fortæller. Efter en god vandretur finder vi et sted at spise den medbragte madkurv.

Og så holder vi sommerferie i juli måned.
2. halvårs arrangementer bringes senere.

Fyns amt

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

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

Kommende arrangement

Kom til generalforsamling søndag d. 21. marts

Generalforsamlingen afholdes i *Hjallese Forsamlingshus, Hjallesegade 31, 5260 Odense S. d. 21. marts kl. 16.00.*

Dagsorden ifølge vedtægter.

1) Valg af dirigent.
2) Formandens beretning.
3) Regnskab.
4) Aktiviteter i kommende år.
5) Indkomne forslag *(skal være formanden i hænde seneste 8 dage før generalforsamlingen).*
6) Valg. På valg er: Dorte (næstformand); Kaj (kasserer); Paul (suppleant); Vagn (revisor); Gerda (revisorsuppleant)
7) Evt.

(COPA-Fyns amt fortsætter næste side)

Frederiksborg amt

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

Generalforsamling lørdag den 28. februar 2004 kl.14.00

Desværre udløber tidsfristen for artikler til dette nummer, før vi har afholdt vores årlige generalforsamling. Bestyrelsens sammensætning vil derfor først blive offentliggjort i næste nummer. Vi går forhåbentlig et godt år i møde med stor medlemsdeltagelse til vore møder og arrangementer.

Oversigt over kommende aktiviteter vil ligeledes blive meddelt i næste blad, når den nye bestyrelse har fundet ud af, hvilke af de indkomne forslag, der skal udvælges.

De der mødte op, fik i sagens natur indflydelse på de aktiviteter, der kommer til at foregå i den kommende sæson - det er jo jeres forening!

P.b.v.
Gisela Schjøtt

Rådgivning
Husk at der den anden onsdag i måneden fra kl. 17.00 til 19.00 er rådgivning og åbent hus på Sygehuset Øresund, Helsingør.

Under generalforsamlingen bydes der på lidt forfriskning.
Efter generalforsamlingen vil der blive serveret "skipperlabskovs" inkl. en øl/vand pr mand/kvinde.
Tilmelding nødvendig senest d. 15. marts,
Lars
tlf.: 6538 1122 / 2160 7372
eller
Dorte tlf.:
6590 6106 / 2179 6534.

Vel mødt!

Åben hus møde

Onsdag d. 14. april kl. 19.00 i KB's lokale på Vesterbro.

Centerleder for Kræftrådgivningen Kai Evan Pedersen vil fortælle om de seneste tiltag inden for kræftbehandlingen. Bestyrelsen er vært med kaffe, te og brød

P.b.v.
Inga Andersen

Rådgivning

Den åbne rådgivning i Maribo er lukket.
Nu kun rådgivning i "Friserhuset" Frisegade 25, Nykøbing F. den første mandag i måneden fra kl. 15.00 - 17.00.

Med virkning fra 1. marts 2004 er den åbne rådgivning i Maribo lukket.

Lokalforeningen har siden juni måned 2001 givet den ønskede hjælp og råd til de personer der har været mødt frem. I det sidste år har der næsten ikke været brug for rådgivningen selvom der har været prøvet med forskellige nye tiltag. Derfor har bestyrelsen efter en meget grundig vurdering truffet denne beslutning.

Vi siger tak til Kræftens Bekæmpelses lokalafdeling for husly på sygehuset.

I stedet gør vi opmærksom på rådgivningen i *"Friserhuset" Frisegade 25 Nykøbing F. den første mandag i måneden kl. 15.00 – 17.00. Dog ikke i juli og december måned.*

Lolland /Falster

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

Kommende arrangement

Generalforsamling og spisning

COPA-Lolland/Falster indkalder til generalforsamling lørdag d. 20. marts 2004. Vi mødes på Landsbyen i Våbensted kl. 14.00.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af stemmetællere.
3. Formandens beretning.
4. Forelæggelse af det reviderede regnskab.
5. Valg.
   Der skal vælges et nyt medlem til bestyrelsen.
   På valg er følgende:
   Anne Marie Hougaard, Inge Lauridsen, Jens Wittchen. Alle er villige til genvalg.
   Valg af 1 suppleant.
   Valg af revisor og revisorsuppleant.
6. Ideer til aktivitetsplan 2004.
7. Behandling af indkomne forslag.
8. Eventuelt.

Eventuelle forslag til behandling på generalforsamlingen, skal være formanden skriftligt i hænde senest 8 dage før afholdelsen, d.v.s. 12. marts 2004.

Tilmelding er nødvendig idet der skal bestilles kaffe og noget lækkert at spise til. Vi håber, at mange vil møde frem med gode ideer og emner til hvad man kunne tænke sig af aktiviteter i lokalforeningen. Foreningen er vært. Indbydelsen kommer til medlemmerne i år via medlemsbladet, fordi brevportoen er steget igen.

Tilmelding senest d. 16. marts til formanden på tlf. 5487 3100.

P.b.v.
Marianne Andersen

Nordjyllands amt

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

Yderligere kontaktperson:
Annalis Pedersen
Østervang 65
9362 Gandrup
Tlf.: 9825 9597

Kommende arrangementer

Fredagsmøderne i HUSET

Fredagsmøderne i HUSET, Hasserisgade 10, Aalborg afholdes fortsat den første fredag i måneden med start kl. 14.00.

Datoerne i 1. halvår af 2004 er:
fredag 5. marts,
fredag 2. april,
torsdag 6. maj
fredag 4. juni.

Herefter ferie til fredag 3. september.

Siden sidst

God COPA eftermiddag

I HUSET, Hasserisgade 10, Aalborg har der den 16.01-04 været afholdt en hyggelig komsammen med nytårsmiddag og bankospil. Der var god deltagelse med fint humør og gode samtaler, som altid når man møder hinanden i HUSET.
Stor tak til Irene Bertelsen og Kirsten Hansen for arrangementet af denne eftermiddag.

(COPA- Nordjyllands amt fortsætter side 20)

Specialister i sygeplejeartikler

Badevej 2 • 3000 Helsingør • Telefon 4921 0044

Ny metode til behandling af brok...

EAKIN
www.eakin.co.uk

STOMI STØTTE-BÆLTER UDEN HUL

-Behagelig støtte til stomiopererede og stomiopererede med brok

ISOFLEX

LETVÆGTSMATERIALE
ÅNDBART
FLEKSIBELT
BEHAGELIGT

EAKIN STOMI STØTTE BÆLTER:

- Til støtte af maven i perioder med fysisk aktivitet så som gåture, havearbejde, løftning, sport, husarbejde osv.
- Designet af stomi sygeplejersker til støtte af stomier og brok.
- Letvægts materiale, åndbart, giver støtte og er samtidig behagelig selv under varme forhold.
- Hudfarvet materiale med velcro lukning gør det let at tage af og på.

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.
- Vi bygger på mere end 50 års branche-kendskab.
- Levering fra dag til dag.

Eakin Stomi Støtte Bælter er lavet af et unikt materiale kaldet Isoflex. Der laves ikke hul i bæltet til stomiposen i modsætning til traditionelle brok-bælter.

Isoflex er blevet specielt udviklet til stomi opererede for at give en ensartet mavestøtte. Dette giver fuldstændig støtte til parastomalt brok mens det stadig tillader funktion af stomien.

Isoflex bevæger sig med kroppen sådan at støttebæltet kan bæres i længere tid uden besvær, hvor dette er nødvendigt.

VALG AF RIGTIGE STØRRELSE:

- Der skal tages individuelle mål.
- Vejledning gives telefonisk eller af din stomi sygeplejerske.
- Findes i 4 forskellige størrelser og der kan vælges mellem 20 cm eller 26 cm bredt bælte, alt efter Deres individuelle fysiske situation.

For yderligere information send venligst nedenstående kupon til Inge-Lise Sørensen ApS. Badevej 2, 3000 Helsingør.
Mrk.: EAKIN

Navn: _____

Adresse: _____

Postnummer: _____ By: _____

Telefon: _____

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

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!

Kommende arrangement

Coloplast-informationsmøde i Hjørring

Coloplast afholder informationsmøde i Hjørring med temaet:
Pleje af udsat hud, onsdag den 24. marts kl. 19.00 på Vendelbohus.
Stomiforeningen COPA kan varmt anbefale deltagelse i informationsmødet.

Kommende arrangement

Generalforsamling og frokost 15. maj

Lokalforeningen i Nordjyllands amt afholder den årlige generalforsamling *lørdag den 15. maj, kl. 10.00, i lokale i Aalborg Kongres- og Kulturcenter/ Aalborghallen, Europaplads 4, Aalborg.*
Vi starter med kaffe og rundstykker. Dagsorden ifølge lokalforeningens vedtægter.

Senere kl. 12.00 er der det overdådige frokostbord med alt godt fra havet og andre lune og kolde frokostretter dækket op i restaurant Papegøjehaven.
Kirstine Hardam vil være tilstede på generalforsamlingen, og Kirstine Hardam vil fremvise de sidste nye hjælpemidler og samtidig svare på spørgsmål fra deltagerne.

Frokosten i restaurant Papegøjehaven er gratis for deltagerne, men hvad man ønsker at drikke til maden er for egen regning.

Af hensyn til bestilling af antal kuverter i Papegøjehaven er det nødvendigt med *tilmelding til én af nedenstående inden den 10. maj:*

- Flemming Jacobsen, Støvring, tlf. 9837 1630;
- Erling Flarup Pedersen, Frederikshavn, tlf. 9847 9067;
- Villy Pedersen, Hjørring, tlf. 9892 6940;
- Irene Bertelsen, Svenstrup. tlf. 9838 0713;
- Kirsten Hansen, Svenstrup. tlf. 9838 1638.

Vi håber at mange vil deltage i generalforsamlingen og tilkendegive sine synspunkter til styrkelse af vores lokalforening, COPA Nordjyllands amt.

P.b.v.
Flemming Jacobsen

Støt COPA

- send stemplede frimærker til:

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

Storstrøm Nord

Lokalformand:
Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund4660 Store-Heddinge
Tlf./fax: 5650 8042
E-mail: mpmoeller@wanadoo.dk

Klip ud og gem

Aktiviteter 1. halvår 2004 COPA-Storstrøm Nord

Lørdag d. 13. marts
Mødelokalerne, Fakse Sygehus, kl. 14.00 – ca.17.00. Sygeplejerske Annette Probst, Hollister, kommer og viser det sidste nye. Lokalforeningen giver ost og rødvin samt kaffe og mundgodt.
Tilmelding: *senest 5. marts.*

Fredag d. 30. april
Dagligstuemøde hos Grethe Christensen, Langedvej 12 i Vordingborg. 100 m kaffebord med Grethes gode kager. Lokalforeningen er vært.
Tilmelding: *senest 23. april.*

Lørdag d. 15. maj
Udflugt til Stevns Klint m.v. Vi mødes på P-pladsen i Højerup. Lige ved muséet – lokalforeningen betaler P-gebyr og adgang til muséet. Vi besøger Højerup Kirke og går *måske* ned og ser på klinten, hvis benene er til det. Lokalforeningen sørger for læskedrikke – deltagerne medbringer selv madkurv og kaffe, som kan nydes i haven hos lokalformanden. Det bliver selvfølgelig godt vejr! Der køres i egne biler, så der vil være mulighed for at arrangere samkørsel.
Tilmelding: *senest 5. maj, så evt. samkørsel kan arrangeres i god tid.*

Tilmelding på følgende telefoner:
5538 5836 (Jan Bøjtrup)
og
5650 8042 (Merete Møller)
eller på e-post: mpmoeller@wanadoo.dk

Vi be´r så mindeligt: Vent nu ikke helt til sidste "salgsdag" – vores nerver og negle holder ikke til det!

I juni og juli er der sommerferie – men vi kan allerede nu oplyse, at høstfesten formentlig bliver d. 25. september på Skovfogedsstedet ved Vemmetofte Strand, og at julemødet afholdes i Fakse d. 4. december.

Når aktiviteterne for årets sidste halvdel ligger helt fast, vil det selvfølgelig blive omtalt her i bladet; men indtil da ønsker vi Jer alle et rigtigt godt forår.

P.b.v.
Merete Møller, formand

Ribe amt

Lokalformand:
Anders Lund
Holmevej 6, 6700 Esbjerg
Tlf.: 7545 1322

Aktiviteter COPA-Ribe amt
Kontakt venligst lokalformanden.

Ringkøbing amt

Lokalformand:
Knud Fauerby
Hagenstrupparken 34, 8860 Ulstrup
Tlf.: 9711 8016

Aktiviteter COPA-Ringkøbing amt
Kontakt venligst lokalformanden.

Roskilde amt

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

Aktiviteter COPA-Roskilde amt
Kontakt venligst lokalformanden.

Sønderjyllands amt

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

Vi har nu i to måneder ligget næsten i dvale. Januar og februar er hvert år lidt sure at komme igennem, på grund af sne, regn, kulde og blæst og næsten ingen dagslys, men nu lysner det forude.
Bestyrelsen har været samlet til møde sidst i januar, hvor vi fik lavet et års program for aktiviteter i vores amt.
Til generalforsamlingen de sidste to år har I besvaret spørgsmål, om hvad I kunne tænke jer af aktiviteter.
Vi vil i de kommende år prøve at sætte handling bag jeres ønsker - såfremt det kan lade sig gøre.
Til generalforsamlingen vil vi oplyse jer om, hvad der sker i 2004.

Husk:
Generalforsamling tirsdag d. 16. marts kl.19.00 på Folkehjemmet i Aabenraa.
Dagsorden står i januar/februar bladet. Vi glæder os til at se rigtig mange af jer.

(COPA-Sønderjyllands amt fortsætter næste side)

Kirstine Hardam

Vi har altid førende produkter på lager!

Coloplast
dansac®
HOLLISTER
ConvaTec
biotrol pharma

A/S GRAFISK CENTRUM . HERNING

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

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

Permanent udstilling af alle produkter

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

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

Kirstine Hardam

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

Kommende arrangement

Medlemsmøde i Tønder

onsdag d. 14. april
kl. 19.00,
Omsorgscenteret
Ribe landevej 39, Tønder.

Vi glæder os til at se rigtig mange medlemmer denne aften.

Lokal underholdning med lystige viser og fælles sang som vi plejer (plejer er ikke død hos os endnu). Firmaet Dansac med konsulent/sygeplejerske Karina Petersen vil være tilstede og vise os deres nyheder. Vært ved kaffe/te med kage er Dansac.

Denne aften hygger vi os sammen og får mange gode oplysninger om stort og småt.

Tønder er en dejlig by med mange hyggelige gader og et flot museum, et smut over grænsen og meget mere.

Riv denne dag ud af kalenderen og slå flere fluer med et smæk – vi glæder os til at se jer.

Tilmelding på grund af borddækning
- senest den 13. april til:
Anne Lise tlf: 7452 0091
eller Carl tlf: 7472 3981.

Kommende arrangement

Medlemsmøde på Folkehjemmet i Aabenraa

Tirsdag d. 11. maj kl. 19.00

Vi får besøg fra Skejby sygehus af en urinvejs-kirurgisk overlæge, hvem det bliver ved vi ikke på nuværende tidspunkt.

Fra Urostomiambulatoriet kommer specialuddannet sygeplejerske Berit Kiesbye.

Denne aften kan vi få mere viden om urostomi-operationer, hudproblemer og meget andet.
Forhandler Kirudan vil være tilstede og vise os alle nyheder fra alle producenter/importører: ConvaTec - Hollister – Dansac – Coloplast – AstoTec . Her har du mulighed for at føle, mærke, pille, få prøver med hjem - ja kort sagt, se hvad der er af hjælpemidler til div. stomi'er (i 2003 er der kommet mange nyheder frem). Kom og se!
Kirudan er vært ved kaffe/te m/franskbrød med ost.
Stomisygeplejerskerne – Hanne fra Sønderborg og Inga fra Haderslev – samt sygeplejerskerne fra hjemmeplejen i vores amt er også inviteret.

Vi håber I har mange spørgsmål at stille denne aften. Alle er velkommen.
Vi glæder os til at se jer.

Tilmelding
- senest d. 6. maj til
Anne Lise tlf: 7452 0091.

Rådgivning
Husk rådgivning på Aabenraa sygehus
kl. 10.00 til kl. 12.00
mandag d. 3. maj
mandag d. 2. august
mandag d. 1. november.

P.b.v. Jytte Holdt

Viborg amt

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

Husk vores indsamling af overskudsposer.

P.b.v. Vagn Færch

Vejle amt

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

Kommende arrangement

Indbydelse til forårsmøde i Vejle

Ta´med på opdagelse i natur, miljø og energicenter.
Vores forårsmøde bliver i år afholdt i Økolariet i Vejle, der er et viden- og oplevelsescenter for hele familien, så ta´ børn/børnebørn med.

I Økolariet kan du få viden om, hvordan vores natur og miljø påvirkes af menneskers forbrug. Start med en tur under havoverfladen, fra havnebassinet går du videre ud i det åbne rene hav, og videre ind i skovhøjen mellem dyr og insekter. Her kan du se livet under skovbunden. Du kan også se, hvordan vi henter vores drikkevand op fra den dybe boring, til det kommer ud af vandhanen. Det er blot nogle af de mange ting man kan se i Økolariet. Hvis du synes, det lyder spændende, så tilmeld dig til Lotte eller Else.

Turen afsluttes med lidt til ganen, hvad og hvor ved jeg ikke endnu, så det er også spændende.

Økolariets adresse:
Dæmningen 11, Vejle (lige overfor banegården).
Mødet bliver afholdt: lørdag d. 17/4.
Vi mødes ved indgangen kl. 11.00.
Tilmelding senest. Tirsdag d. 13/4.
Tilmelding kan ske til:
Lotte på tlf.: 7589 3345,
Else på tlf.. 7552 4512 eller e-mail:elsera@stofanet.dk

P.b.v.
Else Rasmussen

Ungdomsgruppen

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

Aktiviteter Ungdomsgruppen
Kontakt venligst COPA's sekretariat.

Crohngruppen Vest

Kontaktpersoner:

VEST: Mariann Olesen
Skyttevej 21
8450 Hammel
Tlf.: 8696 3449

ØST: Merete Møller
Ærtebjergvej 28, Lund
4660 Store-heddinge
Tlf.: 5650 8042

Aktiviteter Crohngrupperne Øst og Vest
Kontakt venligst gruppernes ledere.

Vestsjællands amt

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

Kommende arrangementer

Aktivitetsliste COPA Vestsjællands amt

• **27. marts**
Generalforsamling
kl. 13.00-16.30 på Lundebo, Dianalund
med følgende dagsorden
1. Velkomst.
2. Beretning.
3. Regnskab.
4. Valg til bestyrelsen,
   på valg er:
   Per Madsen
   Henning Nielsen
   Bente Hansen(suppl.)

Carl Damman (revisor)
Alle fire modtager genvalg.

• **19. juni**
Udflugt
Udflugt til Coloplast Humlebæk.

• **4. september**
Medlemsmøde
Til dette medlemsmøde må I kære medlemmer gerne komme med nogle forslag til emner.

• **4. december**
Medlemsmøde
Julefrokost på Lundebo, Dianalund.

Indbydelser bliver udsendt med posten.

P.b.v.
Torben Hansen

Århus amt

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

Kommende arrangement

Randers bowling

Kom til bowling i Randers;
torsdag d. 18. marts
kl. 17.45
inviterer COPA traditionen tro til spis og bowl på Ribevej 4. Vi plejer at være omkring 30 deltagere, men vi har plads til mange flere. Det er en sjov og hyggelig måde at mødes med lige-stillede på og man behøver ikke at have prøvet at bowle før for at få en morsom aften.

Når vi fået motion for krop og smilebånd og god appetit sætter vi os til bords og nyder hyggeligt samvær og en gang god mad.

Prisen for både spisning og bowling er kun 30 kr.

Vi skal jo bestille mad og baner, så vi må bede om forhåndstilmelding *senest 12. marts*
enten til
Anna Marie Malling Olesen
på tlf.: 86 43 43 37
eller
Lis Lene Carstensen
på tlf.: 86 42 69 49.

Rådgivning

(Mulighed for en samtale med en ligestillet)

Rådgivning på Århus Amtssygehus
Indgang 1 A, 2. sal
Lokalet
til venstre for trappen/elevatoren
(mellem afdeling 260 og 280)

18. marts	16.00 – 17.30
01. april	16.00 – 17.30
15. april	16.00 – 17.30
29. april	16.00 – 17.30
13. maj	16.00 – 17.30
27. maj	16.00 – 17.30
10. juni	16.00 – 17.30
24. juni	16.00 – 17.30

(COPA-Århus amt fortsætter næste side)

KAREN BLOK *Specialcenter*

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

Kommende arrangement

Generalforsamling, underholdning og nye produkter

Lørdag den 27. marts
kl. 11.30
afholdes ordinær generalforsamling i
Langenæs Handicapcenter, Langenæs Allé 21, Århus.

Program

Kl. 11.30

Generalforsamling med følgende punkter:

- Valg af dirigent.
- Formandens beretning.
- Kassereren aflægger regnskab.
- Behandling af evt. indkomne forslag.
- Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer for 2 år, suppleanter, revisor og revisorsuppleant.
- Eventuelt.

Forslag til behandling på generalforsamlingen skal være formanden i hænde *senest den 19. marts.*

Efter generalforsamlingen er foreningen vært ved en let **frokost**.

Kl. 13.30

Fortælleren og vicesangeren Bent Lumholt kommer og underholder med sang, guitarspil og fortællinger om "kvinde- og mandeskæbner".

Kl. 15.30

Kaffe m/sødt til ganen.

Sahva Care, Århus vil være til stede for at vise de forskellige produkter indenfor vores stomihjælpemidler. De vil derudover være vært ved kaffe og brød.

Af hensyn til traktementet bedes tilmelding til dette ske *senest den 25. marts* til
Lis Lene Carstensen, tlf. 8642 6979
eller Mariann Olesen, tlf. 8696 3449.

P.b.v.
Elsemarie Kraul

Kommende arrangement

Svømmeaften

Så indkalder din lokalafdeling igen til svømmeaften *torsdag den 1. april.*
Vi kan tilbyde pleje af krop, lemmer og hud.
Kl. 18.00 mødes vi ved billetsalget i Svømmehallen, Spanien, Århus.
Efter ca. 1 1/2 times svømning og motion af kroppen, afslapning i sauna, hudpleje med olie m.m. går vi samlet på restaurant.
Her er foreningen vært ved et måltid incl. drikkevarer.
Så kom nu ud af busken og meld dig til. Det bliver en super aften, hvor du evt. kan overskride en af dine grænser/begrænsninger. Du/I skal ikke være bange for at klæde om sammen med „normale" personer. Du /I er ikke alene med pose på maven, der vil være et par andre mænd og kvinder fra COPA, som bader og klæder om sammen med dig/Jer.

Tilmelding
senest den 29. marts:
Mariann Olesen
tlf.: 8696 3449.

Kommende arrangement

Silkeborg Bunkermuseum

Lørdag d. 17. april kl. 14
har COPA bestilt guidede ture rundt på Silkeborg Bunkermuseum og det tilhørende parkområde.
Silkeborg Bad har haft en omskiftelig tilværelse. Efter at det i 1883 blev taget i brug og døbt Silkeborg vandkuranstalt. I 1918 ændredes navnet fra Silkeborg Vandkuranstalt til Silkeborg Bad og dette navn beholdt man indtil KunstCentret Silkeborg Bad opstod i 1992. I 1941 begyndte den tyske værnemagt at vise interesse for flere bygninger på Badet. Silkeborg Bad blev hovedkvarter for 416. Infanteri Divisions Generalstab med Generalløjtnant Pfliger i spidsen. Badet var allerede på daværende tidspunkt udset til at blive Felthovedkvarter for den tyske øverstkommanderende i Danmark, General der Infanterie Herman von Hanneken, hvis det skønnedes nødvendigt at flytte hans daværende hovedkvarter fra Nyboder Skole i København.

Den 5. november 2003 var 60 års dagen for det tyske hovedkvarters overflyttelse fra Nyboder Skole i København til Silkeborg Bad.

De første barakker og bunkers blev bygget i marts 1943 og flere fulgte efter, i alt blev der bygget mere end 40 betonanlæg hvoraf de 12 af dem er bunkers med en murtykkelse på 2 meter. Der blev i alt taget omkring 35 ha.

Bunkermuseet er indrettet i en tysk mandskabsbunker type R622. Udstillingen fortæller om det tyske militære hovedkvarter under ledelse, først af General der infanterie Herman von Hanneken, og derefter Generaloberst George Lindemann. Bunkeren er en af de ca. 12 store betonbunkeres der sammen med 30 mindre betonanlæg udgjorde det tyske militære hovedkvarter i Danmark fra 5. november 1943 til 6. juni 1945.

Efter besættelsen blev de mange tyske flygtninge indkvarteret i området, og deres historie omtales også i udstillingen.

Vi får en guidet tur i museet og rundt i parken, derefter drikker vi kaffe i cafeen på Silkeborg Bad kunstmuseum.

Pris for både entre og kaffe 20 kr.

Ring og tilmeld jer til
Lis Lene Carstensen
tlf.: 8642 6979
eller
Kirstine Nonbo
tlf.: 8685 3085
helst inden 7. april, så vi kan bestille guider og plads i cafeen.

Kommende arrangement

Udflugt 19/06 til Givskud Zoo

Sæt allerede ny kryds i kalenderen ved lørdag d. 19 juni. Da er der nemlig safari til løveparken i Givskud.

P.b.v.
Lis Lene Carstensen

FORÆLDREGRUPPEN

Kontaktperson:
Rolf Nielsen
Bøgeskov Høvej 9 B, 8260 Viby J
Tlf.: 8628 7474 / Fax 8628 7831

Aktiviteter i Forældregruppen

Kontakt venligst gruppens leder.

Urostomigruppen

Kontaktpersoner:

Lotte Andersen
Brovænget 10
2830 Virum
Tlf.: 4585 6456

Ruth Træholt
Nygade 15, 4.th. ,
9400 Nørresundby
Tlf.: 9817 1032

Kommende arrangement

Hvordan har vi det psykisk?

- urostomiopererede mødes
lørdag d. 27. marts

Så er tiden kommet til det årlige møde for urostomi-operede. Mødet finder sted

lørdag den 27. marts
kl. 11.00 til ca. 17.00
Restaurant Stadion
Christmas Møllersvej 2
5200 Odense V

Dagen vil forløbe således:

- Oplæg ved sexolog Gerd Winther.
- Derefter serveres et let måltid mad og efter pausen vil der være diskussion i mindre grupper.

Vi har i år valgt at fokusere på det psykiske og det sexologiske.

- Hvad sker der med vores følelser og psyke efter en stor operation ofte grundet alvorlig sygdom?
- Hvordan føles det pludselig at se så anderledes ud?
- Hvordan føles det, når ens ægtefælle eller kæreste skal se een med den „nye" krop?
- Fungerer vi over-hovedet sexuelt?
- Alle disse tanker og følelser har vi sikkert alle haft, men er der nogen, vi har kunnet tale med om dette?

Vi har fået sexologen Gerd Winther til at komme og give et oplæg om alt det, der kan røre sig i os psykisk, når vi skal leve vort liv med en pose eller et plaster på maven. Har du andre ideer eller forslag til fremtidige temaer, vi kan tage op på dette ene årlige møde, bliver det modtaget med kyshånd. Tag forslaget med til Odense eller send det til en af os eller Britta på sekretariatet. Vi glæder os meget til at se rigtig mange den 27. marts. Tilmelding skal ske til Britta på sekretariatet *senest den 17. marts.*

Mange hilsner og på gensyn
Ruth og Lotte

BLIV COPA STØTTEMEDLEM

Ja jeg vil gerne være COPA-støttemedlem for kun 125,- 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

Gaver og arv

(bogført 1/8 2003 - 31/12 2003)

Vagn Flex-Nielsen	25,00 kr
Kirstine V. Høj	100,00 kr
Lars Peter Andreasen	100,00 kr
Kaj Isak Petersen	100,00 kr
Kurt Nielsen	100,00 kr
Kjestine Rasmussen, *SALG AF FRIMÆRKER*	120,00 kr
K. Nielsen	60.000,00 kr

COPA takker på det hjerteligste.

Flot julehilsen

COPA sekretariatet fik med posten tilsendt en meget flot julehilsen den 18. december 2003.
I et brev lå en check på. 60.000 kr. fra K. Nielsen i Roskilde.
Giveren ønskede at glæde vores forening med et økonomisk tilskud, som ønskes brugt på en god måde til gavn for COPA.
Forretningsudvalget i COPA vil orientere KN om, hvorledes støtten vil blive brugt.

COPA takker for den fine julegave.
Henning Granslev

Handicap og arbejde

Center for Ligebehandling af Handicappede har lavet en portrætbog af 10 handicappede personer på arbejdsmarkedet.
De 10 historier fortæller på en let og overskuelig måde om det at være handicappet på arbejdsmarkedet. Hvilke barrierer møder man, og hvad er det for nogle overvejelser man gør sig om uddannelse og karrierer?
-"Historierne skal være med til at sætte fokus på handicappedes vilkår og gerne aflive nogle af de fejlopfattelser og fordomme, der florerer om, at handicap er lig med dårlig arbejdskraft og praktiske problemer", fortæller Kasper Egeberg, 'Center for Ligebehandling af Handicappede'.

Copa-bladet gengiver her Anna's historie fra den nye portrætbog. Anna er 36 år gammel og har haft kronisk leddegigt siden hun var barn. Hun arbejder som socialrådgiver i et skånejob og laver frivilligt arbejde i en handicaporganisation.

Hjælp til selvhjælp

Jeg er socialrådgiver og har i næsten alle mine job beskæftiget mig med at rådgive og hjælpe mennesker med at komme videre i livet og få kontakt til arbejdsmarkedet. Jeg har en stærk faglig identitet og føler, at jeg gør mit arbejde godt. Alligevel er jeg selv et eksempel på, hvor svært det kan være at få professionel hjælp fra systemet, når man allermest har brug for det.

Mit første møde med den kommunale rådgivning kom, da jeg som ung ville flytte til Århus og læse jura. På det tidspunkt boede jeg i en meget lille fynsk kommune, hvor de ikke havde den store erfaring med sådan nogle som mig. Kommunens revisor mente, at jeg var bedst tjent med førtidspension - det var i øvrigt også billigst for kommunen, og jeg ville få flest mulige penge ud af det, men det afviste jeg stejlt. Jeg skulle ikke være førtidspensionist, sådan havde jeg slet ikke lyst til at se mig selv. Jeg havde brug for at have en identitet, at være en aktiv del af befolkningen. Derfor fik jeg revalideringshjælp i min studietid, selvom min kommune altså havde foretrukket, at jeg var blevet førtidspensionist.

Mit jurastudie varede dog kun i et år. Året gik godt rent fagligt - jeg klarede mine eksamener, men jeg havde problemer med mine medstuderende. Jeg kunne slet ikke finde noget fællesskab, og jeg syntes kun, at jeg så fremadstræbende mappedyr med rundsave på albuerne. Det var ikke noget for mig, så jeg stoppede.

Godt studiemiljø på Den Sociale Højskole

Herefter blev jeg optaget på Den Sociale Højskole, hvor mine forestillinger om studiefællesskab hurtigt blev indfriet. Jeg fik gode venner og klarede i øvrigt studiet rigtig godt. Efterhånden fik jeg mere og mere selvtillid og blev mere sikker på, at det var det rigtige valg, jeg havde truffet. Min eneste dårlige oplevelse fra årene på Den Sociale Højskole kom i forbindelse med en praktikperiode. På grund af min gigt kunne jeg ikke holde til at arbejde på fuldtid og var derfor kun på mit praktiksted 30 timer om ugen. Det medførte, at den ene af mine praktikvejledere ikke ville godkende min praktik. Som socialrådgiver skulle man kunne arbejde på fuld tid, mente hun, og det havde jeg jo ikke vist, at jeg kunne. Praktikken blev dog godkendt til sidst, men det gik mig virkelig meget på. Jeg følte, at jeg stod helt alene, og min faglige selvtillid fik et ordentligt hak nedad.

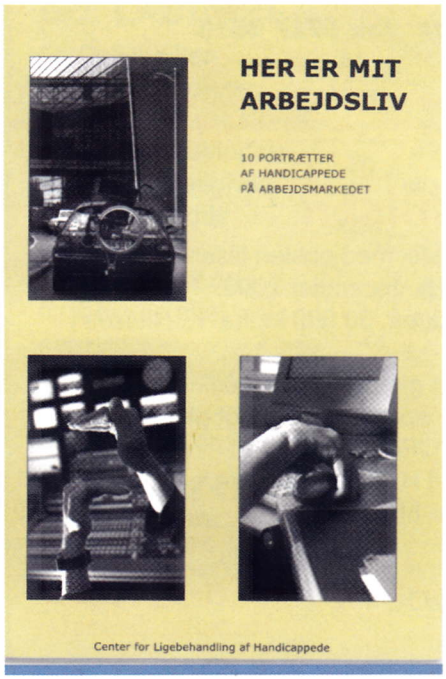
"Jeg er ikke bare Anna, der har gigt. Jeg har noget andet at byde på, som ikke har noget med gigt at gøre."

I 1991 var studiet overstået, og jeg kunne stolt kalde mig socialrådgiver. Det var og er stadig enormt vigtigt for mig at have en uddannelse, som giver mig en identitet. Af en eller anden grund så betyder det meget for mig, at jeg er socialrådgiver. Jeg er ikke bare Anna, der har gigt. Jeg har noget andet at byde på, som ikke har noget med gigt at gøre.

Der var stor arbejdsløshed blandt socialrådgivere, og ligesom mange af mine medstuderende var jeg på dagpenge i et år, før jeg fik mit første job. I det hele taget så jeg ingen barrierer dengang i forhold til at arbejde på lige fod med alle andre. Mens jeg var arbejdsløs deltog jeg i en masse kurser i min fagforening, og jeg var syv uger på højskole, hvor jeg lærte om frivilligt socialt arbejde. I

HER ER MIT ARBEJDSLIV
10 portrætter af handicappede på arbejdsmarkedet.
Center for Ligebehandling af Handicappede.
2003. Hæftet. 66 sider.

Center for Ligebehandling af Handicappede
Bredgade 25, opg. F, 4.sal.
1260 København K
Tlf.: 3311 1044 • Fax: 3311 1082
e-mail: clh@clh.dk • Internet: www.clh.dk



mine ansøgninger skrev jeg altid, at jeg havde gigt, men jeg skrev det på en måde, så det fremstod som en styrkelse af mine kvalifikationer. Jeg havde nogle foreningserfaringer og nogle personlige erfaringer i forbindelse med det at have gigt, som jeg syntes rustede mig til at have et job.

Vikarjob og brækket lårben

Da jeg så endelig fik mit første job, var jeg lykkelig. Det var et 10 måneders vikariat i en kommunal handicapafdeling. Jobbet var på 20 timer om ugen, og det passede mig særdeles godt. Jeg arbejdede med specialbistand til handicappede børn og voksne, dvs. jobbet var meget bredt inden for mit felt, og jeg bevægede mig stort set inden for alle love og paragraffer i sociallovgivningen. Det var en god start på mit arbejdsliv. Min gigt var på det tidspunkt ikke noget problem, og jeg brugte ingen hjælpeforanstaltninger i forhold til mit arbejde.

Dengang var jeg overbevist om, at jeg kunne klare et fuldtidsjob, og da vikariatet udløb, fik jeg tilbudt et tremåneders vikariat i kontanthjælpsafdelingen i samme kommune. Desværre nåede jeg kun at være der i en måned. På en ferie faldt jeg og brækkede mit lårben, og det var for alvor starten på en lang periode med sygemeldinger og manglende kontakt til arbejdsmarkedet. Efter at have brugt næsten et år på genoptræningen var jeg klar igen. Jeg søgte fuldtidsstillinger og var også til et par samtaler, før uheldet var ude igen. Mit lårben var ikke groet ordentligt sammen, og det brækked endnu engang.

"Min sagsbehandler syltede mig virkelig og gjorde intet for mig, og det gjorde mig enormt vred på det tidspunkt, forjeg havde virkelig brug for hjælp og rådgivning."

Uheldet betød, at jeg skulle igennem hele møllen en gang til. Jeg var 27 år gammel, og midt i den anden genoptræning skete der det, at min gigt blev aktiv, og jeg røg på hospitalet. Lige pludselig gik der tre år, hvor jeg var syg, og min tilknytning til arbejdsmarkedet stort set forsvandt. Det var et stort psykisk slag for mig - jeg mistede troen på mig selv og min faglighed. Jeg følte, at jeg ikke havde nogen mulighed for nogensinde at få et rigtigt job igen.

Syltet af systemet

Jeg var sygemeldt og gik rundt med store overvejelser om, hvad jeg kunne klare, og hvordan jeg skulle komme videre i mit liv. Jeg havde ikke lyst til at komme tilbage til arbejdet i en forvaltningen. Det var simpelthen for hårdt, og jeg var også klar over, at jeg ikke kunne arbejde på fuld tid igen. Jeg henvendte mig til min sagsbehandler, og vi fandt ud af, at jeg kunne tage en efteruddannelse som voksenunderviser, mens jeg var sygemeldt og modtog sygedagpenge.

Da jeg var færdig med min efteruddannelse, havde jeg fået det fysisk bedre. Jeg sagde til min sagsbehandler, at jeg var klar til at søge job igen, men at jeg altså ikke kunne arbejde på fuld tid. Det skulle jeg aldrig have gjort. Det betød, at mine sygedagpenge stoppede, og jeg røg på kontanthjælp. Rent økonomisk ramlede hele min hverdag sammen, og samtidig fik jeg problemer med min sagsbehandler. Jeg forsøgte at få hjælp til at komme i arbejdstræning, men min sagsbehandler gjorde overhovedet ikke noget. Jeg var meget usikker på hele min situation og min fremtid, og jeg havde ikke den store gejst til selv at gå ud og finde arbejdssteder. Min sagsbehandler syltede mig virkelig og gjorde intet for mig, og det gjorde mig enormt vred på det tidspunkt, for jeg havde virkelig brug for hjælp og rådgivning.

Jeg havde aldrig tidligere mødt modstand fra kommunen eller fra sagsbehandlere, men her stødte jeg på en mur. Der gik et år med snak frem og tilbage om, hvad jeg gerne ville, og jeg kom selv med forskellige bud på tiltag, der kunne få mig ind på arbejdsmarkedet igen. Der skete ingenting. Jeg ringede og rykkede hende og prøvede at lave aftaler, men der skete ingenting - overhovedet. Jeg var på kontanthjælp, og min økonomi var en katastrofe.
Det var først, da jeg blev sygemeldt, at jeg oplevede barrierer i forhold til mit handicap. Da jeg røg ud af det ordinære system, ud af A-kassesystemet og gerne ville ind igen, opstod problemerne. Jeg kunne ikke få hjælp fra min A-kasse eller min fagforening.

Og jeg kunne stort set ikke få nogen hjælp fra kommunen til at komme i gang igen. Så det var hele vejen rundt i systemet, at jeg faldt igennem og ligesom røg ud af det hele.

Klientgørelse

Jeg mærkede virkelig den der klientgørelse på min egen krop. Jeg følte mig glemt i systemet, og jeg blev kastet fra den ene til den anden, uden at der reelt skete noget, som kunne hjælpe mig. Det var mig selv, der skulle tage initiativerne på trods af, at jeg på det tidspunkt var langt nede, både psykisk og fysisk.

Der gik nærmest et par år, hvor jeg var i et tomrum, hvor der ikke skete noget som helst. Jeg savnede virkelig at få noget kvalificeret modspil og noget støtte til at finde et sted, hvor jeg kunne komme i gang igen og få genoprettet min faglige identitet. Jeg trængte ligesom til et indspark sådan rent fagligt, til at få genopfrisket mine love og mine regler. Der sker mange ting på mit felt, og det sker så hurtigt, at det er svært at følge med, når man ikke bruger det i dagligdagen. Så jeg følte mig virkelig bagud, og det var jeg også. Hvis jeg på en eller anden måde var blevet støttet i det faglige og havde fået lagt en plan for, hvad der skulle til for at kommei gang igen, havde det været dejligt. Sygemeldingsperioden kan man jo ikke lave om på. Men man kan gøre noget for, at man kommer på banen igen.

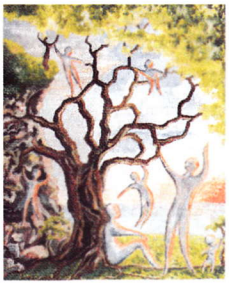
"De kunne ikke se, at her var altså en person, der virkelig havde brug for at få noget støtte til at komme igang igen".

Måske tænkte de, at Anna plejer at klare sig selv, og hun er jo selv socialrådgiver, og hun kan jo det hele, så det finder hun nok ud af. Jeg tror måske lidt, det har været det, der gik galt. De kunne ikke se, at her var

(Fortsætter side 29)

Hvorfor mig?

**Når vi får at vide, at vi skal have en stomi, siger vi alle: "Hvorfor mig?"
I brochuren 'KENDER DU COPA' kan man få svar på nogle af de første spørgsmål, der melder sig, når man har fået anlagt en stomi.
Brochuren er netop udgivet i en ny revideret udgave.**



KENDER DU COPA?

NY BROCHURE

Med støtte fra Kræftens Bekæmpelse har COPA fået genoptrykt - i en revideret udgave - brochuren
'KENDER DU COPA?'

I brochuren er der afsnit om:

- Når man får en stomi
- At leve med stomi
- Stomiens historie
- Graviditet og stomi
- Børn med stomi og deres forældre
- Ung og stomi
- At leve sammen med en stomiopereret
- Og så er der en forening
- Hvad COPA kan gøre for dig
- Hvordan bliver du medlem af COPA?

Brochuren kan gratis rekvireres via COPA's sekretariat eller via www.copa.dk

Fra brocuren 'KENDER DU COPA?' bringes her afsnittet: 'Stomiens historie'

STOMIENS HISTORIE

Ordet *stomi* kommer af det græske ord *stoma* og betyder **mund.**

Stomi betegner en kirurgisk anlagt åbning på kroppen.

Den første stomi

Et af de første mennesker med stomi var Mrs. Margareth White i 1740. Dette var dog ikke en kirurgisk anlagt stomi, idet hun havde navlebrok (udposning på tarmen) som blev indeklemt og derpå bristede. En for naturen naturlig måde at aflaste tarmen.

Stomioperationerne foregik dog langt fra nutidens normer.

Patienterne kunne ikke bedøves, idet man først blev i stand til dette efter 1846. Det var 100 år før antibiotika blev opdaget; risikoen for at få en bughindebetændelse – som ikke mange overlevede – var derfor stor.

Teknikken forbedres

I 1952 udviklede kirurgen Brian Brooke den teknik, hvorved man krængede tarmen, og den stomikonstruktion vi i dag kender, var en kendsgerning.

I 1954 blev teknikken med at aflede urinen via en tarmstomi opfundet af den amerikanske urolog Eugen Bricker, den såkaldte "Brickerblære".

Udviklingen indenfor kirurgi gør dog nu, at en del patienter kan undgå at få anlagt en stomi, idet teknikken til at genskabe passagen i tarmen er bedre, efter at diverse "symaskiner" er opfundet.

For andres vedkommende kan en indvendig beholder (reservoir) konstrueres, og i dag forsker man også i tarmtransplantation.

Bandager

Stomibandagens historie er meget yngre. Først for 60 år siden kom de første bandager bestående af gummi, glas og læder. Indtil da måtte de stomiopererede bruge egne opfindelser som f.eks. cigarkasser, halm og aviser.

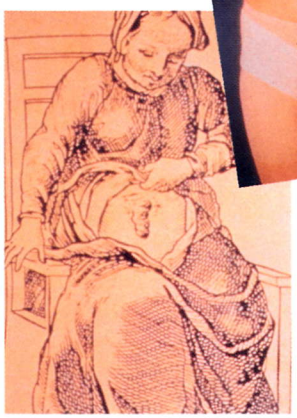
Bandagerne lod meget tilbage at ønske hvad angik lugttæthed og hudvenlighed. For ca. 50 år siden blev de første engangsposer opfundet, hvilket var et stort fremskridt, da posen efter brug kunne kasseres.

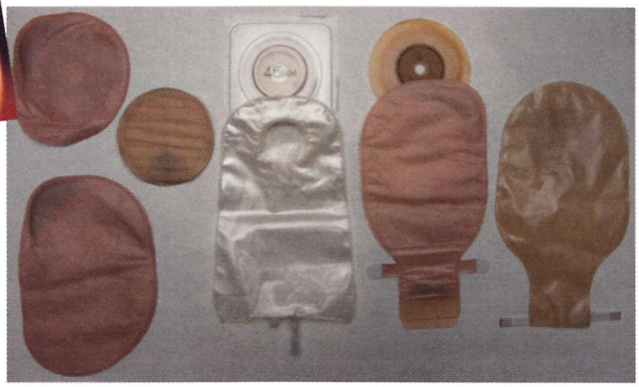
Klæbefladerne på disse var dog meget kraftige, så ikke alle kunne tåle dem på huden. For 30 år siden kom den første hudbeskyttelsesplade, hvilket betød, at hudskaderne kunne undgås, idet engangsposerne kunne klæbes ovenpå denne.

Siden da er udviklingen gået stærkt, og udvalget i stomibandager er meget stort. Det betyder, at den stomiopererede har mulighed for at vælge den bandage, der passer bedst. ■

Stomibandage fra 1940'erne.

Fru Margareth White.





Udvalget i stomibandager er i dag meget stort. Her et lille udpluk.

Handicap og arbejde:
fortsat fra side 27:

altså en person, der virkelig havde brug for at få noget støtte til at komme i gang igen.

Arbejdstræning som springbræt

Til sidst kunne jeg ikke holde det ud længere, og jeg slog hårdt i bordet. Jeg fik arrangeret et møde med en mere erfaren sagsbehandler fra revalideringsafdelingen, og gennem hende fik jeg kontakt til et Revacenter, hvor jeg kunne komme i arbejdstræning. Jeg talte med chefen fra Revacentret, og han ville gerne have mig. Jeg var glad, selvom jeg tydeligt kunne høre på chefen, at han primært tog imod mig, fordi han manglede arbejdskraft, og ikke fordi jeg skulle trænes op.

Jeg blev tilknyttet et 10-ugers projekt, hvis formål var at aktivere sygedagpengemodtagere. Sammen med en kollega arbejdede jeg 20 timer om ugen med undervisning, samtaler og udarbejdelse af statusrapporter for dagpengemodtagerne. Arbejdsopgaverne var faktisk helt perfekte til mig, men jobbet var stressende, og til sidst måtte jeg erkende, at jeg fysisk ikke kunne holde til det. Jeg blev sygemeldt igen. Det var hårdt at erkende, at min krop simpelthen ikke kunne klare 20 timers arbejde om ugen.

Med førtidspension tilbage til arbejdslivet

Selvom min arbejdstræning endte med, at jeg blev sygemeldt igen, fik jeg dog noget godt ud af det. På Revacentret havde jeg fået kontakt til et andet projekt, som arbejdede med de svageste folk i samfundet -mennesker der har en masse sociale problemer og aldrig har været ude på arbejdsmarkedet. Jeg syntes projektet lød spændende og tog over og snakkede med dem. De havde ikke nogen socialrådgiver ansat, men chefen kunne godt se muligheder i mig, og han blev interesseret i at få mig ansat.

Jeg blev ansat 12 timer om ugen, og stillingen var lavet som et skånejob. Samtidig med at jeg fik jobbet, valgte jeg at søge om førtidspension, hvilket var en stor og meget svær beslutning. Jeg havde jo altid regnet med, at jeg skulle have et arbejdsliv som socialrådgiver og måske arbejde på nedsat tid, men ikke at jeg skulle være førtidspensionist. Jeg var også meget usikker på min faglige identitet og mit arbejdsliv, for det har altid fyldt meget. Men jeg så også nogle muligheder i at få pension, fordi jeg så ikke behøvede at presse mig selv så hårdt arbejdsmæssigt, og samtidig kunne jeg gøre min økonomi mere stabil.

Fleksibel arbejdstid og frivilligt arbejde

Jeg fik jobbet på Revacentret i 1998. Da var jeg 32 år gammel, og jeg har faktisk været der lige siden. Jobbet er meget fleksibelt, og jeg har nogle søde kolleger, som er gode til at holde mig orienteret om, hvad der sker med de forskellige sager i de timer, hvor jeg ikke er på arbejde. 12 timer er rigeligt til mig, min krop kan ikke klare mere. Samtidig giver min fleksible arbejdstid mig rum til at bruge min viden som socialrådgiver i frivilligt arbejde i forskellige handicaporganisationer.

Det frivillige arbejde er med til at styrke min identitet som socialrådgiver. Så selvom min gamle praktikvejleders udtalelse om, at man ikke kan være socialrådgiver, hvis man ikke kan arbejde fuld tid stadig spøger i baghovedet, er jeg i dag glad og føler, at jeg har bevaret min identitet som socialrådgiver. ■

MEDDELELSER FRA SEKRETARIATET

Overskudsposer

Flere lokalforeninger indsamler nu overskudsposer til Ukraine. Desuden kan overskudsposer stadig aflereres på sekretariatet i Ringsted eller sendes til sekretariatet. Porto for forsendelse kan eventuelt refunderes efter aftale med sekretariatet på telefon 5767 3525.

Regninger for manglende porto

Efter nytår modtog sekretariatet fra flere stedet i landet regninger for manglende porto på de udsendte girokort. Man har åbenbart overset, at girokortene var frankeret og afsendt den 30.december, og at portoen derfor var korrekt. Efter aftale med Midtsjællands Postcenter er portoregningerne selvfølgelig ikke blevet betalt men afleveret på Postcentret.

COPA-kontingent

Girokort til indbetaling af kontingent for 2004 kom ud i første halvdel af januar måned. Sidste frist for rettidig indbetaling er derfor *15.marts 2004.*

Britta Mogensen, sekretariatet

Stomiforeningen COPA
Sct. Hansgade 26 B • 4100 Ringsted
Telf.: 5767 3525 • Fax.: 5767 3515
hjemmeside: http://www.copa.dk • mail: stomiforening@copa.dk

Ileostomi og P-piller

'Er det sikkert at tage P-piller, hvis jeg har ileostomi?'

Det er overskriften på en artikel skrevet
af overlæge dr. Med. Niels Quist, Odense Universitetshospital.

Artiklen blev bragt i 'StomiNyt, okt-nov-dec, 2003. (Artiklen har tidligere været bragt i Colitis-Crohn Foreningens medlemsblad). Copa-bladet gengiver hermed artiklen i sin helhed.

P-piller indeholder i princippet to forskellige hormoner – østrogen og gestagen. Østrogenet hæmmer ægløsningen medens gestagenet påvirker livmoderens slimhinde i en retning, der gør den uegnet til at modtage et eventuelt befrugtet æg. Sammensætningen af de to hormoner er forskellig i de enkelte præparater.

Hormonerne i P-pillerne optages i tyndtarmen og virkningen af P-pillerne er derfor afhængig af, at tyndtarmen fungerer optimalt. Evnen til at optage hormonerne i P-pillerne varierer meget fra individ til individ hos raske kvinder, specielt hvad angår østrogenet. Ydergrænserne for optagelse af hormonerne i præparaterne kan variere fra 10-75%, og alligevel giver de en næsten 100% beskyttelse mod graviditet. Gestagenet optages noget bedre. Det er dog klart, at såfremt tarmen ikke fungerer normalt eller kvinden har fået fjernet et større stykke af tyndtarmen, vil optagelsen af hormonerne blive formindsket i en grad, hvor beskyttelsen mod graviditet bliver forringet.

Det har været en generel opfattelse, at kvinder der tager p-piller, og som har svær diarre, har en ringere beskyttelse mod graviditet. Derfor troede man, at kvinder med ileostomi måtte have en endnu højere risiko for at blive gravide på grund af den hurtigere passage af indholdet gennem tarmen. Der har været to studier som har undersøgt dette problem. Begge studier viste, at hos kvinder, der havde fået fjernet tyktarmen på grund af colitis ulcerosa og fået anlagt ileostomi var optagelsen af hormonerne helt på samme niveau som hos raske kvinder. Den ene af undersøgelserne viste også, at optagelsen af hormonernevar mindre hos de kvinder, der havde fået fjernet 10-35 cm af det nederste stykke af tyndtarmen. Begge studier er af ældre dato og siden da er hormonindholdet i P-pillerne gradvist blevet mindsket. Derfor kan der være en risiko forbundet med at indtage mærker med lavt hormonindhold eksempelvis minipiller, specielt hvis noget af tyndtarmen er fjernet. Vælger man alligevel at anvende P-piller med lavt hormonindhold bør man holde øje med gennembrudsblødning, som kan være tegn på nedsat effekt af P-pillerne. Alternativt må man overveje at anvvende andre svangerskabsforbyggende midler.

Der forligger ingen undersøgelser af hormonoptaglesen hos kvinder, der har fået anlagt J-pouch reservoir, men der gør sig formentlig de samme forhold gældende som ved ileostomi. Samtidig må man jo huske på, at hos kvinder der har gennemgået J-pouch reservoir er formeringsevnen generelt nedsat som følge af sammenvoksninger i bækkenet, der kan hindre æggets vandring fra æggestokken til æggelederen.

Litteraturhenvisninger

- Hancker, J.P. Gastrointestinal disease and oral contraception. Am J Obstet Gynecol, 1990, 163, side 2204-2207.
- Orme, M. et al. Oral contraceptive steroids: pharmacological issues of interst to prescribing physician. Adv. Contracept 1991, 7, side 325-331.
- Lægemiddelkataloget 202, side 256-260.
- Grimmer, SMF. Et al.: The bioavailability of ethynylestradiol and levonorgesterol in patients with anileostomy. Contraception, 1986, 33, side 51-59.
- Nilsson, L.O. et al. Absorption of an oral contraceptiv gestagen in ulcerative colitis before and after proctocolectomy and construction of a continent ileostomy. Contraception, 1985, 31, side 195-204.

PRODUKTINFORMATION

Produktinformation/EAKIN

Eakin lancerer nyt støttebælte til stomiopererede med/uden brok

Mange stomiopererede kan have nytte af et elastisk støttebælte for at forebygge brok, idet belastningen af mavemusklerne kan være stor ved løft, sport eller havearbejde. Bæltet kan da bæres i sådanne belastende situationer.

Hvis man har fået brok omkring stomien giver **EAKIN** støttebæltet med sit elastiske materiale **Isoflex** den fornødne støtte til at holde brokket inde.

Isoflex materialet er åndbart, fleksibelt og behageligt at bære.

Særligt for Eakinbæltet er, at der **IKKE** skal laves hul til stomiposen, idet materialet i langt de fleste tilfælde giver støtte samtidig med, at det tillader stomien at fungere – bæltet lukkes med velcro og kan således indstilles til den enkeltes situation.

Da nogle broktyper sidder meget tæt på stomiroden anbefales det, at der **ikke** laves hul til stomien.

Bæltet fås i 2 bredder :
20 cm og 26 cm.

Begge bredder findes i 4 størrelser(længder) fra S – XL.

Vil du vide mere om Eakin-bæltet og om det er noget for dig, så kontakt din lokale stomi-sygeplejerske eller kontakt leverandør Inge-Lise Sørensen ApS ,som forhandler bæltet
Tlf. : **4921 0044**
e-mail : info@ils.dk

Produktinformation/Inge-Lise Sørensen ApS

Skjold der beskytter stomien

Nu findes der hjælp til dig der savner **et skjold** der kan **beskytte stomien**, når:
.. du dyrker sport
.. du generes af sikkerhedsselen i bilen
.. du i dit arbejde, skal løfte ting op på maven , f.eks kasser el.lign.

Prolaps af stomien (fremfald af stomien) er heldigvis sjældent, men **Austomate stomiskjold** kan også hjælpe her - ved at holde prolapsen inde, gøre bandageringen lettere og rent kosmetisk give større velvære.

Austomate stomiskjold
er fremstillet i Australien og forhandles hos :
Inge – Lise Sørensen ApS
For yderligere information
Tlf. : **4921 0044.**

Handicappolitik

Det Centrale Handicapråd har udgivet en ny pjece: 'Fra papir til praksis - en kogebog om kommunal handicappolitik. Pjecen skal give kommuner appetit på at formulere, gennemføre og udvikle handicappolitik.

Pjecen *'Fra papir til praksis'* er krydret med gode eksempler fra den kommunale virkelighed. Eksemplerne er tænkt som inspiration fra kommuner, hvor politikere, forvaltning og handicapråd i praksis arbejder med handicappolitik på en god måde.

Pjecen kaster lys over tre centrale spørgsmål:
- Hvad skal indholdet i handicappolitikken være?
- Hvordan gennemfører vi handicappolitikken?
- Hvilken effekt skal handicappolitikken have i vores kommune?

Gode råd om indholdet i handicappolitiken

- Afklar visionen for jeres kommune.
- Afklar udgangspunktet i jeres kommune - gør status over eksisterende indsats.
- Lav mål med tidsrammer for alle relevante forvaltningsområder.
- Lav operationelle mål og udpeg ansvarlige for de tiltag, som skal sikre målene.
- Brug FN's Standardregler om 'Lige Muligheder for Handicappede'.
- Fastlæg opfølgning og evaluering af gennemførelsen i handicappolitikken.
- Brugerindragelse skal sikres i handicappolitikken.

Det Central Handicapråd
Bredgade 25, Skt. Annæe Passage, opg.F, 4.sal
1260 København K
Tlf.: 3311 1044 • dch@dch.dk • www.dch.dk

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 Fauerby
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.