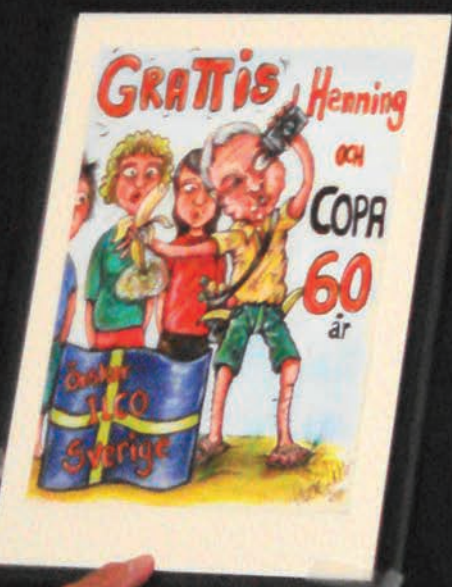




STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

November - December Copa-blad 6 / 2011



Læs i dette blad bl.a.:

COPA 60 års jubilæum
.....se side 10 og 14.

Flot opbakning til COPAs jubilæumsarrangementer

LEDER



Henning Granslev,
landsformand

h.granslev@gmail.com

I sidste blad skrev jeg lidt om, hvor svært det har været at komme blot lidt i medierne med budskabet om at have stomi. Men vi må konstatere, at således er det at leve med en eller anden "skavank". Man vil jo bare gerne have, at så mange som muligt får kendskab til, hvorledes man klarer dette.

Til jubilæumsarrangementet i Vejle fortalte TV lægen Peter Qvortrup Geisling, at man som forening skal tænke lidt anderledes end på ens egen situation. Hver dag får mange mennesker stillet en diagnose om en eller anden alvorlig sygdom. Så er det naturligt, at man måske syntes, andre også skal have viden og information om denne sygdom/diagnose.

Og patientforeningerne ser gerne, at medierne giver megen omtale af tilbud til deres relevante kundekreds. Det er også fint. En patientforening vil jo gerne have reklame og omtale for at kunne hjælpe ligestillede med råd og erfaring i livet med den nye diagnose.

Men som Peter Qvortrup Geisling fortalte: I dag var det jeres forening, der fik omtale. Efter et par uger er det så glemt, og der kommer fokus på en anden patientforening. Således er livet. Selv om vi syntes, at vores liv med stomi er noget som alle skal

kende til, så gælder det jo også for alle andre patientforeninger, at de ønsker omtale og information til så mange som muligt.

Derfor må vi være tilfredse med, at der trods alt har været en del omtale om Stomiforeningen COPA og livet med stomi. De lokale dagblade i både Horsens og Vejle havde informationer om jubilæet og stomi. Desuden har der været et indslag i TV SYD om stomisygeplejerske Kirsten Bachs arbejde på stomiambulatoriet, Horsens Sygehus.

Til jubilæumsarrangementet i Vejle kom der ca. 200 personer for at høre om TV-lægens arbejde, se nye stomihjælpemidler og hilse på deres leverandør. Det er da meget fint.

Og til arrangementet på Køge Sygehus var der også en flot opbakning fra medlemmernes side. (Mere om de to arrangementer kan læses her i bladet på side 10 og 14.).

Det er årets sidste medlemsblad, så traditionen tro er der vedlagt en kalender. I kalenderen for 2011 var der ikke sider til egne notater/telefonnummer. Det er der taget højde for i 2012 udgaven.

Forældregruppen har udgivet en helt ny folder for børn med afføringsproblemer: *"En besværlig hverdag på toilettet"*. Det vil kunne ses på vores hjemmeside.

Hvad nyt kan der forventes i 2012?

Mange medlemmer har udtrykt ønske om, at kontingentet kan betales over PBS. Det kan dog ikke blive klar til kontingentopkrævningen for 2012.

En samlet brochure med kolo- ileo- og urostomi er også på tapetet.

Der er nedsat en arbejdsgruppe, der er i fuld gang med at gennemgå vores vedtægter for at tilpasse dem nutiden. Der har i mange år været tilpasninger og justeringer i teksten. Men nu er tiden kommet til at finde et nyt sæt spilleregler.

Vinteren nærmer sig hastigt. Forhåbentligt bliver det ikke en så lang og træls vinter som de to sidste år. Jeg kan udmærket undvære noget af den snemængde, vi havde. Men OK. Lidt sne juleaften er da flot, og børnene vil jo gerne kælke og lave en snemand. Det vil vi voksne vel også?

Da det er sidste blad i 2011 vil jeg slutte med at ønske jer alle, jeres familie og venner en god jul og godt nytår. ■

Produktinformation fra Roland Healthcare



En nemmere hverdag med STOMOCUR

Roland Healthcare lancerer en helt ny mulighed: **INDIVIDUEL TILPASNING**.

Overgangen fra poseklæberen til stomien er mange gange helt afgørende for, om resultatet bliver godt.

Mange kender problemerne, der opstår med et for lille eller et for stort hul i klæbematerialet.

Vi vil gerne bidrage til, at alle nu kan få den rigtige hulstørrelse lige fra starten.

Produktnumrene har vi indrettet, så de to sidste cifre angiver hulstørrelsen.

Så enkelt er det. Skriv blot den ønskede størrelse i millimeter.

Er formen lidt mere speciel, har vi også mulighed for at efterkomme sådanne ønsker.

Vi tror, det giver en nemmere hverdag

Produkterne får du gennem din sædvanlige leverandør.

Roland Healthcare ApS - tel.: 4814 2080 - e-mail: info@roland1.dk - www.rolandhealthcare.dk

Flere personer med handicap skal i beskæftigelse

Danske Handicaporganisationer er i fuld gang med et nyt projekt *Søg job - Evner i fokus*, der er en landsdækkende kampagne, støttet af Arbejdsmarkedsstyrelsen. Projektet løber frem til juni 2012.

Kampagnen retter sig mod virksomheder, jobcentre og mennesker med handicap. Arrangementer m.m. kan følges på

www.evnerifokus.dk

www.engagementet.dk



Stomiforeningen COPA

• **Sekretariatsleder:** Britta Mogensen.

Sekretariatet

Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag:

10.00 - 14.00; onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dk

e-mail: sekretariatet@copa.dk

• Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (KUN hverdage:

bedst 14.00-18.00) • Fax: 7021 3515

e-mail: h.granslev@gmail.com

• Vicelandsformand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30, 3550 Slangerup

e-mail: schjoett@webspeed.dk

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. januar 2011.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: Chronografisk, Aarhus.

• Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889 • mail: 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 (tekst i word)

eller med PostDanmark til sekretariatet.

Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det

være som selvstændige påhæftede filer, *højest*

5 MB pr. fil; opløsning 300 pixels. Færdige

højtopløselige-CMYK-pdf modtages også

efter aftale.

Sidste frist for indlevering af tekst

til næste nummer er 10/12.

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 10/12.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes

med brevpost til Copa-bladet eller mail til

bladet@copa.dk. Andet materiale modtages

også - *efter afale*. Materialefrist og annuller-

ingsfrist normalt 8 dage efter tilsagn. Re-

proklart annoncemateriale til næste nummer

skal være Copa-bladet i hænde **senest: 16/12.**

• Indstik: Med forbehold. Nærmere oplysninger

om tidsfrister mv.: Redaktøren, bladet@copa.dk

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-bladet.

Copa-blad 6/2011 (november-december). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 223].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
Inspiration - nordisk komitemøde (<i>Gisela Schjøtt</i>).....	4
COPA Weekend i Hanstholm (<i>Gisela Schjøtt</i>).....	6
COPA 60 år - jubilæumsarrangement i Vejle (<i>Lona Spaanheden</i>).....	10
COPA 60 år - jubilæumsarrangement i Køge (<i>Peter Sørensen</i>).....	14
Læserne skriver	
Sexappeal (<i>Jørgen Østergaard</i>).....	13
Måske er der nogen der har et godt råd (neuropatiske smerter) (<i>Billetmærk "Jyden"</i>).....	15
Hvis Jeg! (<i>Ehlin Andreassen</i>).....	15
Produktinformation	2
Produktinformation	8
Nyt fra lokalforeningerne	16

COPA UNGDOM skal bowle

fredag 25. november

i både

Aarhus og København. Læs mere side 26.



Se også: www.copa.dk

Tilbud om rådgivning: Se under lokalforeningerne.

Rådgivning

Alle kan anmode om rådgivning - og det er gratis. Dette kan gøres ved at ringe til sekretariatet på

tlf. 5767 3525 eller til en lokalfor-

mand. Telefonnumrene på lokal-

formændene findes på bagsiden af

dette blad.

Der tilbydes rådgivning til alle

- uanset om man er medlem af COPA

eller ej.

Rådgivningen udføres udelukken-

de i henhold til patientens ønsker,

og den kan foretages i hjemmet, på

sygehuset eller telefonisk.

Foreningens rådgivere er alle

stomi- eller reservoiropererede el-

ler har en sygdom, der kan føre til

anlæggelse af stomi/reservoir. De har

alle et afklaret forhold til deres situa-

tion om at leve med stomi/reservoir.

De har været på kurser i bl.a. sam-
taleteknik 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 stomi-

ambulatorium.

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 lokal-

formand, idet Stomiforeningen COPA

er til for dig og din familie/pårørende.

Liste over stomiambulatorier: Se COPA-kalender 2012.

Inspiration - nordisk komitemøde

Rapport fra 'Nordisk Komitemøde' i Oslo, 9. - 11. september 2011

Af: **Gisela Schjøtt, vicelandsformand**

Det nordiske komitemøde blev i år holdt i Oslo. Hotellet var centralt beliggende lige i nærheden af hovedbanegården, endog i gå afstand. Hver af de nordiske stomiforeninger sender repræsentanter til komitemødet, og fra Danmark deltog Lasse Bønnerup fra Ungdomsgruppen og jeg selv. Både Island, Finland og Norge havde ungdomsrepræsentanter med, hvorimod der desværre var afbud fra en ung fra Sverige. Mødet begyndte så småt om aftenen den 9. september med en middag kl. 19.00, så vi kunne hilse på hinanden og lære hinanden at kende, da der var nye deltagere med. Efter aftensmaden gik vi op til Oslo Domkirke, hvor der stadig var blomster fra tiden efter ugeringen på Utøya. Kirken havde den fredag aften åben til midnat, så vi fik også set alle de tegninger, hilsner og vers, som blev skrevet til de døde og deres familier. Det var en helt speciel og stærk oplevelse, at se det i virkeligheden.

Formålet med de nordiske møder er at inspirere hinanden og til at finde nogle fælles tiltag. Her tænkes bl.a. på

stomikortet, som kan hjælpe vore medlemmer, når de færdes i det offentlige rum. Der blev også drøftet, hvordan kortet kunne blive bedre kendt hos myndighederne, og her fortalte vi fra Danmark, at der var skrevet til de danske lufthavnes securityafdelinger, så sikkerhedspersonalet ved en stikprøvekontrol eller alarm, når man går gennem persongaten, er informeret om en diskret gennemgang af bagage og en personlig visitation, hvis det skulle blive aktuelt. Et ønske fra Norge var, at de forskellige lande fortalte om, hvordan de var organiseret. Et andet emne for at synliggøre foreningerne ved møder, var at få købt et "beach-flag". Det er nemlig ikke alle hoteller, der accepterer at deres flagstænger benyttes til konferencegæsternes flag. Beach-flaget kan placeres alle vegne, da det både har en fod og et spyd. Det kan sættes mellem fliser eller i en urtepotte ved hjælp af spyddet, eller placeres ved mødelokalet på den medfølgende fod.

Sverige har et, som de havde med, og alle synes godt om ideen.

Et af de andre emner var, hvordan vi skal få en ungdomsafdeling godt i gang. Her var de deltagende unge meget engagerede og kom med gode forslag, som der skal arbejdes videre med til næste møde.

Det næste møde blev fastsat til 23. til 26. august 2012, og det kommer til at foregå i Trondhjem, da Norge også er vært ved dette møde. Der blev lavet en såkaldt brainstorming over emner, som det kunne være interessant at få belyst, så nu er der noget at arbejde videre med for næste års værter.

Hjemrejsedagen var den 11. september, der også er 10 årsdagen for angrebet på World Trade Center i New York. Jeg havde forestillet mig, at der af den årsag ville være ekstra skærpelse af sikkerheden både på banegården og i lufthavnen, men hvis der var, mærkede man det i hvert fald ikke. ■



Feel the difference

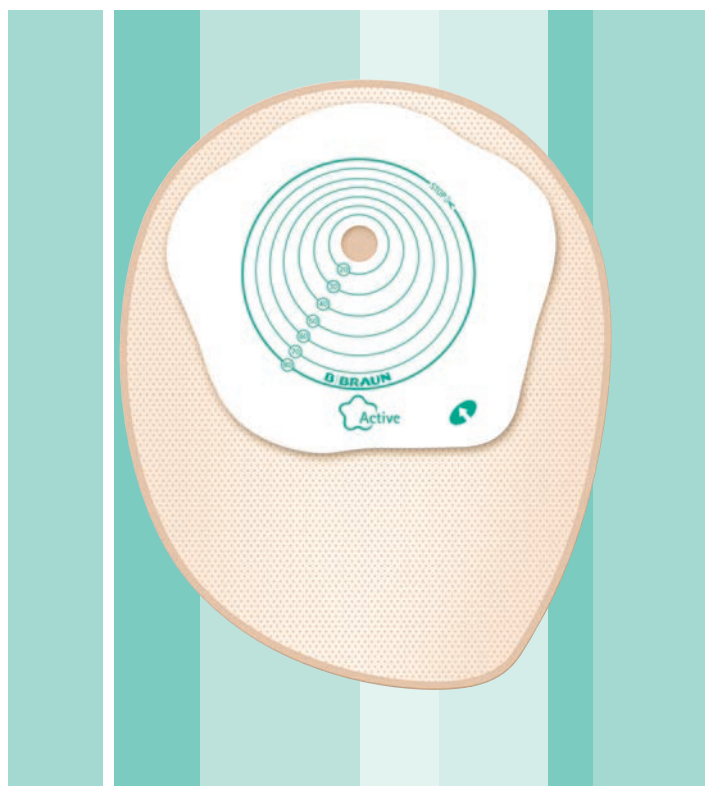


Flexima® Active

Ny elastisk klæber. Fleksibel og sikker.

Flexima® Active er en ny 1-dels stomipose med en helt ny elastisk og hudvenlig klæber udviklet ud fra den unikke SkinTech® formulering. Den giver øjeblikkelig og sikker hæftning til huden – samt en smidighed, der sikrer, at klæberen følger kroppens bevægelser. Den er nem at sætte på og nem at fjerne – helt uden klæberester. Let og smertefrit! Flexima® Active – for en sikker og bedre hverdag.

Flexima® Active – LUKKET med filter

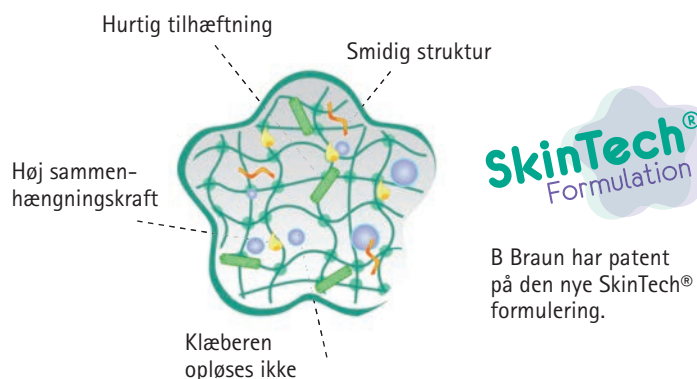


Flexima® Active – TØMBAR med filter



PROLOG

- Fuld hudkontakt for øget sikkerhed
- Elastisk og smidig
- Virkelig god bærekraft
- Ingen klæberester



B Braun har patent på den nye SkinTech® formulering.

For mere information og vareprøver kontakt B Braun Kundeservice på telefon 3331 3141 eller pr. mail kundeservice-dk@bbraun.com
Åbningstider: Man-tors. kl. 8.30-16.00. Fredag kl. 8.30-15.00.

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

"COPA Weekend" i Hanstholm den 2.- 4. september 2011

Af: *Gisela Schjøtt, vicelandsformand*

Traditionen tro blev COPA weekend for anden gang holdt på Montra Hotel Hanstholm. (Weekendopholdet foregår altid det samme sted to år i træk).

Lige som sidste år fik deltagerne ved indcheckning et klistermærke med

navn på, så de nyankomne hurtigt kunne komme i kontakt med de, der allerede var ankommet.

Da alle var kommet, gik vi ind i møde-lokalet, hvor Gitte Pedersen fra ConvaTec fortalte om de seneste nyheder inden for firmaets stomiprodukter. En af nyhederne

var en modulerbar plade, hvor klæberen kan rulles ud til passende hulstørrelse, så man helt slipper for at klippe. Der var også en konkurrence, hvor alle havde hørt så godt efter, at der var gevinst til samtlige deltagere.

Efter Gittes præsentation var aftenens næste punkt en to-retters menu, og man kunne derefter igen gå ind til Gitte og få en personlig vejledning, og der var også mulighed for at få tilsendt diverse prøver. Da der også var rådgivere til stede, var der også mulighed for en snak på tomandshånd, hvis det var et ønske.

Efter morgenmaden om lørdagen kørte bussen op foran hotellet kl. 09.30, og vi påbegyndte vores udflugt rundt til de forskellige naturoplevelser. Turen skulle jo ikke være identisk med udflugten fra sidste år, så busselskabet havde været behjælpeligt med at finde nogle seværdige steder. Første stop var Lild Strand, hvor nogle fiskere var i færd med at ordne krabber, idet krabbeklørerne blev skilt fra kroppen og smidt i nogle store spande. Kystfiskeriet fra dette sted var indstillet i en længere årrække fra 1970 efter en storm, der bl.a. ødelagde redningsstationen, men efter etablering af et kystsikringsanlæg med bølgebrydere blev fiskeriet genoptaget i 1983. Næste stop var Bulbjerg, hvor vi fik en pause, så vi kunne nyde den storslåede udsigt og få strakt benene. Bulbjerg er 47 m høj og er det sydlige Danmarks eneste fuglefjeld. Her er yngleplads for op til 500 par af mågefuglen riden (den tretåede måge), men vi kunne ikke se ynglepladserne fra hvor vi befandt os. Derimod kunne vi se resterne af Skarreklit, der knækkede af i 1978. Vi kørte derefter videre til Thorup Strand, der stadig har et velfungerende fiskersamfund med en forholdsvis ny redningsstation, der betjener Jammerbugten mellem Hanstholm og Hirtshals. Det var nu ved at være frokosttid, så vi kørte lige en smuttur forbi Slettestrand for at finde et egnet sted til frokost - men der var hverken borde eller bænke - og i stedet endte

(fortsætter side 8)



Næste generation hudbeskyttelse!



Hurtig – smertefri – sikker



NILTAC™ aerosol 50 ml
spray varenr. TR101

NILTAC™ vådserviet 30 stk
æske varenr. TR102

SILESSE™ Pumpespray 28 ml
spray varenr. TR109 NY
praktisk størrelse!

SILESSE™ Aerosol 50 ml
spray varenr. TR104

TRIO DIAMONDS™ Gelposer
Lugt- & gas-absorberende
gelposer. TR 105

SILESSE™ vådserviet 30 stk
æske varenr. TR103

NILTAC™ er en klæbefjerner, der er 100% silikonebaseret og findes både som spray og serviet. Niltac™ bruges til at løsne stomiplade eller pose med. Få sekunder efter brug af NILTAC™ rundt langs kanten af klæberen, løsner bandagen sig, uden smerte, svien og irritation. NILTAC™ efterlader ikke huden fedtet, fordamper på få sekunder og tilføjer huden fugt. Huden efterlades fin og ren og "stripping" minimeres.

SILESSE™ er en effektiv alkoholfri barrierefilm til brug direkte på huden. SILESSE™ er 100% silikonebaseret og beskytter huden mod væske/output og minimerer skaderne ved hyppige bandageskift. SILESSE™ er super effektiv og sikker, skaber hurtigt en effektiv barriere, der tillader huden at ånde og den svier ikke. SILESSE™ findes både som serviet og spray.

TRIO DIAMONDS™ er et patenteret, moderne produkt med helt unikke egenskaber som overgår traditionelle produkter. Det er udviklet i samarbejde med stomiopererede for at give den bedste sikkerhed, kontrol og komfort. Indholdet i stomiposen bliver til gel, når det kommer i kontakt med Trio Diamonds™ Gelposen.

niltac.com

silesse.com

triodiamonds.com

PRODUKTERNE KAN KØBES HOS DIN NUVÆRENDE FORHANDLER!
Bestil gratis vareprøver på tlf: **97423233** eller på post@hardam.dk

triohealthcare™
international



post@hardam.dk www.hardam.dk

vi i Fosdalen, der er et af Hanherreds mest kendte udflugtssteder, hvor der var borde og bænke, og her indtog vi vores frokost, som hotellet havde smurt til os. Næste punkt var et besøg på Trandum Lys og Glas. Det er et familieejet lysstøberi, hvor der også var håndlavede ting af glas samt julepynt og gaveartikler. Vi var ventet, for der var frisklavet kaffe på termokanderne til os. Der var et arbejdende værksted, hvor man kunne se, hvordan nogle af



glastingene blev lavet. Da vi var der, var en dame i gang med at lave de sødeste ugle i forskellige størrelser. Handelen gik lystigt, og mange blev inspireret til køb af diverse varer, både til eget brug og som gaver. Den videre færd gik til restaurant Klim Bjerg, hvor vi fik kaffe, hjemmebagt kringle og lagkage. Ejeren fortalte lidt om stedet, der oprindeligt var hans barndoms-hjem, men som senere blev udbygget til en restauration. Nu har Klim Bjerg også overnatningsmuligheder, og vi fik en rundvisning, hvor vi kunne besigtige de 22 værelser, der alle var forskellige og meget indbydende. Efter kaffen kørte vi til Kirsten Kjær's Museum, der var noget ganske specielt, idet der ikke skulle betales hverken for entre eller kaffe, men man modtog dog gerne en erkendtlighed fra de besøgende. Kirsten blev født i 1893 og døde i 1985, men hun havde store besværligheder med at finde sig selv som menneske. Hun blev gift noget mod sin

vilje i 1918, men havde besvær med at finde sig til rette som husmoder - i stedet rejste hun med en teatergruppe i 1921 - 1923. Hun fik en svær depression i 1924 og desuden en operation for tuberkulose, og det var først i 1932, hvor hun hjalp sin mand med restaurering af kirkeinventar, at hun første gang selv stod med en pensel i hånden og var



klar over sin fremtidige beskæftigelse. Siden oplevede hun det store udland, der startede med Californien, og hun tilbragte mange år i udlandet i forskellige perioder og sammenhænge. Hun endte med at blive en kendt kunstmaler - men hun havde et meget kompliceret liv med mange op- og nedture.

Foreningen Kirsten Kjær's Venner blev oprettet for at muliggøre hendes senere liv, og museet er da også resultatet af foreningens virke. Stedet er udvidet flere gange og har bl.a. arbejdende værksteder for kunstnere og koncertfaciliteter. Mætte af indtryk vendte vi hjem til hotellet for at slappe lidt af inden aftenens festmenu. Feststemte og glade indtog vi vore pladser i restauranten, hvor vi fik en ganske dejlig menu med forret, hovedret og dessert. Vi sluttede af med kaffe og dans, så det blev lidt sent for nogle, inden sengen kaldte.

Efter morgenmad søndag var der tid på egen hånd, inden vi mødtes til evaluering. Ved evalueringen blev vi enige om, at det kun var nødvendigt at skrive COPA på de midlertidige skilte og undlade besværet med navne. Alle ville jo alligevel den første aften få et navneskilt. Medlemmerne havde været meget glade for opholdet og den sædvanlige gode stemning, og førstegangs deltagerne følte sig hurtigt godt tilpas sammen med de "gamle", sagde de. Herefter blev det tid til frokost, og efter behørig afsked gik det hjemad til den normale hverdag. ■

Produkt- og brugertips på stomibælter / brokbælter

Hansen Protection, tidligere Helly Hansen Pro, fremstiller og sælger bælter til stomiopererede. Der er 3 forskellige bælter til forskellige anvendelsesområder:

Støtte / brokbælte H 19 • Brok / Støttebælte H 23 • Stomibælte med "lomme".

Fælles for alle 3 bælter:

- Lavet i blødt behageligt materiale, har ingen sømme som strammer eller gnaver.
- Former sig efter kroppen.
- Kan vendes efter behov, hvid på den ene side og sort på den anden.
- Stabiliserer og beskytter ved arbejde, træning, svømning eller intimt samvær.
- Nedsætter posestøj.
- Justeres enkelt med velcrobånd.
- Tørres hurtig efter vask /badning.
- Bælterne indholder Latex
- Vaskes ved 40°C
- Kan klippes i (tilpasses).



Brok / Støttebælte H 23.



Støtte / brokbælte H 19.



Stomibælte med "lomme".

I Danmark forhandles bælterne af Mediq Danmark

www.mediqdanmark.dk

SenSura® Mio

98%
ER ENIGE*
"FØLGER MIN
KROPSFAÇON"



*Kilde: Produktevaluering – resultater DK, UK, FI, NL, CH. Total antal respondenter: 218.

Tilpasser sig individuelle kropsfaconer. Føles sikker

En kolostomibandage der følger alle kroppens naturlige bevægelser

SenSura® Mio tilpasser sig individuelle former, og følger kroppen naturlige bevægelser. Når du bukker dig, strækker eller drejer dig, vil du opleve, at SenSura Mio fastholder en sikker vedhæftning takket være den elastiske klæber. Med SenSura Mio kan du føle dig sikker.

"Det har givet mig den bedste tryghed. Jeg kan ikke bede om mere".
Vanessa, SenSura Mio bruger, England

Bestil en gratis vareprøve på SenSura Mio på www.sensuramio.coloplast.dk

www.coloplast.dk
Coloplast A/S, Høtveddam 1, 3050 Humlebæk

Coloplast logo er et registreret varemærke og tilhører Coloplast A/S. © [2011-10.] Alle rettigheder forbeholdes Coloplast A/S, 3050 Humlebæk, Danmark.



Se nogle af reaktionerne på SenSura Mio. Videoen kan også ses på www.sensuramio.coloplast.dk

Ja tak, jeg vil gerne have tilsendt gratis prøver på SenSura Mio fra Coloplast

SenSura Mio fås som 1-dels med lukket pose til kolostomiopererede.

Jeg har en:	kolostomi	Navn:	
Årstal for min stomioperation:		Adresse:	
Størrelsen på min stomi:	mm	Postnummer:	By:
Jeg foretrækker posestørrelse:	☐ mini ☐ midi ☐ maxi	Telefon:	
Jeg bruger en stomibandage fra:	☐ Coloplast ☐ anden producent	Email:	

Udfyld og indsend kuponen i en lukket kuvert til: Coloplast Danmark A/S, Høtveddam 1, 3050 Humlebæk, Att.: Kundeservice

COPA 60 år - jubilæumsarrangement i Vejle

Af: Lona Spaanheden, lokalformand COPA-Sydvestjylland

Landsformandens forventninger

Vor landsformand, Henning Granslev havde store forventninger i forbindelse med jubilæet. Han har i et par år glædet sig til, at foreningen skulle afholde 60 års jubilæum på landsplan, gerne med fokus sat på tabu omkring stomi (hvilket er lykkedes).

I sommeren 2010 nedskrev Henning sine ideer til fejring af 60 års dagen, og efter et par justeringer blev ideerne vedtaget på budgetmødet i november 2010. Inden budgetmødet talte Henning - på FS kongressen i Fåborg - med alle producenter og leverandører om deltagelse i markeringen af 60 års dagen. Alle sagde ja til deltagelse, både med en stand, og i feststaden. En ting var vigtig. Et trækplaster. TV-lægen Peter Qvortrup Geisling sagde ja til at være med, da det er en god sag, og med folketingsmedlem Karen Klint som åbningstaler var der gang i tingene. Andre oplægsholdere skulle tale om bl.a. stomityper, stomisygeplejerskens arbejde og en repræsentant fra Forældregruppen, der fortæller om børn med afføringsproblemer. Omtale i TV & presse er svært,

Kirsten Bach og Henning Granslev. Stomisygeplejerske Kirsten Bach og tidligere landsformand Christian Stentoft blev udnævnt til æresmedlemmer i COPA. Christian Stentoft kunne desværre ikke være tilstede ved jubilæumsfesten i Vejle (se takkebrev fra Christian side 13).



men en side i Berlingske var om stomi og rejser. Der var en artikel i Rask; og stomi fik 11 minutter i TV's Aftenshowet + meget omtale i lokale aviser. Der kom fokus på stomi i forbindelse med jubilæet. Javel. Henning brugte flere timer hver dag - de sidste uger inden den store dag.

FU har frembragt flere gode ideer; bl.a. en ny frisk plakat og et flot sølvbelagt smykke - selvfølgelig en kænguru - samt udnævnelse af to æresmedlemmer i COPA, tidligere landsformand Christian Stentoft og stomisygeplejerske Kirsten Bach. Og Henning glæder sig; der kommer gæster til jubilæet fra Sverige, Norge, Island, Ukraine, Holland (EOA), FS (stomisygeplejerskerne) og DH (Dansk Handicap).

Om sine forventninger til dagen, siger Henning:

–“Avisomtale, nyt om stomi og bandagering, nyt om operationsteknik, nye hjælpemidler, alle får snakket med deres producent/leverandør og at vore gæster og medlemmer får en god dag og aften i samvær med ligestillede. Ja, at vi får et rigtigt godt 60 års jubilæum sammen i Vejle”.

Jamen, hold da op for et brag af et jubilæum

Selve dagen

ToRVEhallerne i Vejle havde flotte rammer til COPAs 60 års jubilæum, lørdag den 27. august. Tidlig formiddag, vel ankommet, blev der lavet en arbejdsgruppe af FU medlemmer og andre tilstedeværende, der straks gik i gang med at hente COPA materiale fra hotellets depotrum og samle bl.a. nye rådgiverhåndbøger, rulle nye COPA plakater og gøre COPAs nye T-shirts klar og hjælpe med udstillingerne på 2'sal, medens sekretariatschef Britta Mogensen modtog og registrerede de indbudte gæster, der fik udleveret billetter. Samtidig var der hektisk aktivitet på 2'sal, hvor udstillere med stomiprodukter gjorde klar til deres åbning kl. 11. Og der var stor søgning til firmaerne. Standene var fordelt så COPA stod i døren, efterfulgt af Hollister og Dansac ved siden af Eto Garments i foyeren, i næste rum på venstre side startede Focuscare Denmark så Mediq Danmark, efterfulgt af Kirstine Hardam overfor Stotec, der stod ved siden af Roland Healthcare, og sidst Coloplast. På den udvendige gang residerede B.Braun, ConvaTec og Danpleje. Det summede som en bikube; alle danske og nordiske dialekter blev hørt. Interessen

Sekretariatschef Britta Mogensen modtager og registrerer de indbudte gæster.



ved standene var stor, spørgsmål og svar fæg gennem luften, garneret af spændende konkurrencer fra stand til stand, sammen med firmagaver i lind strøm; karameller, kuglepenne, målebånd, musemætter, pastiller, håndklæder og sågar vingummi kænguruer. - Og så var der frokost!

Kl. 12.45 sagde landsformand Henning Granslev pænt goddag, hvorefter folketingsmedlem og medlem af sundhedsudvalget Karen J. Klint officielt åbnede eftermiddagsarrangementet. Bl.a. sagde Karen tillykke og godt at patienterne har en forening i ryggen med erfaring gennem flere årtier. Kl. 13.00 fik vort liv et tiltrængt serviceeftersyn af TV-lægen Peter Qvortrup Geisling. I en times hektisk foredrag kom han rundt om utroligt mange emner bl.a. er den danske middelevælder nr. 35 på verdensplan, på linie med Albanien! Vi hørte også om TV-manden Flemming Leth, den gamle giftblander, der har de blødeste barberede ben under de kraftige kansas benklæder og hygger sig med koldpresset lindolie i en kælder i Århus. De barberede ben skyldes cykelløb.

Kl. 14.25 fortalte overlæge Jørn Selling Rasmussen, speciale i mave-/tarmkirurgi, Horsens Sygehus, om kikkertoperationer. Han inviterede indenfor i bughulen - på video, og fortalte også om stomiens historie gennem tiderne; hvordan de

(fortsætter næste side)

Taler og gaver (Marie Steen, Sverige og Henning Granslev).



Flair Active Xtra®

- oplev friheden ved at kunne vælge

Hvad er det særlige ved Flair Active Xtra ?

Flair Active Xtra er en løsning udviklet specielt til kolostomier. Løsningen består af en udskylbar stomipose og en klæbefjerner - pakket i samme æske.

Stomiposen minder om en traditionel pose, bortset fra at du selv kan vælge, om du vil smide den brugte pose i affaldsspanden, eller om du vil skylle den ud i toilettet - helt afhængig af situationen.

Klæbefjernereren hjælper dig med at skifte posen uden gener og uden at belaste huden. Det gør det lettere for dig, og risikoen for hudproblemer reduceres.



stotec

telefon: 7584 1166
mail: stotec@stotec.dk

gamle grækere lavede en kunstig tarmåbning 300 år før vor tidsregning, og sluttede af med det helt nye: "robotkirurgi".

Kl.15.00 handlede det om urostomi og urinvejsoperationer, et rigtig godt indlæg af overlæge Kasper Ørding Olsen fra Skejby Sygehus om urinvejsoperationer og andre barske sygdomme. Der blev besvaret mange spørgsmål under indlægget. Derefter kom kaffepausen; tid til at fordeje de mange indtryk.

Efter pausen hørte vi stomisygeplejerske Kirsten Bach, Horsens Sygehus, fortælle om sit daglige arbejde i stomiam-

bulatoriet og om stomipleje før, nu og i fremtiden. Kirsten berettede om stomiposer gennem tiderne og de ældste klæbere, der var så dårlige, at det gav rigtig mange hudproblemer.

Efterfølgende oplyste Morten Holmgaard om Forældregruppen i COPA, dets virke og tilbud til familier og børn med afføringsproblemer. Morten fortalte hvad Forældregruppen er, gør, kan tilbyde og ikke mindst hvordan der findes frem til gruppen. Det er en gruppe med ca. 60 medlemmer.

Undervejs modtog alle oplægsholdere

spørgsmål og svarede efter bedste evne. Der var igen tid til at besøge udstillingerne, inden de lukkede kl.18.

Selve aftenen

Klokken 19 var der dømt festaften. Jamen hold da op. Slips og kjoler var fundet frem og Torvehallen var fyldt med feststemte jubilæumsgæster. Der manglede ikke noget! Tre retters menu med lækkerier, vine og senere afsluttet med friskbrygget kaffe og kransekage. Henning bød alle hjerteligt velkommen, også gæsterne udefra: EOA, Sverige, Norge, Island, Odessa, FS, Fredericia Bankocenter, Kirsten Bach, producer, leverandører. Undervejs i menuen blev der slået på glasset, først ønskede svenske Marie Steen tillykke. Senere udtrykte EOA Præsident, Ria S. Meijers, fra Holland, glæde på COPAs vegne; hun havde personlige hilsner med fra mange af de 42 medlemslande. Så var der norsk lykønskning. Inge og Thomas fra Norilco medbragte også hilsner fra tidligere EOA formand, Arne Holte.

Efter en spisepause talte Oleksandr og Oleksandr fra Odessa om glæden over at være til stede, og taknemmeligheden over COPAs hjælp med stomiposer tilsendt Ukraine.

Det var tid for Henning at takke for lykønskningerne og den store gaveregn, samt præsentere to ny æresmedlemmer i COPA, tidl. landsformand Christian Sten-toft og stomisygeplejerske Kirsten Bach Olsen, inden Steen Samuelsen fra Vejle sang fødselsdagssang og FS repræsentant Birgitte Dissing sagde tillykke og udtrykte sin glæde ved samarbejdet med COPA. Senere blev den nye COPA vise afsunget, inden orkesteret Lallas spillede op til dans. Der blev gået til de gode gamle slagere på dansegulvet, og måske gav det lidt sult, for over midnat var der kø, med venlig selvbetjening, ved hotdogboden. En skøn fest, vældig sødt personale, smilende og venligt.

Et brag af en fest.

Forventningerne indfriet

Jubilæet er glansfuldt overstået og Henning Granslev siger:

"- Mine forventninger til dagen blev tilfulde indfriet, masser af deltagere til oplæggene og et stort og fint besøg ved udstillingerne. Festsaftenen var super med masser af godt humør og en rigtig god stemning. Artikler om stomi i Horsens Folkeblad og Vejle Amts Folkeblad og mange, mange mails med tak for en god dag til COPA". ■

Peter Qvortrup Geisling med to gæster fra Norge og en gæst fra Holland (EOA).



Festklar.



Kære COPA

Hjertelig tak for udnævnelsen til æresmedlem og festivitatsen i samme anledning.

Jeg er stolt, glad og lidt benøvet over, at forretningsudvalget har skønnet, at mit virke for foreningen har været så fortjenstfuldt, at jeg fremover har fået plads på linje med foreningens stiftere og forkvinden for udviklingen af de første brugbare stomibandager.

Samtidig glæder det mig, at jeg får følgeskab af Kirsten Bach. Hun har om nogen fortjent at blive hædret for sin indsats for de stomiopererede.

**Mange venlige hilsener
Christian Stentoft**

Christian Stentoft
er nu foreningens 4. æresmedlem.



LÆSERNE SKRIVER



Sexappeal

Vi er nok mange, der ikke har sexappeal p.g.a. den lille pose som hænger på maven.

Det har min partner og jeg fundet en løsning på. Vi fik en systue til at fremstille et hudfarvet bånd syet efter mål i strækkvalitet.



Båndet vi valgte er 17 cm bredt og har en omkreds på 20 cm mindre end taljemålet.

Båndet beskytter stomipladen, så den ikke løsner sig under samleje og holder samtidig posen tæt til kroppen.

Båndet trækkes på som et par trusser og det indsyede elastik foroven og forneden holder det fint på plads.

Vi er blevet så begejstrede, så vi synes, at andre par skal delagtiggøres.

**Ønske om mere information kan rettes til
joergen@oestergaard.as tlf.2424 0406.**

Flair Active Xtra®

- oplev friheden ved at kunne vælge

Produktbeskrivelse:

- En sikker stomipose
 - skaber og fastholder en sikker vedhæftning
- En diskret stomipose
 - et effektivt kulfilter og en lydefri posefilm
 - brug toilettet hvor det er mest hensigtsmæssigt
- En komfortabel stomipose
 - en fleksibel klæber der følger huden og et blødt posestof
 - den medfølgende klæbefjerner sikrer et let og skånsomt poseskift



Welland Flair Active Xtra - bestillingsnumre

	Opklipbar	Forudstandet hul					
MIDI	19-50 mm XPFM519	25 mm XPFM525	29 mm XPFM529	32 mm XPFM532	35 mm XPFM535	38 mm XPFM538	44 mm XPFM544
MAXI	XPFL519	XPFL525	XPFL529	XPFL532	XPFL535	XPFL538	XPFL544

stotec

telefon: 7584 1166
mail: stotec@stotec.dk

COPA 60 år - jubilæumsarrangement i Køge

Af:
Peter Sørensen,
lokalformand
København / Frederiksberg

Anne Grete Olsen.



Auditoriet, Køge Sygehus.

Per Granberg.

Lørdag den 10/9 havde lokalforeningerne Roskilde • Vestsjælland • Storstrøm Nord • Lolland Falster • Storkøbenhavn • København-Frederiksberg arrangeret en fælles markering af COPAs 60 års jubilæum.

Vejret var godt, heldigvis ingen byger til at afskrække folk. Klokken 12.00 var 94 glade stomister mødt op i vandrehallen på Køge Sygehus, og vi startede dagen med sandwich og lidt koldt at drikke, så man kunne lære hinanden lidt at kende.

Dagens første indlæg var et foredrag om hudproblemer ved stomisygeplejerske Anne Grete Olsen fra Køge Sygehus. Anne Grete fortalte om, hvad vi selv kan gøre for at forebygge, hvornår vi skal søge hjælp og om stomiskolen på Køge Sygehus.

Så fik Per Granberg, fra Eto-Garments, ordet og præsenterede firmaet fra Ejby - selvfølgelig på syngende fynsk. Per fortalte, hvad de kan gøre for dem, der har behov for lidt ekstra støtte til maven eller en brok, og opfordrede deltagerne til at komme ud og se de modeller de havde med af bæltter, bandager og undertøj.

Dansac-Hollister præsenterede sig selv og var til stede hele dagen med udstilling af produkter, nyheder og en lille konkurrence, hvor 3 heldige vindere gik hjem med en kurv med guf til ganen.

Efter en pause, hvor vi fik kaffe og jordbærslagkage, var det tid til dagens sidste indslag.

Ildt over en time var der fuldstændig stille i auditoriet, ingen skulle ud at tømme eller skifte, det er sjældent i en stomiforsamling. Mads Petersen, Roskilde, fortalte om sine oplevelser ved Siriuspatruljen. Det blev krydret med flotte billeder, små film og sjove og spændende historier, om en for de fleste ukendt verden langt mod nord. Et billede viste en Siriusmand i en snedrive med måsen bar og 40 grader, der blev jeg personligt glad for min pose.

Stor tak til alle oplægsholdere, udstillere, Skovbo Dinner, teknikansvarlige og ikke mindst dem fra bestyrelserne der har gjort en stor indsats for at planlægge og organisere dagen i Køge, og tak til alle stomisterne fra Sjælland og Lolland-Falster der lagde vejen forbi. ■



Mads Petersen.

Dansac / Hollister.



Kagebord.



Måske er der nogen der har et godt råd

Jeg har i snart 2 år haft smerter, svien og brændende fornemmelse i området, hvor jeg for 13 år siden fik fjernet min endetarm. Tidligere har jeg fået fjernet min tyktarm p.g.a. colitis ulcerosa. Jeg er undersøgt og scannet og har fået at vide, det er fantomsmerter fra nervebaner der er skåret over. Nu har jeg sagt ja til medicin mod **neuropatiske smerter**.

Mon der er nogen – som har eller har haft – sådanne smerter, og hvad er der gjort ved problemet? Det vil jeg gerne høre, man bliver utrolig træt af at have smerter altid.

Billetmærk "Jyden"

Send dit svar i lukket kuvert til COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted - mærket "Jyden" - så sender COPAs sekretariat dit brev uåbnet videre til "Jyden".

LÆSERNE SKRIVER



Skriv til COPA. Del din mening, erfaringer eller andet med andre COPA-medlemmer. Copla-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. Fremsatte meninger behøver ikke at være delt af COPA's forretningsudvalg. Bladet forbeholder sig ret til, at der bliver svaret på et indlæg.

BREVPOST ADRESSE

COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

MAIL ADRESSE

bladet@copa.dk HUSK når du sender via mail også at skrive dit navn og postadresse.

Ehlin Andreassen sender til dette nummer af Copla-bladet et opfølgende læserbrev på sit eget læserbrev 'Lykken er!' som blev bragt i nummer 5 - med svar fra Mediq Danmark også i blad nr. 5-2011:

Hvis Jeg!

Jeg er 68 og har haft ileostomi i 10 år.

Jeg er så heldig at være tilknyttet stomiambulatoriet på BBH.

Og så heldig at stomisygeplejersken har hjulpet mig til at finde en stomibandage som dækker mit behov.

Hvis jeg havde ladet mig "spise af" - med den stomibandage som Mediq sendte mig - istedet for den jeg havde bestilt, så havde jeg ikke været i stand til, en tør og vindstille dag, i uge

34 bl.a. at samle og opstille min 6-kantede pavillon i haven.

Jeg ville heller ikke have været i stand til i 4 uger, hver fredag, lørdag og søndag, at holde Loppemarked til fordel for 'Børn i Afrika' i haven.

Før, under og efter, ligger der meget fysisk arbejde.

Specielt i disse situationer, er jeg afhængig af den for mig optimale stomibandage.

Derfor brugte jeg så megen tid og energi, som jeg gjorde på, at få den bandage, jeg bruger.

Og derfor tog jeg ikke det, som jeg mener jeg hørte Kbhvns

Kommune's Hjælpemiddelcentral og Mediq sige, for gode varer.

Jeg vil til hver en tid kæmpe for, at få den bandage som er optimal for mig.

Således at jeg kan vedblive med de aktiviteter, som giver mit liv værdi.

Tak til Nils Bundgaard fra Mediq for svaret på mit forrige læserbrev og til Peter Sørensen for hans information.

Med venlig hilsen
Ehlin Andreassen

Flair Active Xtra®

- oplev friheden ved at kunne vælge



Hvad gør jeg, hvis jeg er mere interesseret ?

Hvis du ønsker vareprøver, er du velkommen til at kontakte Stotec.

Har du spørgsmål vedrørende Flair Active Xtra eller andet, er du velkommen til at kontakte vores stomisygeplejerske Ulla Ostenfeld på telefon 2639 3911 eller på mail ulla@stotec.dk.

Hvis du efter afprøvning vil fortsætte med at bruge Flair Active Xtra, så kan vi hjælpe dig med at få din bevilling igennem, og vi kan sikre, at du har poser nok, indtil din forhandler har sendt din første leverance.

stotec

telefon: 7584 1166
mail: stotec@stotec.dk



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



København/ Frederiksberg



Lokalformand:
 Peter Sørensen,
 Århus Plads 6, 2.th., 2100 København Ø
 Tlf.: 3538 9148 (bedst mellem 16.00 og 18.00)
 E-mail: nepe@privat.dk

Siden sidst

COPA 60 år

Lørdag den 10/9 fællesarrangement på Køge Sygehus med markering af COPAs 60 års jubilæum. Se mere andetsteds i bladet (side14).

Siden sidst

COPA

København/Frederiksberg fejrede 30 års jubilæum

Lørdag den 8/10 fejrede vi lokalforeningens 30 års jubilæum.

21 medlemmer samledes på denne efterårsdag i Hansens Gamle Familiehave for at markere lokalforeningens jubilæum. Vi havde en fornøjelig eftermiddag med solskin, god mad og drikke og hyggeligt samvær i de gamle hyggelige rammer - så hvad kan man forlange mere?

Tak til jer alle for at møde op i højt humør og være med til at gøre dagen festlig.



Kommende arrangement

Julefrokost

Fredag den 2/12 kl. 13.00-18.00 julefrokost Pilegården

Vi indbyder til julefrokost/årsafslutning på Kulturhuset Pilegården, Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj. Vi skal være i lokale 7 i stueetagen.

Vi får en julebuffet med koldt og lunt samt kaffe og risalamande, med mandelgave. Øl - vand og snaps kan købes på stedet til kostpris. For medlemmer og støttemedlemmer koster deltagelse i julefrokosten 75,- kr. For ikke medlemmer 200,- kr.

Medlemmer fra Storkøbenhavn er også velkomne.

I bedes medbringe en lille sjov eller sød indpakket gave til max. 25 kroner, så vi kan udveksle julegaver og dermed ønske hinanden en god jul.

Tilmelding senest 23/11 på 3538 9148

bedst 16.00-18.00 eller på mail nepe@privat.dk

Max plads til 32 deltagere.

Lokalforeningens fremtid

Efter den ordinære generalforsamling marts 2010 og igen i 2011 efterlyste vi medlemmer, der ville stille op til bestyrelsesarbejde, samt komme med forslag og ønsker til medlemsmødernes indhold og struktur, da vi har oplevet at måtte aflyse et aftensmøde med kun 5 tilmeldte, og har et meget lille fremmøde til almindelige medlemsmøder; vi kan ikke byde oplægsholdere, at vi kun er 9 personer, hvoraf de 5-7 er bestyrelse og pårørende. Ydermere har vi haft en nedgang på mere end 70 medlemmer siden årsskiftet 2008/2009.

Vi har pr. 10. oktober kun hørt fra en enkelt, der kunne tænkes måske at gå ind i en ny bestyrelse og ingen ønsker eller forslag. Da vi til februar 2012 skal have valgt en ny bestyrelse



(5 personer inkl. en ny formand) har bestyrelsen derfor indsendt skrivelse til hovedbestyrelsen i COPA, der fortæller at i forbindelse med generalforsamlingen 2012, stopper den nuværende bestyrelse i København-Frederiksberg, og der er derfor ikke planlagt aktiviteter for 2012, udover den ordinære generalforsamling.

Rådgivning er undtaget, de 3 nuværende rådgivere stiller sig fortsat til rådighed for COPA efter generalforsamlingen - via sekretariatet.

Da det er vedtægtsbestemt hvordan strukturen er i COPA, kan kun hovedbestyrelsen afgøre om lokalforeningen skal lukkes eller sammenlægges med f.eks. Storkøbenhavn, hvis der ikke stiller friske kræfter op.

Vi håber at man fra hovedbestyrelsen vil se positivt på og støtte økonomisk, hvis der er initiativer til i stedet at danne selvhjælpsgrupper, hvis der i lokalområdet er personer der ønsker at stå for og arrangere at mødes, for erfaringsudveksling og socialt samvær.

Næste nummer af bladet, der udkommer januar, vil indeholde indkaldelse til generalforsamling 2012 og orientering om hvad der besluttet på budget og aktivitetsmødet 19/11, hvor hovedbestyrelsen er samlet.

P.b.v. Peter Sørensen

Bornholm

Lokalformand:
Harald Lund

Arnagervej 22, Arnager
3700 Rønne
Tlf.: 5697 2062
ernaharald@gmail.com

Siden sidst

COPA 60 år - fejret på Bornholm

- Christian Stentoft nu æresmedlem i både lokalforeningen og landsforeningen

Hej. Vi havde en god 60 års jubilæumsdag den 10/9. Der var mødt ca. 35 som hilste på. Med var Malene Bajer fra ConvaTec, som fremviste deres nye produkter på en fin måde. Vores lokale stomisygeplejersker, Vibeke Volgvarsen og Lotte H. Pedersen, var også tilstede.

Bornholms Tidende var også til stede, hvor vi fik taget et billede af Christian Stentoft, som blev bragt i avisen sammen med æresmedlemsbeviset, som var underskrevet af forretningsudvalget i hovedforeningen COPA. Sidste år da jeg overtog Christians formandsarbejde udnævnte vi Christian til æresmedlem i lokalforeningen COPA-Bornholm.

Siden sidst

Medlemsmøde

Vi havde medlemsmøde 5/10. Der kom Ulla Ostenfeldt fra Stotec og fremviste deres produkter.

**P.b.v.
Harald Lund**

Storkøbenhavn

Lokalformand:
Marianne R. Bodi

Ved Store Dyrehave 44, st.th.
3400 Hillerød
Tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)

Yderligere kontaktperson:
Carina Christiansen,
Sønderlundsvej 21, st.tv., 2730 Herlev
Tlf.: 5192 5267

Kommende arrangement

Bowling - kom og vær med

Så er datoen for dette traditionelle arrangement fastlagt. Vi mødes i Rødovre Bowlingcenter, Rødovre Centrum **fredag den 20. januar 2012 kl. 17.30.**

Vi bowler en time fra 18 til 19 i opdelt hold og derefter spiser vi en dejlig 3-retters festmiddag.

Denne hyggelige aften koster kun kr. 150,00 for medlemmer (kr. 300,00 for ikke-medlemmer) inklusiv skoleje men eksklusiv drikkevarer.

Vi har booket 5 baner, så der er plads til 25 deltagere, så skynd jer at tilmelde jer – vi bruger "først-til-mølle"-princippet.

Tilmelding skal ske til Lene Lund-Thomsen, tlf. 4061 3371 eller på lundthomsen@live.dk **senest den 16. december 2011.**

SÆT ALLEREDE KRYDS I KALENDEREN NÅR DU LÆSER DETTE!!!

P.b.v. Lene og Carina

ROLAND – STOMOCUR®

Vi tænker individuelt – det giver bedre løsninger!

Prøv STOMOCUR systemet

- NY CONVEX, også som 1-dels
- Optimal tilpasning – 3 "kegler"
- Skånsom og blød CONVEX

Få den nyeste viden
Kontakt os for rådgivning og **STOMOCUR**-prøver

Roland Healthcare

Hvidehusvej 34 • 3450 Allerød • Tel.: 4814 2080 • Fax: 4814 2038
E-mail: info@roland1.dk • www.rolandhealthcare.dk



Frederiksborg

Lokalformand:
Gisela Schjøtt
 Birkemosevej 30
 3550 Slangerup
 Tlf.: 4733 4434
 E-mail: schjoett@webspeed.dk





Vestsjælland

Lokalformand:
Eddy Tersløse
 Rolighedsvej 19
 4571 Grevinge
 Tlf.: 6063 0747
e.t@mail123.dk



Kommende arrangement

Afholdelse af julemøde lørdag den 26. november 2011 i Hillerød

Bestyrelsen i Frederiksborg Lokalforening glæder sig til igen i år at kunne invitere til julemøde i Frederiksborg Sognegård i Hillerød. Julefrokosten afholdes på det sædvanlige tidspunkt, nemlig fra kl. 13.00 til kl. 17.00. Da vi er meget glade for traditioner, vil der foruden den altid lækre julebuffet også være lodtrækning på indgangsbilletten, som bliver udleveret af kassereren, når der ved ankomst betales for arrangementet. Vi vil også i år afholde andespil - julebanko, så der er nogle, der kan spare indkøbet af anden til juleaften. Lokalforeningen giver i år en øl/vand til maden og kaffe og småkager efter maden. Øvrige drikkevarer vil være for egen regning. Hvis der er nogen, der bliver afhentet af handicaptransport, bedes de bestille afhentning til ca. kl. 16.30, da erfaringen viser, at der jo tit bliver hentet 20 min. til ½ time senere end bestilt.

**Adressen er: Frederiksborg Sognegård,
 Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød.**

Pris for dette herlige arrangement er som sidste år. Medlemmer og støttemedlemmer 150,00 kr. og gæster 300,00 kr. (Man kan også melde sig ind i COPA som støttemedlem, så er prisen også 150,00 kr.).

Tilmelding til julearrangementet kan foretages ved at ringe til Bodil eller Gisela.

Bodil Gønss tlf. 4817 3613. Gisela Schjøtt tlf. 4733 4434.

Sidste frist for tilmelding er fredag den 18. november 2011.

Kommende arrangement

Meddelelse om generalforsamlingen næste år

Da vi har været besværet med rigtig dårligt vejr med megen sne og glatte veje de sidste par vintre, er det besluttet i bestyrelsen at flytte datoen for generalforsamlingen.

Generalforsamlingen afholdes lørdag den 17. marts 2012.

Tidspunktet er kl. 13.00 og adressen er:

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

Nærmere detaljer med oplysninger om, hvem der er på valg og hvad der ellers skal foregå, kan læses i januarnummeret af bladet.

Vi vil hermed ønske vore medlemmer god jul og godt nytår.

**P.b.v.
 Gisela Schjøtt**

Kære medlemmer

I forbindelse med COPAs 60 års jubilæum, havde 5 lokalafdelinger på Sjælland slået sig sammen om, at arrangere en jubilæumsfest (læs mere side 14).

I den forbindelse har flere medlemmer udtalt, at det var en fantastisk fest og skal hermed viderebringe en stor tak til alle. Vi afslutter året med en julefrokost sidst i november og håber ikke sneen i år kommer i vejen - som sidste år. Husk også at sætte kryds i kalenderen til generalforsamlingen som bliver lidt senere i 2012. Her håber vi så på, at foråret så småt er begyndt.

Kommende arrangement

Julefrokost 27. november kl. 13.00

Julefrokost bliver søndag den 27. november 2011 kl. 13.

Julefrokosten vil blive afholdt på: Vommevad forsamlingshus det ligger i Regstrup, adressen er: Søstrupvej 82, 4420 Regstrup.

Prisen bliver på 200 kr. for medlemmer og 300 kr. for ikke medlemmer og gæster. Hver deltager skal medbringe en julepakke til 40 kr.

Tilmelding senest mandag den 14. november 2011.

Til: Lene Christiansen på tlf. 6111 8888 eller på

mail allc1@dlgmail.dk

Eddy Tersløse på tlf. 6063 0747 eller på mail e.t@mail123.dk

Kommende arrangement

Generalforsamling

Generalforsamlingen for 2012 bliver afholdt torsdag den

22. marts 2012. Fra kl. 18.00 til ca. 21.30

på Hotel Postgården i Sorø.

Bindene tilmelding til spisning af hensyn til bestilling.

Spisning vil finde sted fra kl. 18 til 19.

Tilmelding til spisning senest torsdag den 8. marts 2012.

Til: Janne Christophersen på tlf. 2332 9280, bedst efter kl. 13

eller på mail jchristoph@jubii.dk

Eddy Tersløse på tlf. 6063 0747 eller på mail e.t@mail123.dk

Samkørsel vil kunne finde sted så vidt det er mulig.

**P.b.v.
 Eddy Tersløse**

Roskilde

Lokalformand:
Jette Frederiksen
 Kirkegårdsvej 7, Gundsømagle
 4000 Roskilde
 Tlf.: 4673 0587
jettebfrederiksen@hotmail.com
www.roskilde.copa.dk

Storstrøm Nord

Lokalformand:
Merete Møller
 Ærtebjergvej 28, Lund
 4660 Store-Heddinge
 Tlf.: 5650 8042
 E-mail: eterem@privat.dk
www.storstrom-nord.copa.dk

Siden sidst har vi fejret COPAs 60 års jubilæum d. 10 september. Det blev en dejlig dag med mange gæster og spændende mad og underholdning. Se billeder og tekst andetsteds i bladet (side 14).

Den årlige høstfest kombineret med lokalforeningens 40 års jubilæum var en succes. Lørdag d. 24. september var vejrguderne
(Storstrøm Nord fortsætter næste side)

Kommende arrangement

Julestue

Julestue:

Lørdag d. 26. november

Tidspunkt:

kl. 13.00

Hvor:

Vor Frue Sognegård
 Hovedgaden 65
 Vor Frue
 4000 Roskilde

Igen i år har vi været så heldige at kunne holde vores årlige julestue på Vor Frue Sognegård. Der er kommet ny bestyrer, så det bliver spændende at se, om der er ændringer i menuen i forhold til tidligere.

Vi skal på vanlig vis hygge os, have noget godt til ganen, afsynge julens sange, spille banko m.v.

Egenbetaling 125,-kr. for medlemmer og 175,-kr. for øvrige.

I egenbetalingen er inkluderet to genstande.

Der er tilmelding til formand Jette på 4673 0587
senest d. 20. november 2011.

Husk: at medbringe en lille gave til ca. 30,-kr.

Jettes mobiltelefon 2882 7580 vil være åben på dagen den 26/11.

P.b.v.
Johnny E. Frederiksen



Release™
KLÆBEFJERNER

Myntefrisk, smertefri fjernelse
 af klæbere/klæberester

**Vil du også
 prøve?**

- ✖ Alkohol - fri og hudvenlig
- ✖ Tilsat E - vitamin som giver fugt til huden
- ✖ Frisk mynteduft
- ✖ Silikonebaseret - hurtigtørrende
- ✖ Fås som 50 ml sprayflaske eller servietter

	Pakningsstørrelse	Varenummer
Release spray	1 x 50ml e	839023
Release servietter	30 stk	839024

eakin®

For yderligere information og prøve kontakt venligst:

Focuscare Denmark ApS.
 Østervangsvej 21
 DK-8900 Randers
 Telefon: +45 49 26 13 99
 Fax: +45 49 21 02 57
 Email: info@focuscare.dk
www.focuscare.dk

Hvis du ønsker en prøve på Release spray eller Release servietter, så ring til os eller send en email.

Du er selvfølgelig også velkommen til at sende et brev til os.

som sædvanlig med os, så Traktørstedet "Højeruplund" lå badet i solskin. Herligt. Da festlighederne forløb er beskrevet mere indgående af en deltager, vil vi her bare sige tak til alle for medbragt festhumør! Vi husker også lige at sende en varm hilsen til gæsterne fra Lolland-Falster. Herligt at se Jer her nord for Strømmen.

Kommende arrangement

Årets julemøde - lørdag 10. december

Med sidste års vinter i iskold erindring valgte vi at afholde julemødet i Rødvig på restaurant "Lanterna", Vemmetoftevej 2. "Lanterna" ligger lige overfor den lokale DagligBrugs og vejen plejer at være pænt ryddet i tilfælde af sne. Nå, man skal ikke foregribe begivenhedernes gang bare nøjes med at håbe på pænt vejr.

Vi mødes kl. 13.00 til en lækker julebuffet medbringende julehumør. Hver deltager husker også en pakke til ca. kr. 25.- til det traditionelle gavebytte. Deltagerpris: kr. 100.- for medlemmer, kr. 200.- for ikke-medlemmer. Børn op til 12 år: kr. 50.- Muligvis lur der en juleoverraskelse på dagen – man ved aldrig.

Sidste frist for tilmelding: Tirsdag d. 1. december! Her kommer den obligatoriske pegefinger: Man må meget gerne melde sig til før den 1. december – så bliver vi vældig glade i bestyrelsen og undgår nervøs neglebidning.

Tilmelding på: 5538 5836 (Jan Bøjtrup) eller 5650 8042 (Merete Møller) – også gerne på eterem@privat.dk.

P.b.v. Merete Møller

Siden sidst

40 års jubilæum og høstfest

Scenen var sat til den dejligste dag, hvor Storstrøm Nord kunne fejre sit 40 års jubilæum og samtidig afholde den årlige høstfest. Traktørstedet Højeruplund ved Stevns Klint dannede den smukkeste ramme om denne dag, hvor vejrguderne på vanlig vis havde været med os og sendt sol fra en næsten skyfri himmel. Foruden de deltagende fra vores egen afdeling, havde vi også den glæde at kunne byde velkommen til vores venner fra Lolland/Falster, som var kommet for at fejre jubilæet med os.

Vi begyndte dagen med en skøn buffet med mad for enhver smag og der blev taget godt for sig af retterne. Efter et par taler blev den eftertragtede dessert serveret, citronfromage, som Højeruplund er helt fantastisk til at lave, og der blev da også spist til den store guldmedalje.

Herefter var det blevet tid til at strække benene. Nogen tog den



gamle kirke på kanten af klinten i nærmere øjesyn, enkelte blev af de yngste i selskabet lokket til at tage turen ned af trapperne (104 stk.) til stranden og andre igen nød solen på en bænk. Så var det blevet kaffetid. Snakken gik strygende over et lille glas og inden vi fik set os om var arrangementet ved at være slut. Gæstebogen blev derfor sendt på omgang, så alle afslutningsvis kunne skrive i denne festlige anledning.

Således glade og en oplevelse rigere, kunne vi alle takke hinanden for en dejlig dag.

Vi glæder os allerede til næste festlige sammenkomst og opfordrer alle, unge som ældre, til at berige os med deres selskab.

Merethe Bøjtrup Hofflund



Lolland/Falster

Lokalformand:
Marianne Andersen
 Mejerivej 4, 4892 Kettinge
 Tlf.: 5487 3100
marianne.seks@gmail.com
www.copa-lollandfalster.dk



Rådgivning
Der er åben rådgivning hver mandag
kl. 17.00 – 19.00 i
"Frisehuset", Frisegade 25, Nykøbing F.
Besøgende bliver altid budt en kop kaffe eller te.

Siden sidst

Hip Hip Hurra for Storstrøm Nord

Lokalforeningen fyldte 40 år d. 24. september 2011. Og hvilken pragtfuld dag det blev. (COPA-Lolland/Falster fortsætter side 22)

Dansac Novalife lukkede og åbne poser



Diskretion

"Min primære forventning til en stomipose er, at den skal være så bekvem og sikker, at jeg er i stand til at glemme den og komme videre med mit liv."

Heidi, ileostomi siden 2002



Send mig gratis Novalife prøver

Prøv den nye generation af Dansacs lukkede og åbne poser.

Jeg ønsker at prøve: 1-dels ☐ 2-dels ☐

Stomidiameter: _____ mm Fast hulstørrelse ☐ Opklippelig ☐

Posestr.: Lukket pose Mini ☐ Midi ☐ Maxi ☐ (2-dels findes i Mini og Midi)

Åben pose Mini ☐ Midi ☐ Maxi ☐

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr./by: _____

E-mail: _____

Telefon: _____

☐ Jeg vil gerne tilmelde mig nyhedsbrev fra Dansac & Hollister Danmark. Jeg kan til enhver tid afmelde mig nyhedsbrevet. Se mere om beskyttelse af personoplysninger på www.dansac.dk.



POST

Sendes ufranket
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 0070 +++
Danstrupvej 25F
3480 Fredensborg

10-2011
NOVALIFE

Designed til Livet • www.dansac.dk

dansac

COPA-Lolland/Falster fortsat fra side 20:

Snakken blandt alle gæsterne var meget glad og livlig og sammen med den skønne buffet, hvad kan man så ønske sig mere.

Solen skinnede, en dejlig sensommerdag. Nogle strakte senere ben ved at gå hen og kigge ind i Højerup Kirke som ligger 50 meter fra Traktørstedet.

Bestyrelsen fra Lolland Falster var inviteret med til festligheden, det var en skøn dag blandt venner.

Timerne fløj afsted og pludselig skulle vi spredes for alle vinde, men med en dejlig dag at tænke tilbage på.

Fortsat held og lykke fremover til lokalforeningen.

Mange hilsener fra lokalafdelingen på Lolland Falsters bestyrelse, Marianne Andersen

Siden sidst

Frivilligdag og COPA-jubilæum

Fredag d. 30. september 2011 var COPA Lolland-Falster tilstede på Torvet i Nykøbing, hvor Frivilligdagen blev markeret sammen med en masse andre frivillige fra Guldborgsund kommune. Det blev en god dag, hvor vejret var med os, og hvor vi havde mulighed for at "vise flaget". Vi benyttede også lejligheden til at starte et forhåbentligt udbytterigt samarbejde med den netop genstartede lokalafdeling af Colitis-Crohn Foreningen. Vi var også medarrangør af jubilæumsarrangementet på Køge Sygehus d. 10. september 2011. Et arrangement du kan læse mere om et andet sted i bladet (side 14).

P.b.v. Morten Friis Hansen

Kommende arrangementer

Julekomsammen og generalforsamling

Mens disse linjer skrives er der høj solskin og temperaturer på over 20 grader på Falster. Selv om man ikke skulle tro det, er vi på vej ind i de mørke efterårsmåneder, der appellerer til de indendørs aktiviteter. Det er vi selvfølgelig også opmærksom på i COPA Lolland-Falster, hvorfor de kommende aktiviteter er indrettet efter årstiden. Nedenfor kan du derfor læse nærmere om vores julearrangement og generalforsamlingen efter nytår.

Julekomsammen lørdag d. 26. november 2011

Lørdag d. 26. november 2011 kl. 12.30 afholdes vores traditionelle julearrangement i Landsbyen i Våbensted. Vi har sørget for en spændende julebuffet, og håber på at mange vil tilbringe nogle hyggelige timer sammen med os. Der vil være en egenbetaling på 70 kr. for medlemmer, mens ikke-medlemmer skal betale 170 kr. Med i denne pris er også te/kaffe med æbleskiver, mens drikkevarer er for egen regning. Udover godt humør bedes hver deltager medbringe en pakke til max. 25 kr., da vi som sædvanlig skal spille pakkespil. **Sidste frist for tilmelding er d. 19. november** til Marianne Andersen på tlf. 5487 3100 eller 2964 8431.

Formand Marianne Andersens 25 års jubilæum



I disse dage er det 25 år siden vores formand Marianne Andersen "indtog" formandsstolen i COPA Lolland-Falster. Vi vil i bestyrelsen gerne takke Marianne for hendes helt enestående indsats for lokalforeningen. Uden Marianne ville vi ikke have den lokalafdeling, vi har i dag.

Benyt derfor lejligheden og mød op til julearrangementet, hvor der vil være rig lejlighed for at give Marianne den ros hun fortjener, men som hun absolut ikke ønsker. Disse linjer er således skrevet uden Mariannes viden, da hun ellers

ville have nedlagt veto mod dem. Det har derfor heller ikke været muligt, at få oplyst den nærmere dato for jubilæet. Kun at det er engang i november måned.

Generalforsamling lørdag d. 4. februar 2012

Den årlige generalforsamling afholdes i Landsbyen i Våbensted lørdag d. 4. februar 2012 kl. 13.30. Mere herom i næste udgave af COPA-bladet. Vi håber at se mange af jer denne dag, hvor I har mulighed for at sætte jeres præg på det følgende år i lokalafdelingen.

Da dette er sidste blad inden jul, vil vi i bestyrelsen gerne benytte lejligheden til at ønske jer en glædelig jul og et godt nytår. Vi håber, at se mange af jer til generalforsamlingen i februar, og til de arrangementer der kommer i det nye år. Og husk: Ris, ros og kommentarer er som altid meget velkomne.

P.b.v. Morten Friis Hansen



Fyn

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

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



Siden sidst

Sommerudflugt til Endelave

Søndag den 21. august 2011 mødte 21 forventningsfulde mennesker op på havnen i Bogense.

Solen skinnede fra en skyfri himmel, og Castor lå klar til at modtage os.

Vi blev budt velkommen om bord af Kurt og hans "skibsdreng" som skulle sejle os til Endelave. Turen tager ca. 3 timer.

Dorte (som havde arrangeret turen) bød også velkommen på foreningens vegne og fortalte lidt om hvad der ventede os.

Derefter fik vi kaffe og rundstykker og en stor en til halsen. Så kunne man bare læne sig tilbage og nyde turen fra dækket. Det var dejligt at se at også nye medlemmer og støttemedlemmer havde meldt sig til turen.

Alle snakkede med alle, det var bare så hyggeligt. Undervejs fortalte Kurt (skibsføreren) hvad det var vi sejlede forbi.

Så nærmede vi os Endelave, og på havnen holdt Poul med sin prærievojn og ventede på os.

Da vi alle var kommet op i vognen kørte vi en lang tur ud ad Strandvejen, som det nok så flot hedder, ud til spidsen af Endelave som for øvrigt ligner Skagens spids.

Her gjorde vi holdt og Poul fortalte meget om Endelave.

Hvis man går rundt om øen langs stranden er der 21 km. Øen er 13,2 km³. Ca. 1/3 af øen er skov, hede og overdrev, mens resten er opdyrket. Der bor ca 175 fastboende. Der ligger også et stort sommerhus område ved Lynger Hage på sydøstkysten. Så som Poul udtrykte det kommer der mange "terrorister", hvor vi her kalder det turister.



Øen har også en skole med i alt 15 elever.

Da vi havde kørt rundt ca. 2 timer og set en del af øen nåede vi til Endelave kro hvor der var bestilt frokost. Sikken dejlig frokost og vi sluttede af med kaffe.

Så kunne man på egen hånd gå lidt rundt og se sig om. Nogle besøgte medicinhaven hvor man kunne handle. Så var det ved at være tid til at man gik ned til skibet Castor hvor der var afgang kl. 16.15. Sejlturen hjem var rigtig god måske vippede det lidt men ikke meget. Så fortalte Kurt om Endelave hvor han er barnefødt og hans broder bor der stadig. Han fortalte også om alle de kaniner der har været på øen og om ”LØVEN” som stadig går rundt derovre. Da vi næsten nåede i havn i Bogenes begyndte det at regne, så vi gik ned i kahytten i tørvejr.

Alt i alt en rigtig god og veltilrettet tur.

Tak til alle de der var med på turen for en rigtig hyggelig dag sammen med jer, håber at vi ses til andre arrangementer i vores forening COPA Fyn.

Vi kan varmt anbefale at besøge øen, man kan da bare sejle fra Snaptun ved Horsens der tager det 55 min.

Hvor går den næste øtur til? - vi venter spændt.

P.b.v. Jørgen Rasmussen

Kommende arrangement

Julefrokost 22. november

Julefrokost tirsdag den 22. november for vores medlemmer og støttemedlemmer. Vi mødes på Skibhus 17:48 klokken 17:48. Buchwaldsgade 48, Odense C.

Vi er værter med julebuffet og der er pakkespil som vi plejer.

Prisen er kun 100 kr. - drikkevarer er for egen regning. Husk at medbringe en pakke pr. person til pakkespillet til en værdi af 25 - 30 kroner.

Tilmelding til Karen Marie senest 16. november
på tlf. 6615 9555 eller 2658 8193.

P.b.v. Kirsten Kristiansen



Ringkøbing



Lokalformand:
Anders Kristensen
Vendelbovej 2
6900 Skjern
Tlf.: 6154 4039
vendelbovej@skjern-net.dk

Kommende arrangementer

Kommende arrangementer i COPA-Ringkøbing -
kontakt venligst Anders Kristensen.



Tilbehørsprodukter

Pasta - Ringe/Plader/Strips - Pulver

Neutralisering af lugtgener - Granulat til tynd afføring

Kontakt os på tlf. 3637 9130 for rådgivning og vareprøver

Sydøstjylland



Lokalformand:
Hanne Westergaard
Violvej 126 B
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086
h.westergaard@stofanet.dk



Hvad sker der i vores lokalområde?

Sund By Butikken i Horsens

Gennem Sund By Butikken i Horsens er Stomi-foreningen COPA blevet optaget i foreningen Det Folkelige Forum.

I den anledning var vi inviteret med til frivillighedsdagen her i Horsens. Det foregik på Kunstmuseet, hvor mange frivillige var samlet.

Vores ønske om at være med, er den enkle, at gøre opmærksom på, at vi er der, og at vi kan være til hjælp for de, der har mulighed for eller får stomi. De skal vide, at de er ikke alene. Jo mere synlige vi bliver, jo nemmere kommer vi igennem med vores budskab.

Sund By Butikken i Horsens er Europas første af sin slags. Den åbnede i 1988. Den yder hjælp til patientforeninger og stiller lokaler til rådighed. Det var også her vi holdt vores jubilæum.

Foredrag for hjemmehjælpere

Jeg har været ude at holde et foredrag om stomi. Det var en flok hjemmehjælpere der gerne ville vide noget om, hvordan det er at leve med en stomi, og hvordan man reagerer når man får besked om, at det er det man skal have.

Jeg kunne selvfølgelig kun fortælle, hvordan jeg selv reagerede og hvordan jeg har det, men at jeg tror, at de fleste med stomi klarer sig rigtig godt i hverdagen. Selvfølgelig vil der altid være undtagelser. Der vil også være nogen der lukker sig inde, og det er dem vi som forening skal have fat på, så også de kan få en social tilværelse.

Derudover hørte de om foreningen, de hjælpemidler der i dag er til rådighed, og om kommunernes indkøbsaftaler.

De fandt ud af, at der var meget de ikke vidste og var glade for de oplysninger de fik.

Det bestyrker mig kun i, at det er vigtigt, at social og sundhedspersonalet, får mere viden om det at have en stomi, og den gavn det kan gøre, at vi kommer ud på skolerne og fortæller om det.

Jeg håber der er hjælp på vej.

Ved frivillighedsmødet var Charlotte Andersen, fra sundhedsudvalget, meget interesseret i at vi kunne give en hånd med på det område.

Hanne Westergaard

Kommende arrangement

Generalforsamling 26. november

Vi afholder generalforsamling lørdag den 26. november kl. 11.00; CAFE FIC, Vester Ringvej 100, 7000 Fredericia.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Bestyrelsens beretning ved formanden, forelægges til godkendelse
3. Revideret regnskab forelægges til godkendelse.
4. Forelæggelse af aktivitetsplan for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg:
 På valg er formand, 2 bestyrelsesmedlemmer og 1 suppleant.
 Hanne Westergaard, formand; Steen Samuelsen; Gunnar Munch Jørgensen;
 Tove Simonsen, suppleant.
 Preben Meyer Pedersen, revisor - modtager genvalg.
 Børge Fanth, revisorsuppleant - modtager genvalg.
7. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen vil Mette fra Firmaet Dansac vise deres produkter og fortælle om evt. nyheder.

Herefter vil der være julefrokost og kaffebord.

Der vil være et pausebanko, hvor de fine gaver, som bestyrelsen har været ude at finde, vil blive bortloddet. Til samme banko bedes du medbringe en pakke til en værdi af min. 25,00 kroner.

Vi håber at se rigtig mange til dette vores sidste arrangement i 2011. Vi modtager gerne forslag til aktiviteter i det nye år.

Hvis du vil deltage i spisningen skal vi, for bestilling af mad, have en **tilmelding senest den 15. november.**

Tilmelding kan ske til:

Hanne Westergaard tlf. 7564 1086 mail: h.westergaard@stofanet.dk

Steen Samuelsen tlf. 433 31248 mail: steen.samuelsen@gmail.com

Husk: Generalforsamlingen er for medlemmer af COPA Sydøstjylland.

P.b.v. Hanne Westergaard

Sønderjylland



Lokalformand:
Christa Jensen
Korshøj 5, Asserballe, 6440 Augustenborg
Tlf.: 7447 3370.
kajchrista@hotmail.com



Åben rådgivning Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 5. december kl. 10.00 til 13.00

Uden for denne tid vil der altid være mulighed for at ringe til:

Lokalformand Christa Jensen tlf. 7447 3370

COPAs sekretariat tlf. 5767 3525.

Anne Lise Hansen

tlf. 7452 0091 / 2961 2776 • achansen@webspeed.dk

Siden sidst

Tur til Nolde og Højer sluse

En sensommer lørdag tog medlemmer fra Sønderjylland til Nalde Stiftung i Seebüll. Her blev vi modtaget af en guide, som skulle vise rundt og fortælle om Naldes liv og alt hans kunst samt blomsterhaven. Emil Nalde er født i en lille landsby nær Tønder. Her startede han som freelancemaler. I en alder af 35 år gav han afkald på sit danske efternavn "Hansen". Nalde var mere kunstnerisk.



I 1927 købte Nølle Seebüll. Emil Nølle blev gift med Edda. Nølle opholdt sig i Berlin om vinteren, der havde han sin egen atelierlejlighed. Her er der også åbnet en Nølle Stiftung på Gendarmmarkt, hvor der vises udstilling.

Turen fortsatte over i haven, hvor Emil og Edda er begravet. En have med blomster, staudebuske og frugt. På denne årstid er der georginer i alle farver og efterårets stauder. Stierne i blomsterhaven danner parrets forbogstaver A og E, og de er forbundet gennem et fugebad. I haven findes et lille stråtekt havehus, her sad de og fik deres te mens de glædede sig over havens blomster. Haven bliver beplantet med forskellige løg fra foråret. På højen i Seebüll ligger Nøllens bolig og atelierhus. Her er der i dag en stor udstilling med alle hans malede billeder, meget specielle, både fra ind- og udland.

Med en utrolig god guide til at fortælle sluttede det i Seebüll. Turen gik så videre til Højer Sluse. Ud over marsken på de små veje, hvor man her ser flere hundrede får.

Dagen sluttede med middag på en restaurant ved Højer Sluse og alle tog tilfredse hjem.

Kommende arrangement

Julefrokost med banko

søndag d. 13. november kl. 12.00 på Røde-Kro

Julemenu:

Marineret sild med karrysalat • Æblesild • Laks en Bellevue med rejer • Tarteletter med fyld • Hjemmelavet sylte og surrib • Æbleflask • To slags rugbrød, samt smør og krydderfedt • Flæsketeg med sprød svær, rødkål samt orangesauce • Julemarineret kalveculotte med julesalat, rødvinssauce samt kartofler stegt i andefedt • Grønlangkål med hamburgerryg, kålpølser og brunede kartofler • Ostebræt med spændende oste og tilbehør • Ris a la mande med kirsebærsauce • Udvalg af julesødt • Kaffe.

Så ryster vi posen og spiller banko.

I er meget velkommen til at medbringe en pakke, men dette er frivilligt.

Pris for medlemmer/støttemedlemmer
inkl. 3 stk. spilleplader: kr. 140,-.

Pris for ikke medlemmer inkl. 3 stk. spilleplader: kr. 175,-.
Drikkevarer er for egen regning.
Det er årets hyggedag når alle samles.

Tilmelding senest tirsdag d. 8. november:

Carl Christian – 7472 3981 eller
Christa – 7447 3370 / 4157 3370.

Kommende arrangementer

• Generalforsamling 2012

Onsdag d. 14. marts 2012 – mere herom i næste blad.

• Temaaften Tønder

Onsdag d. 11. april 2012

• Bustur

Der kommer måske en bustur i maj 2012.

Bestyrelsen ønsker alle en glædelig jul samt et godt og lykkeligt nytår. **Tusind tak for året 2011. P.b.v. Christa Jensen**

Sydvestjylland

Lokalformand:
Lona Spaanheden
Ådalen 4 E
6710 Esbjerg V
Tlf.: 4117 7051
lo.spa@hotmail.com

Siden sidst

60 års jubilæumsfester

Ude - jubilæumsfest i Vejle. Inviterede medlemmer fra COPA Sydvestjylland var med til den stort anlagte jubilæumsfest i Torvehallerne i Vejle. Den oplevelsesrige dag kan der læses om forrest i bladet (side 10).

Hjemme - jubilæumsfest i Esbjerg. Flagene var hejst ved restaurant Sydvesten på Esbjerg havn søndag den 18. september, hvor COPA Sydvestjylland havde inviteret på frokostmenu i anledning af at verdens ældste stomiforening, stomiforeningen COPA fejrede 60 års jubilæum i vor lokalforening. Mange mødte op, en enkelt ankom endda fra søsiden, som kaptajn på egen båd. Formand Lona bød velkommen til medlemmerne, både gamle og rigtig mange nye, og en varm velkomst var der ligeledes til stomisygeplejerskerne fra Sydvestjysk Sygehus, Hanne Nissum, Hanne Kristensen og Anna Vesterbæk. Frokost blev serveret med forskelligheder som sild, fiskefilet, bakskuld, mørbradbøf og ost. Der blev gået 'til den'; og både før, under og efter spisningen var
(COPA Sydvestjylland fortsætter næste side)



Fuldt sortiment af stomihjælpemidler.

Mulighed for webbestilling
- bestil når det passer dig!

www.onemed.dk • 86 109 109

DANPLEJE
ONEMED DENMARK A/S

lydniveauet højt; for selv om der var mange nye medlemmer gik snakken lystigt ved alle borde.

Inden kaffen fortalte stomisyeplejerske Anna Vesterbæk lidt om sit (tidligere) arbejde og introducerede medlemmerne for de to stomisyeplejersker der fortsætter arbejdet på S.V.S., Hanne Kristensen og Hanne Nissum. Det var en tale der rørte os alle og måske sidste gang Anna ser så mange af de patienter og pårørende hun har arbejdet med i 19 år. Efter Annas tale runddeltes COPA Sangen, med de 14 friske vers, egentlig skrevet og sunget til festen i Vejle, men også her faldt sangen i god jord og blev sunget af hjertets lyst. Under og efter kaffen nåede decibel atter helt til loftet. Det var et skønt arrangement i en restaurant beliggende på kajkanten med udsigt over havn og skibe.

Siden sidst

Udflugt

COPA Sydvestjyllands årlige bustur, tirsdag den 30. august, bragte medlemmer og pårørende fra Vestjylland til Fredensborg i det nordsjællandske, hvor vi var inviteret til at besøge firmaet Dansac & Hollister. Starten gik i Janderup med at læsse rigelig med proviant i bussen, inden der var påstigning i Varde og Esbjerg. Da bussen var på motorvej og alle deltagere godt sat til rette, bød fmd. Lona godmorgen, velkommen og fortalte om dagens arrangement, hvorefter de frisksmurte rundstykker blev serveret med ost, pålæg og en lille en til at vågne på. Undervejs havde vi også stor glæde af de sponserede frugter. Vi kørte over broerne i fineste solskin, og kl. 10.30 parkerede bussen ved Dansac & Hollister. Vi blev ledt i kælderen og bænket i kantinens nabolokale, hvor produktspecialist Anna Tomanek tog imod os og præsenterede sig selv og kollegaen Pernille Enevoldsen.

Pernille lagde ud med historien om den 23 årige John Dickinson der i 1921 startede et trykkeri og som i 1948 købte fa. Hollister, hvor han begyndte en udvikling af medicinske produkter. I 1964 startede produktionen af stomiprodukter, i tæt samarbejde med stomiforeninger og med filosofien: "Kun 1. klasses er godt nok; kvalitetsprodukter, kvalitetsservice, kvalitetsmedarbejdere og at lytte til kunderne". Hollister har i år 90 års jubilæum, så kærneværdierne har været i orden. Anna Tomanek tog over og berettede om, hvordan et par udbrydere fra et konkurrerende firma startede fa. Dansac i 1971 med 10 ansatte. Ønsket var at gøre stomiposerne bedre. Det må være lykkedes for i 1989 blev Dansac overtaget af Hollister, for at de sammen kunne gøre hele verden til éet marked for stomiprodukter. Efter de spændende firmahistorier fortalte Anna om det nye produkt: NovaLife. Gennem brugerundersøgelser er der fundet frem til hvad der er vigtigst for kunderne. Ønsket var at poserne skal være komfortable, diskrete, sikre og bekvemme at bruge. Dansac har brugt et designfirma for at udforme NovaLife poser og plader, klæbepladen er blevet oval så den bedre følger kroppens bevægelser og stomihullet er placeret højere så det giver mere plads i posen, samt at posen ikke får fremfald foroven. Vi så en virkelig god film om NovaLife, der også viste det større, forbedrede vandtætte lugtfilter og den tømbar model, der kan betjenes med bare én hånd, nem at rengøre og ser ud som en lukket pose. Anna havde også et godt indlæg om hudproblemer, bl.a. hvordan man skal være opmærksom på, at huden omkring stomien skal være lige så fin, som på resten af kroppen. Efter alle disse indtryk var der frokost. Væggen til kantine blev fjernet og borde med varieret, veltilberedt lækker mad var åben for os. Der blev sandelig gået til buffeten. Godt vi bagefter skulle fabriks-rundtur. Tak for mad!

Så var der rundtur. Vi blev opdelt i tre hold og afsendt i forskellige retninger. Vi så de enorme maskiner der næsten selv producerer poserne, samt den omhyggelige test af posernes holdbarhed, inden vi kom ind til Anders i blandingsafdelingen. Han fortalte om de forskellige råvares klæbeevne og hvordan komponenterne blandes i kogekarrene inden formningen til en dej; det sker i en maskine der presser med 50 tons. Efter den spændende rundtur vartede Dansac, Hollister op med kaffe og lagkage. Maven var fyldt, vi måtte ud at røre os. Det blev et farvel til det søde og imødekommende personale, der havde taget så godt imod os og vartet os op.

Tusind tak til Dansac og Hollister der gjorde turen mulig, også stor tak til Hjerting købmanden SuperBest, der så rundhåndet sponserede mange forskellige frugter.

P.b.v. John Kyhl

Efterskrift:

Medlemmer og pårørende var inviteret på tur til Dansac & Hollister og Fredensborg Slotspark. I de sidste minutter inden vi forlod fabrikken var der en snak om køre/ hviletid. Chaufføren blev spurgt, og han mente nok vi havde i hvert fald tre kvarter til Slotsparken. Et bestyrelsesmedlem havde nok drukket for meget vand, for han kogte over og ville hjem. Vi kørte dog til Fredensborg, hvor det gik helt galt, det samme medlem råbte at de der havde arrangeret turen havde en livlig fantasi og andet fra samme skuffe. Forvirring og skuffelse bag i bussen: "Skulle vi ikke af". Resten af bestyrelsen var lamslåede, chokerede og nåede ikke at reagere. Opholdet varede et minut, så kørte bussen hjemad.

Chaufføren kørte passende langsomt; som en sagde: "med foden på bremsen", til en rastepads på Fyn, hvor vi blev gennet ud af bussen, der blev aflåst. Vi var på stedet i godt tre kvarter før chaufføren kom tilbage og turen igen fortsatte passende langsomt, for at få tiden til at passe. Det kostede tyve minutter ekstra. Træls for alle dem der havde glædet sig til Slotsparken. ■



Ungdom

Kontaktperson:
Ida Engblom
Stærevej 16, 1.tv. 2400 København NV
Tlf.: 5136 3063 ida.j.engblom@gmail.com



Kommende arrangementer

Bowling 25. november i Århus og København

Nu er tiden snart inde til et efterårsarrangement for de yngre medlemmer i COPA. Vi har prøvet at finde nogle aktiviteter som kunne biddrage til en sjov aften, hvilket vi har lavet en afstemning på Facebook om. Så alle deltagende havde mulighed for at få lidt indflydelse.

Vi regner selvfølgelig med at tage på café/restaurant og få lidt at spise i forbindelse med arrangementet.

Afstemningen for arrangementsaktivitet blev en bowlingtur.

Arrangementet bliver holdt i henholdsvis København og Århus. Datoen er blevet den 25. november kl. 18. Præcis sted aftales med kontaktperson for valgte sted:

Århus: Lasse - lasseboennerup@hotmail.com

København: Ida - ida.j.engblom@gmail.com

Der vil være en egenbetaling på 75 kr. hvorefter bowlingbane, mad og en enkelt drikkevarer er inkluderet.

Hvis du kunne tænke dig at deltage så skriv til sekretariatet sekretariatet@copa.dk med dit fulde navn og adresse + om du ønsker at deltage i København eller Århus.

SU senest den 18. november.

M.v.h. Lasse, Ida, Tanja og Kim

Siden sidst

Stomiliv hos nordens ungdom på dagsordenen

Den 10. og 11. september var ungdommen fra de nordiske lande repræsenteret i Oslo for at diskutere hvad der skal ske for de yngre stomi- og reservoiropererede i nordisk regi.

Mødet blev afholdt for at afgøre og fastlægge tid & sted, samt hvilke emner der skal berøres til 'Nordisk Møde' næste år i Trondheim.

På dagsordenen var punktet om ungdommen skal have en særskilt konference. Her blev der hurtig enighed om, at nordisk møde skal foregå delvis samlet grundet det økonomiske aspekt.

Men der bliver afsat tid til at de unge kan behandle områder og emner af stomilivet der hører ungdommen til.

P.g.v. Ida Engblom



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

Gl. Viborg amt



Siden sidst

Referat af jubilæumsfest og hyggeeftermiddag

Den første oktober 2011 - årets skønneste sommerdag - og i meget smukke omgivelser - afholdte vi hovedforeningens jubilæumsfest. Og den lokale afdelings årlige efterårshyggeeftermiddag. Dagen blev afviklet på Best Western golfhotel i Viborg.

Vagn Færch - vores formand - bød velkommen og fortalte lidt om hovedforeningens 60 års jubilæum og om lokalforeningens kommende 30 års jubilæum næste år. Desværre var det også hans lod at bekendtgøre vores nye kasserer Hans Erik Hansens død.

Der var dækket op til et herligt tagselvord med masser af diverse retter; det blev nydt, alt imens hyggesnakken gik tværs over bordene. Efter spisningen mødte vores underholdning op, Silkeborg Gårdsangerlaug. Jeg skal love for at de kunne spille og synge og underholde med de mærkeligste instrumenter såsom savblad, tommestok, vaskebræt, ja meget mere. Så stemningen var høj; der blev klappet og sunget med.

Der blev en lille kaffepause, mens lattermusklerne kunne slappe lidt af, men pausen var bestemt ikke kedelig. Jeg tror næsten alle fik talt med hinanden, det var nu heller ikke så vanskeligt for desværre manglede vi jo fremmøde af vores medlemmer. Det er vi i bestyrelsen meget kede af, men værre er det dog, at så mange snyder sig selv for en herlig oplevelse.

Dette referat er så det sidste for i år. Tak for året der går på held.

Kommende arrangement

Nye bestyrelsesmedlemmer efterlyses

Næste begivenhed er vores generalforsamling som altid finder sted den første lørdag i marts 2012. Hvor og mødetid vil blive bekendtgjort i næste udgave af bladet, men der bliver noget at komme efter. Vagn, Grethe og Birgit er på valg og efter 12 års deltagelse i bestyrelsen. Ønsker ingen genvalg. Vi håber nye iderige medlemmer vil bakke op om foreningen.

P.b.v. Birgit Pedersen

STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

Eto

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



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



Århus

Lokalformand:
Dorte Nyholm Jensen
 Kragelund Tværvej 28 B
 8600 Silkeborg
 Tlf.: 8615 1561
aarhus@copa.dk



Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i Århus lokalforening er der mulighed for at medbringe "overskudsposer" og aflevere dem til bestyrelsen.

Vi vil samle dem sammen og sørge for, at de kommer til Ukraine, hvor der er hårdt brug for dem.

Rådgivning på Århus 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.

17. november	kl. 16.00 - 17.30
1. december	kl. 16.00 - 17.30
15. december	kl. 16.00 - 17.30
12. januar	kl. 16.00 - 17.30

Aktivitetskalender COPA Århus

16. november	Silkeborgklubben
24. november	Julehygge i Århus
14. december	Århusklubben

Siden sidst

Dejligt jubilæumsarrangement på AROs

I slutningen af august var det blevet Lokalforening Århus' tur til at fejre landsforeningens jubilæum. Jeg vil gerne starte med at sige mange tak for den meget store interesse, der var for at deltage i vores arrangement.

Den 31. august mødte 48 forventningsfulde medlemmer op på AROs, hvor vi efter at have besøgt garderoben blev delt op i 2 grupper med hver sin rundviser. Vores gruppe havde en utrolig god og engageret rundviser, og det var rigtig spændende, at høre hende fortælle om de forskellige udstillinger. Vi så bl.a. en udstilling af Olafur Eliasson, som bød på en anderledes regnbue dannet af vanddamp og lys og et rum fyldt med tyk farvestrålende røg, hvor det var svært at orientere sig. Vi oplevede også, hvordan spejle placeret i korrekte vinkler kunne snyde ens syn til at se ting anderledes end de egentlig var (meget svært at beskrive, det skal opleves). Vi så også et rum, der var indrettet som en dagligstue, hvor lys og lyde ændrede sig hele tiden. Dette skulle skildre en dag, hvor beskueren var en flue på væggen i naboens hus igennem et døgn. Vi så også Boy, som undertegnede selv var personligt meget imponeret over, hvor virkelighedstro han var lavet. Vi så rigtig meget i løbet af de 1½ time vores rundvisning varede. Derefter var der tid til selv at gå på opdagelse, og der var mange der var en tur oppe og nyde udsigten i Your Rainbow Panorama, og det var bestemt en tur værd.

Således fyldt op med kunstneriske indtryk begav vi os til aftenens næste oplevelse, der bød på spisning og hyggeligt samvær på Raadhus Kafeen. Her blev vi mødt af et smilende og humor-

fyldt personale, der var med til at øge stemningen endnu mere. Der var bestilt bikksemad ad libitum og til dessert rådhuspandekager, og der var vist ikke nogen, der gik sultne hjem efter den omgang. Efter spisningen var det tid til at vende næsen hjemad, og det lød til at alle havde haft en rigtig dejlig eftermiddag og aften.

Jeg vil gerne endnu engang på egne og bestyrelsens vegne takke for interessen. Det er fantastisk, når der er så stor tilslutning til vores arrangementer. Til jer der desværre ikke havde mulighed for at deltage så fortrivsel ikke. Næste år har Århus Lokalforening selv jubilæum, og i den forbindelse vil der selvfølgelig blive afholdt endnu et spændende arrangement.

P.b.v. Dorte Nyholm Jensen

Siden sidst

Livsbekræftende foredrag

Torsdag den 22. september var 20 medlemmer mødt op til foredrag med Agnete Odgaard med titlen:

'Kunsten at bevare livsmodet trods modgang'.

Foredraget var meget, meget interessant. Agnete Odgaard er i stand til at fortælle levende, fængslende og livgivende. Hun er blind og har selv været igennem store traumatiske oplevelser i sit liv, alligevel og på trods af det, ejer hun selv i høj grad livsmodet. Her vil jeg prøve at gengive nogle af de MANGE guldkorn Agnete kom med i løbet af foredraget. Tanker vi alle kan tænke og hvor vigtigt det er at tænke positivt i stedet for negativt.

De ting, der kan mindske vores immunforsvar er:

- Negative tanker (vi bliver hvad vi tænker)
- Negative følelser (smerter, vrede, angst, modløshed)
- Manglende motion og frisk luft.

Altå modsat, det der gavner immunforsvar og livsglæden:

- Tænk positivt. Brug dine interesser til at få tankerne et andet sted hen
- Smerter: Vent ikke på de går over, men LEV, så går smerter over
- Vrede: Få det ud
- Modløshed: Giv lov til det sker ind i mellem og gennemlev det.

Positive ting der giver livsglæde:

- Glæde andre mennesker
- Ægte følelser – vær mod andre som de skal være mod dig
- At kunne tilgive
- Skønhed giver glæde, f.eks. farver.

Positive egenskaber vi skal være i besiddelse af:

- Sans for humor
- Aktiv lytter
- Accept af os selv som vi er

I dag er den første dag i resten af dit liv.

Der kan læses mere om Agnete Odgaard på hjemmesiden: www.soldrys.dk

Venlig hilsen, Helle Jørgensen
Bestyrelsesmedlem COPA Århus

Siden sidst

Et godt svømmearrangement

Torsdag d. 6. oktober havde vi atter en super herlig svømmeaften i COPA. På trods af stort "mandefald" gennemførte vi aftenen, holdet var fra start helt booket op, men skæbnen ville, at der var diverse maveonder på spil, som endte i afbud fra hele 5 personer. Derfor var vi denne gang "kun" 7 vandhunde i aktion.

Vi samledes denne gang i Hinnerupbadet (svømmebadet "Spanien" i Aarhus er stadig under ombygning). Jeg vil gerne understrege, at når vi svømmer uden for Aarhus arrangerer vi samkørsel. Efter svømning, varmt vands bassin, sauna og dampbad, - en

bortkommen badehætte som dog til stor lettelse blev fundet igen -, kørte vi i kortege til Aarhus til restaurant Hong Kong, hvor vi nød spisestedets pragtfulde veltilberedte mad i hyggeligt, sjovt og vand-vittigt selskab med ligestillede.

Mange emner blev vendt under middagen og det er jo præcis det der er hensigten med svømmearrangementerne: At vise sig i omklædningsrummet / badet for derefter i samvær med ligestillede at have mulighed for at åbne sig, lytte, være tryk, og i det hele taget mærke at man ikke er "Palle alene i verden".

Jeg kan kun igen opfordre dig til at tilmelde dig vores succesrige svømmeaftener (egenbetaling er kun 50,- kr.). Næste gang vi svømmer bliver til foråret, så hold øje med Copa-bladet.

Der er ALTID rådgivere med når vi svømmer og du behøver slet ikke være en dygtig svømmer for at deltage, blot du hopper med i bassinet.

M.v.h. Mariann Olesen, rådgiver

Siden sidst

Bowling i Silkeborg blev aflyst

På grund af meget få tilmeldinger blev den arrangerede bowling-aften i Silkeborg d. 19. oktober desværre aflyst. Vi havde nok valgt en dårlig dato, men vi prøver igen til foråret.

P.b.v. Dorte Nyholm Jensen

Kommende arrangement

Julehygge 24. november

JULEHYGGE I ÅRHUS med kåring af årets JULENISSE. Torsdag d. 24. november. Langenæs Handicap Center, Langenæs allé 21. Kl. 16.00 til ca. kl. 19.00.

Hjerter, glimmer, gran og lys...ingen kan vist være i tvivl om, at den dejlige JULETID atter står for døren, også her er vi på banen.

.....FRA ALLE OS TIL ALLE JER.....I år falder julehyggen på en torsdag, nemlig torsdag d. 24. november.

Vi åbner dørene kl. 16.00 og COPA byder på gløgg, æbleskiver og julegodter.

Mød op med julesmil så vi kan frembringe den rette julestemning. Alle, også du, er jo medvirkende til hvor jule og hyggeligt vi får det.

OGSÅ I ÅR HAR DU CHANCEN

FOR AT MODTAGE DIPLOM OG DEN FINE GEVINST, vi kårer nemlig atter den bedst /sjovest udklædte nissemand, nissemand eller hvad du finder på, for alle kneb gælder, du kan f.eks. være et juletræ, julelys, julenisse,.....osv.osv. (kun fantasien sætter grænser).

Bestyrelsen kan ikke deltage. Dommerpanelet består af bestyrelsen. Selvfølgelig må du også komme som du er, så kan du blot ikke vinde præmien.

Traditionen tro, finder vi rafflebægeret og stopuret frem og spiller pakkeleg, her kæmpes om de søde, idérige, julede pakker I og vi medbringer til eftermiddagen.

Alle tilmeldte bedes medbringe en pakke til ca. 25 kr., bestyrelsen vil sørge for lidt ekstra pakker.

Vi glæder os meget til at se dig / jer.

Da vi skal have købt ind, vil vi gerne have du **tilmelder dig senest d.20. november.** (og selvfølgelig gerne før) til:

Mariann tlf.: 8696 3449 mobil: 2019 3449.

Julehilsen - p.b.v. Mariann Olesen

Siden sidst og kommende arrangement

Århusklubben

Onsdag den 14. september var der hyggeligt samvær – der denne gang var pakkespil. Der var mødt 6 personer op, der blev ledet af Merethe og Merima; igen en god dag.

I november var der møde den 9. november.

Næste møde er 14. december.

Henry Carlsen

Kommende arrangementer

Silkeborgklubben

Den 3. onsdag i hver måned mødes vi her i Silkeborg til en hyggelig snak om livet med stomi og meget andet. Det foregår i det splinternye medborgerhus på Bindslevs Plads, lige overfor parkeringspladsen og ved siden af Den Kreative Skole. COPA er vært ved en kop kaffe og kage, så kom den 3. onsdag kl. 19 til 21.30.

Da vi springer december over, bliver **onsdag d. 16. november** den sidste mødedag i år. Vi håber på at se nye såvel som gamle ansigter igen i 2012, hvor første møde bliver **d. 18. januar.**

Kontaktperson er Ingelise Lund Pedersen, tlf. 8682 5492.

P.b.v. Dorte Nyholm Jensen



Nordjylland

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



Yderligere kontaktperson:
Kim Sass Lund
Foldageren 5, 9400 Nørresundby
Tlf.: 9817 8608

www.nordjylland.copa.dk
nordjylland@copa.dk

Rådgivning på Aalborg Sygehus Syd Mød en COPA-rådgiver

Vi træffes i "Patient til Patient Rådgivningen" (forhallen til venstre for elevatorerne) torsdage i lige uger kl. 12-14 (dog ikke juli og december).

Hjemmesiden

Se de seneste billeder fra vores arrangementer på vores hjemmeside www.nordjylland.copa.dk

Siden sidst

Udflugt til Trehøje Naturpark

Lørdag den 17. september var 25 COPA-medlemmer på en heldagsudflugt til Trehøje Naturpark med efterfølgende jubilæumsmiddag på Sø kroen i Klejtrup. Det var selvfølgelig muligt at deltage i jubilæumsmiddagen uden at deltage i udflugten; men det var der ingen, der benyttede sig af.

Efter diverse opsamlinger kørte vi til Vildbjerg Hotel, hvor vores guide steg på og førte os hen til den gamle smedie – åbenbart én af mange oprindelige smedier i Vildbjerg. Vi så, hvordan man smedede i gamle dage, og fik fortalt om smedehåndværkets store betydning for egnen. Inden vi kørte tilbage til Vildbjerg Hotel for at spise, var vi på sightseeing i byen. Personligt blev jeg meget overrasket over at se, hvilken driftig by Vildbjerg

(COPA Nordjylland fortsætter næste side)

var – hovedsageligt med afsæt i netop smedehåndværket. Efter vi havde mæsket os med den gode frokostbuffet på hotellet, gik turen videre til Præstbjerg Naturcenter – lidt af en perle på den jyske hede, hvor nogle af os fik en rask travetur, inden vi kørte til Sørvad til eftermiddagskaffen.

Vi var så heldige, at det regnede af, mens vi drak kaffe, så det var tørvejr, da vi kom til Abildå Brunkulsleje. Og de gamle brunkulsarbejdere var ikke mindre glade for det. De gav os et godt indblik, hvor hårdt et knokkelarbejde det var "at være i brunkullene".

Således mættede med indtryk kørte vi til Sø kroen i Klejtrup (byen med Verdenskortet), hvor vi skulle indtage jubilæumsmiddagen. Vi kom en halv time for tidligt, men takket være smartphonen fik vi fundet kroens telefonnummer og adviseret dem om vores tidligere ankomst, så de var klar med en god og gedigen jubilæumsmiddag – ikke den store kulinariske oplevelse; men dog OK.

Således mætte på sjæl og legeme drog vi retur mod Aalborg. Jeg stod dog af i Hobro; men håber, at alle nåede velbeholdne hjem.

Kommende arrangement

Julefrokost 4. december

Søndag den 4. december 2011 kl. 12.00 afholder vi lige som sidste år julefrokost på Skalborg Kro. Der går bus lige til døren (Metrobus linie 1) og der er parkering i gården.

Vi har bestilt en menu bestående af:

Marinerede sild med karrysalat • Fiskefilet med remoulade • Små frikadeller med stuvede hvidkål • Grønlangkål med flæsk, pølse og brunede kartofler, sennep og rødbeder • Herregårdsskinke med asparges • Brieost med druer og kiks • Ris à l'amande med kirsebærsauce.

HUSK AT medbringe en pakke til ca. 25 kr. – og indimellem skal vi vel også synge et par julesalmer. Det er jo kun jul én gang om året - heldigvis.

Det koster for medlemmer 70 kr. pr. kuvert og for ikke-medlemmer 110 kr. pr. kuvert og drikkevarer er for egen regning. Normal kuvertpris er 150 kr.

Tilmelding senest lørdag den 26. november til:

Jørgen Dresfeldt 4050 0990.

P.b.v. Bjarne Baarup



Colitis-/Crohn gruppen Vest

Kontaktperson:
Tom Rasmussen
Tousparken 1, 2. th, 8230 Åbyhøj
Tlf. 3011 2501 / 5150 4529
tom_rasmussen25@hotmail.com



Kommende arrangement

Vi ses igen 24. januar

Næste møde bliver tirsdag d. 24. januar kl. 19.00 på Langenæs Handicapcenter, Langenæs Allé 21, Århus.

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. mødeaftener 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 ti-

mer 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. 8615 1561,

mobil 6167 0351 eller mail dortenj@inbox.com

P.g.v. Dorte Nyholm Jensen

Colitis-/Crohngruppen Øst

Kontaktperson:
Marianne R. Bodi
Ved Store Dyrehave 44, st.th.,
3400 Hillerød
Tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)



Hvor gemmer I jer????

Vi er nogle stykker, som vil forsøge at puste liv i den gamle "Colitis/Crohn Klub", og vi vil hermed opfordre alle interesserede til at melde sig. Vi har tænkt os, at det skal være hyggelige sammenkomster i vore private hjem til en kop kaffe og en god snak om emner, der er vigtige for den enkelte. Alt under helt uformelle former.

Vi vil gerne have første møde i det nye år, men før vi sætter en masse i gang, er vi interesseret i at få en tilbagemelding fra jer. HVOR STOR ER JERES INTERESSE FOR ET SÅDANT ARRANGEMENT???

Optagelse om arrangementer i januar skal være Copas blad til hænde senest i begyndelsen af december - så meld jer til Marianne Bodi eller

Lene Lund-Thomsen (lundthomsen@live.dk)

P.g.v. Lene Lund-Thomsen

Familiær 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



FAP-gruppen har bedt COPA (Forretningsudvalget) om tilladelse til at afholde temadage sammen med andre patientforeninger med arvelige kræftformer. COPA har ikke givet tilladelse, men opfordrer FAP-gruppen til at arrangere møder sammen med landets lokalforeninger. Dette vil vi efterkomme. Susanne Jakobsen vil tage kontakt til landets lokalforeninger og undersøge interessen for fælles arrangementer.

FAP-gruppen planlægger en generalforsamling og et foredrag vedr. FAP i Odense for FAP-medlemmer øst og vest for Storebælt næste forår, hvor der bl.a. skal vælges en ny kontaktperson øst for Storebælt, da Peer Kühne trækker sig af helbreds-årsager. Er du interesseret, så kontakt Susanne Jakobsen for yderligere informationer.

Mere om ovenstående emner i bladet til januar eller marts 2012.

Vi ønsker jer alle en glædelig jul og et godt nytår.

P.g.v. Susanne Jakobsen



ConvaTec

**Fordi jeg har
fundet en hudplade
jeg kan stole på!**



ConvaTec Moldable Technology™ giver en sikker og individuel pasform!



**Passer uanset
stomiens form**

ConvaTec Moldable Technology™ har sat en ny standard i stomiverdenen. Det er den eneste hudplade med et aktivt, modellérbart materiale som skaber en individuel tilpasning til stomien uden brug af saks, pasta og tætningsringe. Dette unikke materiale følger stomiens bevægelser dag og nat ved at udvide sig og trække sig sammen. Hjælper til at forebygge lækage og beskytter huden. Nu bliver hverdagen lettere og du kan gøre hvad du har lyst til... ConvaTec beskytter dig.

ConvaTec Moldable Technology™ findes til både Combihesive® II Plus og Esteem synergy®

**Oplev forskellen med ConvaTecs modellérbare hudplader!
Ring: 48 16 74 75 og få tilsendt en gratis vareprøve**

Udgiver: COPA, Jyllandsgade 41, 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 Nords 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
Ved Store Dyrehave 44, st.th.
3400 Hillerød
Tlf. 23 43 03 53 (bedst 16-18)

Frederiksborg

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

Bornholm

Harald Lund
Arnagervej 22, Arnager
3700 Rønne
Tlf.: 56 97 20 62

Roskilde

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 60 63 07 47

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

Anders Kristensen
Vendelbovej 2
6900 Skjern
Tlf.: 61 54 40 39

Gl. Viborg amt

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

Århus

Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 86 15 15 61

Nordjylland

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

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf. 50 47 50 07

Ungdom

Ida Engblom
Stærevej 16, 1. tv.
2400 København NV
Tlf.: 51 36 30 63

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark: Marianne R. Bodi
Ved Store Dyrehave 44, st.th.
3400 Hillerød
Tlf. 23 43 03 53 (bedst 16-18)

Vestdanmark: Tom Rasmussen

Tousparken 1, 2. th.
8230 Åbyhøj
Tlf.: 30 11 25 01

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.