

# COPA

STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

Juli - August Copablad 43/ 2009



Læs i dette blad bl.a.:  
**COPA-medlemmer på udflugt**  
.....se side 19.



# Kære medlemmer

## LEDER



Henning Granslev,  
landsformand

**I** sidste blad var der på side 20 en rubrik, hvor redaktør Ole Vestergaard ganske kort informerede om, hvorledes forretningsudvalget er sammensat efter COPA hovedbestyrelsesmødet den 18. april.

Der blev sagt farvel til Peter Sørensen og Merete Møller. COPA Forummet bliver dog fortsat passet af Peter Sørensen. Nyvalgt til forretningsudvalget blev Jørgen Dresfeldt fra Nordjylland og Christa Jensen fra Sønderjylland som suppleant. Tak til Merete og Peter, og en tak til Peter for stadig at være villig til at passe COPA Forum. Rigtig mange spørgsmål er blevet stillet i vores forum, og Peter er meget hurtigt til at give råd og vejledning om alt muligt vedr. stomi/reservoir. Denne hjælp med et hurtigt svar har været til gavn og glæde for mange personer de sidste år.

**J**eg skrev i sidste leder noget om problemer med at få tilkendt køb af irrigationssæt i Ikast/Brande kommune. Selv om flere borgere har klaget til kommunen over denne ændring i bevillingen, har de ikke fået medhold. Tværtimod holder kommunen fast i deres afgørelse, og henviser til at borgerne kan anke sagen. Ja, tak for oplysningen. Det tager gennemsnitligt ca. 7 måneder inden sagen bliver taget op i Statsforvaltningen Midtjylland. I den tid skal borgerne så selv betale udgifterne til skylleærmer og irrigationssæt m.m.

På opfordring i sidste blads leder om at kontakte COPA, hvis flere borgere i Ikast/Brande kommune havde samme problemer, kom der både negative og positive henvendelser til COPA. Der var stadig personer med kolostomi, der ikke havde fået frataget retten til køb af irrigationssæt m.m.

**S**tomiforeningen COPA er nu gået ind i sagen. Der er skrevet et brev til den ansvarlige leder på bevillingskontoret og en kopi er sendt til borgmesteren i Ikast/Brande kommune.

**D**en 3. juni var der en temadag i Odense om indkøb af hjælpemidler. Deltagerne var mange: Kommuners indkøbschefer, medarbejdere fra social- og sundhedssektoren, leverandører, brugerrepræsentanter og få patientforeninger. Desværre var der ikke nogen repræsentant fra Ikast/Brande kommune. Temadagen blev mest brugt på de problemer, der er ved indgåelse af leverandøraftaler, retten til frit valg, brugerinddragelse og især meget om indkøb af større hjælpemidler – alm. kørestole, elstole og biler.

Men der var tid til at stille spørgsmål. Stomiforeningen COPA opfordrede kommunerne til at sørge for, at personalet vedr. indkøb af stomihjælpemidlerne og især personalet på bevillingskontoret er opdateret og kompetente til at give en god service til deres borgere.

**D**en 4. juni var der i Silkeborg møde i "12 by gruppen" vedr. en ny leverandøraftale af bl.a. stomihjælpemidler. Det er 3. gang, der skal være udbud i "12 by gruppen" vedr. dette.

Ikast/Brande kommune er med i samarbejdet. Men her var der heller ikke nogen repræsentant med i mødet. Det var en skam, da jeg gerne ville have talt om de problemer, der er omtalt her på siden.

Men jeg fik sagt til de øvrige deltagere, hvorledes retten til hjælpemidler tolkes. Der var nu ikke andre kommuner, der kunne give en forklaring på, hvorfor man gør dette.

**N**år redaktøren er ved at lave dette nye medlemsblad, er der COPA sommerophold i Faaborg. Det er der mange, der glæder sig til – jeg selv incl. Vi har bestilt fint vejr. Så nu må vi håbe, at vejrguderne er venlige og giver os tørvejr og lidt solskin, således at vi kan opleve det danske sommerland uden at drukne i kraftig regnvejr – som der lige har været nu i denne uge – torsdag/fredag uge 24.

**L**ørdag den 3. oktober holdes der International Stomidag. Den holdes hvert 3. år, første lørdag i oktober måned. Se i næste blad, om der ikke er et spændende arrangement i din lokalafdeling denne dag. Men hvis man vil huske dagen, kan man sætte i kryds i COPA kalenderen ved lørdag den 3. oktober – der står allerede International Stomidag på linien.

**J**eg håber, at der i næste blad kan bringes positivt nyt fra sagen i Ikast/Brande kommune. Til sidst vil jeg ønske jer en god sommer og god tur til de medlemmer, der deltager i nogle af de mange lokale COPA sommerarrangementer og en rigtig god ferie til jer alle. ■





## Stomiforeningen COPA

• *Sekretariatsleder:* Britta Mogensen.

### Sekretariatet

Ronnevej 10 <sup>1</sup>, 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](http://www.copa.dk)

e-mail: [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)

### • Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (KUN hverdage:

bedst 14.00-18.00) • Fax: 7021 3515

e-mail: [h.granslev@mail.tele.dk](mailto:h.granslev@mail.tele.dk)

### • Vicolandsformand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30

3550 Slangerup

Tlf.: 4733 4434

### • Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

## Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer 10. september 2009.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: Rounborg, Holstebro.

### • Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889 • mail: [bladet@copa.dk](mailto:bladet@copa.dk)

### • Læserbreve, indlæg og artikler:

COPA forbeholder sig ret til at afvise/for korte eller udskyde indlæg. Manuskripter sendes via [bladet@copa.dk](mailto:bladet@copa.dk) eller med PostDanmark til sekretariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som selvstændige påhæftede filer, opløsning 300 pixels. Færdige højtopløselige-cmyk-pdf modtages også *efter aftale*.

### Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/08.

COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet. Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPAs sekretariat.

### • Illustrationsannoncer:

### Næste blad: Tilsagn senest 10/08.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes på CD-rom med brevpost til sekretariatet eller mail til [bladet@copa.dk](mailto:bladet@copa.dk). Andet materiale modtages også - *efter aftale*. Materialefrist og annulleringsfrist normalt 10 dage efter tilsagn. Reprøklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde senest: 21/08.

### • Indstik:

Med forbehold. Nærmere oplysninger om tidsfrister mv.: Redaktøren og COPAs sekretariat.

ISSN 0901 - 3849

## Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoir-opererede 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 4/2009 (juli/august). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 209].

## Indhold:

Leder ( <i>Henning Granslev</i> ).....	2
At rejse med stomi ( <i>Steen Samuelson</i> ).....	4
Formandens beretning 2008, del 2.....	8
COPA regnskab 2008.....	11
Retten til lige muligheder.....	12
<b>Læserne skriver</b>	
Hollister sætter ny filterstandard og vinderen er... ( <i>Pernille Enevoldsen</i> ).....	14
Vedrørende Per Olsens brev ( <i>Aage Andersen</i> ).....	14
Svar vedrørende Per Olsens brev ( <i>Henning Granslev</i> ).....	15
<b>Nyt fra lokalforeningerne</b> .....	16
<b>Gaver og arv</b> .....	13
<b>Produktinformation</b>	
Nyt filter fra Stomocur.....	11
Forsidefoto: Jørgen Jensen.	

Se også: [www.copa.dk](http://www.copa.dk)

## COPA-kontingent

Almindelige medlemmer: 225,-kr. / år Pensionist og støttemedlemmer: 125,- kr. / år

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 - uanset om man er medlem af COPA eller ej.

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

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

samtaleteknik 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 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: Se COPA-kalender 2009.



# At rejse med stomi

Af: Steen Samuelsen, COPA-Sydøstjylland



Steen Samuelsen  
foran Burj Al Arab,  
Dubai, 2008.

At have stomi er ikke en sygdom, men blot resultatet af en sygdom. Derfor bør stomi ikke være en hindring for at have et almindeligt liv, herunder også at rejse på ferie eller oplevelsesrejser ud i verden. For at give vore medlemmer mod på at rejse med stomi, har COPA-Sydøstjylland afholdt et medlemsmøde med rejse som hovedemne.

Mødet blev holdt som panelmøde, hvor panelet bestod af Marianne Gottenborg, Coloplast, stomisygeplejerske Henriette Pape, Vejle Sygehus. Rejsebranchen var også inviteret til at deltage i panelet, men ingen rejseudbydere, store som små, ville deltage i mødet og fortælle om generelle rejse-regler såsom rejseforsikring, flysikkerhedsbestemmelser og deres muligheder for at støtte, hvis der skulle opstå problemer under rejsen. Derfor måtte bestyrelsen selv læse op på forsikringsmuligheder, sikkerhedsbestemmelser, vaccinationsanbefalinger, medicinregler og andre praktiske ting der skal være i orden i forbindelse med rejser.

Ud over panelet var der næsten 60 deltagere i mødet. De repræsenterede personer, der har haft stomi i mange år og med mange rejseerfaringer, helt nyoperede, ja endda en deltager som først skulle opereres en uge efter mødet. Alle mødedeltagerne bidrog med deres erfaringer og viden eller spørgsmål til, at vi kom hele vejen rundt om emnet.

Mødet resulterede i en lang række gode råd, som her gives videre til alle de, som ikke kunne deltage i mødet.

## Før rejsen



### Forsikring

• Ved rejser under 30 dage inden for EU dækker den almindelige sygesikring for lægebehandling. Det skulle være tilstrækkeligt at medbringe det gule sundhedskort (sygesikringsbevis), men i de øvrige EU-lande kender man ikke det gule kort og risikerer at skulle betale kontant eller stille økonomisk garanti for at kunne få behandling. Derfor anbefaler mange, at man anskaffer det blå sygesikringsbevis, der kendes og godtages overalt i EU.

Ved rejser i EU må man ikke have været alvorlig syg eller have foretaget

**SOS International a/s**  
Nitivej 6  
DK 2000 Frederiksberg  
tlf. 7010 5055  
sos@sos.dk  
24-timers alarm:  
+45 7010 5050

væsentlige ændringer i en eventuel behandling inden for de sidste to måneder inden afrejsen. Hvis man ønsker at rejse inden for to-måneders-fristen kan man søge om en medicinsk forhåndsgodkendelse ved SOS, som er forsikringsselskabet bag sygesikringen, og således få dækning.

Hvis man inden hjemkomst fylder 70 henholdsvis 75 år, skal man indsende helbredsattest til SOS for at søge om dækning.

Da sygesikringen kun dækker behandling bør man sørge for også sig at være forsikret med hjemtransport, bagageforsikring og ansvarsforsikring.

• Ved rejser uden for EU bør man altid tegne en rejseforsikring. En rejseforsikring kan enten tegnes i forbindelse med den almindelige husstandsforsikring, men kan også tegnes som rejseforsikring specielt for den aktuelle rejse. Rejseforsikringer kan tegnes med forskelligt indhold, men man bør sikre sig at have sygeforsikring med behandlingsdækning, hjemtransport, bagageforsikring og

ansvarsforsikring. Hvis rejseforsikringen er en del af husstandsforsikringen, bør man undersøge dækningsområdet.

- Man må ikke have været alvorlig syg eller have foretaget væsentlige ændringer i en eventuel behandling inden for de sidste seks måneder inden afrejsen. Hvis man ønsker at rejse inden for to-måneders-fristen kan man søge om en medicinsk forhåndsgodkendelse ved forsikringsselskabet, og således få dækning.
- Under alle omstændigheder skal man huske at have et forsikringskort med policenummer og telefonnummer til forsikringsselskabets døgntelefon.

### Dokumentation der bør medbringes

- Pas.
- Sundhedskort (sygesikringsbevis).
- Rejseforsikringskort.
- Stomikort (kontakt COPA).
- Rejse-info på 4 sprog, se [www.copa.dk/download/rejseinfo](http://www.copa.dk/download/rejseinfo)
- COPA stomiordbog på dansk og ni fremmedsprog se [www.copa.dk/download/ordbog](http://www.copa.dk/download/ordbog)
- Eventuelle lægeerklæringer om særlige personlige forhold.
- Evt. kørekort.

Hos COPA  
kan du rekvirere  
et stomikort.



### Medicin, vaccination og anden forebyggelse

- Medbring oversigt over ordineret medicin. Oversigten bør indeholde navnet på præparatet, indhold af aktivt stof og ordineret daglig dosis.
- I visse tilfælde kan vaccination komme på tale. Der er to faktorer der er afgørende for vaccination:
  1. Smitte sygdomme i rejsemålet.
  2. Rejsemåde, idet den rygsækrejsende med nær kontakt til lokalsamfundet vil have større behov for vaccination, end den rejsende der bor på hotel og kun deltager i arrangerede udflugter.
- Ved rejser til områder med malaria kan lægen anbefale forebyggelse med regelmæssig indtagelse af piller. En

(fortsætter side 6)





# Du behøver ikke at leve med rød og øm hud omkring din stomi



Ved traditionelle hudplader med forstansede huller eller huller, der skal klippes ud, kan der opstå et mellemrum mellem hudpladen og stomien, hvilket kan resultere i, at tarmindehold irriterer og beskadiger huden.

Heldigvis findes der en løsning!

ConvaTec Moldable Technology™ hudplader er en fleksibel hudbeskyttelse, som slutter sig om stomien uanset dennes form. Dette giver en sikker tætning, som holder huden ren og fri for irriterende tarmindehold. Det er en komfort, du kan leve med.

Vil du vide mere om ConvaTec Moldable Technology™, formbare hudplader? Ring til vores kundeservice på telefon +45 45 87 60 11, eller besøg vores hjemmeside på adressen [www.convatec.dk](http://www.convatec.dk)

ConvaTec Moldable Technology og Our world is what we make of it er varemærker tilhørende ConvaTec Inc. ConvaTec er autoriseret bruger. © 2008 ConvaTec Inc.



AP-006413-SC

Our world is what we make of it™





sådan behandling skal typisk startes før afrejse.

- Utøj. Man kan medbringe myggebalsam hjemmefra, men ofte vil lokalindkøbte midler være bedre. Til gengæld kan man medbringe mepyraminsalve til dæmpning af kløe, hvis man er blevet angrebet af utøj.
- Hvis man lider af køre- eller luftsyge er det en god idé at have kendte præparater med hjemmefra.
- Vejledning om vaccinationer og anden forebyggelse kan man få ved sin praktiserende læge.

### Pakning af stomiartikler

- Medbring 2 – 3 gange så mange plader og poser som normalt.
- Medbring eventuelt stomiringe eller pasta samt taperinge til ekstra sikring af pladen i varmt klima, som kan nedsætte holdbarheden af pladen.
- Plader og poser bør pakkes i håndbagagen, eventuelt fordelt på flere personers håndbagage så tab eller forsinkelse af bagage ikke får katastrofale følger.
- Plader og poser kan med fordel pakkes i små dagsposer med kompresser til rengøring. Under selve rejsen eller under udflugter kan man endvidere medbringe fugtede kompresser. Eventuelt kan man anvende kildevand på flaske til rengøring (må ikke medbringes i håndbagage på fly, men kan udleveres i flyet evt. mod betaling).
- Uanset stomitype anbefales det at medbringe/bruge tømbar stomiposer.
- Personer der har stomi der skal irrigeres, bør medbringe dypekogger eller lille kogekande til kogning af skyllevand.
- Man skal ikke forvente at kunne få tildelt ekstra bagagevægt på grund af stomi.



### Ud- og hjemrejse

- Tænk på hvad du spiser op til afrejse og under rejsen. Vær især opmærksom på føde- og drikkevarer, der giver øget luft i tarmene, f.eks. kulsyreholdige drikkevarer.
- Personer med kolostomi kan med fordel anvende tømbar pose under flyrejse, for at kunne opsamle luft, der så kan udtømmes på toilet i den udstrækning at det ikke kan komme ud gennem filteret i posen.
- Selv om man har stomi er man underlagt de samme sikkerhedsbestemmelser for flyrejser som alle andre. Her skal man især være opmærksom på, at alle væsker og cremer m.m. skal pakkes i gennemsigtige plastposer efter særlige regler. Stomisaks kan tillades, men man kan ikke forvente at alt sikkerhedspersonale kender til stomi. Derfor er det mere sikkert at klippe sine plader hjemmefra og lægge stomisaksen i kufferten.
- Sikkerhedsbestemmelserne i deres fulde udstrækning kan læses her: [www.slv.dk/Dokumenter/dsweb/Get/Document-3393/forbudsliste.pdf](http://www.slv.dk/Dokumenter/dsweb/Get/Document-3393/forbudsliste.pdf).
- Ikke alle lufthavne og offentlige toiletter har handicap-toiletter med håndvask og rindende vand.

### Under rejsen



#### Stomimaterialer

- En af klæbepladernes opgaver er at opsuge fugtighed fra hud og stomi. Når man rejser til varme fugtige klimaer, kan pladerne optage lidt fugt under opbevaringen selv om de er beskyttet af dækføljen. Indpakning i tætte plasticposer nedsætter også optagelse af fugt under opbevaringen.
  - Da man samtidig vil svede mere under disse omstændigheder skal man være opmærksom på at pladen måske skal skiftes oftere end hjemme. Man kan eventuelt vælge en plade med en kraftigere klæber og/eller kombinere med ringe eller pasta samt kantsikring af yderkant af stomipladen.
  - Opbevar pladerne i kuffertens mørke og lad være med at stille kufferten i solen.

### Aktiviteter

- Stomi er ingen hindring for at deltage i forskellige aktiviteter under rejsen uanset om det er svømning, skisport eller bungyjump.
- Hvis man vil sikre sig ekstra under de forskellige aktiviteter, hvor vand eller sved kan påvirke pladen, kan man kantsikre pladen med Coloplast microporøse ringe, Wellans hydroframe hudklæber eller anden tape til at sikre yderkanten af pladen. Inde omkring stomien kan man forstærke med ringe eller pasta.

### Kost

- Som turist er en af fornøjelserne at spise fremmed mad. Det kan man også gøre, når man har stomi. Men man skal selvfølgelig holde sig fra fødevarer, som man ved, at man har problemer med hjemme.
- Vær opmærksom på, at salater kan være skyllet i lokalt vand, der ikke er rensset, hvilket kan give diarré.

### Drikkevarer

- Drik rigeligt i varmt vejr og husk at få tilpas med salt til at erstatte det der svedes ud. brug eventuelt salttabletter.
- I princippet ingen begrænsninger i valg af drikkevarer, men pas på med vand, der ikke er garanteret rent.
- Vær opmærksom på om isklumper er lavet af rensset vand.

### Kolostomi

- Selv om man hjemme irrigerer på faste tidspunkter, er det ikke noget problem at ændre tidspunkterne for irrigationen for at tilpasse det til de aktiviteter der er under rejsen, for eksempel for lange bus- eller flyrejser.
- I flere situationer kan det være en fordel at anvende tømbar pose, selv om man ikke benytter dem til dagligt.

### Ileostomi

- Hvis man har tendens til tyndt output kan man lægge en lleo gel® tablet eller tilsvarende i posen for at gøre det mere fast.
- Hvis man har rigeligt og tyndt output kan man reducere mængden og få det mere fast ved at anvende Imodium®, spørg eventuelt stomisygeplejersken til råds vedrørende dosering.

### Diarré

- Hvis man skulle være uheldig og få turistdiarré, et det vigtigt, at man når



man har stomi er ekstra opmærksom på sin væske- og saltbalance. Man kan eventuelt anvende Revolyt®, som er et pulver i portionspakker, som opløses i vand og drikkes. Ellers kan man drikke sukkerholdig sodavand og tage salttilskud, eventuelt i form af salttabletter.

- Paragour® kan anvendes både forebyggende og behandlende for at styrke tarmfloraen.
- Imodium® anvendes til at stoppe eller nedsætte diarré.

*(Ovennævnte præparater anvendes i overensstemmelse med indlægseddelen).*

- Hvis man ikke får styr på diarreen inden for 24 timer bør man søge læge, da diarré er en alvorlig komplikation, når man har stomi.

#### Forstoppelse

- For at undgå forstoppelse bør man undlade at spise fødevarer, som man i forvejen har dårlige erfaringer med.
- Hvis uheldet alligevel er ude, skal man drikke rigeligt for at "fortynde" proppen og skylle den ud.
- Man kan forud for rejsen få sin stomisygeplejerske til at vise, hvordan man kan skylle stomien ved hjælp af et kateter.

#### Lægehjælp

- Hvis der rejses med rejseselskab, henvender man sig til guiderne, der vil være behjælpelig med at finde den rette hjælp.
- På hoteller kan man som regel henvende sig i receptionen og få hjælp til søge læge. Man kan ikke forvente, at man i første omgang får kontakt

med en læge eller sygeplejerske, der har stomividen, men når man har kontakt til sundhedssystemet, kan man bede om henvisning til kompetente personer.

#### Efter rejsen



- Fortsæt eventuel malariaforebyggelse efter forskriften.
- Se billeder og souvenirs og genoplev turen.

Opsaml erfaringer og giv dem gerne videre til andre som kan bruge dem til deres egen rejse. ■



**B | BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

## Softima® – Et komplet 1-dels system



- Blomsterformet hydrokolloid klæber giver behagelig og sikker tilpasning til hudens konturer
- Fås som opklipbar samt i forudstansede størrelser i standard- og konveksudgaver
- Langt filter sikrer optimal lugtneutralisering og luftpassage
- Ergonomisk udformet, behagelig non-woven for- og bagside
- Fås også til uro- og ileostomiopererede

For information og vareprøver kontakt B. Braun Kundeservice

B. Braun Medical A/S · Solbjergvej 3, 5. sal · 2000, Frederiksberg · Tlf. 3331 3141 · [www.bbraun.dk](http://www.bbraun.dk)



# Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2008 2. del

Af: Hemming Granslev, landsformand

## Nordisk samarbejde NOA

Komiteet for NOA blev holdt i weekenden den 25. – 27. januar i Helsingfors. På komiteemøder planlægges det kommende NOA møde, der normalt holdes i august.

Punkt på komiteemødet var bl.a. den kommende kongres for de europæiske stomiforeninger, der blev holdt i Brno, Tjekkiet, hvorledes får vi de unge interesseret i stomiforeningerne, fremtiden for IOA, EOA og de nordiske møder, foreningernes hjemmesider m.m.

## Nordisk møde

Årets NOA møde blev holdt i den 21. – 24. august på hotel Vuoranta ved Helsingfors.

På mødet var der enighed om, at der i fremtiden kun blev holdt et møde om året. Komiteemøder skal holdes i ulige år og de traditionelle nordiske møder holdes så i de lige år.

Der var også fagligt indhold på mødet, speciellæge Taina Sipponen fra Mejlans Sygehus holdt et interessant oplæg om kalkprotektin, der kan have en positiv virkning ved undersøgelser af personer med inflammatoriske tarmsygdomme. Stomisygeplejerske Nancy Sand fra Vasa Centralsygehus fortalte om arbejdet mellem sygehus, patient og stomiforeningen. Også i Finland er der et accelereret patient forløb, og derfor er der ofte ikke tid til et besøg fra en rådgiver. Således er det desværre også i de øvrige nordiske lande. De nordiske landes hjemmesider blev gennemgået og COPA hjemmeside blev rost meget. Der var også debat om, hvorledes man kan støtte nye stomiforeninger i "fattige" lande. Her hjælper Danmark jo ligestillede i Odessa i Ukraine.

(Mere information om moderne i NOA se Copa-blad nr. 6. 2008)



## EOA

COPA havde i september måned fire repræsentanter til Den europæiske Stomikongres på Hotel Continental i Brno. Deltagerne var de unge Jane Goul og Kim Sass, og vi garvede Merete Møller og undertegnede. Åbningsceremonien blev holdt meget højtideligt i Knight's Hall på Brno rådhus.

På hotellet var det muligt at se mange nye stomihjælpemidler fra producenterne.

Under kongressen havde vi god tid til at tale med et par repræsentanter fra stomiforeningen i Odessa. Der er jo til denne forening, vi årligt sender mange stomihjælpemidler for at hjælpe ligestillede i Odessa-området. (Læs mere om denne hjælp i næste afsnit)

Der var mange forskellige oplæg: bl.a. om at uddanne sygeplejersker i stomipleje og om hjælp fra de veletablerede stomiforeninger i Europa til de nye og økonomisk dårligt stillede foreninger. Der var eksempler på, hvor stor forskellen kan være i en bevilling til køb af stomihjælpemidler. I nogle lande kan man bruge rigtig mange poser/plader, uden at myndighederne stiller spørgsmål ved, om det nu også er et rimeligt forbrug. Og i andre lande (som i Ukraine) er det meget begrænset. Hvad det offentlige vil betale, hvis de da overhovedet vil betale til noget som helst.

På mødet blev Arne Holte fra Norge genvalgt som præsident i EOA, Ria Smeijers fra Holland blev valgt til kasserer og vicepræsident og Guiseppe de Salvo som komiteemedlem.

Det blev besluttet, at det næste møde i år 2011 skal holdes i Ukraine.

(Læs evt. mere om mødet i Copa-blad nr. 1.2009)

## Ukraine

Også i 2008 blev der sendt mange stomihjælpemidler til vores venner i Odessa. Der er stadig hårdt brug for vores hjælp, da det offentlige stadig ikke har penge til at give økonomisk støtte til de stomiopererede i Ukraine. Alle disse hjælpemidler får vi fra stomiambulatorierne, forhandlerne og producenterne. Når de har poser/plader m.m. der er blevet for gamle eller udgående modeller kontakter de COPA, som herefter

sorterer og videresender de indsamlede hjælpemidler til vores kontaktperson i Odessa. Hidtil er der ikke gået noget tabt ved denne fremgangsmåde.

Når der pakkes hjælpemidler til Ukraine har COPA stadig stor hjælp fra Oksana og Mikkel i Århus, samt fra et par trofaste COPA folk i Århus lokalforening.

COPA betalte også for 2 personer fra stomiforeningen i Odessa for at kunne deltage i de europæiske stomiforeningers kongres i Brno.

## Rådgivning og hjemmesiden

Det er helt tydeligt, at COPA hjemmesiden er stedet, hvor mange søger efter oplysning om stomi reservoir. I COPA Forum er der også masser af spørgsmål, og mange brugere giver deres erfaring videre til de personer, der spørger efter gode råd om alt muligt vedr. stomi, reservoir, poser, brok, og køb af tøj m.m. Lokalformand Peter Sørensen er suverænt en rigtig god rådgiver til meget hurtigt at besvare de mange henvendelser i COPA Forummet.

På nogle hospitaler har lokalforeningen en aftale om COPA rådgivning en fastlagt dag f. eks en gang hver anden uge. Det varierer meget, hvor stort behovet er for dette tilbud. Nogle gange er der slet ikke en eneste person, der gør brug af tilbuddet. Derfor er det også svært at tage stilling til, om man skal forsætte med tilbuddet om rådgivning på fastlagte dage. Det er helt op til lokalafdelingen at afgøre dette.

Vores sekretariat får da heldigvis stadig opringninger fra personer/pårørende, der gerne vil have rådgivning - enten telefonisk eller ved et besøg.

Det ville være rart, hvis vores rådgivere en gang imellem brugte COPA Forummet til at give råd og deres erfaring videre til de personer, der beder om hjælp. Det er også rådgivning.

Som I alle kan se bliver vores hjemmeside hele tiden forbedret. Peter Mogensen er ansvarlig for dette, og hjemmesiden bliver rost af mange, så det kan COPA være tilfreds med. Roserne bliver hermed sendt videre til den rette person - Peter Mogensen.

(COPA hjemmesiden - se venligst under [www.copa.dk](http://www.copa.dk))



**PR**

Der er ikke blevet genoptrykt nogle brochurer i 2008. COPA kostbrochuren er blevet afløst af kostvejledningen fra FS. FAP har nu også en lille folder med information om denne arvelige sygdom. Alle brochurerne/vejledningerne kan hentes på COPAs hjemmeside.

**COPA bladet**

Fra og med blad nr. 4.2008 er bladet blevet trykt på Rounborg Grafiske Hus i Holstebro. Kvalitet er der ikke blevet ændret ved. Men her var prisen lidt lavere end hos den tidligere leverandør. Som noget nyt fik vi lavet en ny COPA kalender. Hidtil har vi brugt et indlæg fra Mayland med selve kalenderen, og så selv fået lavet tillægget med alle de forskellige informationer vedr. stomi m.m.

Indholdet i den nye kalender er meget bredere og mere fyldestgørende. Men desværre er formatet nok ikke det bedst egnede. COPA har fået opringninger og mails fra nogle enkelte utilfredse medlemmer vedr. det nye format. COPA vil prøve at finde en bedre løsning på dette problem.

Heldigvis fik COPA også i 2008

tilskud til porto fra Statens Bladpulje-ordning.

**Landsarrangementer****Sommerferie**

I uge 24 var der COPA sommerferieophold på Hotel Byparken i Kolding. I år var det et lidt anderledes ophold end normalt, da receptionen og baren og det store fælles TV opholdsrum blev lukket kl. 23.00!! Det var jeg absolut ikke klar over. Men ok, med lidt hjælp og et par smil, blev der rådet bod på dette. Normalt er hotellet helt ubemandet fra kl. 23. Herefter er gæster henvist til værelserne eller den store gårdhave. Men pyt, så kunne man nyde en øl eller et glas vin indkøbt til konkurrencedygtige priser i Netto.

Hotellet ligger lige ud til Kolding Bypark, hvor der er masser af muligheder for at gå en lille tur rundt i parken og måske holde en pause for at slappe af på en af de mange bænke.

Under opholdet var der arrangeret udflugter til Christiansfeld og Skamlingsbanken, Tørskin grusgrav og Egtved Pigen og en heldagstur til Rømø.

Fredag aften var der festmiddag med

musik og dans. Og denne aften var der service helt til kl. 01. (Læs evt. mere om COPA-sommerophold i blad nr. 5.2008)

**Midt i Livet**

I weekenden den 5.9 til 7.9 holdt COPA dette arrangement på Hotel Norden i Haderslev. Fredag aften var der fremvisning af produkter fra B/Braun.

Heldagsudflugten var en tur til Sønderjylland. Her skulle vi først besøge historicentret Dybbøl Mølle, hvor vi fik en fremragende rundvisning af to kompetente guider. Vores medbragte madpakker blev nydt, inden vi satte kursen til Sønderborg Slot, hvor en guide fortalte forsamlingen om Sønderborg og slottets historie.

Sidste stop på turen var ved Vemmingbund Strandcafe. Her ventede det store sønderjyske kaffebord. Tak skal du ha, så megen kage på et sted. Det var uoverkommeligt blot at prøvesmage alle de 27 forskellige kager.

Lørdag aften var der festmiddag med dertil hørende musik og dans. Søndag formiddag skinnede solen fra en flot himmel, så det var en fornøjelse at gå

(formandens beretning fortsætter side 10)

# STOMI/BROK

## Specialfremstillede støttebandager og undertøj

**Eto**

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

**Eto**

GARMENTS

– soft as silk, strong as steel

Rekvirer brochure på:

Tlf.: 64 46 13 30

Fax: 64 46 18 30

E-mail: info@stomibandager.dk

**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



en tur i Haderslev by og i parken tæt på hotellet.

*(Læs evt. mere om weekenden i Copa-blad nr. 6.2008)*

### Junior COPA

Pinseturen for Junior COPA blev i 2008 holdt på SeaWest i Nymindegab. Her kunne ungerne "slappe af" på deres egne præmier uden forældrenes indblanding. Stedet var ok, og det var vejret også. Forældregruppen havde sørget for leje af feriehus og havde selvfølgelig også sendt et par voksne med for at passe på de "små kære unger".

### Familieweekend

I 2007 blev familieweekenden holdt på Brandbjerg Højskole ved Jelling. Da det var en succes, var deltagerne enige om at arrangementet også i 2008 kunne holdes her. Fredag aften var der oplæg fra stomisygeplejerske Sanne Djursfeldt og overlæge Niels Quist begge fra Odense Universitetshospital. Sanne fortalte bl.a. om den nye børneafdeling H.C. Andersens Børnehospital på sygehuset. Og Niels Quist kunne fortælle om et nyt forskningsprojekt vedr. muligheden for at beskytte tarmen på for tidligt fødte børn, således at anlæggelse af en stomi kan undgås.

Der var mange spørgsmål fra deltagerne, og både Sanne og Niels svarede flittigt på alt vedr. deres speciale – børn, stomi og afføringsproblemer.

Lørdag formiddag skulle alle forældrene til børnene fortælle lidt om deres historie med et barn med stomi/reservoir eller afføringsproblem. Jeg ville ønske, at sagsbehandlere i de kommuner der giver afslag på betaling for at deltage i familieweekenden, havde været til stede denne formiddag. Så er jeg helt sikker på, at de straks ville betale familiernes egenbetaling til denne weekend.

Der var mange dårlige oplevelser, langstrakte sygdomsforløb for de små nyfødte unger, døds alvorlige episoder,

når forældrene fik deres små unger akut indlagt uden at vide, hvad der skulle ske med deres barn. Denne formiddag blev der tørret mange øjne blandt deltagerne. Men det vigtigste var også at forældrene kunne se, at der er lys forude. Der var heldigvis mange sygdomshistorier, der fik en rigtig god afslutning – nøjagtig som i et eventyr.

Lørdag aften festede ungerne med dans til discotekmusik, og de voksne kunne se fodbold og nyde det sociale samvær, der altid er ved familieweekenden.

Søndag formiddag var der leg og konkurrencer for alle deltagerne. Rundt på højskolens område ude i naturen var der opgaver, grupperne skulle løse i fællesskab. Jeg var med på vinderholdet – der var ikke nogen præmier - kun æren og klapsalver – øv.

*(Læs evt. mere i Copa-blad nr. 1.2009)*

### Interessegrupperne

#### Crohn Vest

Her er der møder flere gange om året for alle interesserede. Der er hygge og socialt samvær og tid til at give hinanden gode råd og dele erfaring med ligestiliede. Husk, der er også plads til dig.

#### Crohn Øst

Kom nu ud af busken. Det kan da ikke passe, at COPA-medlemmer i øst, ikke har lyst til samvær med andre ligestiliede. Der er afsat penge til møder, lidt fortæring og oplægsholdere m.m.

#### Urostomigruppen

Så lykkedes det. Den 4. oktober havde urostomigruppen arrangeret et møde i Amerika – ok på Hotel Amerika ved Hobro. Deltagerne kom fra hele landet, så det var flot. Overlæge Knud Fabrin og stomisygeplejerske Inge Marie Pedersen fra Aalborg Sygehus Nord havde oplæg om henholdsvis urinvejsoperationer og pleje af stomi m.m.

Næste møde (i 2009) for denne gruppe vil blive holdt øst for Storebælt. Hvis det skulle vise sig, at der er behov/opbakning fra medlemmerne til at holde årlige møder både i øst og i vest, kan COPA tage det op i forretningsudvalget.

*(Læs evt. mere om mødet i Copa-blad nr. 6.2008)*

#### FAP

Desværre måtte et planlagt møde for denne gruppe aflyses, da der var alt for få tilmeldinger. Men gruppen prøver

igen i 2009. I november blev FAP optaget som en interessegruppe med stemmeret i COPAs hovedbestyrelse.

### Ungdomsgruppen

Nu er der lidt mere liv i COPA ungdomsgruppen. Hurra for det, vi er flere, der har ventet tålmodigt på dette i lang tid. I 2008 var der dog ikke tilslutning til at deltage i Skanderborg Festival. Men der satses igen på dette i 2009.

Der har været tilbud om at deltage i bl. a. bowling og cafebesøg. Det ville være fint, hvis der var flere unge, der ville tage imod disse tilbud. Det koster ikke en formue at melde sig i vores forening, hvor man så samtidig kan være med til at præge de kommende aktiviteter for målgruppen mellem 18 og 35 år.

I september var som tidligere skrevet i beretningen kongres for de europæiske stomiforeninger. Her deltog Jane Goul og Kim Sass som ungdomsrepræsentanter fra COPA. Under dette møde var der rig lejlighed til at få gode ideer til at få gang i ungdommen.

*(I Copa-blad nr. 6.2008 står der mere om ungdommens oplevelser under kongressen i Brno).*

### Økonomi

Stomiforeningen COPA har stadig en god og sund økonomi. Dog må vi erkende, at for regnskabsåret er det et minus. Vores værdi af foreningens aktiebeholdning er som alle andre i samfundet faldet betydeligt i 2008. Men da aktierne ikke er solgt, har der ikke været et reelt tab endnu. Der var et kurstab i aktiebeholdningen på små 300.000 kr. Årsresultatet blev et minus på 123.000 kr. Det er da træls, men vi ser vel alle frem til en positiv fremtid - også for aktiekurserne.

For at mindske risikoen for tab af foreningens egenkapital, havde FU et møde med vores bankrådgiver, på opfordring af Britta Mogensen. Og vi blev enige om at købe obligationer for 1,1 mill. kr. og arven er også sat i obligationer. Vi håber og tror, at det er den bedste måde for at mindske risikoen for et tab, hvis det værst tænkelige skulle ske, at den Danske Bank går konkurs.

Ikke mere negativt om den nuværende økonomiske situation. Det må atter engang gå mod lysere og sundere økonomiske tider.

Tak til alle medlemmer i hele landet, til rådgiverne, lokalforeningerne, produ-





centerne, annoncørerne, forhandlerne, FS, DH, CCF, KB, redaktør af bladet, webmaster for hjemmesiden, oplægs- holdere til COPA arrangementerne, hele hovedbestyrelsen, sekretariatet. Uden alle jer havde vi ikke en forening, der forhåbentligt kan give noget positivt tilbage – enten det er råd, vejledning og erfaring om at leve med stomi/reservoir eller en tarmsygdom.

Derudover er der masser af tilbud om socialt samvær i lokalforeningerne og landsarrangementer. Brug Stomiforeningen COPA som du/I har lyst til.

Slut del 2.

Del 1 er bragt i Copa-blad 3/2009.



Der kan forekomme små afvigelser fra denne her i Copa-bladet givne årsberetning og den endelige årsberetning. Den endelige, fulde årsberetning kan rekvireres på COPAs sekretariat. Ring (5767 3525) eller mail ([sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)). Så får du årsberetningen tilsendt. ■

#### PRODUKTINFORMATION

### NYT og forbedret FILTER fra STOMOCUR

Vi har udviklet et helt nyt filter<sup>\*)</sup>, som fremover bliver standard på alle kolo- og ileostomiposer fra STOMOCUR.

Det nye filter er en kombination af aktivt kul og en superabsorber. Dette giver både en markant højere effektivitet og en betydelig forlængelse af virknings tiden.

Filteret fungerer ved, at aktivt kul, som mikrokugler, lægger sig på celloverfladerne i et åbencellet bæremateriale. Mikrokuglerne kommer i kontakt med den forbipasserende luft, hvor lugtstoffer bindes til kulpartiklerne og fjernes.

Den helt nye kombination, hvor et superabsorberende materiale indgår i filteret, bevirker at væske og vanddamp holdes væk fra filterets aktive dele.

Dermed bliver filterets kapacitet betragteligt forøget. Også for brugere med meget tyndt poseindhold er denne nyudvikling en stor gevinst. Væsken bindes af det superabsorberende materiale, hvorved risikoen for tilstopning og gennemsivning reduceres.

Produkterne får du gennem din sædvanlige leverandør – ring til os og få tilsendt prøver.

Roland Healthcare ApS; tlf.: 4814 2080; e-mail: [info@roland1.dk](mailto:info@roland1.dk)

Roland Healthcare ApS  
Hvidehusvej 34, DK-3450 Allerød  
[www.rolandhealthcare.dk](http://www.rolandhealthcare.dk)

<sup>\*)</sup> Filteret er patentanmeldt.

## COPA REGNSKAB 2008

### RESULTATOPGØRELSE FOR PERIODEN 1. JANUAR TIL 31. DECEMBER 2008

	kr.
<b>IND</b>	
Kontingenter.....	502.256
Gaver og arv.....	1.844.887
Støtte formålsbestemt.....	422.878
Tips og lotto.....	1.065.745
Deltagerbetaling.....	210.850
Andre tilskud.....	0
Renteindtægt og aktieudbytte.....	168.637
Annonceindtægt.....	351.807
<b>INDTÆGTER I ALT.....</b>	<b>4.567.060</b>
<b>UD</b>	
Copa-bladet.....	450.272
Sommerlejr.....	212.507
Familieweekend.....	149.684
Junior-COPA.....	41.211
Midt i Livet.....	132.833
Ungdommen.....	3.246
Rådgiveruddannelse.....	71.864
Medlemsudgifter.....	344.496
Gave, Ukraine.....	20.056
Kørsel, rådgivning.....	24.413
Udstillinger, PR.....	503
FU-møder.....	10.461
HB-møder.....	32.835
Andre møder.....	5.890
Interessegrupper.....	10.363
Formandsrejser.....	13.515
Internationale møder.....	70.461
Brochurer.....	0
Lønninger.....	578.423
Lokaleomkostninger.....	96.858
Administrationsomkostninger.....	136.511
Legater.....	0
Honorar.....	41.000
<b>OMKOSTNINGER I ALT.....</b>	<b>2.447.402</b>
Omkostninger i alt.....	2.447.402
Foretagne hensættelser.....	0
<b>OMKOSTNINGER.....</b>	<b>2.447.402</b>
<b>INDTÆGTER I ALT.....</b>	<b>4.567.060</b>
<b>UDGIFTER I ALT.....</b>	<b>2.447.402</b>
<b>DRIFTSRESULTAT.....</b>	<b>2.119.658</b>
Kursregulering.....	-123.970
<b>DRIFTSRESULTAT EFTER KURSREGULERING.....</b>	<b>1.995.688</b>
Egenkapital pr. 1. jan. 2008.....	2.171.628
Overført egenkapital FAP pr. 1. jan. 2008.....	0
Årets resultat.....	1.995.688
<b>EGENKAPITAL I ALT.....</b>	<b>4.167.316</b>



## Retten til lige muligheder

Kunstneren Leif Sylvester og trykkeriet KLS Grafisk Hus har foræret Danske Handicaporganisationers en plakat i anledning af organisationens 75-års jubilæum. Stiftet i 1934 er DH verdens ældste paraplyorganisation af sin art. DH rummer 32 selvstændige handicaporganisationer, fra Autismeforeningen og Dansk Blindesamfund til Muskelsvindfonden og Gigtforeningen.

Leif Sylvester syntes ikke, at det var let at finde et passende motiv for til jubilæumsplakaten, for hvordan skal man vise alle handicap uden at udstille et enkelt? Alligevel kunne han sagtens forestille sig sine figurer som repræsentanter for Danske Handicaporganisationer, for som han siger: "Alle mine figurer er jo lidt handicappede! De er lidt skæve og anderledes."

Motivet på plakaten er et typisk Leif Sylvester-motiv med skæve figurer, der ikke lader sig beskrive inden for rammerne af det normale. Det originale billede hedder



"Kom så unger!" og er i dag i privat eje, men Leif Sylvester har indvilliget i at bruge motivet på jubilæumsplakaten under mottoet "For retten til lige muligheder".

"For retten til lige muligheder" er mottoet for Danske Handicaporganisationers

arbejde, der i jubilæumsåret blandt andet handler om at få Danmark til at ratificere FN's handicapkonvention, hvor det bærende princip netop er, at personer med handicap får ret til lige muligheder.

Stig Langvad - formand for Danske Handicaporganisationer - er glad for plakaten's motiv.

- "Det passer godt til vores organisation. Kvinden med hænderne omkring børnene viser den omsorg, som vores arbejde handler om", udtaler Stig Langvad.

Plakaten skal i resten af 2009 være med til at sætte fokus på Danske Handicaporganisationers arbejde - centralt og i de 97 lokalafdelinger. ■

*Danske Handicaporganisationer (DH) blev stiftet i 1934 som De Samvirkende Invalideorganisationer (DSI). DH fik sit nye navn ved årsskiftet 07/08. DH består af 32 handicaporganisationer - heriblandt COPA - og er organiseret med kommunale afdelinger, der blandt andet udpeger repræsentanter til handicaprådene.*

*Se mere [www.handicap.dk](http://www.handicap.dk)*





## Gaver og arv

Boøført 10/2 - 07/04 2009

Anna Engstrup.....	75,00 kr	Jan Jensen.....	75,00 kr
Marianne Hansen.....	100,00 kr	S. Samuelson.....	25,00 kr
Eva Skjoldborg.....	275,00 kr	Søren Finnerup.....	100,00 kr
Johny Frederiksen.....	100,00 kr	K. Hansen.....	100,00 kr
Marianne Rasmussen.....	75,00 kr	Lisbeth Jensen.....	75,00 kr
Viola Jensen.....	75,00 kr	Tove Ager.....	50,00 kr
Margit de Groot.....	500,00 kr	Solvej Hansen.....	25,00 kr
Susanne Johansen.....	75,00 kr	Bente V. Rasmussen.....	25,00 kr
Henning Granslev.....	75,00 kr	Villy Søgaard.....	75,00 kr
Karl Petersen.....	25,00 kr	Niels Hansen.....	100,00 kr
Jytte B. Hansen.....	275,00 kr	Martin R. Mølby.....	50,00 kr
Emmy Pedersen.....	100,00 kr	K. Iwersen.....	100,00 kr
Eva Wilki.....	100,00 kr	A. Christophersen.....	75,00 kr
Dorit Svendsen.....	75,00 kr	Arna Schnoor.....	125,00 kr
Kay Dideriksen.....	125,00 kr	Bo Persson.....	100,00 kr
Jane Frisk.....	75,00 kr	Jørn Christiansen.....	125,00 kr
Bent Skovby.....	125,00 kr	Majbritt Nielsen.....	25,00 kr
Poul Bentsen.....	75,00 kr	Pia Groth.....	75,00 kr
Knud Skovg. Petersen.....	200,00 kr		
Kjestine Rasmussen, FRIMÆRKER.....	120,00 kr		
Ester Møller.....	200,00 kr		
Ellen Marg. Jensen.....	125,00 kr		
Charles Bensimon.....	25,00 kr		
Sonja Christiansen.....	50,00 kr		
Preben Christensen.....	100,00 kr		

COPA

takker på det hjerteligste.

## Kommuner får ny inspiration til indsats på handicapområdet

Servicestyrelsen lancerer nu i et tema om handicap og medborgerskab 30 eksempler på god social praksis for borgere med handicap.

På Servicestyrelsens hjemmeside [www.godsocialpraksis.dk](http://www.godsocialpraksis.dk) kan man blandt andet finde eksempler på, hvordan kommunerne mindsker antallet af nødvendige magtanvendelser, og hvordan handicappede borgere sikres størst mulig selvbestemmelse.

Indenrigs- og socialminister Karen Ellemann er meget tilfreds med, at kommunerne nu kan dele viden med hinanden.

*"Det er godt at se, hvordan kommunerne aktivt påtager sig ansvaret for deres handicappede borgere, udvikler nye metoder og formulerer langsigtede mål for udviklingen af området. Vi kan skabe rammerne for en god handicappolitik, men det er helt afgørende, at kommunerne udfylder de rammer lokalt",* siger indenrigs- og socialminister Karen Ellemann. Temaet præsenterer spændende redskaber til at udvikle kommunernes handicapindsats. I Århus Kommune har man f.eks. udviklet et system til at måle effekten af deres indsats. Se de 30 eksempler på [www.godsocialpraksis.dk](http://www.godsocialpraksis.dk) eller [www.servicestyrelsen.dk](http://www.servicestyrelsen.dk) Se også side 29 dette blad: 'Hver anden borger med handicap er utilfreds med den kommunale sagsbehandling'.

Bestil dine varer på nettet, når det passer dig og nyd solen, mens dine varer når frem!

**www.onemed.dk**

Vor net-butik er åben 24 timer i døgnet!

**DANPLEJE**  
ONEMED DENMARK A/S



## LÆSERNE SKRIVER

Skriv til COPA. Del din mening, erfaringer eller andet med andre COPA-medlemmer. Copa-bladets redaktion forbeholder sig ret til at forkorte, afvise eller udskyde læserbreve. Ønsker du dit læserbrev bragt anonymt, skal redaktionen kende dit navn og din adresse.

**BREVPOST ADRESSE**  
COPA, Rønnedevej 10, 1.  
4100 Ringsted

**MAIL ADRESSE**  
bladet@copa.dk

**HUSK** når du sender via mail også at skrive dit navn og postadresse.



### Hollister sætter ny filterstandard

#### - og vinderen er.....

I COPA bladet nr. 2, 2009 kunne du læse om det nye AF300 filter fra Hollister samt bestille prøver på produkter med dette nye filter.

AF300 filteret sætter en ny filterstandard og har følgende fordele:

- Forbedret luftgennemstrømning, giver minimal risiko for uønsket luft i posen.
- Et lille filter med stor kapacitet, der giver en effektiv filtrering af uønsket lugt.
- Gore™ medicinsk membran beskytter filteret mod enhver form for væske – både udefra og indefra – uden brug af filterbrik.

Mange har bestilt produktprøver og returneret det medsendte spørgeskema. Blandt disse har vi trukket lod om 2 biografbilletter. Den heldige vinder er: **Leif Reus, Aabenraa**. Vinderen vil modtage biografbilletterne pr. brev.

Ønsker du mere information om AF300 filteret eller har du ikke fået bestilt prøver endnu, er du velkommen til at kontakte Dansac & Hollister Danmark, tlf. 4846 5100 eller e-mail: [hollister.dk@hollister.com](mailto:hollister.dk@hollister.com). Her kan du også tilmelde dig vores nyhedsbrev. **Pernille Enevoldsen**

**Salgs- og Marketingkoordinator  
Dansac & Hollister Danmark  
Danstrupvej 25F, 3480 Fredensborg**

AF filter 300.



### Vedrørende Per Olsens brev i Copa-blad 3/2009

Der vil jeg give ham helt ret i disse ting, han kommer frem med. Jeg blev selv stomiopereret 3. december 2008. Meldte mig ind i COPA januar 2009, for at se, om der var noget at hente fra andre. Men det har der ikke været meget noget af i bladet. Kun solskinsfortællinger, men det er jo også godt nok, at folk kommer videre med livet. Men de må da også have haft diverse problemer efter deres operation. Hvordan de er kommet videre derfra, det er det vi søger efter.

Men der er jo også en dagligdag – der skal køre – ikke? Men derfor kunne mange som har haft det i mange år, de må da kunne fortælle os andre nye, hvad de har fundet ud – igennem den tid de har haft det. Disse små tricks, som må være der et sted som vi andre måske kan få gavn af.

Det er jo lidt af en omvæltning, når man får stomi (urostomi). De første måneder gik man lidt for sig selv, til man fandt ud hvordan og hvorledes man skulle klare dette problem – nu og fremover.

Det vi nok efterlyser er om man har de rigtige ting – man bruger – eller der er noget andet som er bedre end det man har.

Jeg kan oplyse at jeg bruger Hollister pose 27350 og 35500 til at sætte på huden. Virker godt til nu, men er der noget der er bedre end det?

Og hertil sidst kan jeg ikke se, hvorfor er svaret fra formanden ikke i bladet. Hvorfor kan vi andre ikke læse det; synes det er mærkeligt - så send det i næste nummer, tak. (Det er jo en brevkasse, ikke?).

*Aage Andersen, Box 77, 3952 Ilulissat, Grønland [tanya@greenet.gl](mailto:tanya@greenet.gl)*

### Gengivelse af Henning Granslevs svar på mail til Per Olsen:

#### Hej Per

Her er et par svar på dine spørgsmål vedrørende åbenhed om stomi m.m.

#### • Socialt

Her er det meget forskellig, hvorledes vi reagerer. Men på medlemsmøderne kan man sagtens få en debat igang ved at spørge om, hvorledes de fremmodte har klaret det nye liv med stomi.

#### • Lægeligt

Hvis der er problemer med en prolaps, bør man altid kontakte sin stomisygeplejerske, der så måske vil henvise til den opererende læge på sygehuset. Evt. kan problemet klares med pasta eller en bedre hudplade.

#### • Stomiplader

Ja, stomiplader kan leveres fra leverandøren med udskåret hul.

#### • Råd og tips

Her vil det være fint med at indsende gode råd og tips til bladet, så kan andre læsere også få gavn af dem.

Du har også altid mulighed for at skrive et læserbrev til bladet, så kan andre give deres mening til kende i næste blad.

Og på vores hjemmeside kan der skrives og spørges om alt muligt mellem himmel og jord. Det er nok her, der er mest aktivitet vedr. spørgsmål om stomi/reservoir og livet med stomi. Det er hurtigt, og mange vil give deres mening til kende.

I et medlemsblad vil der gå 2 måneder fra et spørgsmål til et svar.

Jeg håber, du kan bruge lidt af dette.

*Hilsen Henning Granslev, landsformand*



## Svar til Aage Andersen Ilulissat, Grønland

I Copa-bladet under *"Læserne skriver"* kan medlemmerne selvfølgelig give hinanden gode råd og erfaringer om livet med stomi m.m.

Men som udgangspunkt hverken ønsker eller vil Stomiforeningen COPA anbefale en helt præcis pose/plade fra en bestemt producent. Der findes ikke dårlige produkter på markedet. Alle producenter har gode hjælpemidler. COPAs rådgivere anbefaler normalt ikke en pose/plade fra en producent. Man kan ubevist komme til at give et helt forkert råd, hvis der er problemer med huden eller stomien.

Det er op til den enkelte bruger (evt. i samråd med en stomisygeplejerske) at vælge helt præcist det produkt, der er bedst egnet til behovet for en god og sikker dagligdag med stomi. Når og hvis der er problemer med stomihjælpemidlerne, bør man altid kontakte stomiambulatoriet.

Det er også helt korrekt, at i begyndelsen af den nye dagligdag med en pose på maven, er livet ikke altid rosenrødt. Hvis der er behov for et råd om mange forskellige spørgsmål vedr. det at leve med en stomi/reservoir, kan man altid kontakte COPAs sekretariat. Britta Mogensen vil så finde en rådgiver, der vil være behjælpelig med gode råd og besvare spørgsmål.

Nu bor du, Aage Andersen, på Grønland, så det vil ikke være muligt for rådgiveren at komme på besøg hos dig. Men COPA kan altid tilbyde en telefonrådgivning. Hvis du har eller får problemer med stomi, hud, poser m.m. bør du kontakte Dr. Ingrid's Hospital, Kir. Afd. K12, 3900 Nuuk, tlf. 00 299 34 00 00 lokal 4251.

På COPAs hjemmeside er der et forum, hvor man kan spørge

om alt muligt. Jeg vil anbefale at bruge dette, Peter Sørensen fra København svarer meget hurtigt på alt vedr. stomi m.m. Og der kommer ofte gode råd og erfaringer fra mange andre brugere i COPA Forummet.

I Copa-bladet er man selvfølgelig altid velkommen til at give gode råd og sine erfaringer videre til foreningens medlemmer og alle andre, der kan have gavn af informationerne.

*Hilsen Henning Granslev*

## Nyt navn

Danmarks Blindebibliotek, DBB, har skiftet navn.

Fra 1. juni 2009 er navnet *Nota – Nationalbibliotek for mennesker med læsevanskeligheder*. Nota er ikke længere et bibliotek forbeholdt synshandicappede. Nota giver også ordblinde adgang til sine omfattende samlinger af bøger og tidsskrifter på lyd og andre alternative læsemedier.

Nota vil gerne give mere til flere. Find Nota på nettet: [www.Nota.nu](http://www.Nota.nu) eller benyt netbiblioteket: [www.el7.dk](http://www.el7.dk). Kontakttelefon: Indmeldelse og abonnement, tlf. 3927 4444. ■

**Nota**  
Nationalbibliotek  
for mennesker med  
læsevanskeligheder

# PELICAN

Pouches

- Konvekse **PELICAN** poser er i høj grad effektive mod lækage, hvilket som bekendt kan give hudløshed



- Colostomi
- Ileostomi
- Urostomi



- Eakin konvekse **PELICAN** poser er den nye generation af konvekse stomiposer. De giver en unik fleksibel konveksitet som kan tilpasses til alle stomityper afhængig af dine individuelle behov

Kontakt for yderligere information og gratis prøver:

**Focuscare Denmark ApS**  
Hospitals- og sygeplejeartikler  
Østervangsvej 21  
8900 Randers

Focuscare



Tlf. 49 26 13 99 • Fax 49 21 02 57 • [info@focuscare.dk](mailto:info@focuscare.dk) • [www.focuscare.dk](http://www.focuscare.dk)





# NYT FRA LOKALFORENINGERNE



**København/  
Frederiksberg**

**Lokalformand:**  
**Peter Sørensen,**  
Arhus Plads 6, 2.th., 2100 København Ø  
Tlf.: 3538 9148  
E-mail: [nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk)

Siden sidst

## Post & Tele Museum



Vi var en lille flok der 5. maj mødtes i Købmagergade foran museet.

Der var 2 udstillinger vi kunne se, dels den permanente der viser brevpost, telegrafi og telefoniens udvikling; der er altså ikke noget

at sige til at det er svært at vænne sig til ny teknik, med sms, mms og alle de andre forkortelser - det er gået meget hurtigt de sidste årtier. Særudstillingen var om Selma Lagerlöf og viste hendes liv, karriere som forfatter nobelprismodtager og ejer af herregården Mårbacka - spændende sat op med tableauer og informationstavler.

Efter at have fyldt hjernerne, fortsatte vi med kaffe og hjemmebagte kager i museets cafe, der ligger på toppen af huset, med en af Københavns bedste udsigter over tage og spir.



Siden sidst

## Skovtur

40 medlemmer fra Storkøbenhavn og København Frederiksberg gjorde 6. juni Vestsjælland usikkert.

Vi blev afhentet 09.30 på Pilegården af Henrik, der er

vognmand hos Sally busser; han kørte via Ballerup et smut til Roskilde havn, hvor vi kunne strække ben, få lidt koldt og klare de små ærinder, vi nu engang har.

Derefter gik turen vestpå, forbi Holbæk mod Jyderup, vi endte lige til spisetid, på Bro mølle Kro, Danmarks ældste kro, den har fungeret som udskænkningsssted siden 1198 og ligger i et skovområde ved Åmose å.

Maden var god - kold buffet med lunt, hjemmelavet og rigelig, ligesom COPA-folk kan lide det.

Så kørte vi videre og endte på Dragsholm slot, hvor nogle tog med på guidet tur - rundt på slottet.

Guiden var rigtig god så vi fik en masse at vide, om dets historie, og var hele vejen rundt med både jarlen af Botwell og den indemurede jomfru Cecilie, som efter sigende skader dem, der ikke hilser på hende, så vi sagde alle pænt god dag.

En lille flok blev ved bussen og fik lidt kaffe og småkager, og da der igen var samling på tropperne gik turen retur til både "store og lille København", hvor de sidste blev sat af klokken 18.00.

Tak til Marianne og hendes mand Jakob, for en god planlægning, til vores sikre chauffør Henrik og ikke mindst til nye og gamle deltagere; I er selv med til at skabe en god tur ved jeres måde at være på.

Kommende arrangement

## Medlemsmøde 23. september

Vi starter op i slutningen af september med et medlemsmøde på Pilegården, onsdag den 23/9, hvor vi får besøg af Dorte Skaarup Schmidt, stomisygeplejerske på Rigshospitalet, nærmere om klokkeslæt og tilmelding i næste Copa-blad, der udkommer september.

Vi ønsker jer alle en god sommer.

*P.b.v. Peter Sørensen*



## Storkøbenhavn

Lokalformand:

Marianne R. Bodi

Søborg Hovedgade 211, 4-A

2860 Søborg

Tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)



Yderligere kontaktperson:

Carina Christiansen,

Sønderlundsvej 21, st.tv., 2730 Herlev

Tlf.: 4491 6199

Siden sidst

### Generalforsamling - god eftermiddag

Vi afholdt generalforsamling lørdag d. 14. marts.

Formanden bød velkommen til årets generalforsamling og første punkt på dagsorden var valg af dirigent og Annemarie Jørgensen blev enstemmigt valgt. Dirigenten kunne konstatere at generalforsamlingen var lovlig indkaldt.

Formandens beretning blev enstemmigt vedtaget.

Kassererens reviderede regnskab blev ligeledes enstemmigt vedtaget.

Valg:

- Lisbeth Estrup blev genvalgt til bestyrelsen for 2 år.
- Gethe Jacobsen blev valgt til bestyrelsen for 2 år.
- Jonna Christiansen blev valgt til suppleant for 1 år.
- Birthe H. Hansen blev genvalgt til intern revisor for 1 år.
- Annemarie Jørgensen blev genvalgt til revisorsuppleant for 1 år.

Under evt. tog Hugo Harfot emnet op omkring stomipleje. Hans svigermor var 86 år da hun fik stomi og hjemmesygeplejen skulle stå for stomiplejen. Men det har ikke fungeret i de snart 4 år hun har haft stomi. Hugo Harfot foreslog, at man i bestyrelsen/hovedforeningen var meget opmærksomme på dette problem – for det kan jo ramme alle der har stomi og en dag kan man måske ikke længere selv passe stomien.

Der kom en god diskussion i gang.

Dirigenten takkede for god ro og orden.

Vi havde inviteret Anette Skytte fra fa. B. Braun til at komme denne eftermiddag og det var en rigtig god og lærerig eftermiddag - som altid.

Siden sidst

### Skovtur

Skovturen med København/Frederiksberg blev afholdt lørdag den 6. juni. Se mere under København/Frederiksberg.

Kommende arrangement

### Zoologisk Have 27. august

Vi siger godnat til dyrene i Zoologisk Have torsdag den 27. august. Vi mødes foran Hovedindgangen til Zoologisk Have kl. 18.45. Rundvisningen begynder kl. 19 og slutter kl. 21.

Tilmelding: Carina tlf. 4491 6199 *senest 6. august.*

Kommende arrangement

### Bankospil 31. oktober

Vi slutter året af med en omgang bankospil den 31. oktober kl. 13. Meget mere i næste nummer af Copa-bladet.

*P.h.v. Marianne R. Bodi*

## Bornholm



Lokalformand:

Christian Stentoft

Thorkildsvej 78

3700 Rønne

Tlf.: 5695 2133

Siden sidst

### Ørne, solskin og gratis lagkage

Søndag den 17. maj var vi 12 medlemmer, der overværede et spændende rovfugleshow. Nogle af fuglene kom tæt ind på os. De måtte godt berøre os, men vi måtte ikke røre ved fuglene. Det var utroligt spændende, selvfølgelig mest med de store fugle som gribbe og ørne. Efter showet kørte vi til Almindingen, hvor vi spiste vores medbragte mad på Shelterpladsen syd for Travbanen. Det var dejligt solskin og vi havde det dejligt. Efter et par timer her kørte vi til Christianshøjekroen og drak kaffe med hjemmebagt lagkage. Vi delte den første lagkage op i 12 stykker, så alle fik lige meget. Der var kommet et nyt forpagterpar på kroen og fru syntes, vi skulle kræses lidt for, så vi reddede os nok et stykke lagkage. Vi hyggede os i Rømerstuen i en times tid og kørte så hjem til aftensmaden.

*P.h.v. Christian Stentoft*

### Danmarks første "Patientforeningsdag" for kræftramte

**- Kræftens Bekæmpelse ønsker netværk på tværs af patientforeninger**

"En hel del kræftramte og deres pårørende på Bornholm fik søndag lejlighed til at høre nærmere om kræftens mange former og behandlingstilbud, og de fik ikke mindst lejlighed til at møde hinanden på tværs af kræftformer og mulighed for at danne nye netværker.

Sidstnævnte var det helt centrale, da Kræftens Bekæmpelse på Bornholm og landsforeningens patientstøttearbejde inviterede til den første patientforenings dag. Det oplyser chefen for Kræftens Bekæmpelses patientstøttearbejde Anne Nissen til Bornholms Tidende.

Mange af de kræftramte er i forvejen med i forskellige patientforeninger og har også dannet netværker på Bornholm, men ønsket fra Kræftens Bekæmpelse var også, at man fik lejlighed til at danne netværker på tværs af patientforeningerne.

Ved indledningen på mødet, der blev holdt på Hotel Griffen i Rønne, oplyste Anne Nissen, at der nu er 15 patientforeninger med fokus på forskellige kræftformer i Danmark, og der kommer flere og flere til. Det er vigtigt, at kræftramte får mulighed for at møde andre i samme situation som en selv, understregede hun, og at den første patientforeningernes dag blev afholdt på Bornholm begrundede hun med, at øen er et afgrænset område."

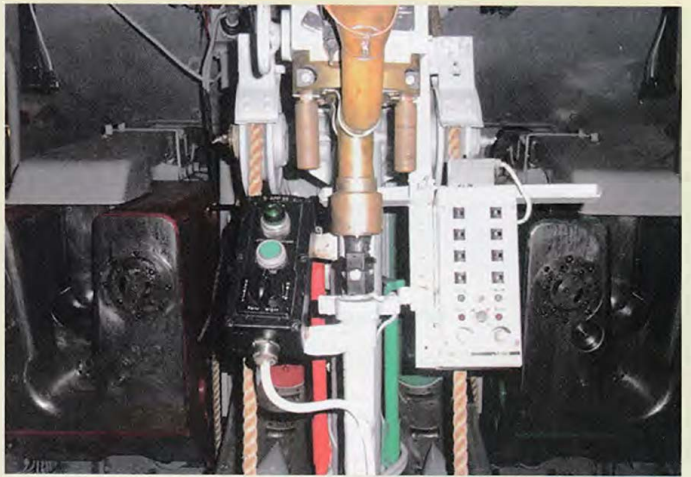
*Bornholms Tidende 8.6 2009*





# Frederiksborg

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



Kommende arrangement og siden sidst

## Kære medlemmer i Frederiksborg Lokalforening

Bestyrelsen holder nu sommerpause, men til oktober har vi efterårets første medlemsmøde. Mødet afholdes i forbindelse med den Internationale Stomidag den 3. oktober, og vi er godt i gang med planlægningen. Mere herom i septembernummeret af bladet.

Jeg kan nu fortælle lidt om, hvordan sommerudflugten til Stevns Fort den 16. maj 2009 er forløbet. Vejret var ikke ligefrem med os - for at sige det rent ud - så øsregnede det. Nå, det gjorde nu ikke så meget for vi skulle mest være inde, troede vi, men



nej, der var en del at se på udendørs også. Heldigvis havde de fleste paraplyer med, og de holdt til trods for en strid blæst.

Vi havde en meget engageret guide, der virkelig kunne fortælle levende om forholdene på fortet, dengang det var bemanded. Det var ikke et job, der var særlig misundelsesværdigt set fra en civilists synspunkt.

Det var også meningen at vi skulle have gået tur i den kønne park omkring Vallø Slot inden frokosten, men vores chauffør kørte os i stedet rundt i den flotte natur med nyudsprungne træer og gule rapsmarker. Da vi nåede Højeruplund, som kun lå ca. 10 min. kørsel væk, havde vi virkelig brug for noget varm kaffe til at styrke os på.

Ingen er jo herre over vejret, så på trods af regn og blæst fik vi alligevel en god tur, hvor humøret som sædvanlig var i top hos deltagerne.

*P.b.v. Gisela Schjøtt*







# Roskilde

**Lokalfører**  
**Jette Frederiksen**  
 Kirkegårdsvej 7  
 Gundsømagle  
 4000 Roskilde.  
 Tlf.: 4673 0587  
[www.roskilde.copa.dk](http://www.roskilde.copa.dk)

Fotos: Jørgen Jensen og Tove Christiansen.

## Kommende arrangementer

### Stomidag og generalforsamling

#### International Stomidag d. 3. oktober

Vi er ved at planlægge en tur til Operahuset denne dag med rundvisning og spisning. Der kommer nærmere oplysninger i det næste Copa-blad, men vi kan allerede nu nævne, at arrangementet bliver fra kl. 14.00 til ca. 17.15.

#### Generalforsamling

Generalforsamling d. 19. oktober 2009, sæt kryds i kalenderen, nærmere følger.

*P.b.v., Tove Christiansen*

## Siden sidst

### Vellykket sommerudflugt

Den årlige sommertur gik i år den 21. maj, Kristi himmelfartsdag, til Kerteminde på Fyn. Det har længe været på ønskesedlen at aflægge Johannes Larsen museet et besøg.

Turen startede i Roskilde med Leifs bus kl. 08.30 med efterfølgende opsamling i Greve og Køge. Undervejs til Fyn blev der gjort et ophold ved Slagelse for en lille strækkepause, inden turen fortsatte til Kerteminde, hvor vi skulle være kl. 12.30 for at indtage en frokost på restaurant Marinaen. Restauranten ligger perfekt helt ud til vandet ud for Kerteminde lystbådehavn.

Efter vel overstået frokost vandrede deltagerne de ca. 250 meter fra Marinaen op til Johannes Larsen museet, der ligger meget smukt højt på Møllebakken med vid udsigt over lystbådehavnen og Kerteminde Fjord.

Johannes Larsen med fru Alhed flyttede ind i villaen på Møllebakken i 1901. Stedet blev hurtigt et samlingspunkt for mange kunstnere og forfattere. Med tiden blev bygningerne

udvidet og ombygget.

Således rummer museet i dag bl.a. kioskbygning, kunstnerparrets villa, værkstedet og vinterhaven, udstillingsbygningerne, Samlingen og Vingen, Vinhuset, Kaffehuset

og Svanemøllen der i dag forefindes i pæn restaureret stand.

Kl. 15.30 steg vi atter ombord i vores bus for at køre til Nyborg, hvor vi skulle indtage eftermiddagskaffen på Cafe Rembrandt, der ligger midt i byen ud til havnen. Således mætte af indtryk indledte vi hjemturen kl. ca. 16.30 med den overbevisning, at vejret, der havde vist sig fra den bedste side med masser af sol, havde gjort sit til at dagen havde været vellykket.

*P.b.v. Johnny Frederiksen*







**Vestsjælland**

*Lokalformand:*  
**Grethe Krog**  
 Syvendeskovvej 33  
 Undløse  
 4340 Tølløse  
 Tlf.: 5918 9693



Siden sidst

## Ingen tulipantur

Vi måtte desværre aflyse udflugten til Gavnø på grund af for lille tilslutning.

Kommende arrangement

## Medlemsmøde 17. september

Mødet er på Slagelse Sygehus lokale 9 (det gamle vaskeri) indgang fra Ingemandsvej. Mødet starter kl. 16. Sluttidspunkt afhænger af spørgelyst. Vi slutter af med noget at spise.

Emnet er: Brok og støttebandager. Overlæge Ove Bendsen og stomi sygeplejerske Anni Weber vil fortælle om behandling og forebyggelse af brok. En repræsentant fra firmaet Eto Garment vil vise støttebandager og undertøj.

Af hensyn til fortæring er det nødvendigt med *tilmelding en uge før*.

Vi vil forsøge med samkørsel, hvis der er brug for det. Tilmelding hos Lene Christiansen tlf. 5926 4288 eller Grethe Krog tlf. 5918 9693.

Kommende arrangement

## Julefrokost

Husk også at sætte kryds i kalenderen til julefrokosten den 6. december.

*P. b. v. Grethe Krog*



**Storstrøm Nord**

*Lokalformand:*  
**Merete Møller**  
 Ærtebjergvej 28, Lund  
 4660 Store-Heddinge  
 Tlf.: 5650 8042  
 E-mail: [eterem@privat.dk](mailto:eterem@privat.dk)



Siden sidst

## Kør selv-udflugt til Geocenter ved Møns Klint

Den 6. juni viste vejrguderne sig fra den skikkelige side – kun få regnbyger og ellers sol, så det var en god dag til et møde med fortiden. Geocentret ligger meget smukt og er absolut et besøg værd, så vi skred ned ad trappen gennem millioner af år og blev mødt af dyr, hvor af nogle blev til kridt og andre endte som forsteneringer. Danmarks fødsel er vist på en meget illustra-

tiv måde, ganske flot. Den nye 3-D biograf var en oplevelse, hvor fik man kastet havuhyrer lige i hovedet, så man måtte dukke sig. Især kæmpeblæksprutten var imponerende og folk hoppede i stolene.

Efter alle oplevelserne spiste vi i cafeteriet og hyggesnakkede og derefter var det farvel-tid. Tak til deltagerne for det medbragte gode humør og den aldrig svigtende entusiasme. Endnu en god COPA-dag.

Kommende arrangement

## Høstfest

Lørdag d. 26. september er der høstfest på "Højruplund", der som bekendt ligger ved Stevns Klint. Vi var der sidste år, så vi gentager succesen. Vi mødes kl. 13.00 og har selvfølgelig bestilt godt vejr i dagens anledning. *Tilmeldingsfrist: Senest mandag d. 14. september* til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042. Eventuel samkørsel kan arrangeres. Deltagerpris: kr. 150.- for medlemmer, kr. 300.- for ikke-medlemmer. Børn går til halv pris – også de gode spisere.

Kommende arrangement

## Stomidag

Lørdag d. 3. oktober er der International Stomidag under mottoet "Reaching Out" – på dansk vil det sige at nå ud med budskabet og gøre omverdenen opmærksom på det at have en stomi. Bestyrelsen arbejder på sagen, og I hører nærmere.

Kommende arrangement

## Medlemsmøde i Næstved

Lørdag d. 24. oktober mødes vi i Dania 5 i Næstved kl. 13.00. Vi får besøg af Stomocur, som vil vise de sidste nye produkter frem. Lokalforeningen er som sædvanlig vært ved kaffe og spising, og det plejer at være helt fint. Vi glæder os til at se jer, så vi kan få en god eftermiddag med mange spørgsmål til fa.. Stomocur. *Tilmeldingsfrist: Senest mandag d. 12. oktober* til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042.

Kommende arrangement

## Julemøde

Julemøde d. 5. december kl 13.00. Så skal vi til Restaurant Skovfogedstedet v. Vemmetofte Strand! Der er kommet folk til, som ved, hvordan man laver mad, så nu tør vi godt vende tilbage. Der skal som sædvanlig medbringes spændende gaver til en værdi af ca. kr. 25.- så vi kan få gang i gaveriet, det bliver lotteri og julesang og alle herlighederne kan fås for kr. 150.- for medlemmer, kr. 300.- for ikke-medlemmer. Husk at medbringe julehumør! *Tilmeldingsfrist: Senest mandag d. 16. november* til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042. Samkørsel kan eventuelt arrangeres.

Det var så arrangementerne for resten af året. Der bliver nok skrevet mere om dem i følgende blade – men så er I advaret!

*P.b.v.  
 Merete Møller*





**Lolland/Falster**

**Lokalfornænder:**  
**Marianne Andersen**  
 Mejerivej 4, 4892 Kettinge  
 Tlf.: 5487 3100



Kommende arrangement

### International Stomidag 3. oktober

I forhold til sidste blad er der kommet lidt flere oplysninger om arrangementet den pågældende dag. Foreløbig har vi lavet en aftale med Jannie Ottosen, der er professionsbachelor i ernæring og sundhed, om at komme og holde et foredrag. Mere herom i næste blad.

Eventuelle kommentarer kan rettes til undertegnede  
 - tlf. 2293 9840.

P.b.v.

Morten Friis Hansen

Kommende arrangement

### 19. august mødes vi på parkeringspladsen ved Svaneapoteket kl. 19.00 - guidet tur rundt i Nykøbing Falster

Som omtalt i sidste blad arrangeres der en guidet tur rundt i Nykøbing Falster onsdag d. 19. august. I stedet for Slotsbryggen mødes vi ved parkeringspladsen ved Svaneapoteket kl. 19.00, hvor vi vil blive afhentet af guiden. Som omtalt sidst er der et begrænset antal på 25 deltagere, som uddeles efter "først til mølle"-princippet. Efter de 2 timers rundtur returnere vi til parkeringspladsen, hvor der vil blive budt på en lille forfriskning.

Af praktiske hensyn bedes man tilmelde sig  
 senest d. 14. august 2009 til Marianne Andersen på  
 tlf. 5487 3100 eller 2964 8431.

### STØT COPA

Send stemplede frimærker til:

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



## Kirudan har fået nyt navn - MEDIQ Danmark



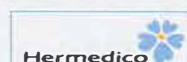
### Stomiprodukter - Et aktivt liv med tryghed

Vi fører et komplet sortiment og kan levere fra dag til dag.  
 Rådgivning og bestilling, Tlf. 3637 9130

**MEDIQ Danmark A/S**  
 Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby  
 www.mediqdanmark.dk



+



=







Fyn

Lokalformand:

Poul Erik Andersen  
Mullerupvænget 12  
5230 Odense M  
Tlf.: 6615 8512



Yderligere kontaktperson:

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

### Bestyrelsen COPA-Fyn

- Formand: Poul Erik Andersen
- Næstformand: Jørgen Rasmussen
- Kasserer: Dorte Hansen
- Sekretær: Tove Woldby
- Menigt medlem: Birgit Nielsen
- Suppleant: Elly Ibsen Bjerregård

Siden sidst

### Bustur

Lørdag d. 16. maj tog 34 forventningsfulde deltagere bussen ud i det blå. Vi blev samlet op på forskellige destinationer, som gjorde, at vi kun kunne regne ud, at vi skulle krydse Storebælt. Formand Poul Erik Andersen bød velkommen og foreslog en lille gættekonkurrence om turens endemål. Af de 25 svar havde kun 5 deltagere gættet rigtigt: Vi skulle til Knuthenborg Park og Safari.

Efter Korsør holdt vi pause. Chauffør Erik havde lavet kaffe, formanden og hans hustru havde sørget for smurte rundstykker og foreningen gav en morgenbitter. Da vejret var vådt og gråt – og dermed fortrinligt til en bustur – tog vi morgenkaffen indendørs, før vi kørte videre gennem et forårsklædt sydsjællandsk landskab. Vi havde god tid, så chaufføren valgte de smukke ruter.



Vel ankommet til Knuthenborg Park og Safari var vi "prøveklude" til buffeten i Bæverhalehuset. Det kan anbefales. Her kunne alle blive mætte – også vegetarerne. Efter frokosten blev vi i bussen guidet gennem parken af Mette. Hun læser biologi på universitetet i København og supplerer den sparsomme SU med jobbet i Knuthenborg Park og Safari og omsætter den opsamlende viden i parken til studierne, så hun fandt god mening i jobbet. Hun havde et "føl" med – Stinne – som skulle begynde som guide denne sæson. Mette fortalte om parkens etablering, om Bandholm Havns store betydning for trafikken med dyrene mens vi kørte gennem den meget smukke park med gamle og sjældne træer og hvor de kolossalt store rododendroner stod i fuldt flor.

Vi havde en times guide, så vi kunne ikke nå det hele og måtte undvære grevindens fugle og abe-verdenen. men vi så alle 5 tigre, 3 af de 4 flodheste, alle girafferne, gnuerne og gederne. Vi hørte om udryddelsen af bisonokserne og forsøgene på at sikre en levedygtig bestand. Vi så forskellige hjorte og køer med store horn og kamelerne, der dagen før havde udvidet bestanden med et føl.

Undervejs på turen passerede vi forskellige velholdte, restaurerede bygninger og hørte historien om dem, og om hvordan de blev anvendt i dag, ligesom vi hørte historien om slottet som i virkeligheden er et enkesæde.

Jo, det var en rigtig god guide.

Turen hjem forgik via Tårs-Spodsbjerg, så vi så en del roemarker på Lolland, inden vi sejlede hjemad i solskin, så vi nu kunne sidde udendørs, og endte på Fyn, hvor vi alle blev godt afleveret på de ønskede steder.

Det var en god dag.



Kommende arrangement

### Ø-tur i august

Årets ø-tur er denne gang en weekendtur til Hotel Ærø Strand (<http://www.hotel-aerostrand.dk>) i Marstal på Ærø *fra fredag d. 21. til søndag d. 23. august.*

Vi mødes i Rudkøbing ved færgen til Marstal kl. 14.30.

Færgen sejler kl. 15.05. Overfarten er for egen regning kr.: 110 for en returbillet. Ønsker man bilen med koster det kr.: 370,00.

Fra færgen i Marstal og til Hotel Ærø Strand er der ca. 1,5 km at gå. Vi finder ud af at køre bagagen. Hotellet ligger tæt på stranden, så huske badetøjet!

Fredag aften serveres en 2-retters menu.

Lørdag efter morgenmaden besøger vi Marstal Søfartsmuseum ([www.marstal-maritime-museum.dk](http://www.marstal-maritime-museum.dk)) fra kl. 10.30 til 11.30 hvor Erik Kromann vil fortælle om museet, om søfartens betydning for Marstal, fortælle skipperskrøner og lade os smage den specielle bitter: Riga Balsam. Efter museet bliver vi kørt til Bregninge, hvor vi spiser frokost på Den grønne gren. ([www.dengronnegren.dk](http://www.dengronnegren.dk)).

Lørdag aften er der middag kl. 19.00 samt musik og dans frem til kl. 01.00.

Søndag får vi morgenbuffet inden vi checker ud og sejler til-



bage med færgen kl. 12.50 - ankomst Rudkøbing kl. 13.50.

Prisen er kr. 600,00 pr. person.

Tilmelding:

Poul E. Andersen, tlf.: 6615 8512, mobil: 3011 4296

mail: [ipea@webspeed.dk](mailto:ipea@webspeed.dk)

*Tilmelding senest d. 18. juli.*

Ved tilmelding opgives både navn, adresse samt tlf.nr., da vi sender en deltagerliste til alle deltagere, af hensyn til evt. samkørsel til Rudkøbing.

Hvis man ønsker at sejle fra Svendborg eller Fåborg fortælles det også.

Alle tilmeldinger er bindende.

*P.b.v. Tove Woldby*



## Sydøstjylland

**Lokalformand:**  
**Hanne Westergaard**  
Violvej 126 B  
8700 Horsens  
Tlf.: 7564 1086  
[h.westergaard@stofanet.dk](mailto:h.westergaard@stofanet.dk)



Kommende arrangement

### Sommerudflugt 15. august

Sæt allerede nu kryds i kalenderen lørdag den 15.08. Denne dag skal vi nemlig på vores sommerudflugt, der i år går til det smukke Egeskov Slot, Kværndrup på Fyn.



Prisen for dette arrangement er kr. 200,- pr. person for medlemmer, for ikke medlemmer kr. 300,- for børn under 12 år kr. 100,- Beløbet inkluderer: bustransport, entre til parken, labyrinter, museer og slottet, samt frokost eksklusiv drikkevarer.

Plan for busafgang og opsamlingssteder:

kl.8.00 Busholdepladsen Horsens Banegård

kl.8.15 Hydro Texaco, Hedensted

kl.8.45 Vejle Banegård

kl.9.15 Fredericia Banegård

kl.9.45 Kolding Banegård

Fælles bustransport, hvis mere end 20 tilmeldte. Ellers laves samkørsel og de der lægger bil til, får kørselsgodtgørelse efter foreningens regler.

Vi har bestilt godt vejr, så hvis du allerede nu synes det lyder tillukkende, så tilmeld dig/jer:

Grethe Petersen mailadr: [preben.meyer@newmail.dk](mailto:preben.meyer@newmail.dk) eller

tlf. 7553 0170 eller Hanne Westergaard mailadr:

[h.westergaard@stofanet.dk](mailto:h.westergaard@stofanet.dk) eller tlf: 7564 1086

Ved tilmelding vil vi gerne vide om I evt. kan køre i egen bil og hvor mange I evt. kan have med i bilen. Oplys også jeres tlf.nr.

Vi håber, at vi bliver rigtig mange. Vi glæder os til at se jer.

*Senest tilmelding: 1. august.*

*P.b.v. Grethe Petersen*

Kommende arrangement

### Stomidag 3. oktober

Vi er i fuld gang med at forberede os på denne kommende dag. Som det ser ud nu bliver der et arrangement på Horsens Sygehus fra kl.10.00 til kl. 16.00. Dette bliver i samarbejde med stomisygeplejeske Kirsten Bach.

Vi forsøger også at få et arrangement i Kolding, så vore medlemmer ikke behøver at rejse så langt for at være med på denne dag.

Vi håber alle på en god dag. Det endelige program vil komme i bladet til september, men sæt allerede nu kryds ved datoen 03.10.09.

*P.b.v. Hanne Westergaard*

# Kirstine Hardam

– *når det gælder:*

**Stomi-artikler**

**Sårbehandlingsbandager**

**Inkontinens-produkter**

- \* Portofri levering fra dag til dag
- \* Fordelagtige priser
- \* Konsulentbistand



Måbjerg Skolevej 46-48, 7500 Holstebro

Tlf. 97 42 32 33 (08.30-16.00)

Fax 97 42 80 14

E-mail: [post@hardam.dk](mailto:post@hardam.dk)

[www.hardam.dk](http://www.hardam.dk)





## Sønderjylland

Lokalformand:

Christa Jensen  
Korshøj 5, Asserballe  
6440 Augustenborg  
Tlf.: 7447 3370.



### Åben rådgivning Sønderborg Sygehus Mød en COPA-rådgiver

Første mandag hver 3. måned  
mandag 7. september kl. 10.00 - 13.00  
mandag 7. december kl. 10.00 - 13.00

Anne Lise Hansen  
tlf. 7452 0091 • [achansen@webspeed.dk](mailto:achansen@webspeed.dk)

Siden sidst

### Hyggelig Tønderaften

Denne hyggelige aften havde vi igen på Omsorgscentret. Underholdning ved kabetgruppen, som synger de gamle viser, hvor alle kan synge med. Så blev der



serveret kaffebord med hjemmebag, som det ældre personale havde bagt til denne aften. På besøg var Carina Pedersen fra Dansac/Hollister, som viste nyheder. Tak for kaffe til Carina.

Denne aften skal man opleve, det er rigtig hyggeligt, så kom og oplev den igen i 2010.

Siden sidst

### Bustur til Hjerl Hede

Lidt skyet med lidt regn fra morgenstunden, men det forandrede sig hurtigt og der blev solskin. Der var opsamling forskellige steder og alle kom tilrette i bussen. Første stop var Ustrup rasteplads, hvor der blev serveret rundstykker med tilbehør – en dejlig morgenstart. Derefter fortsatte turen op gennem Jylland, hvor vi kørte ude på de små veje og nød den smukke natur, inden vi nåede Borbjerg Mølle Kro. Her blev maden serveret. En medarbejder fortalte om kroens historie og om museet fra gamle dage, som var i kælderens og på loftet, ja faktisk mange steder på kroen.



Hvorfor er der så mange elefanter?

Et spørgsmål der blev stillet ofte. En elefantsamling der talte 1200 elefantfigurer, som findes rundt omkring på kroen, både store og små. Esther Jensen, som ejer kroen er sponsor for 3 børn i SOS børnebyer i Sydafrika. Hun har besøgt dem 12 gange og har hver gang medbragt elefantfigurer med hjem. Det var virkelig en elefantisk oplevelse.



Borbjerg Mølle Kro ligger i et utroligt naturskønt område med søer og et rigt fugleliv med en mini-ZOO i gården. Det var virkelig et dejligt sted, hvor man sagtens kunne tilbringe en hel dag.

Derpå gik turen videre til Hjerl Hede, hvor der atter blev kørt på de små veje. På egen hånd gik vi rundt og så på gamle huse. Det var lidt ærgerligt, at der ikke var gang i aktiviteterne, men vi fik et par gode timer ud af det. Til kaffe blev der serveret boller og æblekage.

Så gik turen hjemad, der var lidt stille i bussen efter en lang dag, men en super god oplevelse havde alle haft og tilfredse med en tiltællt bustur. Bestyrelsen siger tak for denne dag og håber vi kan arrangere endnu en vellykket tur.

### Stomiambulatoriet i Sønderborg

Hvorfor skal alt flyttes? Det spørgsmål stiller man sig selv gang på gang. Det er en realitet, at man flytter Kirurgisk afdeling og stomiambulatoriet til Aabenraa pr. 1.1.2010. Så skal vi atter køre langt, men det er politikerne sikkert ligeglade med.

Alle ønskes en god sommer. Vi ses til vores arrangementer i efteråret.

P.b.v.  
Christa Jensen



## Sydvestjylland



Lokalformand:

Lona Spaanheden  
Adalen 4 E  
6710 Esbjerg V  
Tlf.: 4117 7051

[lo.spa@hotmail.com](mailto:lo.spa@hotmail.com)

### Aktivitetskalender COPA Sydvestjylland

29. august Bustur til Fyn  
3. oktober International Stomidag  
18. november Julefest

Siden sidst

### Tambours Have og den hemmelige skov

Lørdag den 16. maj havde COPA-Sydvestjylland den årlige 'Kør Selv Tur', der i år gik til Tambours Have, nordøst for Varde. Vi mødtes på P-pladsen udenfor og under "plyr" og stille regn fik vi lidt at styrke os på, inden vi entrerede parken.



Tambours Have er påbegyndt i 1940'erne af skræddermester Tambour, der samlede planter fra alle klodens hjørner og fik planterne til at vokse i sin have. Blomster, buske, stauder, træer, medicinske urter, krydderurter og en Japansk have med egen sø.



En rundtur i 30.000 m<sup>2</sup> park, der med duft og skønne farver, bl.a. rododendron i fuldt flor, nok kunne bringe tankerne i ro.

Senere blev den medbragte frokost nydt i havens kantine, og medens vi spiste var der livlig debat om stort og småt. Efter kaffen var det tid til afgang, MEN ude ved bilerne forklarede et medlem/Margit om området Tambours Have ligger i, nemlig ved Karlsgårde Sø, og at vi lidt nede ad en synlig skovsti kunne se den Lille Havfrue. Det var en gåtur længere end lidt, men vi blev ført ind i den hemmelige skov med farver, dufte af blomster og grønt, og for enden af stien var ganske rigtigt den lille havfrue, flot skåret i træ. Havfruen skuede ud over Karlsgårde sø. Søen er væsentlig større end troet og ligger i et pragtfuldt naturområde der simpelthen råber: "kom



på besøg her". Søen er lang og smal, og på det smalleste sted forbindes bredderne af en bro, der er bygget så en lille båd kan passere under den.

På vejen tilbage mod bilerne lå en skovlegeplads hvor udstyret lige måtte prøves af. Det fungerede. Inden vi tog afsked, var der enighed om at at skov og sø var en velbevaret hemmelighed, centralt beliggende i området, og absolut flere besøg værd.

Siden sidst

### Kampvalg

Generalforsamlingen den 23. april i Huset, Kirkegade, Esbjerg bød igen i år på kampvalg.

Nino Kyhl valgtes til dirigent og førte os roligt gennem dagsordenen; bestyrelsens beretning ved formanden, regnskab ved kassereren og den fremlagte aktivitetsplan. Alt blev godkendt.

Bestyrelses medlem Margit Jensen ville gerne ha' en pause, og der måtte gang i stemmetællerne inden vi fandt en afløser til posten. Valgt blev Børge Kjærgård Nielsen, der tidligere har været i bestyrelsen.

*(COPA-Sydvestjylland fortsætter næste side)*

# STOMOCUR®

Et stomisystem, der løser problemer



For nogle er huden lidt BESVÆRLIG

Prøv **STOMOCUR** MicroSkin - vores nyeste produkt.

Det er let, det er sikkert og hyper fleksibelt.

Kontakt os og få tilsendt **STOMOCUR**-prøver.

Produkterne får du gennem din sædvanlige leverandør.

**Roland Healthcare**

Hvidehusvej 34, 3450 Allerød  
Tlf.: 4814 2080 • Fax: 4814 2038  
E-mail: [info@roland1.dk](mailto:info@roland1.dk)  
[www.rolandhealthcare.dk](http://www.rolandhealthcare.dk)



Efter generalforsamlingen hyggede vi med lidt at spise og drikke, medens der blev snakket om løst og fast, og lavet et par aftaler omkring den kommende Internationale Stomidag den 3. oktober.

**Den "nye" bestyrelse i COPA Sydvestjylland:**

formand	Lona Spaanheden
næst formand	Børge Kjærgård Nielsen
kasserer	John Kyhl
bestyrelsesmedlem	Anders Lund
bestyrelsesmedlem	Holger Thomsen
bestyrelsessupplant	Nene Christensen
revisor	Nino Kyhl
revisorsupplant	Anni Lund



*P.b.v. John Kyhl*



## Ringkøbing

**Lokalformand:**  
Niels Smed Christensen  
Tværvvej 4, 7790 Thyholm  
Tlf.: 9787 5290

**Kommende arrangementer**

Kontakt venligst lokalformanden.



## Viborg

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

Siden sidst

**Sommerudflugten måtte aflyses**

Bestyrelsen beklager meget, vi er utrolig skuffet, men desværre var tilslutningen for lille. Ud af et medlemstal på 223 personer var der kun tilmeldt 16 personer heraf halvdelen bestyrelsesmedlemmer, det er ingen joke, men desværre fakta.

**Hjælp søges**

Hvem har lyst til at hjælpe bestyrelsen med at finde bedre ideer til en anden form for arrangement, der kan trække medlemmerne op af stolene. En heldags bustur med 2 retter varm mad og kaffebord for 100,-kr er altså ikke nok. Som sagt vi er skuffet - så hjælp os. Alle er velkommen til at ringe til Vagn Færch tlf. 9752 1686. Tilbuddet om at medtage en ledsager/støttemedlem eller ej står jo altid ved magt.

Med ønsket om en god sommer for alle og håbet om en masse gode forslag, så vi snart kan mødes til nogle hyggelige timer, sender jeg på bestyrelsens veje de venligste hilsner.

*P.b.v. Birgit Pedersen*

**Stomiklinikken i Holstebro er nedlagt**

Pr. april 2009 lukkede stomiklinikken på Regionshospital Holstebro. ■

**Fagligt Selskab**

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen er et selskab for sygeplejersker, der arbejder med pleje af stomiopererede.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan for sygeplejersker og interesseorganisationer.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen udgiver det elektroniske tidsskrift StomiNyt og medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark. På det faglige selskabs hjemmeside [www.dsr.dk/fs22](http://www.dsr.dk/fs22) kan du blandt andet finde en opdateret oversigt over stomiklinikkerne, information om kongresser m.m.

Ønsker du mere information så kig ind på: [www.dsr.dk/fs22](http://www.dsr.dk/fs22)  
Formand Berit Kiesbye mail: [fs22@dsr-medlem.dk](mailto:fs22@dsr-medlem.dk)





## Århus

**Lokalformand:**  
P.t. vakant.

**Henvendelse:**  
COPAs sekretariat eller  
[aarhus@copa.dk](mailto:aarhus@copa.dk)

### Aktivitetskalender COPA Århus

19. august	Silkeborgklubben
16. september	Silkeborgklubben
3. oktober	International Stomidag

### Rådgivning på Århus Sygehus THG indgang 1 A, 2. Sal

Lokalet til venstre for trappen/elevatoren (mellem afdeling 260 og 280)

Mulighed for en samtale med en ligestillet.

6. august	kl. 16.00 - 17.30
20. august	kl. 16.00 - 17.30
3. september	kl. 16.00 - 17.30
17. september	kl. 16.00 - 17.30

Siden sidst

### Bowling i Silkeborg

Onsdag d. 22. april nød vi atter en dejlig bowlingaften i Silkeborg. Vores "gamle" bowlingcenter er imidlertid lukket siden sidst, derfor bowlede vi denne gang på Bowl'n'Fun på Brokbjergvej, og sikke en dejlig overraskelse, ALT var i orden: Flotte lokaler, dejlig mad, super fejlfri baner (selv om flere mente de var skæve hmmm...hvilket nok kan tilskrives bowling-armens spændstighed).

Vi startede denne gang med at blive rystet sammen omkring bordet før derefter at udfolde os på bedste bowlingvis, jamen...der findes ikke den stil, der ikke blev afprøvet, selv pudning af bowlingkuglen....HOVSA dét blev lige belønnet med en strike.

Efter armsving, benspjæt og hyggelige grin, samledes vi igen omkring bordet til en velfortjent kop kaffe plus desserten som vi havde gemt til nu, nemlig is.

Det var en på alle måder dejlig aften, vi kan kun opfordre jer med stomi til at deltage i vores hyggelige samvær med ligestillede. (NB: Ingen af os er ligefrem ørne ud i bowling, så ALLE kan være med). Hold godt øje med bladet, lige pludselig går vi til kegleme igen.

*Med herlig bowlinghilsen Mariann Olesen*

Kommende arrangement

### Silkeborgklubben

Vi mødes igen den 3. onsdag i måneden i Medborgerhuset, Søvej 3, Silkeborg. COPA er vært ved en kop kaffe og kage. Vi håber at se rigtig mange til behageligt samvær med andre stomister. Ring og hør nærmere, vi glæder os til at møde jer. De næste møder er:

19. august kl. 19.00

16. september kl. 19.00

Ingelise Lund Pedersen, tlf. 8682 5492 er kontaktperson.

Kommende arrangement

### Århusklubben - vi hører gerne fra jer

Da vi i foråret har konstateret, at der ikke var tilslutning nok til klubben, der havde mødetidspunkt om aftenen, arbejder vi i øjeblikket på, om det vil være bedre at flytte mødetidspunktet til om eftermiddagen, da der måske vil være større interesse for at deltage på denne tid af dagen.

Hold godt øje med næste nummer af Copa-bladet og se, det nye mødetidspunkt der. Er der nogle, der allerede nu ved, at det har deres interesse, hører vi gerne fra jer.

Erik Hjerresen, tlf. 2167 3583 er kontaktperson

Kommende arrangement

### International Stomidag 3. oktober

Hvert 3. år afholdes den Internationale Stomidag rundt omkring i hele verden. I Århusafdelingen har vi vanen tro valgt at afholde dagen med et stort arrangement, som vi er i fuld gang med at arrangere. Programmet er endnu ikke endelig fastlagt, men I kan glæde jer til en både lærerig og festlig dag i COPAs tegn, så sæt allerede nu kryds i kalenderen.

*P.b.v. Elsemarie Kraul*



## Nordjylland

**orka**

Jørgen Dresfeldt  
Søndre Kongevej 56  
9400 Nørresundby  
Tlf.: 4050 0990

**Yderligere kontaktperson:**  
Irene Bertelsen  
Tinsoldaten 23, 9230 Svenstrup  
Tlf.: 9838 0713

[www.nordjylland.copa.dk](http://www.nordjylland.copa.dk)  
[nordjylland@copa.dk](mailto:nordjylland@copa.dk)

### Rådgivning på Aalborg Sygehus Nord og Syd Mød en COPA-rådgiver

**NORD:** Vi træffes i forhallen (patient til patient) på Aalborg Sygehus Nord den sidste torsdag i hver måned kl. 10-12. (dog ikke juli og december).

**SYD:** Vi træffes ved kir.gas.amb. Aalborg Sygehus Syd den sidste torsdag i hver måned kl. 13-15. (dog ikke juli og december).

### Hjemmesiden

Fremover bliver kun de seneste billeder fra vores arrangementer lagt ind på [www.nordjylland.copa.dk](http://www.nordjylland.copa.dk) i en kvalitet, som gør det værd at hente de billeder, man er mest interesseret i.

Læg også mærke til E-mailadressen: [nordjylland@copa.dk](mailto:nordjylland@copa.dk) Den kan I også bruge til at indsende idéforslag til fremtidige arrangementer. Det skulle jo gerne være jeres ønsker, der bliver opfyldt og ikke bestyrelsens. **Bjarne Baarup**

Siden sidst

### Udflugt til Djursland

Søndag den 17. maj var vi på udflugt til Mols og Gl. Estrup. De 25 deltagere hyggede sig med formiddagskaffe på raste-

*COPA-Nordjylland fortsætter næste side)*



pladsen ved Gudenfloden (ja, jeg er gammel Randersdreng, så Olaf Ussing (tror jeg den gamle urmager hed) har lært mig, at Gudenåen er en flod).

Derefter kørte vi ud på Djursland til Auning og derefter mod syd over Maria Magdalene og Ryumgård til Mols Bjerger, hvor vi nød udsigten. Det var lidt diset; men dog ikke regnvejr sådan som vejrguderne havde spået. Men Niels Larsen havde da også allerede på Torvedagen lovet os, at det blev opholdsvejr. Det så det dog ikke ud til i begyndelsen af turen, så Niels blev mobbet lidt – indtil solen brød igennem.

Efter frokost på Møllekroen i Femmøller kørte vi til Ebeltoft, hvor vi havde en times tid til byvandring, inden vi igen kørte nordpå til Gl. Estrup.

Vi blev vist rundt på herregården i to hold. Det var ganske interessant. Uden guide havde vi ikke fået nær så meget ud af det.

Middagen indtog vi i Den Gamle Stald – en meget lækker buffet, så vi godt mætte kunne drage hjemad. Og vi var ikke kommet langt fra Auning, før det begyndte at regne. Men pyt – vi sad jo godt og lunt inde i bussen.



Siden sidst

## Torvedag

Onsdag den 13. maj var COPA, Nordjylland repræsenteret ved et torvedagsarrangement arrangeret af "Patient til Patient" i forhallen på Aalborg Sygehus Syd kl. 11.00 – 15.30.

Jørgen Dresfeldt, Irene Bertelsen og Bjarne Baarup bemandede COPAs stand, som var ganske velbesøgt – især i løbet af formiddagen. I hvert fald tror jeg, at vi også deltager, når næste Torvedag afholdes om 2 år. Om ikke andet så for at bakke op om Jørgen Dresfeldt, som har afløst Frits Svindborg som formand for torvedagsudvalget i PTP.



Kommende arrangement

## Foredrag af Peter Qvortrup Geisling

Lørdag den 12. september afholder Colitis-Crohn Foreningen foredrag med TV-lægen Peter Qvortrup Geisling i forsamlingsbygningen i Hjørring. Vi i COPA Nordjylland blev på Torvedagen inviteret til at deltage i arrangementet.

Tilmelding kan ske til Jørgen Dresfeldt tlf. 4050 0990.

Pris: 75 kr. – for CCF medlemmer dog kun 50 kr.

*P.b.v. Bjarne Baarup*



## Colitis-/Crohngruppen Vest

**Kontaktperson:**  
**Dorte Nyholm Jensen**  
**Kragelund Tværvvej 28B**  
**8600 Silkeborg**  
**Tlf.: 6615 1565**  
[dotte@inbox.com](mailto:dotte@inbox.com)



Siden sidst

## Møde i gruppen 12. maj

Fremmødet var ikke voldsomt stort ved det sidste møde inden sommerferien. Vi fik snakket lidt om vores kommende Crohnaften, hvor vi har været så heldige at få Jørgen Agnholt til at komme. Ellers blev der drøftet løst og fast som sædvanligt, inden der blev ønsket en god sommer. Det næste møde i gruppen er den 18. august. Jeg vil gerne ønske alle i gruppen en rigtig god sommer.

Kommende arrangementer

## Mødedage - vi glæder os til at se dig

Vores mødedage foregår som regel på  
 Langenæs Handicapcenter  
 Langenæs Allé 21  
 8000 Århus.

### Mødedagene er følgende:

Tirsdag d. 18. august kl. 19.00

Tirsdag d. 29. september kl. 19.00

Tirsdag d. 6. oktober Crohnaften - se mere efterfølgende

Tirsdag d. 17. november kl. 19.00.

Vi fungerer som selvhjælpsgruppe og mødes derfor på lige vilkår, dvs. at der på vores mødedage ikke vil være forberedt et program. Du kan selv være medbestemmende vedr. mødeafte-ner og arrangementer. Alle med relation til Morbus Crohn og colitis ulcerosa er meget velkomne,

Kom og se om det kunne være noget for dig at tilbringe et par timer hver anden måned i hyggeligt samvær med andre ligestillede.

Tilmelding nødvendig af hensyn til indkøb af lidt til kaffen. Tilmeld dig til Dorte Nyholm Jensen tlf. 6615 1565 eller mail [dotte@inbox.com](mailto:dotte@inbox.com)



## Kommende arrangementer

## Crohnaften 6. oktober med overlæge Jørgen Agnholt



Jørgen Agnholt.

Vi er meget glade for at kunne meddele, at Jørgen Agnholt har sagt ja til at komme og holde et oplæg ved vores Crohnaften d. 6. oktober.

Jørgen Agnholt er overlæge ved Medicinsk Hepato-Gastroenterologisk afd. V ved Århus Sygehus. Han arbejder bl.a. med forskning inden for biologisk behandling af Morbus Crohn og colitis ulcerosa, og han vil fortælle om de nyeste forskningsresultater inden for området.

Der vil komme et mere detaljeret program i næste COPA-blad, men jeg vil gerne opfordre interesserede til at sætte kryds i kalenderen ud for d. 6. oktober kl. 19.00.

P.g.v. Dorte Nyholm Jensen

## Hver anden borger med handicap er utilfreds med den kommunale sagsbehandling

Hver fjerde person mellem 16 og 64 år, svarende til 660.000 danskere, oplyser, at de har et handicap eller en længerevarende sygdom. En ny rapport fra Det Nationale Forskningscenter for Velfærd (SFI) om handicap og samfundsdeltagelse viser, at 15 pct. af personerne har en eller anden form for funktionsnedsættelse. SFIs rapport viser også, at hver anden borger med handicap er utilfreds med den kommunale sagsbehandling. ■



## Familier Adenomatøs Polypose

Interessegruppens repræsentant og  
Kontaktperson Vestdanmark:

**Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, Strandhuse  
6000 Kolding Tlf.: 2165 9460  
susanne.elsdyrvej@gmail.com**

Kontaktperson Østdanmark:

**Peer Kühne, Lindevej 183500 Værløse Tlf.: 4498 2340  
peer-kyhne@tdcadsl.dk**

## Kommende arrangement



## Sæt kryds ved 24. oktober

Gruppens planlægning af efterårsarrangementet er trukket ud, men nærmer sig stille og roligt målet. Vi forventer, at arrangementet bliver afholdt i Århus den 24. oktober. Der vil bl.a. være et foredrag/oplæg om genetik og arvelig risiko for kræft.

Så sæt kryds i kalenderen og vi glæder os til at se dig.

Da vi ikke har alle ting på plads endnu, kommer selve invitationen til arrangementet først i bladet efter sommeren.

FAP-gruppen ønsker alle en god sommer

P.g.v. Susanne Jakobsen

## Ungdom



Kontaktperson:

**Jane Goul  
Dannebrogsgade 17, 2.tv.  
9000 Aalborg  
Tlf.: 5189 1080  
missgoul@hotmail.com**



## Vil du med i Tivoli i Århus eller København?

## Kommende arrangementer

## Tivolitur i Århus og København

Så er det tid til endnu en tur for de unge! Denne gang tager vi en tur i Tivoli! Her vil vi på et tidspunkt finde os et sted og få noget af spise, og så skal der måske også prøves et par ting. Det bliver afholdt lørdag d. 15. august både i Århus og København. Der er som altid en egenbetaling, som denne gang lyder på 125 kr. som inkluderer indgang og mad. Du skal som altid være mellem 18 og 35 år. Hvis du har lyst til at deltage skal du sende dit navn, telefonnr. og adresse til følgende:

*Hvis det er i Århus du vil i tivoli:*

[kimsassjensen@hotmail.com](mailto:kimsassjensen@hotmail.com)  
evt. spørgsmål kan skrives/ringes på 2211 3331. Vi mødes foran hovedindgangen ved Tivoli Friheden kl. 16.00.



*Hvis det er i København du vil i tivoli:*

[adihow@hotmail.com](mailto:adihow@hotmail.com)  
evt. spørgsmål kan skrives/ringes på: 5136 3063. Vi mødes foran Tivoli ved Hovedbanegården kl. 16.00.



Ikke-medlemmer deltager på lige vilkår med medlemmer første gang, derefter skal du være medlem for at deltage.

Sidste tilmeldingsfrist er 31. juli.

Vi håber på et stort fremmøde og vi ses i henholdsvis Århus eller København.

P.g.v. Kim Sass og Ida Engblom







# Forældre- gruppen

Interessegruppens repræsentant  
samt gruppens kontaktperson:  
**Rolf Nielsen, Bøgeskov Høvej 9 B**  
**8260 Viby J**  
**Tlf.: 8737 6707 Fax: 8628 7831**  
**pn-plantedekoration@mail.tele.dk**



## Lalandia Billund testet og fundet

.....**MEGA FEDT!!!!!!**

Junior COPA tilbragte pinsen i Lalandia, og det blev til en herlig forlænget weekend. 16 unge blev hentet og fragtet til det helt nye Lalandia i Billund. Tre super lækre sommerhuse var lejet og der manglede bestemt ikke noget.

Deltagerne bestod af gode gamle kendte ansigter, og denne gang havde vi også Mette, Martin, Mathias og Kristian med. Alle 4 "nye juniorer" bestod med bravur og må meget gerne komme med igen en anden gang. Super dejligt at se hvor godt de blev modtaget og taget med af de garvede deltagere.

Dagene gik med sjov i det kæmpe badeland, spring på trampolin, at besøge Legoland, spille fodboldkamp mod bl.a. "norskerne" og sidst, men ikke mindst - råhygge. Det er vel ikke nødvendigt at fortælle, at vi selvfølgelig vandt over Norge, "og det var Danmark, og det var Danmark....."

Noget af hyggen blev bestemt ikke mindre af, at Mathias mor havde bagt den dejligste banankage til os. Vi sender evt. klager fra forældre, over børn som har spist for meget kage, af sted til Lisbeth. Med sådan en dejlig kage kan det godt gribe om sig og enkelte havde lidt svært ved at holde

snitterne fra lækkerierne (Katja, tager vi altså ikke ansvaret for)! Men til at rette lidt op på udskjelserne, så fik vi heldigvis gået rigtig meget, det er nemlig et kæmpe areal, som Lalandia spreder sig over. Så der var mange trætte ben, når vi endelig nåede til vores hus.

Det har altid været lidt svært at få de unge til at skrive om vores ture. Derfor blev der lovet en præmie til den, der kunne skrive det bedste stykke om turen til Copa-bladet og hjemmesiden. Så kom der godt nok gang i skriveriet. Det er en fornøjelse at se alle de pæne ord, der er blevet skrevet om os voksne. Hvis nu vi ikke selv var klar over hvor "go'e" vi i virkeligheden er, så kunne vi jo forledes til at tro, at der var tale om direkte fedteri. Men det er jo slet ikke tilfældet! Ha, bedøm hellere selv.

Med på turen var Katja og Niels. Vi er meget glade for, at I har lyst til at være med og takker for den store hjælp. Også tak for turene til alle jer juniorer. Vi håber at I må få rigtig mange andre gode ture i de kommende år. Tak til Handicappuljen og COPA for, at vi sammen har kunnet give foreningens unge disse dejlige oplevelser.

*Mange kærlige hilsner  
fra Rolf og Annita*



### Stor bradepande: Banankage til COPA juniorer Pinsen 2009

Der var lidt efterspørgsel på denne kage og den har især været god til Mathias mave. Derfor har jeg lavet den af og til.

Halver eventuelt portionen til en mindre form 20x30).

- 340 g margarine
- 690 g sukker
- 6 æg
- 7 modne bananer
- Evt 75 g nøddekerner
- 2 1/3 dl kærnemælk
- 1 tsk salt
- 3 tsk natron
- 3 tsk vanillesukker
- 560 g hvedemel
- 50 g havregryn



Jeg puttede en spsk bagehusk i lidt mere kærnemælk.

Du skal lægge mørk pålægschokolade på kagen, når den kommer varm ud af ovnen. Bag den ved 200° i ca 35 min.



### Pinsetur til Lalandia 30. maj til 1. juni

Jeg skulle i weekenden til Lalandia ved Billund med Copa. Jeg skulle med fordi at min lillebror Mathias har hirschsprung. Det er en mave sygdom, som gør at han ikke kan tåle sodavand, vingummi og rugbrød. Jeg ville i starten ikke med, fordi at jeg ikke kendte andre end min bror. Men det ændrede sig hurtigt.

Vi blev hentet af en mini bus, fordi at vores forældre ikke skulle med. I bussen snakkede jeg med de andre der var med på turen. Jeg snakkede mest med Sofie, fordi at det var hende der sad ved siden af mig. Da vi ankom til vores huse, steg vi ud af bussen og fik vist vores værelse. Der var tre huse til 24 personer, 16 børn og 8 voksne.

Denne aften skulle vi ikke rigtig noget så vi pakkede ud, og så lidt fjernsyn. Vi aftalte at vi tog i badeland næste dag. Det glædede jeg mig til.

Jeg blev vækket klokken ca. 8. Jeg spiste morgenmad med de andre og pakkede mit badetøj. Inden vi tog af sted så vi lige lidt tv. Mig og mange af de andre børn gik før de voksne. Så vi stod ventede i laaaaaang tid før de voksne kom.

Imens gik vi rundt og kikkede på alle de ting der var der. F.eks. spille rummet Og de godt udsmykkede huse. Husene skulle ligne noget fra det gamle Rom eller Grækenland. Da de voksne endelig kom, gik vi ind i badeland. Idet vi gik ind i badeland kunne vi se en stor vandlegeplads hvor der var en stor spand der blev fyldt med vand. Når spanden var helt fyldt med vand, blev det hældt ud over hele vandlegelandet. Der kom en advarsel inden det skete: en klokke lød...og så kom vandet. I et andet bassin blev der lavet falske bølger og hvis du gik op i et stort tårn...det lignede et 10 m. tårn var der 5 forskellige rutsjebaner. Jeg prøvede dem alle 5. Den sjoveste var en hvor du sad 4 mand på en kæmpebadering. Du starter med at køre hen ad en tunnel, og når du drejer i det første sving, kan du ikke se ligeud mere og pludselig går det nedad i høj fart. Og du svinger op og ned i et kæmpemæssigt tragtførmert rør og til sidst lander du et lille bassin. Det var en mægtig sjov tur. Jeg tog en tur med Thomas, Martin og Mathias.

Der var mange gæster og vi skulle stå i kø til rutchebanen med det var værd at vente på turen.

Vi sluttede i boblebad og skulle herefter op og spise rugbrødsmadder med de andre. Der var nogle der ville i badeland igen men jeg var kørt træt.

Daniel og jeg kikkede lidt rundt på centret i stedet for. Vi skulle lige se spillehal-len lidt nærmere. Vi tog toget tilbage. Toget er ikke et lyntog, men det er et lille minitog som kørte rundt i området. Du kunne stige på og af ved at række hånden op. Så det var nemt at komme fra dit hus og til centret.

Hilsen Kristian 12 år storebror til Mathias 10 år med Hirschsprung

**PS:** Stor tak til de voksne og jeg vil se frem til en ny tur sammen med jer alle sammen. Min mor har lagt en kopi ved af opskriften på banankagen.



**Sofie:**

Jeg sidder i bussen og vi er næsten ved Lalandia. Jeg er i gang med at pakke ud og har rat seng. Vi er i gang med at spise det smager godt. Jeg ville godt have været i badeland men det måtte vi ikke. I dag skal vi bade og slappe af det bliver dejligt. Jeg har lige været oppe i den bedste rusjebane den var bare sjov. Vi skal til og op øv men så skulle jeg ud og sjoppe, yes. Jeg har lige fanget en bamse og den er bare sød. Jeg har også lige været oppe og hoppe det var sjovt. Nu skal vi til at spise. Kl. 00.30 går jeg i seng. I dag skal jeg i Legoland og det glæder jeg mig til. Vi har stået i kø i 10 min for at komme ind men nu er vi inde og skal gå i grupper og jeg skal gå sammen med Trine og det er sjovt. Kl. 13.30 skal vi hjem og mine ben er smadret. Nu skal vi ud og bade og det er stadig vildt sjovt men nu skal vi hjem men først skal jeg prøve og fange en bamse men det gik ikke så godt. Nu skal jeg op og hoppe og jeg lavede en saldo det var sjovt. Nu er jeg på vej hjem med bus. Nu er vi hjemme og skal lave pizza. Nu sidder jeg og spiser og skiver denne her stil der er sjovt men også lidt hårdt for jeg er bare træt men jeg vil se hvor lang tid jeg kan være oppe for det er den sidste dag jeg kan være her øv, øv og atter øv slut.... PS det har været vildt sjovt.

**Tina:**

Det var enormt fedt, at være i det nye Lalandia. Alt var nyt! Og alt var så luksus. Det var som om man pludselig var blevet berømt, og boede i alle de der million-huse. Desuden var der enormt mange rutsjebaner i badelandet. Hele 17! Den største af dem, kunne man sidde 4 i, altså på sådan en oppustelig pude. Når man så kørte i den, fløj man ned at en mega stor bakke, og kom ind i et stort kegle formet rør. Den var rigtig, rigtig sjov. Nå, om søndagen var vi i Legoland. Alle blev enormt brune, da der var ca. 25 grader. Det var der også fredag og lørdag, og det gjorde bare turen endnu federe. I Legoland, gik alle i grupper, men på et tidspunkt mødte to af grupperne tilfældigvis hinanden, også gav Niels sodavand og is. Da vi ko hjem igen, var næsten alle døde, af udmattelse, så mager af drengene gik ind og sov, imens nogen af pigerne tog sol, og andre gjorde drengenes eksempel. Søndag aften, skulle vi alle lave pizza, og de smagte fantastisk. I det hele taget, er der altid supersjovt, at være på junior-copa. Alle kan snakke med hinanden, mam ler hele tiden, og der er altid en masse sjove ting at lave. Jeg glemte, at sige at om aftenen sad drengene og pigerne sammen, og så fjernsyn. Vi snakkede, og grinede, og havde det bare sjovt sammen. Desuden tog alle sig af, hvis der var nogen, der havde nogen særlige behov, eller hvis man nu ikke havde det helt så godt, pga. stomi. Maden, døgnet rundt, smagte altid godt, og der var noget til en hver smag. Fx vegetar mad. Nu siger jeg det en gang til. Junior copa er helt fantastisk. Råd/forbedringer: det var vildt sjovt, at være i badeland og Legoland, men vi var der ikke i ret lang tid, af gangen, fx i Legoland var vi der fra kl. ca. 11:30 til 13:30, fordi vi skulle hjem og spise, der kunne vi jo eks. Have spist i Legoland, i stedet allerede, at tage hjem der. Og i badeland, kunne vi jo havde været i mange timer, i stedet for at komme tilbage 1 million gange.

**Aleksander:**

Kære copatiske menneske/oplæser  
 Alt er simpelthen SÅ godt!  
 Alt, alt, alt! Og lidt til. I gør det simpelthen så godt! Hvert år. Især i år! Skidegodt, siger jeg bare. C hvad end man kan vinde, så vil jeg gerne vinde det. Please! Lige nu venter jeg på en pizza. Den har jeg helt selv lavet. Den er nok god. Ligesom copa! Skidegodt, siger jeg bare igen. Det er nogle gode aktiviteter. Og menneskene, skidegodt siger jeg bare. Jer kan jeg lide!! Og i kan lide mig: D. med det er jo også kun til at forstå. Lige nu spiser jeg en kiks. Den er simpelthen så god. Ligesom copa. Der er ingen konstruktiv kritik at fyre af, men det kommer man heller ikke langt med. Copa, det styrer!!! Og det har er ikke helt 20 sider, spjøg vil ligeslutte af med at sige, jeg er skidclækker! Nyd rosen.  
 Kys, jeres engel

**Diana:**

Hej med dig! Det har været en mega fed tur! (FCK styre!) Ruchebanerne i hele Lalandia! Det bliver 17 ruchebaner, inden døre, og 1, uden døre! Og mange af dem har jeg prøvet mere end 3 gange hehe Og det var Diana (PS: FCK)

**Daniel:**

Det har været en rigtig god tur fordi vi har det sjovt og kommer på mange oplevelser og mange ture vi har et godt kammeratskab vi hygger rigtig meget og går sent i seng og spiser meget slik og drikker meget sodavand. Og Annette laver god mad og det er nogle gode pædagoger der er sjove at spille fodbold med. Hvad skal vi lave på næste tur: Vi skal ud og spille bowling og ud og shoppe eller bare gå lidt rundt og se nogle spændene ting og ikke KEDELIGE TING!!

**Trine:**

Kære stomiforening. I lørdags var vi i badeland fra kl. 10-12.36 og nogle var ude at shoppe eller bare kigge. Vi slappede af det meste af dagen og da det var aften fik vi grillmad. Efter vi havde spist gik nogen ind og så fjernsyn og aftenen gik med at se fjernsyn og spise slik. I dag tog vi i Legoland klokken 10-13.33, da vi kom tilbage gik nogen i badeland og nogen soled sig. Rolf, Annita og Mette tog ud og handle til aftensmad. De næste timer gik bare med at slappe af. Vi skulle selv lave mad da vi skulle have en halv pizza hver. Vi skal have pandekager til dessert og dem laver Simone og Sofie. Der er nogen der skal spille fodbold i aften. I morgen skal vi være ude af huset klokken 10 og det kan være at vi tager i badeland også tager hjem eller vi bare tager hjem med det samme. PS. De voksende er Anette, Rolf, Annita, Gitte, Niels og Katja. Anette er køkkenchef, Rolf er led leder, Anitta er den lede leders søde kone, Gitte er mor til Lars og Tina, Niels og Katja er hjælpere, Rolf og Annita er også far og mor til Katrine og lille Sofie. Og Katja synes hun er den bedste. Knus og kram Trine.

**Lars:**

Det var godt, lige fra starten hvor jeg kom dagen efter sidste skoledag. Endte direkte til badelandet hvor jeg blev modtaget med mange vink, åbenbart fordi: folk ikke kunne tale for en Random kat havde taget deres tunger det er altid en god oplevelse når man møder op og finder de folk som man kender. Det er også godt når man endelig finder ud af hvad man skal næste gang.

**Thomas:**

Det har været en go copa-tur. Der er ski rigtig meget sjovt. Første dag hyggede vi bare der hjemme. Men næste dag var vi i badeland og næste dag var vi i Legoland.

**Katrine:**

Jeg synes det har været rigtig hyggeligt at være i Lalandia i Billund. Jeg synes at det er Lalandia i Billund der er bedst fordi at jeg synes der er meget mere at lave end i Rødby selvom at der f.eks. ikke er skøjtehal ligesom i Rødby. Billund har også et meget større badeland. Noget af det jeg synes der har været på den her weekend har været at vi selv har måttet bestemme hvad vi ville men det var også rigtig sjovt at være i Legoland. Til næste år synes jeg vi skal tage i Rønbjerg feriecenter fordi vi har været der en gang før og det var rigtig sjovt og det er mange år siden.



**Simone:**

Jeg syntes det har været rigtig hyggeligt at være af sted, med alle igen. Vi laver enlig det samme, snakker, ser tv, film, og bader alle os børn/unge når vi er sammen. Synes også at Lalandia i Billund er meget bedre end det i Rødby, fordi: badelandet er bedre, der er flere rutsjebaner og de er meget bedre her. Når man kommer ind i Lalandia udefra ser det mega fedt ud, bare den måde han har fået lavet det hele på, er godt. Det er også godt, at han har fået lavet littel vegas. Synes det var sjovt i Legoland, selvom der var rigtig mange mennesker, synes jeg alligevel vi fik 3 hyggelige timer der inde. Det har også været godt, at vi selv har været med til at bestemme hvad det er vi laver. Jeg synes at vi næste år skal tage til Rønbjerg feriecenter. Det er ved at være mange år siden vi var der og det var hyggeligt da vi var der. Men denne weekend har uden tvivl, været en rigtig god weekend.





Udgiver: COPA, Rønedevej 10, 1., 4100 Ringsted

**LOKALFORENINGER / GRUPPER**

(Landsforeningen: tlf. 57 67 35 25)

Lokalforeningerne dækker de tidligere amter, der var gældende til 31.12.2006.

Undtaget herfra er København/Frederiksbergs, Storstrøm Nord<sup>s</sup> og Lolland/Falsters lokalforeninger.

**København / Frederiksberg**

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

**Storkøbenhavn**

Marianne R. Bodi  
Søborg Hovedgade 211, 4-A  
2860 Søborg  
Tlf. 23 43 03 53 (bedst 16-18)

**Frederiksborg**

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

**Bornholm**

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

**Roskilde**

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

**Vestsjælland**

Grethe Krog  
Syvendeskovvej 33, Undløse  
4340 Tølløse  
Tlf.: 59 18 96 93

**Storstrøm Nord**

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

**Lolland-Falster**

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

**Fyn**

Poul Erik Andersen \*)  
Mullerupvænget 12  
5230 Odense M  
Tlf.: 66 15 85 12

**Syddøstjylland**

Hanne Westergaard  
Violvej 126 B  
8700 Horsens  
Tlf.: 75 64 10 86

**Sønderjylland**

Christa Jensen \*\*)  
Korshøj 5  
Asserballe  
6440 Augustenborg  
Tlf.: 74 47 33 70

**Sydvestjylland**

Lona Spaanheden \*)  
Ådalen 4 E  
6710 Esbjerg V  
Tlf.: 41 17 70 51

**Ringkøbing**

Niels Smed Christensen  
Tværvej 4  
7790 Thyholm  
Tlf.: 97 87 52 90

**Viborg**

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

**Århus**

Vakant.  
Henvendelse  
COPAs sekretariat eller  
[aarhus@copa.dk](mailto:aarhus@copa.dk)

Jørgen Dresfeldt \*)  
Søndre Kongevej 56  
9400 Nørresundby  
Tlf.: 40 50 09 90

**Familiær Adenomatøs Polypose gruppen**

Susanne Jakobsen  
Elsdyrvej 15, 6000 Kolding  
Tlf.: 21 65 94 60

**Forældregruppen**

Rolf Nielsen  
Bøgeskov Høvej 9 B  
8260 Viby J  
Tlf.: 87 37 67 07 / Fax: 86 28 78 31

**Ungdom**

Jane Goul  
Dannebrogsgade 17, 2.tv.  
9000 Aalborg  
Tlf.: 51 89 10 80

**Colitis-/Crohngruppen**

**Østdanmark:** Vakant.

Henvendelse COPAs sekretariat

**Vestdanmark:** Dorte Nyholm Jensen

Kragelund Tværvej 28B  
8600 Silkeborg  
Tlf.: 66 15 15 65

**Urostomigruppen**

**Vestdanmark:** Anne Lise Hansen

Gåskærgade 17 B, 1.tv.  
6100 Haderslev  
Tlf.: 74 52 00 91 / 29 61 27 76 (mobil)

**Østdanmark:** Lotte Andersen

Brovænget 10  
2830 Virum  
Tlf.: 45 85 64 56

\*) Medlem af COPAs forretningsudvalg.

\*\*) Suppleant i COPAs forretningsudvalg.