



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951



I dette blad kan man bl.a. læse:

**COPA-Frederiksborg tager til
Skjoldenæsholm.....se side 24**

I dette blad kan man bl.a. læse:

COPA-Aarhus tager til Moesgaard Museum.....se side 34



Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

Arets sommertilbud om ophold på Golf Hotel Viborg er blevet det store hit for at komme ud og opleve det danske sommerland. Der er over 75 tilmeldinger til de 52 pladser. Det er både godt og skidt. Fint for jer der kommer med, men desværre vil der være afslag til mange COPA medlemmer, der har været på COPA sommerophold mange gange.

Til jer, der i år ikke kommer med, må I huske, at der kommer helt bestemt også et tilbud om sommerophold næste år. Så bliver det jeres tur til at komme med.

Idet nye blad er der et tilbud om weekendophold i Ringkøbing. Måske kan det være et alternativ til jeres ønske om sommeropholdet?

Til COPA filmen er der nu lavet filmklip med læge og stomisygeplejerske. Overlæge Hans Tøttrup, Aarhus Sygehus

fortæller om stomityper m.m. og stomisygeplejerske Birthe Nissen, Aarhus Sygehus giver information om stomiambulatoriernes tilbud med råd og vejledning til at klare de problemer, der ofte i starten kan være med det nye liv som stomiopereret.

Den 11. april var der hovedbestyrelsesmøde i Stomiforeningen COPA. Morten Holmgaard, forældregruppen i COPA fremlage på mødet en råskitse til en ny COPA hjemmeside. På hovedbestyrelsesmødet i 2014 blev der nedsat en arbejdsgruppe til at komme med ideer til en ny hjemmeside, der med et helt nyt lay out bliver tilpasset nutidens "surfere" på nettet heriblandt også tilbud om flere lukkede facebook grupper.

Planen er, at en næsten færdig ny hjemmeside kan vises, når hovedbestyrelsen igen mødes i november i år.

Hovedbestyrelsen var også enige om, at interessegruppen FAP i Stomiforeningen COPA indgår et samarbejde med Tarmkræftforeningen. Både Stomiforeningen COPA og Tarmkræftforeningen mødes ofte i patientstøtteforeningen i KB. Begge foreninger har stomiopererede men ikke så mange medlemmer, så det kan være svært at få god tilslutning til arrangementer. Ved et samarbejde kan udgifter deles til fællesarrangementer med oplægsholdere og leje af mødelokaler m.m.

Alle svar fra den store spørgeundersøgelse om stomi og tabu kan nu læses på hjemmesiden. Både Coloplast og Stomiforeningen COPA har lagt den flotte brochure på hjemmesiderne. Mange af svarene vil helt sikkert også for jer være noget overraskende. Ikke mindst, men heldigvis, at langt de fleste stomioperede (64%) er tilfredse med kommunernes sagsbehandlers forståelse for deres behov om de rette stomihjælpemidler. 24% ved ikke om de er tilfredse. Kort sagt, er det "kun" ca. 10% af de stomiopererede, der ikke er tilfredse.

Men selvfølgelig bør og skal de sidste 10% også kunne få forståelse fra sagsbehandlere om deres behov til deres ønsker om stomihjælpemidler.

Normalt læser og hører man meget ofte kun om de negative oplevelser i hverdagen. Så det er vel rimeligt at takke de forstående og kompetente medarbejdere rundt i landets mange kommuner.

Nu vil flere så tænke, ja det manglede da bare at de udfører deres hverv til borgerens tilfredshed!

Tænk så lige, Vi vil alle gerne roses – bare en gang imellem. Læs mange flere fakta og svar på hjemmesiden.

Lørdag den 19. september afholder Stomiforeningen COPA et stort landsarrangement i Odense i forbindelse med WOD - World Ostomy Day. I 1993 blev den første WOD dag afholdt rundt i verdens stomiforeninger. Herefter blev det vedtaget at holde WOD dagen hvert 3 år.

Lige nu er forretningsudvalget i fuld gang med forberedelserne. Der er givet tilsagn fra producenter, leverandører og flere læger til at deltage i dagen, der holdes på Radisson Blue Hotel H.C. Andersen, Odense. Arrangementet er for alle COPA medlemmer og alle der har interesse om Stomiforeningen COPA og stomi. Hvis du/I har lyst at komme til arrangementet, så sæt allerede nu kryds i kalenderen.

Der kommer flere informationer i næste blad.

Nu er det forår, solen varmer dejligt, træer og buske springer ud, og der er mange ekstra fridage. Nyd den lyse og varme tid. Jeg personligt håber på en lang og varm sommer. Skulle det blive for varmt, så husk, det bliver både koldt og dårligt vejr igen.

Mange varme forårshilsener, Henning Granslev

Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA



NYT MEDLEM

☒ Ja tak - jeg vil gerne være medlem af COPA.

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....BY.....

Fødselsår.....Stomitype.....

Uden ekstraudgift vil jeg gerne være medlem af (sæt kryds):

- ☐ Ungdomsgruppen ☐ Colitis/Crohn-gruppen
☐ Urostomigruppen
☐ Forældregruppen ☐ Familiær Polypose-gruppen
☐ Almindeligt medlem (kr. 250,00 pr. år)
☐ Pensionistmedlem (kr. 150,00 pr. år)
☐ Støttemedlem (kr. 150,00 pr. år)

Ønsker medlemsblad tilsendt: Ja: ☐ Nej: ☐
 (medlemsbladet sendes gratis)



Sendes (gerne i kopi) til:
 COPA • Jyllandsgade 41 • 4100 Ringsted
 eller fax: 57 67 35 15



Stomiforeningen COPA

Sekretariatet

Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525

Træffes mandag - torsdag: 10.00 - 14.00;
fredag: 10.00 - 13.00.

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)

e-mail: h.granslev@gmail.com

• Vicesandsformand:

Hanne Westergaard

Emil Møllers Gade 24 A, 2.th.

e-mail: h.westergaard@stofanet.dk

Tlf.: 7564 1086

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året, omkring d. 10. i ulige måneder. **Næste blad omdeles 11. og 12. juli 2015.**

Oplag: 4500 stk.

Tryk: LaserTryk A/S, 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 (jpg), **højst 5 MB pr. fil**; opløsning trykkvalitet. Færdige højtopløselige-CMYK-pdf i trykkvalitet og farve modtages også efter aftale. At pdf-filer opfylder krav til tryk er indsenderens ansvar.

Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/06.

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 10/06.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes til bladet@copa.dk. Andet materiale modtages også - efter aftale. Materialefrist annoncer normalt 7 dage efter tilsagn. Reproklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde **senest: 17/06.**

• Indstik: Med forbehold. Nærmere

oplysninger om tidsfrister mv.:

Redaktøren, bladet@copa.dk

Foto forsiden

Spørvejsmuseet og Moesgaard Museum.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoiropererede samt personer med sygdomme, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir.

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 3/2015 (maj - juni) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 244].

Indhold:

Leder (Henning Granslev).....	2
COPA weekend 2015 (Henning Granslev).....	4
Årsberetning for stomiforeningen COPA 2014 (Henning Granslev).....	6
COPA-regnskab 2014.....	18
Antallet af lægebesøg stiger inden diagnosen på tarmkræft.....	16
Gaver og arv.....	19
Du bliver syg af at være pårørende.....	20
Usund mad giver kronisk sygdom.....	21
Nyt fra lokalforeningerne.....	22



Rådgivning

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

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

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

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede eller har en sygdom, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir. De har alle et afklaret forhold til deres situation om at leve med stomi/reservoir. De har været på kurser i bl.a. samtaleteknik og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

Rådgivningen vedrører kun det at leve med stomi/reservoir samt råd og vejledning af ikke-lægelig karakter. Ved specifikke spørgsmål om stomipleje og medicinske forhold bør man i stedet henvende sig til sin stomisygeplejerske eller 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 lokalformand, idet Stomiforeningen COPA er til for dig og din familie/pårørende.

COPA weekend den 28. august – 30. august 2015 Hotel Fjordgården, Ringkøbing

Også i år er Vestjylland valgt til weekendophold for stomi/reservoieropererede samt deres ægtefælle/samlever. Tilbuddet er fortrinsvis for de 35-65 årige.

I weekenden kan man slappe af, komme på udflugt til flere seværdigheder i Vestjylland, nyde god mad, møde gamle COPA venner og hilse på nye deltagere.

Der er værelser til kørestolsbrugere – husk dog selv at sørge for hjælper.

Hotellet ligger i rolige omgivelser med udsigt til fjorden, og kun 10 minutters gang til købstadens brostensbelagte gader. Der er swimming-pool på hotellet – husk badetøj.

Til udflugten er der bestilt en kørestolsbus.

Hotelfinfo

Hotel Fjordgården, Vester Kær 28,
6950 Ringkøbing
Tlf. 97 32 14 00 www.fjordgården.dk

Tilmelding

Tilmelding **senest tirsdag den 22. juni** ved henvendelse til:
Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41,
4100 Ringsted tlf. 5767 3525.

Alle deltagere skal være medlem/støttemedlem. Oplys venligst telefonnummer, adresse og medlemsnummer.

Der er reserveret plads til 50 personer. Fra sekretariatet bliver der sendt en deltagerliste med telefonnummer og bynavn, således at det er muligt med samkørsel (det skal I dog selv sørge for).

Pris

Prisen for weekenden er pr. person 1100 kr. i dobbeltværelse og 1200 kr. i enkeltværelse.

Forplejning

Fredag: Aftenmenu 2 retter og kaffe/te med kage.

Lørdag: Morgenbuffet, madpakker, 3 retters festmenu incl. ½ fl. vin, kaffe/te med sødt.

Søndag: Morgenbuffet og frokost.

Yderligere oplysninger

Ønskes yderligere oplysninger ring venligst til Gisela Schjøtt tlf. 4733 4434 eller Henning Granslev tlf. 7021 3525.



Ekstra tilbud for egen regning. Betaling direkte til hotellet. Oplys til hotellet, at det er i forbindelse med COPA arrangementet. Reservationsnummer 305296.

Ønskes der en ekstra overnatning, er prisen for natten til fredag eller mandag følgende:

Dobbeltværelse 600 kr.

Enkeltværelse 550 kr.



Program

Fredag aften

En repræsentant fra en producent fremviser nye stomihjælpemidler. Aftenmenu og herefter er det muligt at få råd og vejledning om brug af stomihjælpemidlerne. Der er samtidig en god mulighed for at deltagerne kan udveksle erfaringer om dagliglivet med stomi/reservoir.

I lokalet vil der være kaffe og te med brød.

Lørdag

Kl. 09.30 Afgang fra hotellet. På tur til bl.a. Bovbjerg Fyr, Søndergaards Museum, Kystcentret i Thyborøn. Her indtages de medbragte madpakker. Sidste stop er kaffe med brød på herregården Nørre Vosborg, en guide vil fortælle om stedet.

Søndag

Efter indtagelse af en lækker morgenbuffet er der god tid til at gå på opdagelse i Ringkøbing by eller trave en tur ved Vesterhavet for at nyde den friske luft ved havet. Inden frokost er der tid til evaluering.

**P.v.a. COPA Gisela Schjøtt
og Henning Granslev**

Tilmelding

**COPA weekend den 28. august – 30. august 2015
Hotel Fjordgården, Ringkøbing**

Navn/navne.....

Adresse.....

Postnummer.....By.....Tlf.....

COPA medlemsnummer/numre.....

☐ Enkeltværelse ☐ Dobbeltværelse ☐ Kørestolsbruger

Deltager i udflugten lørdag ☐ ja ☐ nej

Kost: ☐ diabetes ☐ vegetar ☐ glutenfri Andet.....

Sendes - senest mandag den 22. juni 2015 – i lukket kuvert (gerne kopi):

Sekretariatet COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted.

Der sendes besked og girokort til deltagerne i juli måned uge 29.



Adapt™ Slim Barriere ring

Vil du
prøve den?



Den populære
Adapt barriere ring –
**Nu også 50 %
tyndere**



Ekstra sikkerhed for dig. Fordelen ved Adapt barriere ring.

Hollisters Adapt familie er netop blevet større og slankere. Den nye Adapt slim barriere ring yder de samme fordele som de øvrige Adapt ringe – men nu i en slankere udgave.

Adapt slim barriere ringen er

- kun 2,3 mm
- designet til bedre at kunne strækkes og formes
- mere diskret
- pakket i beholdere som gør det muligt at bruge noget af ringen nu og gemme resten til senere.

Kontakt Dansac & Hollister Danmark for mere information enten på mail hollister.dk@hollister.com, telefon 48 46 51 00 eller benyt nedenstående talon og bestil en vareprøve.



Hollister Ostomy. **Details Matter.™**

KLIP

Ja tak,

- ☐ Send mig en gratis vareprøve på den nye Adapt slim barriere ring
- ☐ Kontakt mig med yderligere information om Hollisters produkter

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____

Slotsmarken 17, 2970 Hørsholm



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2014

Af: Henning Granslev, landsformand

Generelt

Skuden er vendt. Medlemstallet er i positivt retning for år 2014, ganske vist kun ret beskedent, et plus på 9 medlemmer. Det er dog bedre end det negative faktum for 2013 med et minus på 43 medlemmer. Forhåbentligt vil der være en større stigning i det kommende år, da der nu igen er aktive lokalforeninger over hele landet.

I lokalforeningerne Storstrøm Nord og Lolland-Falster har der i en lang periode ikke været tilbud om arrangementer til COPA medlemmerne. Flere lokale medlemmer ønskede helt forståeligt, at der blev arrangeret møder for de mange medlemmer i de to lokalforeninger.



Første arrangement i den nystiftede lokalforening COPA Storstrøm/Lolland Falster.

Forretningsudvalget i COPA besluttede at indkaldte til et fællesmøde for begge lokalforeninger.

Opbakningen til mødet var stort, 68 personer deltog i mødet.

De fremmødte ønskede at sammenlægge de to lokalforeninger, da det ville være lettere at få frivillige valgt til en ny lokalbestyrelse i stedet for til to lokalbestyrelser.

På mødet blev der nedsat en arbejdsgruppe, der som 1. prioritet skulle indkalde til en fælles ordinær generalforsamling for de to lokalforeninger.

Generalforsamlingen blev holdt den 1. november og en ny bestyrelse blev valgt. Det var første skridt til atter at få gang i aktiviteter til glæde for medlemmerne i den nye sammenlagte lokalforening: Storstrøm/Lolland-Falster.



Møder

Udover de planlagte møder i forretningsudvalget og i hovedbestyrelsen har det været afholdt et foreningskursus. Deltagerne på kurset var medlemmer fra bestyrelserne i lokalforeningerne og interessegrupperne. Kurset var målrettet efter foreningens vedtægter, der blev gennemgået og diskuteret med hensyn til etiske spilleregler, relation mellem lokalforeningerne til landsforeningen, lidt om økonomi og ikke mindst om udfordringer i hverdagen.

De fleste var enige om, at den største udfordring i dag er at få frivillige til at yde en indsats i foreningsarbejdet. Det er helt klart, at Stomiforeningen COPA mangler yngre personer, der vil lægge kræfter i bestyrelsesarbejdet.

Kræftens Bekæmpelse, KB

Et af de planlagte kvartalsmøder i patientforeningerne holdes altid uden for hovedsædet på Strandboulevarden i København. I 2014 var repræsentanter fra patientforeningerne på besøg i Odense for at se det nye flotte Kræftrådgivningscenter, der ligger centralt placeret ved Odense Universitetshospital. Det må siges, at der var sket en markant forbedring i forhold til de gamle KB lokaler midt i Odense. Forhåbentligt får mange nuværende og kommende kræftpatienter glæde af det nye hus. Lokalforeningen Fyn har været på besøg i huset.

Den 2. oktober 2014 var der arrangeret en KB forskningsdag for repræsentanter fra patientforeningerne. Denne dag var det muligt at høre nyt om mange forskellige forskningsprojekter, nogle er færdig andre midtvejs. Oplæggene var bl. a. om: fuldkornsprodukter, der er supersundt i forhold til kræft og andre sygdomme, tidlig diagnosticering, således det måske ikke er nødvendigt med en operation, opfølgingsforløb, der skal afløse de kontroller, Sundhedsstyrelsen ikke længere ønsker at gennemføre, da de ikke er gode til at opfange tilbagefald. Sidste oplæg var om overvejelser til fremtidige kampagner bliver mere målrettet med det rette budskab.

COPA havde 6 personer med til denne spændende dag.

Kræftens Bekæmpelse



Danske Handicaporganisationer, DH

Et af hovedtemaerne på fællesmøderne i DH var om det tidligere forslag til at prøve med en fælles landsindsamling gennem TV. Det bliver ikke til noget lige nu. Der var ikke opbakning fra et flertal af patientforeningerne.

Folkemødet på Bornholm var et punkt på et fællesmøde. Desværre er der ikke hotelkapacitet til at betydeligt flere personer kan deltage i mødet. Alle hotellet er totalt udsolgt. Tilmed er det som om udstillingspladserne til mindre betydelige foreninger bliver flyttet længere væk fra de centrale pladser. DH har et mindre areal til rådighed. Da der er 33 foreninger i DH regi, er der ikke mulighed for at medbringe ret meget informationsmateriale. Når der så heller ikke er mulighed at få overnatning, har hovedbestyrelsen i COPA valgt ikke at deltage i mødet.

DH har holdt flere møder vedr. brugerinddragelse ved leverandøraftaler. COPA har altid prioriteret disse møder meget højt, da det desværre er fakta, at bliver flere og flere kommuner der ikke overholder Servicelovens bestemmelser vedr. bevillinger til stomihjælpemidler. Det er dog positivt, at mange kommuner sender information til Stomiforeningen COPA, når der skal indgås nye leverandøraftaler. De beder om, at en brugerrepræsentant fra foreningen kan deltage i møder, for at fremlægge brugernes ønsker til en god leverandøraftale.

Landets 98 kommuner kan indgå egne indkøbsaftaler eller være en part i meget store fællesudbud.

Det vigtigste for borgere med stomi er, at alle får en bevilling til de hjælpemidler, der er bedst egnet til hvert enkelt individ. Der er ikke standard-løsninger.

Sidst på året var der en ret heftig debat i både presse og aviser vedr. et kommende lovforslag til ændringer i den nuværende lovtæst i Serviceloven, herunder også bevillinger til stomihjælpemidler. Der kom massive protestbreve til forslaget. Efter høringsfristen trak ministeren lovforslaget tilbage. Det var positivt. Det hjælper at stå sammen.

Danske Handicaporganisationer



(fortsætter side 8)



Flexima® Active

Sikker og fleksibel elastisk klæber.

Flexima® Active er en 1-dels stomipose med en elastisk og hudvenlig klæber. Den hæfter med det samme sikkert til huden, og har en smidighed, der sikrer, at klæberen følger kroppens bevægelser. Den er nem at sætte på og fjerne.

Posen findes som både lukket og tømbar i mini, midi og maxi. De tømbara poser har fået et nyt og endnu mere sikkert, diskret og hygiejnisk udløb. Begge poser har også et lækagefrit kulfilter, som effektivt renser og regulerer luften i posen. Sidst men ikke mindst findes poserne også med inspektionsvindue, så det er nemmere at sætte posen på og kontrollere indholdet i posen.

- Elastisk, smidig og sikker hudklæber
- Lækagefrit kulfilter
- Tømbare poser med endnu bedre og mere diskret Roll'Up udløb
- Tre størrelser og inspektionsvindue



B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

B. Braun Medical A/S | Dirch Passers Allé 27, 3. sal | 2000 Frederiksberg
Tlf.: 3331 3141 | www.bbraun.dk

For mere information eller 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.

Fagligt selskab for sygeplejersker i stomiplejen, FS

Vanen tro har der været afholdt et fællesmøde med FS, CCF (Colitis Crohn Foreningen) og Stomiforeningen COPA. På mødet er der gensidig orientering om foreningernes aktiviteter.

Den 12.-13. november var der FS landskursus for stomisygeplejerskerne. Fra COPA deltog Poul Erik Andersen og Henning Granslev. På de to kursusdage var der spændende og lærerige oplæg om alt muligt vedr. stomi – det gælder både at have en permanent eller ”kun” en midlertidig stomi. I begge tilfælde er der visse forholdsregler, der bør tilstræbes at efterleve.

Diætist Mette Borre fortalte om kost og væske til personer med stomi. Her er fakta om ileostomi: Der kan være problemer med laktoseintolerance, diarre og B12 vitaminmangel. Ernæring og proteinbehov afhænger af vægt, tarmfunktion og output fra stomien.

Ved store output bør man salte maden, spise ”saltmad”: skinke, saltkød, pølser, bacon, ost, chips, saltstænger og fetaost m.m. Desuden kan det være nødvendigt af få lægeordineret imodium, opiumsdråber og kodeinsaft

Læge, Ph.d Katrine Emmertsen holdt oplæg om problemer, der kan være efter en operation for cancer i rectum. Behandlinger er kirurgi plus/minus kemo/stråler. Efter 5 år er der 65% overlevelse. Desværre kan der være forskellige problemer efter operationen. Det kan være hyppige afføringer, inkontinens for luft og afføring. Begge dele er medvirkende til betydelige påvirkninger af livskvaliteten.

Sygeplejerske og sundhedsfaglig konsulent Dorthe Lilliendahl havde et oplæg om Positiv Psykologi, der er viden til personlig trivsel kan øges, værktøj til at bevare et positivt sind til gavn for læring og energi – eller blot at tænke positivt.

Tænk fremover: What is right with people - i stedet for: What is wrong with people! Men, husk dog alligevel: tilpas negativitet er nødvendig for at kunne fungere optimal. Resultatet skal gerne medvirke til større arbejdsglæde og bedre ydeevne.

Her følger forskellige påstande i oplægget: Den gode nyhed – det er let at fremkalde positive følelser. Den dårlige nyhed – det er sværere at fastholde de positive følelser.

Hvad er formålet? Positiv tyranni eller positiv Psykologi?

Hvad er fakta? Hvornår er vi lykkelige? Lykke er en blanding af følgende:

Økonomi 17%, Helbred 17%, Arbejde 30%, Sociale relationer 28% og Bolig 8%.

Citat Mark Twain: Problemer har der været nok af i mit liv, men de fleste af dem blev ikke til noget.

Fra Peter Plys: ”Det var ikke særlig klogt sagt, Plys” sagde Grislingen. Peter Plys: ”Det var klogt, da det var inde i mit hoved, men så skete der noget på vejen ud!”

Konklusionen på oplægget er: Mennesker der prøver at fokusere på, hvad der er det gode ved en situation – husk på det positive, hermed oplever man normalt: mindre stress, mindre sygdom og er bedre til kommunikation med familie/kolleger.

Det var en lang smøre om psykologi. Selv om der er problemer i hele livet, bør vi alle være lidt positive i dagligdagen. Så vil det sikkert også være lettere at få løst nogle af problemerne.

På FS kurserne er der også altid mulighed for at netværke med mange stomisygeplejersker, leverandører og forhandlere af stomihjælpemidler.

Rådgiverkursus

COPA rådgiverkurset den 25.- 26. oktober blev også i 2014 holdt på Kryb i Ly Kro. Deltagerne til kurset er rådgivere fra hele landet, både fra lokalforeningerne og fra interessegrupperne.

Vanen tro var der fremvisning af stomihjælpemidler. Gitte Nielsen og Iben Frellesvig fra Kirstine Hardam klarede dette sammen med en kort gennemgang af problemer, der kan være med bevillinger, når kommuner indgår nye indkøbsaftaler.

Der tales meget om etik, da det er vigtigt at overholde visse spilleregler, når man som rådgiver skal give råd og erfaring om livet som stomiopereret. Uddannelsesansvarlig på Horsens Sygehus, Marianne Fock, gennemgik hvad der forstås ved etik og samtaleteknik.

Oplægget indeholdt også gruppearbejde med erfaringsudveksling af autentiske problemer, man som rådgiver havde oplevet ved en rådgivning.

Lørdag aften er altid afsat til middag med diverse sødt og et par glas vin. Det giver altid en god stemning og det sociale samvær med rådgivere fra hele landet er ofte medvirkende med til, at man stadig har lyst til at fortsætte med den frivillige indsats i foreningen.

Hele søndag formiddag var afsat til gennemgang af stomityper, stomipleje, gener med stomien, fordele og ulemper ved stomi kontra J pouch m.m. Alt blev grundigt gennemgået og masser af spørgsmål blev besvaret af stomisygeplejerske Kirsten Bach, Horsens Sygehus.

Årets store nyhed: COPA filmen blev vist og debatteret. Deltageren kom med et par ønsker til små ændringer i filmen. Det blev taget til efterretning, og er ændret.

Sidst punkt i weekendkurset er altid frokost med masser af god mad – det er noget for stomiopererede. Fyld maven og se stomien virke – når der kommer noget i posen.



Rådgiverkursus den 25. - 26. oktober 2014.

EOA. European Ostomy Association

Den polske stomiforening Polilco var i dagene den 7. – 11. maj vært til den 14. EOA kongres. Ved samme lejlighed kunne Polilco fejre foreningens 25 års jubilæum. Danmark deltog med 3 ungdomsrepræsentanter: Ida Engblom, Katrine Nielsen og Lasse Bønnerup. Desuden var der to voksne med til kongressen: Gisela Schjøtt og Henning Granslev.

COPA havde inviteret 4 personer fra vores venskabsby Odessa i Ukraine.

Under den første fælles aftenmenu holdt vores venner i Odessa en stor takketale til alle i COPA. Stomihjælpemidlerne der bliver indsamlet og sendt til ligestillede i Odessa betyder utroligt meget for de stomiopererede i Odessa området.

Den officielle åbning af kongressen blev holdt i det medicinske fakultet på Mowodowski Collegiet. Ria Smeijers, præsident for EOA åbnede kon-

(fortsætter side 10)



Bestil
Min
Rejseguide

Min Rejseguide

- til dig, der rejser med hjælpemidler til stomi

En god forberedelse af rejsen giver endnu mere plads til at nyde ferien

Min Rejseguide er en samlet rejseinformation med Min Rejseguide, Min Forhandlerguide og Mit Hjælpemiddelpas.

Min Rejseguide giver information og tips til, hvordan du kan forberede din rejse og derved komme ubekymret og trygt af sted, uanset om du tager fly, bil eller tog.

Min Forhandlerguide indeholder kontaktoplysninger om Coloplast i udlandet. Her kan du få oplyst, hvor dine produkter forhandles på din feriedestination.

Mit Hjælpemiddelpas henvender sig til personalet ved check-in og sikkerhedstjek i lufthavne. Informationen forklarer dit behov for at rejse med hjælpemidler og opfordrer personalet til, at eventuel visitation foretages diskret. Informationen er skrevet på flere forskellige sprog.

Bestil uden beregning Min Rejseguide:

Coloplast Kundeservice telefon: **49 11 12 13**

eller www.coloplast.dk/minrejseguide



gressen og fortalte om formålet med EOA: bl.a. at yde hjælp og bistand til stomio-pererede og hjælpe med at etablere stomiforeninger i de lande, der endnu ikke har en stomiforening. Målet på sigt er, at alle lande i Europa har/får en stomiforening, der kan varetage interesser for stomioopererede, således de kan leve et forholdsvis normalt liv selv om der er en pose på maven.

I Polen er der ca. 40.000 personer med stomi, men kun 4%, ca. 1500 er medlem i Polilco. Det er en markant mindre procentdel end i de "gamle" vestlige lande.

Begrundelsen er, at borgerne i det tidligere Østeuropa ikke vil registreres som medlemmer i diverse foreninger. De havde fået nok af registrering i tiden bag Jerntæppet.

Polen har også tilbud til mænd for screening af tarmkræft. Men mænd i Polen er dobbelt så villige til dette, da der tilslutning fra 10% i Polen mod 5% i Danmark. En anden forskel om dagligdagen med stomi er at der er Polen ikke er interesse for oplæring om irrigation til kolostomiopererede. Producenterne med udstillinger til mødet havde overhovedet ikke nogle produkter til irrigation.

ILCO, Sverige havde med hjælp fra to svenske sygeplejersker fået fremstillet en kagebog, der er målrettet med kostforsalg til stomioopererede. Bogen blev præsenteret af de to forfattere.

Kongressen sluttede med et besøg i Saltminen i Wieliczka. Her var der en rundvisning med guider og efterfølgende en festmiddag i en stor restaurant inde i et af de gamle saltkamre.

Næste EOA kongres arrangeres af Holland i 2017.



Lasse Bønnerup, Katrine Nielsen, Ida Ingblom, Gisela Schjøtt og Henning Granslev til EOA kongres.

Nordisk møde i Island

Centerhotel Plaza centralt i Reykjavik var basen for det Nordiske møde i Island. De danske deltagere var fra ungdomgruppen: Ida Ingblom, Lasse Bønnerup og Katrine Nielsen, de "gamle" var: Gisela Schjøtt, Jette Frederiksen, Christa Jensen og Henning Granslev.

Jon Porkelsson, formand i Island bød velkommen på Marinemuseet i Reykjavik. Her var afsat tid til en rundvisning på kystvagtskibet, Odin, der deltog i torskemødet mellem Island og Storbritannien.



Alle mødedeltagerne, nordisk møde 2014.

Under middagen var der en præsentation af deltagerne og orientering om programmet for mødet.

Kirurg Tryggvi B. Stefansson holdt foredrag om J. Pouch – bl.a. historien bag operationsteknikken.

Tryggvi mente at ca. 25-30%, der skal have en ileostomi i stedet kan tilbydes en J. Pouch operation.

Der var også et indlæg om ÖBI, der er en paraplyorganisation for patientforeninger - noget lignende DH i Danmark. Der var dog en markant forskel mellem ÖBI og DH. ÖBI har formidling af fleksjob og kan anviser få boliger til handicappede.

ISILCO – Islands Stomiforening havde inviteret gæster fra Holland til at holde et oplæg om Kock's reservoir. Denne operationsmetode udføres i dag kun i meget begrænset omfang. Det er flere år siden, danske læger lavede Kock's reservoir. Problemet for personer med Kock's reservoir vil derfor i fremtiden være sygehuspersonalets manglende kendskab til hvad Kock's reservoir er og hvordan det fungerer i dagligdagen. I Holland er der i dag over 900 personer, der stadig lever

med Kock's reservoir. I Danmark er der i dag et meget begrænset antal personer med dette reservoir.

Der er dog ikke grund til bekymring, da mange læger sagtens kan håndtere problemer med et Kock's reservoir. Holland blev tovholder for at søge økonomisk støtte fra EU til et projekt vedr. Kock's reservoir om følgende: Hvilke lande i Europa har læger der kan tilbyde borgere hjælp med Kock's reservoir, er der problemer og hvor mange personer har Kock's reservoir m.m.

På mødet var der også oplæg om samarbejde med Cancerforeningen i Island. Der er bl.a. rådgivningstjeneste og ikke mindst, Den Islandske Stomiforening har til huse i Cancerforeningens hovedkontor i Island.

Fredag aften var der en deling af de unge og gamle. Vi gamle var inviteret til aftenmenu hjemme hos Jon og hustru. De unge gav den gas inde i down town. Ak ja, vi er så forskellige.

Et er sikkert, vi have alle en super god aften med socialt samvær og hygge.

Sidste punkt på mødet var et lille formøde til ideer for næste komitemøde i 2015. Det holdes i København foråret 2015. Lørdag eftermiddag var der en sightseeing tur rundt i Reykjavik til mange forskellige seværdigheder: Reykjavik Art Museum, The National Museum, frokost i en italiensk restaurant, besøg på et Penis Museum (ja det er rigtigt – i øvrigt det eneste i verden), på bryghus og til bowling.

Den officielle afslutning var en fin aftenmenu på en hyggelig og fin restaurant, tæt på vores hotel.

Søndag formiddag. Farvel og tak for gode dage sammen med alle vores nordiske venner. STOR TAK til Island.

Ukraine

Der skal være en stor tak til alle jer, der har bidraget med at tænke på vores ligestillede venner i Odessa. I 2014 blev der sendt over 80 store flyttekasser med stomihjælpe midler. Det er virkelig en god hjælp til de stomioopererede, da det offentlige desværre endnu ikke betaler udgifterne til hjælpe midlerne. Urolighederne i det østlige Ukraine har heldigvis ikke haft betydning for, at pakkerne er havnet i de rette hænder.

Som tidligere skrevet i beretningen (under EOA mødet) er de stomioopererede dybt taknemlige for hjælpen fra Danmark.

(fortsætter side 12)

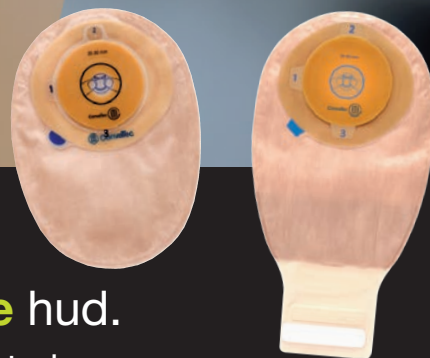
GO MOLDABLE

Esteem™  Moldable er den eneste 1-dels bandage, som giver dig Moldable-teknologiens dokumenterede og effektive hudbeskyttelse.

Ønsker du at vide mere?
Ring til vores kundeservice
på 4816 7475 og få tilsendt
gratis vareprøver. Eller gå
ind på www.convatec.dk

Moldable Technology™ giver en fleksibel tætning, som følger stomiens bevægelser og tilpasser sig dens størrelse og form samtidig med, at materialet kvæller op og giver en yderligere forbedret tætning. Resultatet bliver en meget sikker og god pasform.

Mere end **95%**
af alle stomiopererede, der startede ud
med ConvaTec Moldable Technology™,
bevarede huden sund og intakt¹.



Det er tid til at **Go Moldable**
Bedre tilpasning. **Færre** lækager. **Sundere** hud.
Nu tilgængelig som 1-dels lukket og tømbar pose for at give
stomiopererede frihed og tryghed til at leve livet fuldt ud.

Referencer: 1. Szewczyk MT, Majewska GM, Cabral MV, Hölzel-Piontek K. Osmose Study: Multinational Evaluation of the Peristomal Condition in Ostomates Using Moldable Skin Barriers. Poster presented at ECET, Paris, France, June 2013.

© 2014 ConvaTec Inc. Symbolerne ®/™ er varemærker tilhørende ConvaTec Inc.

ConvaTec 

Hjemmeside og rådgivning

På HB mødet i april 2014 blev der nedsat en lille arbejdsgruppe, der fik til opgave at få COPA hjemmesiden moderniseret med et nyere layout, mulighed for at lokalforeningerne og interessegrupperne selv kan skrive og redigere i deres informationer på hjemmesiden.

På HB mødet i april 2015 bliver der fremlagt et udkast til den nye hjemmeside.

Det er helt tydeligt, at der er en større efterspørgsel for personlig rådgivning, når det tilbydes med faste rådgivervagter på sygehuse. På COPA online rådgivning er der også en god aktivitet.

Man må heller ikke glemme, at alle der skriver indlæg med svar på mange forskellige spørgsmål om alt muligt vedr. stomi er også en form for rådgivning. Tak til jer der skriver disse indlæg.

COPAs medlemsblad

COPA træet er ikke mere på medlemsbladets forside. Flere medlemmer ønskede en mere livlig og spændende forside med en infotekst. Den sag er klar. Næste skidt er at få mulighed for at læse medlemsbladet på hjemmesiden, det vil kunne lade sig gøre med et medlems login, når den nye hjemmeside er klar.



COPA træet.

Landsarrangementer

Sommeropholdet

Best Western hotel Europa i Aabenraa var base for sommeropholdet. Hotellet ligger ganske tæt på gågaden med masser af gode tilbud for kreditkort – og kontanter. Udflugterne var til Frøslevlejren, Gram Slot, Gråsten Slot og Sønderborg m.m. Forplejningen var helt i top, tilmed en lille genstand til halsen ved morgenbordet – det var populært. Og sidst men ikke mindst en stor tak personalet, de var alle bare helt suveræne. TAK.

Weekendophold

Hotel Fjordgården i Ringkøbing var målet for COPA weekendopholdet. Heldagsudflugten var bl.a. et besøg på Stauning Flymuseum. Det var heldigvis indendørs, da regnen stod ned i stride strømme. Men pyt, da vi skulle ud for at opleve den dejlige natur omkring Skjern Å, og videre til Hvide Sande til kaffe og brød m.m. da var det igen dejligt solskin. Underholdningen lørdag aften var optræden fra deltagerne. Tak for det.

Årsberetning for Ungdomsgruppen for 2014

EOA

Året startet for alvor for Ungdomsgruppen den 8. -12. maj, her var der nemlig EOA møde i Krakow, i Polen med overskriften "bliv inspireret". Set med ungdommens gruppens øjne, var det mest spændende på konferencen ungdoms initiativet "Focus 20-40", der skulle genoplives efter at være stoppet i en længere årrække. Focus 20-40 er et europæisk initiativ for yngre stomi- og reservoiropererede i aldersgruppen fra tyve til fyrre år, hvor erfaringer og viden kan deles på tværs af landegrænser. Der blev støttet godt op omkring initiativet i Krakow, ca. 20 personer fra 11 nationaliteter mødte op, herunder Norge, Sverige, Island, Tyskland, Holland, Polen, Mexico, Tjekkiet, Ukraine, Jordan og Danmark.

Selve konferencen forløb sammen med det ordinære EOA møde, hvor mange af sessionerne var fælles, men ungdommen fik dog også tid til egne problemstillinger, hvor de fremmødte landes forskelle blev diskuteret i åbent forum. Ligesom kulturelle forskelle, er forskellene vedrørende hjælpemidler også store på tværs af landegrænserne. Vi blev bl.a. bekræftet i at de europæiske lande har rigtig gode kår, mens lande som Jordan og Ukraine er flere niveauer under de forhold vi oplever. Der blev også diskuteret muligheder for hvordan foreningerne kan nå ud til stomiopererede i ikke-delta-gende lande, således at næste EOA Focus 20-40 kan blive med repræsentanter fra så mange lande som muligt.

Næste EOA bliver afholdt om 3 år i Holland, her er det planlagt at ungdommen får en sideløbende kongres, med "ungdoms" relaterede sessioner. Til at få kontakt med så mange lande som muligt og organiseret hvilke emner der skal tages op blev der valgt en arbejdsgruppe bestående af Carlijn Willemstijn fra Holland, Štěpánka Kovaříková fra Tjekkiet og Camilla Franzén Nordström fra Sverige som tovholdere af konferencen. Vi har oprettet en facebook side hvor vi løbende kan diskutere relevante emner og forslag til opslagsholdere.

Sommertur

Den 20.-22. juni blev det så tid til Ungdomsgruppens tilbagevendende sommertur. Denne gang blev det holdt i et lejet sommerhus ved Kobæk strand. Der var masser af plads og indeholdt eget swimmingpool og sauna. Tanken bag dette var at vi dels ville prøve at holde et arrangement på Sjælland for at se om det kunne tiltrække nye ansigter og ideen med egen swimmingpool var at man så i fred og ro kunne gå i vandet. Vi endte med at være seks personer der deltog, hvoraf en ikke havde været med før. Det var også der at journalisten til COPA filmen var med en dag og optage ungdomsdelene i filmen.

Den 7. august blev jeg så kontaktet af en jonalist fra GodmorgenDanmark, der meget gerne ville have 1-2 stomiopereret i studiet i Kbh. Det måtte meget gerne være en dreng og pige, gerne i 20'erne og de skulle kunne være i studiet kl. 7.00 næste morgen. Desværre ligger den 7. august i Skanderborg festivalsugen, så undertegnet var ikke i København. Jeg brugte det meste af den dag på at prøve at skaffe nogle der kunne komme i studiet, men det var svært at finde nogen som ikke enten var på ferie eller skulle på arbejde den næste dag. Jeg ringede til Katrine Nielsen som jeg vidste også befandt sig på festivalen og spurgte om vi sammen skulle tage turen til København. Vi syntes dog begge at der var meget langt fra Skanderborg til København især når man befinder sig på en festival. Jeg prøvede at spørge jonalisten om det ikke var muligt at optage programmet fra festivalen, da jeg vidste at de havde rapportere fra GodmorgenDanmark på stedet, desværre SKULLE det foregå i studiet i københavn. Det kunne ellers have været en god måde at få omtale på og vise at man sagtens kan være på festival med stomi.

NOA

Den 18. til den 20. september blev NOA konferencen afholdt på Island, i byen Reykjavik. På konference var landene Island, Sverige, Finland samt Danmark repræsenteret. Derudover var der gæster fra Rumænien og Holland.

Selve konferencen startede torsdag aften med velkomstmiddag på det Maritime museum i Reykjavik, hvor der også var tid til en lille rundvisning. Fredag stod fra morgenstunden på oplæg i hotellets mødelokale. Vi hørte blandt andet et oplæg fra den islandske Cancerforening, en stomisygeplejerske, samt fra den islandske stomiforening ISILCO. Sidst på dagen havde Rumænien et oplæg omhandlende to ungdomsarrangementer, som Rumænien har afholdt igennem de seneste år, det ene hvor fire herfra COPAs Ungdomsgruppe deltog i. Derudover blev der fortalt hvordan det er at være

(fortsætter side 14)

Når du søger den optimale balance mellem sikkerhed og komfort



Dansac NovaLife Soft Convex - en skånsom og fleksibel løsning

Det bløde og fleksible konvekse indlæg sikrer, at bandagen lægger et skånsomt tryk tæt på stomien. Stomien skubbes forsigtigt ind i posen, og der skabes en bedre forsejling mellem hud og plade. En hudvenlig løsning, som giver både sikkerhed, tryghed og komfort.

Dansac NovaLife Soft Convex bandage fås som både lukket og tømbar en-dels pose.

Vil du vide mere, er du meget velkommen at kontakte kundeservice på telefon 4846 5100 eller mail dk.salg@dansac.com.

Eller se mere på www.dansac.dk. Ønsker du vareprøver tilsendt, kan du også benytte kuponen nederst på siden.



NovaLife Soft Convex

© 2015 Dansac AS onthefront.dk

KLIP

Ja tak, send mig gratis NovaLife Soft Convex prøver

Jeg har en ☐ Kolostomi ☐ Ileostomi Min stomidiameter: ____ mm

Jeg bruger ☐ Lukket pose ☐ Tømbar pose

Jeg bruger et stomiprodukt fra ☐ Dansac ☐ Anden producent

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

NOVALIFE
The next generation

dansac

stomiopereret i Rumænien, hvad der støttes af staten og hvilken service der fås igennem det rumænske sundhedssystem. Vi havde som ungdomsgruppe ikke et særskilt skema, men vi fik mulighed for at drøfte forskellige problemstillinger, blandt andet hvordan vi kunne forbedre samarbejdet mellem de forskellige nordiske (og europæiske) lande.

Afslutning

Den årlige vintertur flyttede vi til januar 2015 i håbe om at få flere med, da der sker så meget andet i december.

Det går stadig langsomt med at få flere aktive unge medlemmer og det er vist noget mange stomiforeninger har svært ved. Men vi sluttede året 2014 af med at vores facebook side rundede de 100 medlemmer, så de er der ude et sted.

På styregruppens vegne Ida Engblom

FAP-beretning 2014

FAP-gruppen havde i foråret 2014 et fælles arrangement med COPA's lokalforening i Sydøstjylland, hvor vi havde Thomas Dyrso Jensen, der er overlæge i klinisk genetik ved Vejle Sygehus og har forsket i genetiske forandringer ved coloncancer til at holde et oplæg om bl.a. FAP og betydningen af hvor i genet mutationen (genfejlen) sidder og hvilken betydning det kan have for en FAP-patient.

Vi har oprettet en lukket facebookgruppe, som hedder COPA FAP (Familiær adenomatøs polypose). Gruppen er lavet på baggrund af ønsket om, at FAP-medlemmer har deres eget forum, hvor de kan mødes, snakke og debattere med andre med polypose. Gruppen er lukket og giver en mulighed for at netværke og fortælle om hinandens historie uden udenforstående kan følge med. Der er i skrivende stund 18 medlemmer i gruppen. Geografisk set er de fleste medlemmer bosiddende i Jylland, hvilket har stor indflydelse på, at vores FAP-arrangement i 2015 igen bliver holdt i Jylland.

*Interessegruppen FAP / Kontaktperson Vest
Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Tel.: 2165 9460 susanne.elsdyrvej@gmail.com*

Forældregruppens beretning 2014

2014 var "standard år" med de 3 faste arrangementer;

Forårstur i marts til Brøns i Sønderjylland

Her var ca. 16 familier samlet til weekendsamvær fra fredag til søndag. Det vigtigste er tid til snak, socialt samvær og en fælles udflugt, der var en tur over grænsen til Rømø i solskin og til grillaften.

Forældregruppen kan tydelig mærke, at børnene / de unge har nemmere ved at finde sammen, når der er 2 familiearrangementer om året.

Junior tur i Pinsen

Til Lalandia / Billund. 18 juniorer og søskende deltog i tilbuddet der tilbyder hygge, spil, leg, idræt, badeland og måske hvis det er muligt at kunne slappe af.

(I 2015, tager vi til en klub i København. Det er arbejdsgruppens erfaring, at badelandet – som tilmed koster "kassen", ikke mere har så stor tiltrækning, at det kan bære en tur dertil hvert år. (derfor prøves med noget helt nyt - en Københavnertur)

Familieweekend, oktober

Endnu en dejlig weekend på Klarskovgaard / Korsør. Og supert at flere nye familier var "overtalt til at komme med til weekenden". Ca. 30 familier deltog.

Weekenden indeholder for de voksne foredrag, undervisning, gruppearbejde, erfaringsdeling, hygge og snak. De små tilbydes optræden fra tryllekunstner, mini disco, biograf på hotellet. De større børn at komme ud af huset til aktiviteter som tur til Go High (klatring i træer) m.v.

En nyhed var undervisning for "de syge børn alene" - altså uden forældre / søskende. Det var en stor succes og gav en ny vinkel for børnene på det at være med på COPA weekend.

Forældregruppen nyder på denne weekend især, at "ældre" COPA medlemmer (Knud + Ellen) stiller op som børnepassere.

Vi kan godt bruge flere af deres slags - der gerne vil tilbyde at afsætte en weekend i COPA regi.

Forældregruppen modtog igen donation fra Fredericia Drop in banko.

*På Forældregruppens vegne
Morten Holmgård*



Urostomigruppen

Lørdag den 27. september var der på Hotel Harmonien i Haderslev et arrangeret med oplæg målrettet for urostomiopererede.

Overlæge Per Holdt fra Odense Universitetshospital holdt oplæg om: problemstillinger, der kan forekomme med en urostomi, robotkirurgi fordele og ulemper, valg af urinvejsafledning m.m.

Stomisygeplejerske Kirsten Bach fortalte om stomipleje og hudproblemer m.m.

Der var et flot fremmøde med deltagelse fra 40 medlemmer fordelt fra både øst og vest.

P.g.v. Annelise Hansen og Kirsten Cederlund

Colitis Crohngrupperne

Her er der desværre intet nyt fra Vestfronten - ej heller fra Østfronten.

Vi er afventende på aktiviteter.

PR materiale

Brochuren: At rejse med stomi er blevet genoptrykt med informationer om det blå sygesikringskort.

Desuden er der som tidligere skrevet lavet en informationsfilm om stomi og COPA. Filmen kan ses på hjemmesiden.

(fortsætter side 16)

NYHED

Dansac X-tra Strips elastiske kantsikringer

Til dig, der søger den tryghed, som ekstra
sikkerhed omkring klæberen giver.



Dansac X-tra Strips kantsikringer er en fleksibel ny mulighed til dig, der ønsker større sikkerhed omkring klæberens kant. De bløde og elastiske kantsikringer tilpasser sig hudens konturer og følger kroppens former og naturlige bevægelser.

Vil du vide mere, er du meget velkommen at kontakte kundeservice på telefon 4846 5100 eller mail dk.salg@dansac.com. Ønsker du vareprøver tilsendt, kan du også benytte kuponen nederst på siden.

KLIP



Ja tak, send mig gratis vareprøver på
Dansac X-tra Strips elastiske kantsikringer

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

dansac

COPA-huset, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Der er nu lavet en flot træterrasse og lagt en ny flisegang fra hovedindgangen til terrassen. Haven er blevet ryddet for gamle buske, så der i stedet var plads til nye små buske.

Økonomi

Der har været en del større udgifter i 2014 til vedligeholdelse af hus/have og til filmprojektet. Derfor er der et minus på ca. 290.00 kr. årsregnskabet for regnskabsåret 2014. Hovedbestyrelsen godkendte på budgetmødet i 2013, at det var i orden med et negativt resultat for år 2014.

COPA regnskab 2014

COPA regnskab 2014 - se venligst side 18.

Fremtiden

Nu er det (som lovet i flere år) muligt at betale kontingent over PBS.

En ny hjemmeside kan præsenteres i 2015. Der er igen aktiviteter i Storstrøm/Lolland-Falster.

I 2015 afholdes Verdens Stomidag. Stomiforeningen COPA holder lørdag den 19. september et stort landsarrangement i Odense. Der vil blive informeret om dagen i Copa-bladet og på hjemmesiden.

Den største udfordring er stadig, at alle kommuner giver alle stomiopererede en bevilling, der dækker de stomihjælpe midler, den enkelte borger har behov for til et normalt liv og tilmed stadig har masser af livskvalitet.

Tak til alle der har deltaget i arrangementer, støttet foreningen, holdt oplæg, været behjælpelig med bestyrelsesarbejde rundt i lokalforeningerne, tak til alle rådgiverne.

TAK til jer alle rundt i landet, der har interesse for Stomiforeningen COPA. ■



COPA-huset.

Antallet af lægebesøg stiger inden diagnose på tarmkræft

Hvis en patient begynder at gå mere til lægen end normalt, bør den praktiserende læge have større opmærksomhed på, at der kan være tale om kræft. Det bekræfter en ny undersøgelse, hvor man har undersøgt, hvornår tarmkræftpatienter begynder at søge læge på grund af symptomer. – De praktiserende læger skal tænke tarmkræft ind langt tidligere, og de skal kunne henvise til Ja-Nej-klinikker, der hurtigt kan svare på, om der er tale om kræft eller ej, mener Kræftens Bekæmpelse.

Der er blevet udskrevet rigtig mange recepter på hæmorrhoider, og mange patienter har fået foretaget flere såkaldte hæmoglobintest (måling af blodprocent), inden de fik deres tarmkræftdiagnose. Det viser et studie, som forskningsårsstuderende Pernille Libach Hansen fra Forskningsenheden for Almen Praksis, Aarhus Universitet står bag.

Hun har undersøgt, hvor mange gange patienterne har været i kontakt med deres praktiserende læge i tiden op til diagnosen og set på, hvad den praktiserende læge har foretaget af såkaldt diagnostisk aktivitet, for eksempel måling af blodprocent.

Pernille Libach Hansen fortæller, at patienterne ni måneder før deres tarmkræftdiagnose søgte læge langt flere gange end tidligere. For nogle kvinder gjaldt det, at den praktiserende læge allerede 17 måneder før diagnosen målte deres blodprocent, hvilket typisk sker på grund af træthed og blødningsmistanke. Og helt op til halvandet år før diagnosen fik tarmkræftpatienterne desuden udskrevet flere hæmorrhoidmidler sammenlignet med raske mennesker.



Hvis en patient begynder at gå mere til lægen end normalt, bør den praktiserende læge have større opmærksomhed på, at der kan være tale om kræft, siger forskningsårsstuderende Pernille Libach Hansen.

- "Tarmkræftpatienter søger altså læge langt tidligere i forløbet, hvilket tyder på, at de kommer med symptomer. Udskrivning af hæmorrhoidmidler og måling af blodprocent viser, at de praktiserende læger tidligt 'opfanger', at der muligvis kan være noget på færde. Eksempelvis kvinden, der henvender sig flere gange med eksempelvis træthed og derfor får målt sin blodprocent. Men er blodprocenten ikke 'helt' lav, er mistanken ikke så kraftig, at lægen sender hende direkte til udredning," siger Pernille Libach Hansen.

60% af kræftpatienterne passer ikke ind i en kræftpakke

Og her kommer dilemmaet. De praktiserende læger har nemlig ikke et sted, de kan sende en patient med træthed og lidt blodmangel til hurtig udredning. For det belaster 'systemet', lyder det fra professor Peter Vedsted fra Center for Forskning i Cancerdiagnostik i Praksis (CaP) på Aarhus Universitet. Han mener, at det måske kan få lægen til at afvente for at være mere sikker på, at mistanken om alvorlig sygdom er korrekt.

- "Når den praktiserende læge får mistanke om, at patienten har kræft, bliver patienten sendt i en kræftpakke. Men resten, hvilket svarer til 60 pct. af kræftpatienterne, passer ikke ind i en kræftpakke, når de henvender sig hos lægen med de allerførste symptomer. Og det betyder, at rigtig mange kommer til at 'vente' på en diagnose", siger Peter Vedsted og supplerer:

- "Det dur selvfølgelig ikke, hvis lægen sidder med hænderne i skødet og intet gør, når en kvinde flere gange henvender sig, og blodprocenten fortsat er i den lave ende, selv om hun eksempelvis har fået jerntilskud. Derfor skal der være mulighed for med det samme at undersøge, om der er blod i afføringen eller måske sende patienten direkte til en tarmundersøgelse, uden at lægen får systemet på nakken, fordi de mener, at der bliver henvist for mange raske mennesker til udredning for kræft", siger Peter Vedsted.

Kræftens Bekæmpelse



Kræftens Bekæmpelse



Kræftens Bekæmpelses
formand, professor
Frede Olesen mener, at det,
som skal til, er at etablere
'Ja-Nej-klinikker'

Ja eller Nej

Kræftens Bekæmpelses formand, professor Frede Olesen mener, at løsningen ligger lige for. Det, som skal til, er at etablere en smidig, hurtig og let tilgængelig undersøgelsesmulighed til kvinden med en lidt lav blodprocent - eller manden, der gennem nogle måneder har været i behandling for hæmorider.

- "Vi skal have Ja-Nej-klinikker på sygehusene. De skal servicere og undersøge de patienter, der henvises fra almen praksis til en enkelt undersøgelse, uden at patienten skal indskrives på hospitalet. Det hele skal være så simpelt som muligt, så patienten hurtigt kan få svar på, om der er tale om kræft eller ej", siger Frede Olesen.

Frede Olesen præciserer, at man ved at foretage simple ja-nej-undersøgelser tidligt vil kunne finde en meget stor del af de kræfttilfælde, der ikke i første omgang passer i en kræftpakke.

I Pernille Libach Hansens studie indgår 19.209 patienter i alderen 40-80 år, der i årene 2004-2010 fik en tarmkræftdiagnose.

Kilde:
Jytte Dreier - www.cancer.dk



Kræftens Bekæmpelse

Hvad er pakkeforløb for kræft?

Pakkeforløb for kræft er en måde at tilrettelægge undersøgelser og eventuel behandling på. Udredning og behandling af kræftpatienter er en komplekst opgave, der involverer mange forskellige specialister. Formålet med et pakkeforløb er at tilbyde patienterne undersøgelser og behandling af høj kvalitet i veltilrettelagte forløb på tværs af afdelinger med klar information undervejs.

Pakkeforløb for kræft er blevet indført i hele landet på baggrund af en aftale mellem regionerne og regionerne i 2007. Det er specialister fra hele landet, der har beskrevet, hvordan forløbene bør se ud.

Pakkeforløbene indeholder desuden mål for, hvor hurtigt forløbet kan gennemføres. Det kaldes forløbstid*). Med pakkerne er der også indført en særlig forløbskoordinatorfunktion, som har til formål at sikre sammenhængende patientforløb på tværs af afdelinger og regioner.

Pakkeforløbene har generelt medført kortere forløbstider for udredning og behandling.

*) Forløbstiderne i pakkeforløbene er en rettesnor for den hurtigst mulige tid, der vil være for en standardpatient uden komplikationer fra mistanke om kræft opstår, over henvisning til forundersøgelsen, og til start på behandling

Kilde: www.regioner.dk

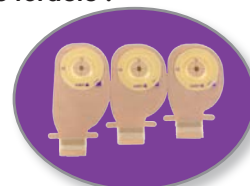
eakin®

“Endelig fri for lækage...”



... takket være den bløde
convexitet på Pelican poser.

- ✓ **Maximal beskyttelse mod lækage**
- ✓ **Forlænget bæretid**
- ✓ Ekstremt fleksibelt skumlag bag klæber løser problemerne ved at følge din krops form **uden at krølle**
- ✓ Hudvenlig klæber **bevarer din hud omkring stomien sund**
- ✓ Blødt, flexibelt udløb på urostomiposer
- ✓ **Convex børnepose** fås i tømbar og urostomi
- ✓ **3 størrelser; Maxi, standard & mini convex** poser fås til voksne i alle 3 typer lukkede, tømbar og urostomiposer
- ✓ Fås i opklipbare op til **40/60mm og i mange forudstansede hulstørrelser med. 2,5 mm interval**
- ✓ **Og mange flere fordele !**



For mere information og prøver, 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

Focuscare



PELICAN
Pouches
Convexposer også til børn

RESULTATOPGØRELSE FOR PERIODEN 1. JANUAR TIL 31. DECEMBER 2014

DRIFTSRESULTAT	-219.084	
Kursregulering.....	6.612	
	-212.472	
Kursregulering, arv	5.593	
a) Renter arv.....	54.342	
b) Anvendt i.h.t. testamente...	-120.076	26.351
Modtaget gave 2014, formålsbestemt.....	100.000	
Renter gaver.....	248	
Anvendt, gaver.....	-85.408	-124.672

DRIFTSRESULTAT EFTER KURS- REGULERING SAMT REGULERING AF ØREMÆRKET ARV- OG GAVEBEHOLDNING	-257.773	
--	----------	--

Møde- og COPAaktivitetsplan resten af 2015



12. maj	Deltagelse i reception Kirsten Bach
23. - 25. maj	Junior-COPA til København
30. - 31. maj	KB Repræsentantskabsmøde i Kolding
16. juni	Fællesmøde med FS og CCF i Horsens
18. juni	FU møde
Uge 27	COPA sommerophold
Sommer	Ungdomsarrangement
28. - 30. aug.	COPA weekendophold, Ringkøbing
19. sept.	International Stomidag i Odense Der vil være oplæg af 45 minutters varighed fra: Per Sønderholdt, urolog Odense - urin- vejsoperationer • Jens Kjeldsen, mediciner Odense - Crohn og colitis • Hans Tøttrup, kirurg Aarhus – kolo- og ileostomi- operationer
9. - 11. okt.	Familiearrangement
24. - 25. okt.	Rådgiver/bestyrerskursus øst for Storebælt
11.- 12. nov.	Kongres i Horsens for stomisyeplejersker
7. eller 21. nov.	Aktivitets- og Budgetmøde
Vinter	Ungdomsarrangement

• Der er afsat midler til afholdelse af møder i Interessegrupperne f. eks i Crohngruppen. • Der vil blive aftalt flere FU-møder end det ene her fastsatte i denne oversigt.

Nyt forretningsudvalg (FU) i COPA

Gisela Schjøtt har ønsket at træde tilbage (ikke genopstille) som vicelandsformand. FU er nu sammensat som følger:

• Landsformand	Henning Granslev
• Vicelandsformand	Hanne Westergaard
• FU medlem	Christa Jensen
• FU medlem	Jette Frederiksen
• FU medlem	Svend Larsen
• FU suppleant	Gisela Schjøtt



COPA REGNSKAB 2014

IND	kr.
Kontingenter.....	591.690
Gaver og arv.....	30.935
Støtte formålsbestemt.....	427.704
Diverse indtægter.....	500
Tips og lotto.....	1.210.219
Deltagerbetaling.....	247.300
Renteindtægt og aktieudbytte.....	30.518
Annonceindtægt.....	308.951
Udlodning fra arv.....	205.484
INDTÆGTER I ALT	3.053.301

UD	
Copa-bladet.....	470.464
Sommerlejr.....	238.020
Familieweekend.....	269.920
Junior-COPA.....	49.426
Forårstur.....	23.742
Weekendophold.....	102.666
Ungdommen.....	30.074
Rådgiveruddannelse.....	125.051
Udgifter lokalforeninger.....	394.064
Ukraine.....	86.013
Kørsel, rådgivning, m.v.....	18.516
Udstillinger, PR incl. legater.....	49.205
Film.....	241.673
FU-møder.....	10.469
HB-møder.....	50.405
Andre møder.....	38.784
Interessegrupper (heraf gave Forældregruppen kr. 3.165).....	23.204
Formandsrejser.....	29.028
Internationale møder.....	126.880
Brochurer.....	22.849
Lønninger.....	545.103
Erstatningssag, tidligere medarbejder.....	0
Lokaleomkostninger.....	148.406
Administrationsomkostninger.....	284.330
Honorar.....	31.250
Hensættelser.....	0
OMKOSTNINGER I ALT	3.409.542

Omkostninger i alt.....	3.409.542
Anvendt tidligere hensættelser.....	-137.157

UDGIFTER I ALT	3.272.385
-----------------------------	------------------

INDTÆGTER I ALT	3.053.301
UDGIFTER I ALT	3.272.385
DRIFTSRESULTAT	-219.084

Egenkapital pr. 1. jan. 2014.....	3.030.214
Årets resultat, excl. arv, kursregulering samt afkast heraf.....	-212.472
Arv og gaver, formålsbestemt.....	2.341.546
EGENKAPITAL I ALT	5.159.288

Gaver og arv (Sidst bogførte)

Arne Nauta.....	100,00 kr.
Jens Juul.....	150,00 kr
Nanna Møller Nielsen.....	50,00 kr
Marie Olesen.....	850,00 kr
JonnaFrili.....	50,00 kr
Bodil Ingerslev.....	50,00 kr.
Eva Skjoldborg Jensen.....	250,00 kr
Lotte Jørgensen.....	150,00 kr.
Jan Gottlieb Albrechtsen.....	50,00 kr.

Andre Mittun.....	100,00 kr.
Helle Petersen.....	250,00 kr.
Ove Hakon Nielsen.....	50,00 kr.
Alf Møller.....	50,00 kr.
Bente Hansen.....	150,00 kr.
Ingolf Holmgaard Mathiesen.....	100,00 kr.
Jørgen Thomsen.....	350,00 kr.
Brian Nygaard.....	150,00 kr.

COPA takker på det hjerteligste.



Pluk fra FU-referat

(COPA
forretningsudvalgsmøde
10. april 2015)

- COPA har fået henvendelse fra journalist Ib Roslund, der har sendt en uopfordret ansøgning vedr. effektiv kommunikation for Stomiforeningen COPA. Henning Granslev blev enig med Ib Roslund om at kontakte DH med henblik på at lave en fælles aftale.
- Der har været møde den 9. april i Viborg om ny leverandøraftale. Der blev fremlagt synspunkter og krav fra 9 kommuner vedr. brugerinddragelse på tværs af 3 regioner. COPA har fået mange ønsker opfyldt. Aftalen er endnu ikke færdig. Der vil blive holdt 3 møder mere i de næste måneder.

Opdatering

COPA-huset Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Buskene er blevet klippet, bedene er blevet skuffet. Der bliver indkøbt nye og bedre redskaber, der kan holde til at blive brugt. Bedet ved indgangen bliver afsluttet med knækfliser. Der er stadig maling tilbage, som vil blive brugt til andre rum i huset.



Tilmeld dig vores nyhedsbrev og få et lækkert "Sødahl" håndklæde

Få de seneste nyheder med de bedste internationale tips og ideer direkte i din indbakke.



tilmeld dig på: www.focuscare.dk

eller scan koden



Focuscare  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

Du bliver syg af at være pårørende

Når et menneske rammes af en alvorlig kronisk eller livstruende sygdom, rammes også familien og de nærmeste pårørende. Og alt for mange pårørende bliver selv syge af de belastninger, der følger med at pleje en syg. Det viser en ny undersøgelse blandt 1.150 danske pårørende.

"Jeg er utroligt træt", "Jeg føler mig magtesløs", "Jeg får hjertebanken, hver gang telefonen ringer", "Jeg føler en tomhed, som jeg ikke kan forklare", "Min ryg blev dårligere af at hjælpe ham med alting", "Nu begynder jeg selv at døje med gigt i mine hofter, og det bliver stadig sværere at hjælpe".

Sådan beskriver danske pårørende deres dagligdag i en ny landsdækkende undersøgelse af pårørendes trivsel.

Undersøgelsen viser, at 18% af de pårørende selv rammes af en kronisk sygdom, men også depression, søvnproblemer, spiseforstyrrelser og stress er nogle af de lidelser, som pårørende til patienter med alvorlig kronisk eller livstruende sygdom oplever som følge af at skulle pleje et nært familiemedlem eller en ven. Alt for ofte overses den pårørendes behov og helbred i behandlingen og plejen af den syge.



Marie Lenstrup,
formand
Foreningen
Pårørende i Danmark.

Marie har været pårørende med stigende omsorgsopgaver siden hendes mand fik Parkinson i 2007 og senere også demens. Hun har fra starten involveret sig meget i hans sygdomsforløb og i de patientforeninger, der beskæftiger sig med sygdommene. I en del år var Marie ansat som sin mands hjemmehjælper, indtil han flyttede i plejebolig. Som formand tager hun sig især af foreningens kontakt udadtil, dvs. til medlemmerne, til andre foreninger, til politikere og til pressen. Hendes styrker ligger inden for kommunikation og politikudvikling.

(www.danskepårørende.dk)

Katastrofe hvis pårørende bliver syge

Undersøgelsen er lavet af den nystiftede forening Pårørende i Danmark. Og hvor mange andre europæiske lande har haft sådanne foreninger i årevis, er det første gang, der etableres en forening i Danmark for pårørende til mennesker med alvorlige kroniske eller langvarige fysiske sygdomme.

Udover at de pårørende selv rammes af kroniske sygdomme, svarer næsten halvdelen (45%), at de føler sig nedtrykte eller er deprimerede. Og flere end en tredjedel lider af søvnproblemer (38%) eller udvikler stress (36 %) som direkte følge af livet som pårørende.

"Vi er vant til at se pårørende som en ressource, der hjælper og støtter. Men alt for mange bliver selv syge af de belastninger, det medfører at være pårørende. Det er intet mindre end en katastrofe, hvis den pårørende selv bukker under og bliver syg af at være pårørende: Hvor der før var én diagnose og én syg, er der nu to – og hvem skal da hjælpe dem begge? Samfundsøkonomisk er det også højst uhenigtsmæssigt, når pårørende bliver så belastede, at de ikke længere kan løfte omsorgsopgaven", siger Marie Lenstrup, formand for foreningen Pårørende i Danmark.

Uddannelse af pårørende nødvendig

Undersøgelsen giver dog også et fingerpeg om, hvorfor de danske pårørende føler sig så belastede. 33% af de pårørende svarer, at de mangler viden om den offentlige hjælp og støtte, de kan få. Og det er netop noget af det, foreningen gerne vil have rettet op på:

"Hvis vi som samfund ønsker, at pårørende stadig – og måske i stigende grad – skal træde til, når nogen i familien eller vennekredsen har behov for hjælp, så skal vi være bedre til at drage omsorg for dem og give dem viden om ikke bare, hvordan de bedst plejer den syge, men så sandelig også om hvordan de passer på sig selv! Fx ønsker vi, at pårørende til mennesker med alvorlig kronisk eller livstruende sygdom skal tilbydes en pårørendeutdanning. Den skal give de pårørende viden om, hvordan man løfter forskellige omsorgsopgaver, vejlede dem om deres rettigheder og muligheder og hjælpe dem med at mestre deres livssituation. Derudover mener vi, at der er brug for en pårørendekonsulent i hver kommune, blandt andet til at facilitere lokal netværksdannelse for pårørende. Tallene og udtalelserne i undersøgelsen bekræfter desværre klart, at der er hårdt brug for sådanne initiativer", siger Marie Lenstrup. ■

"Uvisheden for de pårørende udgør en stor belastning – og det er virkelig noget, som kan slide på folk. Desuden går det hårdt ud over helbredet, når man overskrider grænserne for ens krops formåen, hvad der jo ofte sker, når man plejer og passer en syg. Hvis der oveni er bekymringer af forskellige slags, såsom 'hvad nu hvis jeg bliver fyret' – så kan folk blive rigtig belastede"

(Jette Winge, psykolog og rådgiver hos Kræftens Bekæmpelse, i Go'Aften Danmark mandag den 20. april 2015).

Undersøgelsen

Undersøgelsen er foretaget blandt 1.150 danskere, der er nære eller primære pårørende til en person med alvorlig kronisk eller dødelig sygdom. Undersøgelsen er lavet af Kompas Kommunikation på vegne af Foreningen Pårørende i Danmark og er sponsoreret af AbbVie.

Undersøgelsen er gennemført via internetet i perioden oktober 2014 – januar 2015, og resultaterne er efterfølgende blevet vægtet på køn, alder og region i henhold til de af Danmarks Statistik oplyste gældende demografiske data for at sikre repræsentativitet.

Foreningen Pårørende i Danmark

Foreningen Pårørende i Danmark er en landsdækkende organisation, som taler de pårørendes sag på tværs af diagnoser. Foreningen yder viden og støtte med det formål, at pårørende bliver bedre til at passe på sig selv og dermed også bliver mere stabile pårørende for de syge.

Læs mere på
www.paaroer.dk

Usund mad giver kronisk sygdom

NY RAPPORT

En ny rapport fra Region Hovedstaden viser, at mange mennesker med en kronisk sygdom kunne gøre deres liv lettere ved at ryge mindre, motionere mere og spise mere sundt. Rapporten bygger på svar fra 41.000 borgere med kronisk sygdom, som har fortalt, hvordan de har det.

Region Hovedstaden har udgivet en ny rapport 'Sundhedsprofil 2013 – Kronisk Sygdom for Region Hovedstaden'. Rapporten viser, at mange borgere med kronisk sygdom er interesserede i at leve sundere. Piller, medicin og nødvendige leveregler forhindrer dem i at leve et aktivt liv, og de fysiske konsekvenser af sygdomme som KOL og diabetes sætter også grænser for deres udfoldelser.

Mange kronisk syge ryger - og spiser forkert

44% af den voksne befolkning over 16 år i Region Hovedstaden har en eller flere kroniske sygdomme som eksempelvis diabetes, slidgigt, KOL, astma eller hjertesygdom - og antallet af mennesker med kronisk sygdom er stigende.

Sundhedsprofilens svar fra borgerne viser, at forekomsten af eksempelvis overvægt, forhøjet blodtryk og for

meget kolesterol i blodet er mere hyppig blandt borgere med kronisk sygdom end blandt borgere uden.

Eksempelvis har dobbelt så mange borgere med KOL og psykiske lidelser ifølge Sundhedsprofilen meget usunde madvaner, når der sammenlignes med borgere uden kronisk sygdom.



Motiverede til at ville leve sundere

Sundhedsprofilen slår også fast, at borgere med kronisk sygdom faktisk er motiverede og ønsker mere hjælp til at leve sundere. Det skal det samlede sundhedsvæsen fokusere på, mener regionsrådsformand Sophie Hæstorp Andersen.

Sundhedsprofil 2013 – Kronisk Sygdom blev præsenteret på en konference den 18. marts 2015.

'Sundhedsprofilen 2013 – Kronisk Sygdom' er udarbejdet af Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed i Region Hovedstaden. Sundhedsprofilen kombinerer oplysninger fra nationale registre med spørgeskemaoplysninger om sundhedsadfærd og borgernes egne oplevelser af deres helbred.

Det er den tredje Sundhedsprofil i alle kommuner i Region Hovedstaden. De to forrige er fra 2007 og 2010. Siden 2007 er antallet af borgere med kronisk sygdom steget for stort set alle sygdomme. Antallet af borgere med diabetes er steget mest, og der er således 20.000 flere med diabetes i 2013 end i 2007.



Tilbehørsprodukter

Pasta - Ringe/Plader/Strips - Pulver

Neutralisering af lugtgener - Granulat til tynd afføring

Kontakt os på tlf. 3637 9130 for rådgivning og vareprøver

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



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

Lokalformand: Svend Larsen, Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809 E-mail: laila.h@mail.tdcadsl.dk

Kommende arrangement

Bowling

Så er vi på banen igen efter at flere har ønsket, at vi skulle lave en bowlingaften for København/Frederiksberg. Arrangementet vil finde sted den **9. juni kl 17.00 i Big Bowl i Valby** vi starter med bowling og kl. 19.00 får vi stegt flæsk og en lille en til halsen.

Der mødes lidt før for tildeling af sko.

Pris for medlemmer kr. 50,00 og ikke medlemmer kr. 100,00. Tilmelding til Svend på mail copakbh@gmail.com eller tlf. 2057 6809.

Sidste frist for tilmelding onsdag den 27. maj.

Kommende arrangementer

Tre arrangementer mere i 2015 - læs nærmere i kommende blade

Senere på året har vi den store stomidag på Fyn den 19. september, hvor vi vil sørge for transport sammen med Roskilde.

Vi vil holde en medlemsaften hos B. Braun, hvor der ikke vil være en dagsorden, men hvor vi mødes og snakker og udveksler erfaringer.

Vores juletur i år vil være med bus til Gavnøs store julemarked.

Der vil komme nærmere i bladene om de sidste tre arrangementer.

Vi er nu på facebook: COPA KBH/FREDERIKSBERG

P.b.v. Susanne Friis



COPA Storkøbenhavn

Lokalformand: Gethe Jacobsen, Topasvej 35, 2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953 E-mail: copa.stkb@gmail.com

Siden sidst

Besøg hos Mediq i Brøndby

Vi var 39 personer der deltog i dette arrangement. Efter velkomst fortalte stomisygeplejerske Ulla Ostenfeldt om brok.

Da jeg er blevet ringet op af mange fra forskellige dele af landet der var interesseret, har jeg fået Ulla til at skrive noget. Det er som følger:

"Hvorfor buler det rundt om min stomi?"

....det er der mange, der har spurgt deres stomisygeplejerske om.

Svaret er ofte, at der er opstået et brok ved stomien.

Selve brokket er ufarligt, men det generer kosmetisk og betyder ofte at man må gå en buksestørrelse op. Mange oplever også en ubehagelig tyngde fornemmelse og uregelmæssigheder i afføringsmønsteret.

Ca. 50 % af alle med kolostomi udvikler et brok, oftest inden for det første år. Det er ikke noget, man selv kan gøre for.

Vi ved at mænd og de, der er over 60 år samt de, der har meget fedt



på maven, er i øget risiko for at udvikle et brok. Endvidere betyder det også noget, hvordan ens helingsevne og bindevæv er i mavemuskulaturen. Stomibrok er en brist i mavemuskulaturen i forlængelse af det hul, hvor tarmen bliver trukket igennem, når stomien bliver anlagt. Bulen der opstår skyldes tarme, der "finder vej" ud gennem den bristede mavemusculatur. Lægger man sig ned, bliver bulen flad, da tarmene falder på plads igen.

Hvad kan man gøre ved brok? De fleste vælger at leve med det, fordi det er ufarligt.

Rigtig mange har glæde af at få kompressionsbælte eller -trusser til at holde brokket på plads. Det lindrer med det samme tyngdefornemmelsen og gør kosmetisk en stor forskel. Som udgangspunkt kan man få bevilliget to brok bandager om året.

Nye undersøgelser viser at moderne brok bandager uden hul, hvor materialet kan give sig i alle retninger er den bedste løsning, da hele området bliver støttet samtidig med at stomien kan producere uden problemer.

I min tid som stomisygeplejerske blev rigtig mange sendt til bandagist, hvilket resulterede i stive, dyre specialløsninger, som de færreste kunne holde ud at gå med.

Da jeg for 4 år siden startede i Stotec A/S fandt vi frem til et rigtig velegnet kompressionsbælte, Fulcionel, som i dag bliver brugt i stor stil. Nu sælger vi også Corsinel kompressionstrusser, som giver rigtig god mening for de lave hængende brok.

Hvilken løsning der er bedst egnet, er et individuelt spørgsmål.

Se de mange muligheder på www.stotec.dk.

I dag har jeg mulighed for at besøge borgere i eget hjem på stomisygeplejerskens foranledning, så det er muligt at finde den bedste løsning til hver enkelt.

Stomisygeplejerske Ulla Ostenfeld

Tlf. 7584 1166 stotec@stotec.dk - www.stotec.dk

Efter dette fik vi en dejlig middag og mødet sluttede med spørgsmål.

Siden sidst

Generalforsamling 7. marts

Trods et sammenfald med det store arrangement hos Coloplast var der alligevel mødt 18 stemmeberettiget personer op.

Alle blev genvalgt til bestyrelsen og vi fik en suppleant Kar Egon Christiansen. Ligeledes blev regnskabet godkendt. Og formandens beretning med akklamation og Gethe blev takket for at busturen også var for kørestole ligesom de fleste arrangementer. Da FU i COPA har henstillet til at ref. fra generalforsamlinger begrænses i bladet, kan ref. fås ved henvendelse på e-mail: copa.stkb@gmail.com



Under generalforsamlingen fortalte stomisygeplejerske Birgitte Dissing fra Herlev Hospital om eventuelle problemer.

Kommende arrangementer

Stomidag, bustur og julefrokost

I foråret er der ikke planlagt mere, men vi vil deltage i stomidagen i Odense den 19. september. Og ligeledes lave en bustur i efteråret, og naturligvis afholder vi vores julefrokost 28. november.

P. b.v. Gethe Jacobsen



COPA Bornholm

Lokalformand: Inge Skovgaard Petersen,
Smedegade 20, 3700 Rønne
Tlf.: 5695 6530 / 3028 6530
ingeskovgaard@live.dk

Kommende arrangementer COPA København/Frederiksberg:

Kontakt venligst lokalformanden.



COPA Frederiksberg

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

Kommende arrangement

Tag med til Sporvejsmuseet Skjoldenæsholm 6. juni

Frederiksborg Lokalforening arrangerer bustur til sporvejsmuseet Skjoldenæsholm for medlemmer og støttemedlemmer lørdag den 6-6-2015.

De der deltog i generalforsamlingen fik en smagsprøve og appetitvækker på, hvad der er i vente i form af en film, som Michael Petersen havde fremstillet. Vi skal ud at køre med de gamle sporvogne fra bl.a. Århus Sporveje, der var i drift indtil nedlæggelsen i 1971 eller med sporvogne fra København, Düsseldorf, Odense og andre. Der er en café-sporvogn ved sløjfeområdet i skoven, hvor der kan købes kaffe/te, øl, vand og is samt souvenirs. I remisen er der udstilling af de gamle vogne, og der er også et værksted. Værkstedet er normalt afspærret for gæster af sikkerhedsmæssige grunde, men vi arbejder på, at få adgang hertil ifølge med en guide. Efter Sporvejsmuseet spadserer vi over til restauranten på den nærliggende golfbane, hvor vi spiser frokost. Eftermiddagskaffen indtages på sporvejsmuseet inden turen igen går hjemad.



Der bliver afhentning følgende steder:

Ølstykke: Kl. 09.30

Parkeringspladsen på
Egedal Station,
Dronning Ingrid's Vej.

Hillerød: Kl. 10.00

Parkeringspladsen bag
stationen på Carlsbergvej.

Tilmelding er bindende, og prisen er kun 200 kr. for medlemmer/støttemedlemmer.

Tilmelding til turen senest fredag den 29. maj til

Bodil Gønss tlf. 4817 3613 eller til

Gisela Schjøtt tlf. 4733 4434.

Man kan også tilmelde sig til Gisela på mail:

schjoett@webspeed.dk



Aktivitetsplan for 2015 - klip ud og gem

- Sommerudflugt *lørdag den 6. juni*
- International Stomidag i Odense *lørdag den 19. september*
- Julemøde på Kragerup Gods *lørdag 21. november*

COPA Frederiksborg



Siden sidst

Generalforsamling

Den årlige generalforsamling blev afholdt den 21. marts i Hillerød.

Bestyrelsens sammensætning består af de samme personer som sidste år, dog har to byttet plads. Michael Petersen er blevet bestyrelsesmedlem og Ejgil Andersen er blevet suppleant.

*P.b.v.
Gisela Schjøtt*



Tæt på dig, tæt på virkeligheden, en del af hverdagen...

Faglig indsigt - menneskeligt fokus

Et liv med OneMed som leverandør skal være trygt, værdigt og sikkert. Og vi er der for dig. Med svar på spørgsmål eller rådgivning om produkter, suppleret med en snak om din hverdag med stomi.

Vi kender produkterne, og vi forstår den virkelighed, der er din hverdag. Derfor kan vi tilbyde dig det, du har brug for - oprigtig opmærksomhed og fleksibel rådgivning.

ONEMED
www.onemed.dk • 86 109 109



COPA Roskilde / Køge

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

Kommende arrangementer COPA Roskilde / Køge resten af 2015

- International Stomidag den 19. september som afholdes i Odense (der vil være bustransport fra Roskilde/Køge)
- Generalforsamling den 19. oktober i Ølby som tidligere.
- Julefrokost den 26. november på Hotel Niels Juel i Køge.

Der vil løbende komme opdateringer samt tilmeldinger til de forskellige arrangementer i de kommende blade.

P.b.v. Jette Frederiksen



Siden sidst

Bowling i Roskilde

Der var igen høj stemning da vi den 7. marts mødtes til en gang bowling på banerne i Roskilde bowling center. De tilmeldte medlemmer mødte op med godt humør og efter udvælgelsen af de sko som passede bedst, samt udveksling af erfaringer fordelte man sig på de tildelte baner hvor vinderkuglen blev fundet og der blev væltet kegler i et par timer. Godt trætte efter utallige fiaskoer og succeser satte vi os til et veldækket frokostbuffet med tilhørende lune retter, og de udleverede drikkekuponer blev igen byttet til drikkevarer, og snakken gik igen livligt omkring de opnåede resultater. Efter kaffen var det tid til at bryde op og alle var enig om at det havde været en god dag og glæder sig til næste år. Bestyrelsen var igen glade for at se nye medlemmer til vores arrangementer.

p.b.v. Jørgen Jensen



Kommende arrangementer COPA Ungdom:
Kontakt venligst Ida Engblom.



COPA Vestsjælland

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

Kære medlemmer

Så er generalforsamlingen overstået, det var rigtig dejligt, at se så mange medlemmer møde op. Bestyrelsen takker for den store opbakning og tak for det altid dejlige humør i har, det varmer godt i en lokalformands hjerte, endnu en gang tak for en hyggelig aften.

Der skal også lyde, en fra hjertet rigtig stor tak til Iben fra Kirstine Hardam, for en kanon præsentation og tak for opfordringen til vores medlemme om, at hvis de har problemer er de velkomne til at ringe til dig eller til de søde, rare kompetente damer i Kundeservice.

I en tid hvor der skal spares på alt, til stor frustration for en del af vore medlemmer, vil jeg også gerne sige en stor tak til Kirstine Hardam for, at de har den mulighed, der gør, at vi kan tale direkte med vores leverandør.

Efter afholdelse af generalforsamlingen 9. april 2015, består bestyrelsen af:

- Lokalformand: Eddy Tersløse
- Bestyrelsesmedlem: Tom Nexø
- Bestyrelsesmedlem: Janne Christophersen
- Bestyrelsesmedlem: Lene Christiansen
- Bestyrelsesmedlem: Jan Nielsen
- Suppleant for 1 år: Birte Hansen
- Suppleant for 2 år: Inge Andersen
- Revisor for 1 år: Vinni Tersløse
- Revisorsuppleant for 1 år: Ingelise Nielsen

På førstkommande bestyrelsesmøde vil bestyrelsen konstituere sig.

Bestyrelsen højeste ønske er, at de af vore medlemmer der har en mailadresse, sender den til formanden og gerne et telefonnummer også. De af medlemmerne der ikke har mail ønsker vi jeres telefonnummer, til brug for, at vi hurtigere kan sende indbydelser ud på arrangementer samt andre relevante oplysninger til vore medlemmer. Grunden er den utrolig lange deadline på bladet og ikke mindst hjemmesiden samt, at det, at sende breve er en stor økonomisk udgift for lokalforeningen. De oplysninger (mail – telefonnummer) vil blive opbevaret fortroligt på en ekstern harddisk, som ingen andre har adgang til end jeg og oplysningerne vil ikke, blive givet videre til andre.

P.b.v. Eddy Tersløse

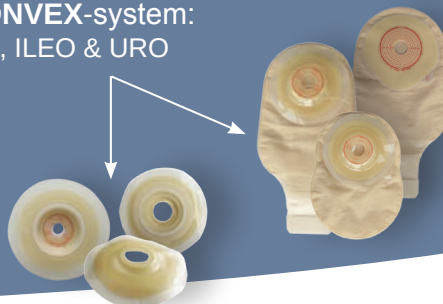


Kontakt os
for rådgivning
og STOMOCUR-
prøver

STOMOCUR – et bredt sortiment

„også til dig med individuelle behov“

Soft CONVEX-system:
COLO, ILEO & URO



Roland Healthcare
GIVER BEDRE LØSNINGER



COPA Storstrøm/Lolland Falster

Lokalformand: Helle Westergaard, Elmebakken 6, 4400 Kalundborg
Tlf.: 5950 8243 / 4042 3044 E-mail: hw.sn@ka-net.dk

Læserbrev til COPA medlemsblad

Storstrøm/Lolland Falster – hvor blev I af?

Den opmærksomme læser vil vide, at der for ca. et halvt år siden blev dannet en ny lokalforening "COPA Storstrøm/Lolland Falster". Den valgte bestyrelse gør et stort og prisværdigt arbejde for, at foreningen skal være til glæde for medlemmerne i denne del af landet og bestræber sig derfor på at tilrettelægge nogle gode, fælles arrangementer.

Indtil videre har undertegnede selv deltaget i de foreløbigt to arrangementer, der har været i år. Den seneste indbydelse var til den 11. april på Højmølle Kro ved Eskilstrup. Eftermiddagen startede kl. 14, hvor ConvaTec først orienterede os om - og fremviste deres nyeste stomiprodukter. Kaffe og hjemmebagt kage blev serveret, og den næste 1½ time sad vi yderst koncentrerede og lyttede intenst til det fantastisk spændende og særdeles gribende foredrag af Hans-Peter Trams. En medrivende beretning om, hvorledes han og hans fem søskende mellem 8 mdr. og 9 år flygtede alene gennem Nazityskland og kæmpede for overlevelse.

Det var alt i alt en rigtig god og hyggelig eftermiddag med et meget tankevækkende og uforglemmeligt foredrag. - Når dette er sagt, skal det også nævnes, at vi personligt var meget skuffede over, at der ved dette arrangement ikke var større opbakning/fremmøde fra områdets medlemmer. Bestyrelsen havde bestræbt sig på at lægge arrangementet så centralt som muligt og havde derfor valgt et lokalt syd for Storstrømmen. Det viste sig dog, at ingen fra denne side af broen bakkede op. - Hvor blev I af? - De få, der var mødt ud over bestyrelsen, kom fra omegnen af Næstved og Vordingborg.

Det er utrolig ærgerligt, at når der nu – efter stort ønske fra medlemmerne – er dannet en ny lokalforening, ikke er større tilslutning til en så spændende eftermiddag. Det er VIGTIGT, at vi bakker op om de gode initiativer, som bestyrelsen tager. Vi håber på vores fælles forenings vegne, at det sparsomme fremmøde, som vi her oplevede, var en undtagelse og ser frem til at mødes med mange flere COPA-medlemmer ved næste arrangement.

**Med ønsket om et dejligt forår
Bjarne & Edith Vissing, Næstved
15.04.15**

Siden sidst

Møde 11. april på Højmølle Kro

Da vi til vores nytårsfest fik vi ønsker fra medlemmerne, hvor flere havde ønsket mere viden om de sidste nye produkter på markedet, derfor allierede vi os hurtigt med ConvaTec, som kom til stede og gav en vældig fin fremvisning, til stor glæde for deltagerne, som fik vist den seneste udvikling på markedet. Efter fremvisningen modtog samtlige deltagere, af firmaet, en gave bestående af en toilettaske.

Herefter gik man over til det averterede møde, hvor Hans-Peter Tams fortæller om en barndomsoplevelse fra 2. verdenskrig, En oplevelse der har sat sine spor, sammen med sine søskende flygtede han op gennem Tyskland, han var 6 år den ældste en søster var ni år den yngste 8 måneder. Han fortæller på sin stille og rolige facon, om hvordan de må skjule sig, finder i starten frugt i haver, prøver at skaffe mælk til de to yngste, fandt faldskærme som de varmede sig ved efterhånden som vinteren faldt på, samt tog de døde soldaters nødrationer. En hård tid for fem børn.

Hans-Peter er fra 1937, og i mange år var denne oplevelse lukket land, først efter han blev 70 år er han og hans søskendes oplevelser blevet offentlige, han har skrevet en bog om forløbet, som deltagerne stod i kø for at købe.

Alle mente at have haft en begivenhedsrig eftermiddag med demonstration, kaffe og kage samt foredrag.

P.b.v. Helle Westergaard

Kommende arrangement

Sommertur 14. juni til Andelslandsbyen Nyvang

Da vi nærmer os sommeren, vil det være belejligt med en sommertur for medlemmerne i Storstrøm, Nykøbing Falster.

Vi havde ved vores nytårsfest opsat en ide/ønskekasse, hvortil man kunne skrive emner til videre brug. Kassen indeholdt flere gode tiltag, og da vi gerne vil forsøge at leve op til alles forventninger har vi plukket eksempler herfra. Vi havde selv foreslået en tur til Humlemagasinet på Fyn, men da der var flere ønsker om Andelslandsbyen ved Holbæk, er det den vi besøger i år.

Turen finder sted d. 14. juni 2015

- vi kører i bus. Bussen vil samle op i byerne hvor vore medlemmer kommer fra.

Opsamlingsstederne får man ved tilmelding.

Vi kører til Andelslandsbyen hvor vi får serveret sandwich, her vil være rig mulighed for nostalgi og indlevelse i hvordan man

klarede rationaliseringsmærkernes tid. Der

er arbejdende værksteder, og meget at se på. På

et tidspunkt vil der blive serveret kaffe, og efter en

forhåbentlig god oplevelse kører vi til Gerlev Kro

hvor vi får serveret en god middag, med oksesteg

m/glasserede løg bønner, ½ tomat med flødepe-

berrod, tyttebær, agurkesalat, hvide kartofler og

skysauce. Samt fløderand med / frisk frugt.

Hele turen vil koste 375,00 kr. pr. person.

Når man er tilmeldt betales beløbet på Lokalforeningens bankkonto

Reg. 9819 Konto 4583990572.

Tilmelding senest 1. juni.

Vi håber på at mange vil støtte op om arrangementet, da vi gerne skal have bussen fyldt op.

P.b.v. Helle Westergaard



FOTO: adlbn.dk



FOTO: adlbn.dk



FOTO: adlbn.dk



COPA Fyn

Lokalformand: Poul Erik Andersen, Mullerupvænget 12, 5230 Odense M
Tlf.: 6615 8512 / 3011 4296 E-mail: ipea@webspeed.dk

Siden sidst

Generalforsamling

Søndag den 15. februar havde COPA Fyn generalforsamling i Hjallesø Forsamlingshus, hvor der var 57 tilmeldte.

Formanden bød velkommen, og præsenterede bestyrelsen, hvorefter Per Conradsen blev valgt som dirigent.

Formandens beretning omhandlede både generalforsamlingen i 2014 og bowling. Sommerudflugten til Horsens Statsfængsel, og vi fik alle med hjem. Vi havde også et møde med nye stomister, der var 18 tilmeldte, det var en lærerig aften, så det er noget vi vil gentage. Den 27. september havde vi 'kør selv tur' til Ditlevsdal Bisonfarm, hvor vi var 54 deltagere, en dejlig dag.

Fredag den 14. november havde vi juleafslutning hvor 65 var tilmeldt; en rigtig hyggelig aften.

Formanden omtalte også rådgivning på Odense Universitetshospital om torsdagen og Svendborg Sygehus om onsdagen.

Regnskabet blev fremlagt af kassereren, Nini Pedersen, og det blev godkendt.

Aktivitetsplan blev fremlagt af Jørgen Rasmussen, den blev også godkendt.

Der var ingen indkomne forslag.

Valg af bestyrelse: På valg var: Formand Poul E. Andersen samt Jørgen Rasmussen og Kirsten Kristiansen, det blev til genvalg.

Valg af revisor. På valg er: Jane Rasmussen og suppleant: Doris Grave. Jane blev genvalgt, Doris var ikke til stede, Dorte Hansen blev valgt.

Eventuelt. Det gik meget stille og roligt. Så var der tid til spisning.

P.b.v. Poul E. Andersen

COPA Fyns bestyrelse

• Formand	Poul E. Andersen
• Næstformand	Jørgen Rasmussen
• Kasserer	Nini Pedersen
• Sekretær	Kirsten Kristiansen
• Bestyrelsesmedl.	Karen Marie Nielsen
• Suppleant	Anna Kirstine Haugaard
• Revisor	Jane Rasmussen
• Revisorsuppleant	Dorte Hansen

Siden sidst

Bowling

Onsdag den 25. marts 2015 havde COPA Fyn inviteret medlemmer og støttemedlemmer til bowling i Bowl'n Fun på Grønløkkevej i Odense. Vi skulle mødes kl. 16.30.

Der var 42 tilmeldt, 37 skulle på banerne og 5 sad og hyggede sig samtidig med at de holdt øje med hvordan det gik på banerne.

Da alle var kommet fik man at vide hvilken bane man skulle spille på, og hvem man var på hold med.

Så var det tid at få skiftet skoene ud med bowlingskoene og finde de bedste kugler og komme i gang.

Der blev virkelig gået til den, nogle gik mere op i det end andre. Da vi havde spillet og kæmpet en time, blev der serveret en rigtig lækker buffet med alt hvad hjertet begærer dertil vin eller øl som man ønskede.

Det var dejligt at se, hvordan man hyggede sig rundt ved borde. En stor tak til alle der bakker op om vore arrangementer.

P.b.v. Jørgen Rasmussen



(COPA-Fyn fortsætter næste side)



COPA-Fyn fortsat:

Kommende arrangement

Sommerudflugt 14. juni

Sommerudflugt søndag den 14. juni er en kørselv tur til **Johannes Larsen Museet, Møllebakken 14, 5300 Kerteminde.**

Vi skal mødes på parkeringspladsen v/museet kl. 9.45 og skal deltage i en rundvisning kl. 10.

Derefter vil der være tid til at inspicere på egen hånd inden vi skal være i **Sejlklubben, Marinavej 2.** Her serveres der en frokostbuffet kl. 13. Pris pr. person 125 kr. Drikkevarer er for egen regning.

Tilmelding senest 1. juni til Karen Marie på tlf. 6615 9555 eller 2658 8193.

Pb.v. Nini Pedersen



Kommende arrangement

Erfaringsmøde 1. juni

Nye medlemmer har efterlyst et erfaringsmøde med nogle der har haft stomi i en del år.

Dette ønske følger vi op på **mandag den 1. juni kl. 18.00** i **Kræftens Bekæmpelses lokaler på OUH** (ligger lige ved siden af P-huset). Vi skal ikke betale for parkering, vi skal taste bilnummeret ind inde i KBs lokaler.

Tilmelding er nødvendig med hensyn til forplejning.

Sidste frist for tilmelding er den 21. maj.

Tilmelding til: Poul E. Andersen, tlf. 6615 8512

mobtlf: 3011 4296 E-mail: ipea@webspeed.dk

Pb.v.

Poul E. Andersen



COPA Sydøstjylland

Lokalformand: Hanne Westergaard, Emil Møllers Gade 24 A, 2.th., 8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086 E-mail: h.westergaard@stofanet.dk

Åben rådgivning på Regionshospitalet Horsens, Horsens Sygehus Mød en COPA-rådgiver

Åben rådgivning på Horsens Sygehus den 2. torsdag i måneden fra kl. 15.00 til kl. 17.00. Vi findes i dagligstuen på P4.

Kommende arrangement

Årets sommerudflugt 21. juni

Historisk tur med spisning på Den gamle Grønsækro

Turen foregår den 21. juni. Turen går til Christiansfeld, hvor vi kører en tur langs den gamle grænse. I Christiansfeld ser vi bl.a. Brødremenighedens Kirkesal, kirkegården Gudsageren og de tre korbuse. Lokalguiden har masser af fortællinger, naturligvis får vi historien om kongens hvide hest.

Vi starter i

- Horsens, turistbusholdepladsen i Godsbanegade kl. 08.00
- Hedensted (Servicestationen) kl. 08.20
- Vejle, ved banegården kl. 08.30
- Fredericia, ved banegården kl. 09.00
- Kolding, ved banegården kl. 09.30

Kl. ca 10 er vi ved Grønsækroen. Her står guiden på og vi kører en tur på ca. 2 timer langs den gamle grænse.

På kroen får vi 2 retters menu.

Herefter kører vi til Christiansfeld, hvor vi ser byens seværdigheder, og efter ca. 2 timer er vi tilbage på kroen, hvor der er kaffe og honningkage.

Herefter går turen hjem.

Pris for deltagelse:

Medlemmer kr. 150

Ikke medlemmer kr. 300

Børn u/12 år kr. 75

Tilmelding senest den 15.6.2015

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

Vi glæder os til stort fremmøde.

Pb.v.

Grethe Petersen



Den gamle Grønsækro.



Gudsageren.



Brødremenighedens Kirkesal.



FOTO: wikimedia.org "Christiansfeld" by Sten Porse.



COPA Sønderjylland

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

Åben rådgivning Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 8. juni	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 3. august	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 5. oktober	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 7. 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

Kommende arrangement

Bustur 29. maj

Tur til Horsens og Christiansfeld d. 29. maj 2015

Vi besøger slagteriet Danish Crown og får rundvisning med guide. Efter rundvisning spiser vi middag på slagteriet. Derefter går turen til Genforenings- og Grænsemuseet i Christiansfeld, og vi drikker kaffe på Den gamle Grænseskro. Dagen slutter og turen vil gå hjemad. Håber mange medlemmer kan være med på denne tur og få en oplevelse.

Kørsel til Horsens

- Ringriderpladsen Sønderborg kl. 8.00
- Rødekro opsamlingsplads kl. 8.30
- Hertug Hans Plads Haderslev kl. 8.50

Egenbetaling for turen: kr 150,- for medlemmer, alt inkl.

Husk at medbringe fornuftigt fodtøj.

Tilmelding til turen senest fredag d. 15. maj til:

Carl Christian - tlf. 7472 3981

Christa - tlf. 7447 3370 / 4157 3370.

P.b.v. Christa Jensen

Siden sidst

Året der gik

Atter har vi haft vores årlige generalforsamling i stomiforeningen Sønderjylland. Medlemmer var mødt op for at høre, hvad der rører sig i foreningen og på landsplan. Først blev der serveret middag samt kaffe/te med brødlagkage, alle blev godt mætte. Derefter gik vi i gang med vores generalforsamling, Hans Philipsen blev valgt som dirigent.

Tilbageblik

- Marts havde vi vores årlige generalforsamling.
- April havde vi temaaften i Tønder.
- Maj gik turen til Jylland. En dejlig tur, hvor vi besøgte Kirstine og Uffe Hardam, derefter fortsatte vi til Silkeborg, hvor vi var ude at sejle. Turen fortsatte ned gennem Jylland til Hovborg Kro, her sluttede vi med dagens middag. En rigtig solskinsdag havde vi hele vejen.
- November den årlige julefrokost med god mad og en festlig stemning med banko og pakker til højre og venstre. Dette var et udpluk af beretningen. Kassereren fremlagde regnskabet. Beretning og regnskab blev godkendt.

Kommende arrangementer 2015

Tur til Danish Crown slagteri fredag d. 29. maj.

Fælles stomidag i Odense d 19. september, med forskellige oplæg, mere om dette i Copa-bladet.

Julefrokost i november på Røde-Kro.

Valg til bestyrelsen

Formand Christa Jensen – genvalgt

Kasserer Günther Hansen – genvalgt

Suppleant Bjørg Klausen – genvalgt

Revisor Hans Phillipsen – genvalgt

Revisorsuppleant Lorenz Lorenzen- genvalgt

Tak for valg til bestyrelsen.

På besøg var Dorte Rind fra ConvaTec, hun fortalte om produkterne på markedet. Tak for kaffe til Dorte.

P.b.v. Christa Jensen



COPA Midt/Vestjylland

Lokalformand:

Lars Elvig, Banegårdspladsen 4A ^{4. dør 1}, 7400 Herning
Tlf.: 2052 1771 E-mail: elvig@privat.dk

Siden sidst

Referat fra generalforsamling

Aftenen startede med indlæg ved stomisygeplejerske Anne fra Dansac, der viste produkter (NovaLife Soft Convex). Stomisygeplejerske Iben Frellesvig fra Firmaet Hardam fortalte om deres produkter.

Bestyrelsen i COPA Midt/Vestjylland

- Formand Lars Elvig
- Næstformand Henrik Aagaard
- Kasserer Gunnar Andersen
- Bestyrelsesmedlem Lone Fournaise
- Bestyrelsesmedlem Berg Krog Jensen

- Suppleant Kristian Kjeldgaard
- Suppleant og sekretær Ulla Andersen
- Revisor Elin Bødker
- Revisorsuppleant Helle Aagaard.

(COPA Midt/Vestjylland fortsætter næste side)

COPA Midt / Vestjylland fortsat:

Kommende arrangement

Temamøde 2. juni kl. 19.00

ved stomisygeplejerske Grethe Vendelbo

Tema: Følgerne og gener ved stomioperationer. Stomisygeplejerske Iben Frellesvig fra firmaet Kirstine Hardam vil vise produkter. Mødet afholdes i:

Kræftens Bekæmpelses lokaler, Nørregaards Alle 10, Herning.

Af hensyn til kaffen **tilmelding** til Gunnar Andersen

Tlf. 9742 7376/ mobil 2052 2743 eller mail gua@youmail.dk

senest den 28-05-2015.

Kommende arrangement

Udflugt 15. august

Udflugt den 15-08-2015. Reserver datoen.

Nærmere i næste blad.

P.b.v. Ulla Andersen



COPA Gl. Viborg amt

Lokalformand:

Knud Fauerby, Hagenstrupparken 34, 8860 Ulstrup

Tlf.: 5046 8434

Siden sidst

Formand Knud Fauerby genvalgt

COPA Gl. Viborg amt har afholdt generalforsamling på Højslev Kro d. 7-3. Inden generalforsamlingen var lokalforeningen vært ved en middag.

Efterfølgende var der repræsentanter firmate Hardam A/S fra Holstebro. Hardam A/S er et familieejet firma der sælger alle former hjælpemidler som vore medlemmer kan have brug for. Der var stor interesse for de medbragte produkter. Firmaet fremhævede især, de nye produkter hvor en avancerede silikoneteknologi indgår i fremstillingen, det er produkter firmaet forventer at brugerne vil få stor glæde af.

Hvis man besøger firmaets hjemmeside og ser lidt på baggrunden om hvorfor og hvorledes Hardam A/S er opstået vil man erfare, at det, at få en stomi ikke er den rene elendighed, men tværtimod kan føre til en firmafødsel. Se

<http://www.hardam.dk/hvem-er-vi/firmaets-historie.aspx>

Formanden takkede repræsentanterne fra Hardam A/S for en interessant gennemgang af nye og kendte produkter.

Herefter gik man over til generalforsamling der blev afviklet efter dagsorden. Povl Jørgensen fra Skive blev valgt til dirigent, Povl ledte os sikkert gennem dagsordenen, hvis første punkt var aflæggelse af beretning. Formanden, Knud Fauerby, berettede om årets aktiviteter. Beretning godkendt med akklamation.

Herefter blev regnskabet forelagt, det viste et underskud på 9.372,88 kr. foreningen har derfor måtte tære på kapitalen, som ved årets udgang var på 19.771,90 kr. Regnskabet godkendt.

Da der ikke var indkommet forslag, gik forsamlingen over til valg. På valg var formanden, samt 2 bestyrelsesmedlemmer. Knud Fauerby blev genvalgt, men han gjorde opmærksom på at det var hans sidste periode som formand for COPA Gl. Viborg amt.

Som den ene af de 2 bestyrelsesmedlemmer blev Christian Kamp genvalgt, nyt bestyrelsesmedlem blev Hans Breiner Henriksen fra Viborg. Hans afløste Lone Poulsen, Lone havde meddelt, at hun ikke ønskede genvalg. Bestyrelsen takker Lone for den indsats hun har gjort for lokalforeningen. Niels Peter Kirk fra Thisted blev genvalgt som revisor. Revisorsuppleant blev Povl Jørgensen fra Skive.

Under eventuelt blev flere ting drøftet, blandt andet hvorledes vi får forøget medlemstallet. Et forslag gik på, at få inddraget landsforeningen og leverandører af stomihjælpemidler med henblik på, at få vedlagt en lille folder der beskriver de mange fordele, der kan være ved at være medlem af COPA. Bestyrelsen vil drøfte det på næste bestyrelsesmøde, hvor også den endelige konstituering finder sted.

P.b.v. Erik Nødgaard

Siden sidst

Bestyrelsen har konstitueret sig

Referat bestyrelsesmøde 9-4-2015 hos Hans B. Henriksen

Bestyrelsen var fuldtallig. Herudover deltog suppleant Bodil Kriegbaum.

COPA Gl. Viborg amt har afholdt bestyrelsesmøde d. 9-4 med følgende dagsorden:

Punkt 1. Fordeling af poster i den nye bestyrelse.

Bestyrelsen har konstitueret sig således:

- Formand Knud Fauerby,
tlf: 5046 8434 fauerby@pc.dk
- Næstformand Tove Nystrup Larsen
tlf: 4029 7014 / 9793 1254
nystrup20@gmail.com
- Kasserer Hans Breiner Henriksen
tlf: 4070 0028 sysohans@mail.dk
- Bestyrelsesmdl. Christian Kamp
tlf: 4091 8223 t.kamp@mail.dk
- Sekretær Erik Nødgaard
tlf: 8688 1790 nodgaard@mail.dk

Punkt 2. Betaling for afholdelse af bestyrelsesmøde.

Bestyrelsen vedtog en forhøjelse af vederlaget fra de nuværende 175 kr. til 200 kr.

Punkt 3. Sommerarrangement.

Flere muligheder blev drøftet, men der blev enighed om, at en tur i Nationalpark Thy måtte være en oplevelse som mange medlemmer kan få fornøjelse af.

Med hensyn til bespisning og befording vil det nok munde ud i, at man selv køre til et nærmere angivet spisested i/ved Nationalparken.

Tove og Christian udarbejder detaljer for det videre forløb. Når resultatet foreligger, vil invitation tilgå medlemmerne i god tid inden udflugten.

Datoen for udflugten er fastsat til søndag d. 16. august.

Punkt 4. Eventuelt.

Bestyrelsen havde en drøftelse af økonomien, og især om hvorledes vi kan få en forbedring af den, en ting der kan hjælpe er en øget medlemstilgang. Formanden vil drøfte med hovedforeningen om muligheden for at køre en kampagne i netop vores medlemsområde, for eksempel ved at leverandørerne af stomihjælpemidler, vedlægger en pjece fra COPA om fordelene ved et medlemskab af vores interesseorganisation.

En ting mere der kan forbedre økonomien er en nedbringelse af portoudgiften. Det kan gøres ved at medlemmerne meddeler deres e-post adresser til sekretæren, og er indforstået med at al post, fra lokalforeningen, herefter vil komme elektronisk. Det har også den fordel for det enkelte medlem, at for eksempel referater fra lokalforeningen vil komme, så snart disse er udarbejdet.

Herudover redegjorde Knud for det arbejde der gøres, fra COPAs side, for stomiramte børn og deres forældre, et arbejde der involverer mange frivillige COPAmedlemmer når der afholdes Familiweekenden. Knud og hans kone er begge frivillige, og vores næstformand aspirerer nu til at blive en del af hjælpekorpset.

P.b.v. Erik Nødgaard



COPA Sydvestjylland

Lokalformand: Anette Larsen, Bryndumvej 200, Bryndum, 6715 Esbjerg N
Tlf.: 2785 5978 (bedst hverdage efter kl. 14.00). E-mail: s.a@bbsyd.dk

Yderligere kontaktperson: Børge Kjærgaard. Tlf.: 2068 9200.

Siden sidst

Bowling / Buffet

Den 16. marts var der Bowling /Buffet i Blåvand bowlingcenter.

Det er bestemt ikke sidste gang vi har været der.

God aften og lækker mad.

Husk at tilmelde dig Bowlingklubben hos Hanne på tlf 2288 9897.

Siden sidst

Generalforsamling

Den 30. marts afholdte vi vores årlige generalforsamling. Alt foregik i ro og orden. Bestyrelsen er den samme.

Kommende arrangement

Sæt kryds i kalenderen 17. maj

'Kør selv turen' går i år til **Hygum**

Hjemstavsgård, hvor der er historisk dyrskue samt levendegørelse af livet på landet i gamle dage.

Vi mødes ved indgangen kl 10.00. Program sendes senere. Entreen er betalt.

Tilmelding nødvendig til Anette på 2785 5978 eller [mail s.a@bbsyd.dk](mailto:s.a@bbsyd.dk)
- senest den 13 maj.



Foto: www.hygumhjemstavsgaard.dk

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



COPA Aarhus

Lokalformand: Morten Spaabæk Dippel, Skærskovtoften 4, Funder Kirkeby, , 8600 Silkeborg
Mobiltlf.: 2487 4867 aarhus@copa.dk E-mail: dippel@privat.dk

Rådgivning på Aarhus 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.

Torsdag 21. maj	kl. 16.00 - 17.30
Torsdag 04. juni	kl. 16.00 - 17.30
Torsdag 18. juni	kl. 16.00 - 17.30
Torsdag 06. august	kl. 16.00 - 17.30
Torsdag 20. august	kl. 16.00 - 17.30

Der gøres opmærksom på, at alle der ønsker en samtale med en af COPAs rådgivere er velkomne.
Det er ikke kun for patienter, der er indlagt.

Kommende arrangement

Besøg på Moesgaard Museum onsdag d. 27. maj

COPA Aarhus inviterer medlemmer og støttemedlemmer til en guidet rundvisning på Moesgaard Museum.

Vi mødes onsdag d. 27. maj kl. 18.15 umiddelbart indenfor indgangen til museet. Rundvisningen starter kl. 18.30 præcis.

Det nye Moesgaard Museum tilbyder publikum en kulturhistorisk museumsoplevelse i international klasse med arkæologiske og etnografiske udstillinger. Skiftende særudstillinger vil desuden præsentere verdens fornemste kulturarv.

På Moesgaard Museum kommer publikum tæt på menneskene bag de udstillede genstande gennem scenograferede og dramatiserede fortællinger.

Der er valgt en generel rundvisning med introduktion til museets udstillinger, som varer ca. 1 time. Vi kommer omkring Evolutionstrappen, hvor vi kommer tæt på menneskets evolution og oprindelse. Hvor kommer vi fra? Hvor er vi på vej hen. Vi besøger oldtidsudstillingerne, hvor vi drages ind i gigantiske gravhøje i bronzealderen, i kamp og til ofringer med jernalderfolket og rejser ud i verden med vikingerne.

Museet har lige nu en sensationel udstilling: Den Første Kejser - Kinas terrakottahær, som man på egen hånd kan besøge efter rundvisningen

Jyllands-Posten's anmelder har givet seks stjerner til udstillingen og skrev bl.a.:

"Den nye version af Moesgaard Museums første særudstilling er intet mindre end en sensation. Museet er blevet invaderet af en mere end 2000 år gammel kinesisk terrakottahær."

Udstillingen præsenterer over 120 genstande fra kejser Qin Shi Huangdi's gravkompleks og fra Qin- og Han-dynastiet. I udstillingen vil publikum blandt andet kunne opleve 10 af de store terrakottafigurer i form af soldater, embedsfolk og en hest, som blev fundet i kejsergraven. Genstandene er specielt udvalgt og sammensat til udstillingen på Moesgaard Museum og kommer fra ti forskellige museer i Shaanxi provinsen i Kina.

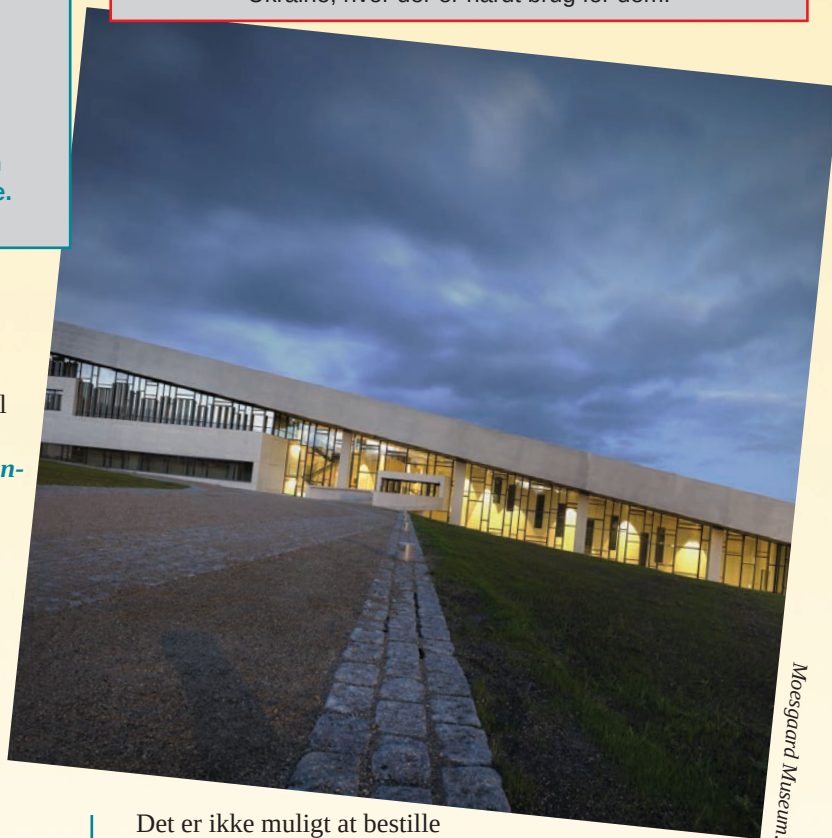
Adressen er MOESGÅRD ALLÉ 15, 8270 HØJBJERG.

Bybus 18 Mejby/Elev – Moesgård Kører fra Aarhus midtby (Park Allé) tre til fire gange i timen på hverdage. Turen tager ca. 24 minutter.

Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i Aarhus 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.



Moesgaard Museum.

Det er ikke muligt at bestille bord i restauranten, så hvis man ønsker at spise eller få en kop kaffe, er det for egen regning. Til gengæld er arrangementet uden egenbetaling for medlemmer og støttemedlemmer.

Der er begrænset deltagerantal så først til mølle principper gælder. Moesgaard museum er et nyt museum, så det er handicapegnet.



Tilmelding senest d. 22. maj (men gerne nu) til:
Helle Jørgensen email: hellespost@youmail.dk
eller på tlf. : 2721 3593 (efter kl. 16.00)

P.b.v. Niels Brund

Kommende arrangement

Silkeborggruppen

Så er Silkeborg igen på banen med et spændende arrangement og hyggeligt samvær.

Denne gang mødes vi **torsdag 21. maj 2015 kl. 19.00 i Medborgerhuset, Bindslev Plads, 8600 Silkeborg.**

Arrangementet afholdes i Silkeborg, men er åbent for alle COPA medlemmer – uanset bopæl.

Jytte Langkjær (kostvejleder) fra Phytokost vil komme og holde et oplæg om vores kost, give os en indsigt i de forskellige kvaliteter af råvarer vi bruger i madlavningen – og ikke mindst har Jytte et ekstra godt tilbud med til os! Et spændende madlavningskursus i hendes MADVÆRKSTED – hvor vi får både

teoretisk og praktisk gennemgang af madlavning. Og ja vi skal tilberede mad, og nyde den sammen. Kurset afholdes over 2 gange, til den favorable pris af kun DKK 795/person. For at kurset kommer i stand, har vi aftalt at bindende forhåndstilmelding er nødvendig – og vi skal minimum være 15 personer. Endelig dato for madlavningskurset vil vi aftale i løbet af aftenen – så hav de ”fleksible briller” på denne aften.

Jeg beder om **tilmelding** til denne aften, samt om bindende forhåndstilmelding til madlavningskurset, **senest onsdag 13. maj** på tlf. 2487 4867 og/eller e-mail: dippel@privat.dk

Skulle der mod forventning være for få forhåndstilmeldinger, forbeholder vi os retten til at aflyse oplægget fra Jytte og holder i stedet en snakke/hygge aften.

På mødet skal vi også finde en ny tovholder til at arrangere gruppemøderne fremover i Silkeborg. Jeg har fået nye arbejdsmæssige udfordringer og vil gerne give stafetten videre til en anden ildsjæl, der gerne vil være med til at arrangere møderne.

Jeg glæder mig til at se og høre fra jer igen.

P.g.v. Morten Spaabæk Dippel

Kommende arrangement

Randersgruppen

Næste møde i Randersgruppen er **tirsdag den 26. maj kl 17**. Vi får en rundvisning i Sundhedscenter Thors Bakke, hvor vi normalt holder møde. Det bliver spændende at få lov at se det store nye hus, og alle de funktioner der er i huset, husk der er elevator, så alle kan deltage, og alle er velkommen.

Læg mærke til at det er kl. 17.

Vi mødes i lokale 3 på anden sal. Efter rundvisningen skal vi ud i naturen, hvis vejret tillader det. Ellers bliver vi i lokale 3. Jeg smører sandwich og har drikke med.

Tilmelding til:

Kirsten Gjørup Hansen kirsten.gjorup.hansen@gmail.com
tlf. 2216 2140.

Randersgruppen siden sidst: Sidste gang var vi inviteret til at se Løve apoteket, vi fik set hele apoteket, og der kom en dygtig konsulent og fortalte om hudpleje. Der var rigtig meget, vi blev klogere på, og så blev vi flot beværtet.

P.g.v. Kirsten Gjørup Hansen

Siden sidst

Referat af generalforsamling (GF)

Møde afholdt: 11. marts 2015 – Folkestedet, 8000 Århus C
Velkomst: Christian Heidum, bød de fremmødte medlemmer velkommen, og ønskede alle en god GF.
Dirigent: Niels Brund blev valgt til at styre GF igennem.
Det blev bekræftet at GF var korrekt indkaldt lovlig og kunne afholdes efter vedtægterne.

Formandens beretning v/Chr Heidum

BESTYRELSEN/SELVHJÆLPGRUPPER

- Afholdt 5 bestyrelsesmøder (afholdt på Folkestedet, Årsløv kro, samt privat).
- Samarbejdet i bestyrelsen har været godt og frugtbart.
- Møderne er afholdt efter en fast dagsorden.
- Alle i bestyrelsen har taget ansvar for hver sin del – til ”UG og slange”.
- Selvhjælpsgrupper er i 2014 startet op i Randers og Silkeborg.
- Aarhusgruppen som Merethe Knudsen har arrangeret har kørt mange år.
- Generelt – er møderne for alle medlemmer uanset bopæl – annonceres i COPA bladet.

RÅDGIVERGRUPPEN

- Består af 16 medlemmer – med rådgivning hver 2. uge torsdage på Aarhus Sygehus, Tage Hansens Gade – fordelt med rådgiver-vagter.
- Der er afholdt møde hver 3. måned i grupperne med indlæg af relevant karakter.
- En rådgiver, skal inden man godkendes, have en samtale med bestyrelsen, deltage på KB basiskursus og endelig være med som ”føl” for at lære at begå sig i de vanskelige situationer stomipatienter står overfor. LYTTE og være til stede, ej promovere EGEN historie/sig selv.
- Aarhus har haft 134 rådgivninger i 2014 (87 var online, som besvares af Henning Granslev/landsformand).
- Aarhus har flest rådgivninger, og udviklingen er stigende – ligesom onlinerådgivning gør.
- Facebook grp – COPA, stor aktivitet, mange ”hjemmebryggede svar” som rådgiver vælger dine ord med omhu, når du svarer i det offentlige rum.

SERVICELOVEN

- Serviceloven er taget af bordet igen – og Henning Granslev har på COPA’s vegne kontakt til Sundhedsministeriet/ministeren direkte.

COPA AARHUS

- Landets største lokalforening med over 500 medlemmer.

(COPA Aarhus fortsætter næste side)



SOMMERKLAR ?

Badetøj til stomiopererede - nu også til børn!

- > Produceret i Danmark
- > Designet af kvinder, mænd og børn med stomi
- > Diskrete detaljer sikrer optimal funktionalitet
- > Webshop med tanktoppe, badetights, bikinier, badekjoler og stomibælter



Kvinder
Junior
Mænd



www.sporty-living.dk | info@sporty-living.dk

COPA Aarhus fortsat:

ARRANGEMENTER I 2014

- Sommerudflugt til FUR, m/opsamling Silkeborg, Aarhus og Randers.
- Bestyrelsen arbejder på en tur til KBH / Cirkusrevy.
- Byvandring i det gamle Aarhus – Latinerkvarter m/guide.
- Julehygge.

AFSLUTNINGSVIS

- Økonomi / Helle Jørgensen – positivt regnskab (fremlægges senere).
- Tak for samarbejdet til bestyrelsen, overlader stafetten til ny formand der skal vælges på GF.
Beretning godkendt uden kommentarer.

FREMLÆGGELSE AF REGNSKAB v/kasserer Helle Jørgensen

- Gennemgang af omdelt regnskab, med fokus på hvorfra indtægter kommer.
 - o COPA landforening (efter antal medlemmer pr 31. dec.)
 - o Kommunale tilskud
 - o Salg af armbånd
- Udgifter for bestyrelses arbejde, møder, aktiviteter afholdt i årets løb.
- Aktiver/passiver – balance i regnskabet.
Regnskab godkendt uden kommentarer.

AKTIVITETSPLAN 2015 – iht vedtægter skal disse fremlægges på GF

- Rådgivergrupperne. Afholder møder, som indkaldes direkte i rådgivergrupperne.
- Rådgivningsplan/vagt for Århus Sygehus, Tage Hansens Gade.
- 2 x svømmeaften (15. april + en til efteråret).
- 27. maj – udflugt til Moesgård Museum.
- 19. september – International Stomidag i Odense
- sammenlægges som sommerudflugt.
- Efterår – en aften med et lægeligt-/forskningsindslag.
- Ej fastlagt dato - Bytur m/hjemløs i Aarhus.
- Julehygge i december – traditionen tro.
- Selvhjælpsgrp. i Randers, Aarhus og Silkeborg – lokale arrangementer.
Ønske til Julehygge – om der evt kunne serveres smørrebrød – bestyrelsen tager stilling hertil.
Aktivitetsplan godkendt.

INDKOMNE FORSLAG

Ingen.

VALG TIL BESTYRELSE

- Formand
 - o Chr Heidum ønskede ikke genvalg.
- 2 bestyrelsesmedlemmer
 - o Mariann H Olesen ønskede ikke genvalg.
 - o Helle Jørgensen ønsker genvalg for 1 år.
- Suppleant
 - o Ejvind Thorsen ønsker genvalg.
 - o Ny suppleant skulle vælges.
- Revisor
 - o Else Marie Kraul ønsker genvalg.
- Revisorsuppleant
 - o Signe Hachenberger ønsker genvalg.

NY BESTYRELSE EFTER VALG

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| • Formand | Morten Spaabæk Dippel |
| • Bestyrelsesmedlem | Helle Jørgensen |
| • Bestyrelsesmedlem | Ejvind Thorsen |
| • Bestyrelsesmedlem | Niels Brund |
| • Bestyrelsessuppleant | Gitte Heide |
| • Revisor | Else Marie Kraul |
| • Revisorsuppleant | Signe Hachenberger. |

Bestyrelsen er endnu ikke konstitueret – Morten Spaabæk Dippel indkalder til bestyrelsesmøde snarest. Generalforsamlingen blev afholdt og afsluttet i god ro og orden.

P.b.v.

Morten Spaabæk Dippel

Aarhus Klubben

Arrangementerne er åben for ALLE interesserede.
Oplysning om kommende aktiviteter: Ring venligst til
Merethe Jastram Knudsen.

Merethe Jastram Knudsen
telf. 2818 8928



COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

Morten Holmgård, Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966 E-mail: holmgaard@hotmail.com

Kommende arrangementer COPA-Forældregruppen: Kontakt venligst gruppens repræsentant.



COPA Urostomigruppen

Vestdanmark:

Anne Lise Hansen, Gåskærgade 17 B, 1.tv., 6100 Haderslev
Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776 E-mail: achansen@webspeed.dk

Østdanmark:

Kirsten Cederlund, Bymarken 4 D, st.tv., 4000 Roskilde Tlf.: 4632 0835

Kommende arrangementer COPA Urostomigruppen:

Kontakt venligst gruppens kontaktpersoner.



COPA Ungdom

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

Ida Engblom, Størevej 16, 1.tv., 2400 København NV
Tlf.: 5136 3063 E-mail: ida.j.engblom@gmail.com

Kommende arrangementer COPA Ungdom:

Kontakt venligst Ida Engblom.



COPA Nordjylland

Lokalformand: Jørgen Dresfeldt, Søndre Kongevej 56, 9400 Nørresundby
Tlf.: 4050 0990 www.nordjylland.copa.dk E-mail: nordjylland@copa.dk

Yderligere kontaktperson: Kim Sass Lund, Foldageren 5, 9400 Nørresundby
Tlf.: 2211 3331

Mød en COPA-rådgiver

Rådgivning på Aalborg Universitetshospital Syd

Vi træffes i Patient til Patient rådgivningen på Aalborg Universitetshospital Syd (forhallen til venstre for elevatorerne).
Mandag i lige uger kl. 10.00 til 12.00 (dog ikke i juli og kun første lige uge i december).

Hjemmesiden

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

Siden sidst

Generalforsamling 29. marts

33 medlemmer var mødt frem til årets generalforsamling på Skalborg Kro med følgende dagsorden:

1. Valg af dirigent. Jørgen Dresfeldt blev valgt.
2. Formanden aflægger sin beretning til godkendelse. Beretning blev godkendt.
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab for sidste kalenderår til godkendelse. Regnskabet blev godkendt.
4. Bestyrelsen fremlægger sin aktivitetsplan for det kommende år.
 - Tur til Ærø og TV2 aug/ sep.
 - Julefrokost i november eller december.
 - Bowling til foråret.
 - Generalforsamling i april.
 - Generalforsamlingen kom med flere forslag som bestyrelsen arbejder videre på..
5. Behandling af indkomne forslag. Der var ingen.
6. Valg af to bestyrelsesmedlemmer og en suppleant. Bestyrelsesmedlemmerne Kim Sass Lund, Randi Hansen blev genvalgt og som suppleant blev Vinnie Christensen valgt.
7. Valg af revisor og revisorsuppleant. Erling Flarup Pedersen ville gerne fritages fra jobbet som revisor, i stedet blev det Ronald Hyllested der blev valgt og Niels Larsen blev genvalgt som suppleant.
8. Eventuelt.
Der var ingenting.

Inden generalforsamlingen fik vi kaffe og et rundstykke og efter generalforsamlingen hyggede vi os med kroens buffet.

Bestyrelsen i COPA Nordjylland

• Formand:	Jørgen Dresfeldt
• Næstformand:	Kim Sass Lund
• Kasserer:	Lasse Bønnerup
• Bestyrelsesmedlem:	Randi Hansen
• Bestyrelsesmedlem:	Lise-Linda Nielsen
• Suppleant:	Vinnie Christensen
• Revisor:	Ronald Hyllested
• Revisorsuppleant:	Niels Larsen



Bestyrelsen vil gerne takke Erling Flarup Pedersen og Inger Hansen for deres indsats i lokalforeningen og ønsker dem alt godt fremover.

Siden sidst

Bowling

Vores bowlingaften blev i år afholdt fredag den 6. marts kl. 17.30. Først hyggede vi med bowling, derefter hyggede vi os.

Kommende arrangementer

Ærø og TV2 august/september

Bestyrelsen planlægger en tur (med overnatning) til Ærø og et besøg hos TV2 i Odense. Læs meget mere i det næste blad eller kontakt lokalformand Jørgen Dresfeldt for flere oplysninger.

P.b.v. Jørgen Dresfeldt

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

er et selskab for sygeplejersker, der arbejder med pleje af stomiopererede.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan for sygeplejersker og interesseorganisationer.

Fagligt Selskab for sygeplejersker i stomiplejen

udgiver det elektroniske tidsskrift StomiNyt og medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark. På det faglige selskabs hjemmeside www.dsr.dk/fs22 kan du blandt andet finde en opdateret oversigt over stomiklinikkerne, information om kongresser m.m.

Ønsker du mere information så kig ind på: www.dsr.dk/fs22

Formand: Birgitte Dissing Andersen bidian01@heh.regionh.dk - også kontaktperson COPA



COPA Familier Adenomatøs Polypose

Gruppens repræsentant og kontaktperson Vestdanmark:
Susanne Jakobsen, Elsdyrvej 15, Strandhuse 6000 Kolding Tlf.: 2165 9460 E-mail: susanne.elsdyrvej@gmail.com

Kontaktperson Østdanmark: Vakant

Siden sidst

FAP-gruppens møde lørdag den 28. marts i Kræftens Bekæmpelses hus i Herning



Først og fremmest tusind tak til Kræftens Bekæmpelse i Herning for at stille deres hus til rådighed.

Vi mødtes kl. 12.00 til en frokost og brugte eftermiddagen på at lære hinanden at kende, fortælle hver vores historie, og hvor vi er henne i livet med FAP. Der var lighedspunkter, men også stor forskellighed i, hvordan vi er ramt og lever med det. Noget de fleste havde til fælles, var deres oplevelse omkring undersøgelser og antal læger, der stod for undersøgelserne. Det er frustrerende at møde mange forskellige læger og skulle fortælle sygdomshistorien igen og igen. Er det også noget, andre oplever? I så fald, vil vi gerne høre om det.

Der var ikke så meget orientering om sidste nyt indenfor forskning og behandling, idet Niels Jespersen oplyser, at der ikke det store nye at fremlægge. I stedet for vil han gerne promovere deres hjemmeside på www.polypose.dk. Denne holder de løbende opdateret ved behandling, udredning, etc.

Derudover orienter Niels Jespersen om, at han den 1.4. skulle deltage i et møde mhp., om lægerne fra DK skal/kan deltage i en international undersøgelse, som går ud på, om der kan være forebyggende effekt af fiskeolieisolater på udviklingen af polypper hos FAP-patienter.

Vi hører mere om det senere.

Følgende er skrevet i polypose.dk og kan læses under forskning:

Det engelske medicinalfirma SLA Pharma har udviklet en omega-3 polyumættet fedtsyre eicosapentaenic acid (EPA), som i en lille undersøgelse (West N et al. GUT 2010;59:918-25) nedsatte antallet og størrelsen af endetarmsadenomer ved FAP, med få og milde bivirkninger. Der er planlagt en stor international undersøgelse i EU regi i samarbejde med en række polyposeregistre, heriblandt Polyposeregistret.



Landsformanden deltog i mødet

Landsformanden deltog i mødet og fortalte om de muligheder, medlemmerne har i COPA. Ud over det talte vi også om det samarbejde, vi forventer at indgå med patientforeningen for tarmkræft i Jylland. Jette Lyngholm, Aarhus var inviteret for at fortælle om gruppen og deres planer om at oprette en tarmkræftgruppe i Herning. Desværre måtte hun melde afbud pga. sygdom.

Der kommer mere orientering om samarbejdet, når der er afholdt nogle flere møder.

Lise Dam er død

I skrivende stund er jeg blevet orienteret om, at Lise Dam, som sidste år sagde ja til at være vores repræsentant øst for Storebælt, desværre er død. Æret være hendes minde. Desværre betyder det også, at vi igen mangler en repræsentant øst for Storebælt.

Næste arrangement

Da interessen for samvær i FAP-gruppen umiddelbart er størst vest for Storebælt, vil vores næste arrangement igen være i Jylland. Det betyder ikke, at jeg ikke vil stå for et arrangement i andre landsdele, men jeg vil lade det være op til jer. Er der interesse for et arrangement øst for Storebælt, så sig til, men indtil da, vil FAP-gruppen lægge deres kræfter i Jylland.

Med ønsket om en god sommer til alle

P.g.v.

Susanne Jakobsen



Ekstra næring i en nem lille mundfuld

Arla Protino® er et friskt mejeriprodukt, der gør det let og lækkert at få ekstra næring i en nem lille mundfuld.

Få inspiration til lækre mellemmåltider med Arla Protino® på www.arla.dk/protino



nyd det gode



Se om dit lokale apotek forhandler
Arla Protino® på arla.dk/protino

NYHED

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

Svend Larsen *)
Brandstrupvej 99
2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Frederiksborg

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

Bornholm

Inge Skovgaard Petersen
Smedegade 20
3700 Rønne
Tlf.: 5695 6530 / 3028 6530

Roskilde/Køge

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 6063 0747

Storstrøm/Lolland Falster

Helle Westergaard
Elmebakken 6
4400 Kalundborg
Tlf.: 5950 8243 / 4042 3044

Fyn

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

Sydøstjylland

Hanne Westergaard *)
Emil Møllers Gade 24 A ^{2.th.}
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086

Sønderjylland

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

Sydvestjylland

Anette Larsen
Bryndumvej 200, Bryndum
6715 Esbjerg N
Tlf.: 2785 5978 (bedst efter 14)

Midt/Vestjylland

Lars Elvig
Banegårdspladsen 4A ^{4. dør 1}
7400 Herning
Tlf.: 2052 1771

Gl. Viborg amt

Knud Fauerby
Hagenstrupparken 34
8860 Ulstrup
Tlf.: 5046 8434

Aarhus

Morten Spaabæk Dippel
Skærskovtoften 4
Funder Kirkeby
8600 Silkeborg
Tlf.: 2487 4867

Nordjylland

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

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

Susanne Jakobsen
Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Tlf.: 2165 9460

Forældregruppen

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007

Ungdom

Ida Engblom
Stærevej 16, 1. tv.
2400 København NV
Tlf.: 5136 3063

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark:

Svend Larsen
Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809

Vestdanmark:

Kontakt COPAs sekretariat

Urostomigruppen

Vestdanmark:

Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776

Østdanmark:

Kirsten Cederlund
Bymarken 4 D, st.tv.
4000 Roskilde
Tlf.: 4632 0835

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg. **) Suppleant COPAs forretningsudvalg.

