



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

September/Oktober Copa-blad 5/2000



COPA-medlemmer har været ved Højer Mølle  
.....se side 12



# Brugerindflydelse

## LEDER

Af: Christian Stentoft,  
landsformand

Jeg har tidligere været inde på begrebet brugerindflydelse i forbindelse med servicelovens paragraf 97 stk.3, der pålægger kommunerne at inddrage repræsentanter for brugerne ved udarbejdelse af kravsspecifikationer, der skal indgå i leveringsaftalerne, som for eksempel kvalitetssikring, forsyningssikkerhed, sortiment, forhandlernet, leveringstid, mulighed for hjemmebesøg m.v.

Når jeg derfor atter berører dette begreb, er det fordi jeg igen og igen kommer ud for, at kommunerne ikke overholder dette pålæg, ikke forstår vigtigheden af at inddrage brugeren, når udbudsmaterialet skal udfærdiges. Mange kommuner har den opfattelse, at brugeren bare skal høres. Et indtryk de meget vel kan få, fordi brugeren ikke har vetoret overfor indgåelsen af aftalen. Det er stadig økonomien, der er den afgørende faktor, ikke den menneskelige faktor.

Det fremgår klart af forarbejdet til lovgivningen, at formålet med bestemmelsen er, at brugeren skal have en reel indflydelse på de generelle krav, der stilles til en leverandør af hjælpemidler. Bestemmelsen omfatter hjælpemiddelområdet generelt og ikke alene de situationer, hvor hjælpemidlet udleveres direkte til brugeren af leverandøren.

Reglen om brugerrepræsentation har til formål at inddrage brugerens viden og erfaring om produkterne og den service, der bør knytte sig hertil. Desuden vil brugerens medvirken ved formulering af kravene i og forudsætningen bag de indgåede aftaler være medvirkende til at tydeliggøre, hvad brugeren kan forvente sig af det offentlige system på hjælpemiddelområdet.

Jeg har set lidt tilbage i mine

skrivelser til socialministeren, hvor jeg har klaget over vores manglende indflydelse på vores egen situation i forbindelse med kommunernes mulighed for indgåelse af leverandøraftaler efter den gamle paragraf 58. Jeg havde dengang en vis frygt for, at kommunerne i deres spareiver og ved muligheden / bestemmelsen om EU-udbud antog en udenlandsk leverandør. Derved ville nærheden og kontakten til leverandøren forsvinde endnu længere ud.

Jeg har også overfor ministeren påpeget, at den stomiopererede er tryghedsnarkoman og har en intim og nær tilknytning til sin leverandør. En tilknytning som kun forringelse af servicen har en sådan indflydelse på, at et skifte til en anden leverandør kommer på tale. Så når kommunen indgår en leverandøraftale med en anden leverandør end den, som den stomiopererede selv har valgt eller er kendt med, griber den ind i den stomiopereredes trykke hverdag og skaber en efter min opfattelse unødigt frustration.

Jeg har ikke været alene om at pege på disse forhold i forbindelse med kommunernes indgåelse af leverandøraftaler. Jeg tror, at bestemmelsen er kommet på grundlag af disse indsigelser og i erkendelse af, at man ved at tage brugeren med på råd, opnår nogle aftaler, der er spiselige for brugeren. At man så yderligere har beholdt bestemmelsen om, at man m.h.t. de særlig personlige hjælpemidler har ret til selv at vælge leverandør, ser jeg som en imødekommelse af de specielle forhold, der gør sig gældende f.eks. vores tilknytning til vores leverandør. Indkøb af stomihjælpemidler kan ikke sammenlignes med indkøb af almindelige dagligvarer. Når

det drejer sig om dagligvarer, handler man jo bare et andet sted, hvis man er utilfreds. Det kan man ikke, når man som bruger er bundet af en kommunal leveringsaftale, fordi kommunen er pålagt at betale udgiften til hjælpemidlerne, som kompenserer for et handicap og er nødvendige for, at vi kan stå på lige fod med den, som ikke er handicappet. (Kompensationsprincippet).

Tilrettelæggelsen af brugerindflydelsen i forbindelse med udarbejdelse af kravsspecifikationer foretages af den enkelte kommune, som i den forbindelse bør sikre, at processen med udarbejdelsen af aftalegrundlaget skal foregå inden for en tilstrækkelig tidsramme, så brugerindflydelsen bliver reel.

Hvis indflydelsen skal være reel forudsætter det, at brugerrepræsentanten er med i de møder, hvor udbudsmaterialet forhandles på plads og ser det endelige materiale inden udsendelsen, så repræsentanten kan forvisse sig om, at brugerkravene har fået den nødvendige prioritet.

Efter Socialministeriets opfattelse er der intet til hinder for, at brugerrepræsentanten får tilbudene at se, således at brugerrepræsentanten får reel indflydelse på, at de generelle krav, der stilles til en leverandør, opfyldes.

Som brugerrepræsentant anbefales det at inddrage personer fra de relevante handicaporganisationer. Så drejer det sig om stomihjælpemidler er det helt klart stomiforeningen, der udpeger repræsentanten og ikke kommunen, der udpeger en tilfældig person, måske ovenikøbet en som ikke har begreb skabt om det at have stomi, men bare er en, som man plejer at spørge.

Men det kan være relevant også at indkalde andre med ekspertise på området som for eksempel en stomisygeplejerske og helst en med ekspertise fra et stomiambulatorie.

Der er ikke krav om, at bru-

gerrepræsentanten skal have bopæl i kommunen, så repræsentanten kan altså udmærket være den af foreningen udpegede. Det har også den fordel, at repræsentanten ikke er bundet af nogen lokale hensyn i fremførelsen af brugerkravene. Men det er ikke ensbetydende med, at der ikke skal finde en dialog sted mellem repræsentanten og de bosiddende stomiopererede.

Vi har desværre oplevet, at kommuner har sendt udbud på markedet uden at inddrage brugerrepræsentanter eller fornyet bestående aftaler uden at henvende sig til brugerne, om de var tilfredse med leverandøren. Det er magtmisbrug og skyldes formentlig den omstændighed, at der ikke med tillæggelsen af indflydelsen også blev tillagt vetoret overfor sådanne udbud. Vi har også oplevet, at stomiopererede er blevet inddraget som repræsentanter uden, at disse har fundet det fornødent at underrette foreningen., men kun underrettet lokalforeningen. Det er meget uheldigt. Foreningen har udarbejdet nogle generelle krav, som den ønsker efterkommet og som gerne skulle indgå i samtlige aftaler, foruden de mere lokalt prægede krav. Der findes stadig kommuner, der er af den opfattelse, at det der med indflydelse bare betyder, at brugeren skal "høres", når aftalen er en realitet. Jeg gad nok se den leverandør, der efter at have indgået og underskrevet en aftale, siger ja til at opfylde yderligere krav fra brugerne.

Den går bare ikke.

Intet kommer af sig selv, og derfor er medlemmernes medvirken nødvendig, hvis brugerindflydelsen skal være reel og vores generelle krav figurere i hver eneste leverandøraftale omhandlende stomihjælpemidler. Det nytter ikke at læne sig tilbage og lade syv og fem være lige i troen på, at myndigheder i alle led retter sig efter lovene.

Erfaringen viser, at det gør de ikke. ■



## Stomiforeningen COPA

Sekretariatsleder: Britta Mogensen.

### Sekretariatet

Sct.Hansgade 26 B, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax.: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag: 10.00 - 14.00;

onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: [www.copa.dk](http://www.copa.dk)

e-mail: sekretariatet@copa.dk

### Landsformand:

Christian Stentoft

Thorkildsvej 78, 3700 Rønne

Tlf.: 56 95 97 35; Fax: 56 95 97 34

### Vicelandsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 8628 1124 (bedst 14.00-18.00)

### Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

## Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer

6 gange om året, d. 10. i ulige

måneder. Næste blad udkommer

10. november; omdeles i uge 46.

Oplag: 5000 stk.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

### Redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 5767 6701.

### Læserbreve, indlæg og artikler:

Manuskripter skal sendes til

sekretariatet. Sidste frist for indlevering til næste nummer er 10/10.

COPA behøver ikke nødvendigvis dele meninger bragt i bladet.

Eftertryk tilladt med kildeangivelse, efter indhentet skriftlig tilladelse hos COPA's sekretariat.

### Illustrationsannoncer:

Tilsagn: 1 måned før bladet udkommer.

Film mv. skal sendes til sekretariatet.

Materialefrist og annulleringsfrist normalt 21 dage før udgivelsen.

Materiale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde senest:

20/10. Nærmere oplysninger:

Sekretariatet og redaktøren.

### Indstik:

Med forbehold. Kun i kuverterede blade.

Nærmere oplysninger om

tidsfrister mv.: Redaktøren.

ISSN 0901 - 3849

## Foreningens formål:

### Vedtægternes § 4:

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

### Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-bladet 5/2000 (sept./okt.). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 160].

## Indhold:

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Leder: Brugerindflydelse (Chr. Stentoft).....                                  | 2  |
| Hvad kendetegner den gode forhandler af stomihjælpemidler (Chr. Stentoft)..... | 4  |
| En kolostomi gjorde drømmerejsen mulig (Frank Stege).....                      | 6  |
| Der er smukt i Sønderjylland (Grethe Nielsen).....                             | 12 |
| <b>Læserne skriver</b>                                                         |    |
| Poseskift på flytoilet - kommentar til BJ (N.C.).....                          | 14 |
| Lugter min stomi? (Frank Stege).....                                           | 14 |
| Irrigation uden lugtgener (Preben Christensen).....                            | 14 |
| Irrigation - lugtgener ikke værre end da jeg var "normal" (Eva Pedersen).....  | 14 |
| Stomiveninder (B.L.).....                                                      | 14 |
| <b>Nyt fra lokalforeningerne</b> .....                                         | 18 |
| <b>COPA's forretningsudvalg informerer</b> .....                               | 14 |
| <b>Mødekalender</b> .....                                                      | 31 |
| <b>Gaver og arv</b> .....                                                      | 14 |

## HUSK

COPA's hjemmeside:

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

## Copa-bladet udkommer

den 10. hver anden måned (ulige måneder).

Bliver omdelt af PostDanmark over 3 hverdage.

Dette Copa-blad er omdelt i uge 37.

## Rådgivning

### Helsingør:

Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 17.00 - 19.00.

Sted: Sygehuset Øresund, plan 2, afd. 23, Esrumvej 145, Helsingør.

Tlf.: 48 29 23 32.

Evt. forespørgsler uden for åbningstid: Lokalformanden i Frederiksborg amt. Se navn og tlfnr. på bladets bagside.

### Århus:

Åbent anden onsdag i hver måned mellem kl. 16.00 - 19.00

(Dog ikke juli).

Sted:

Langenæs Allé 21, 8000 Århus.

Tlf.: 86 14 02 33.

Aftale om tid til en samtale kan ske i åbningstiden.

Udenfor åbningstiden:

Tlf.: 86 28 11 24 el. 86 42 69 79.

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



# Hvad kendetegner den gode forhandler af stomihjælpemidler

Af: *Christian Stentoft, landsformand*

Et tæt og veltilpasset hjælpemiddel er alfa og omega for den stomiopereredes tryghed i hverdagen og i tilværelsen i det hele taget.

Det er afgørende for den stomiopereredes tryghed, at der ikke er problemer med at skaffe dette hjælpemiddel, at behovet til enhver tid kan dækkes.

Tryghed er i det hele taget et nøgleord for den stomiopererede. Forhandlere af stomihjælpemidler spiller en meget stor rolle i opfyldelsen af dette behov for tryghed.

Den stomiopereredes forhandler er således ikke en, man bare uden videre skifter ud med en hvilken som helst anden, der sælger eller leverer hjælpemidler. Det er en kær og nær ven, der hjælper og støtter og som det gør usigeligt ondt at blive adskilt fra, fordi trygheden slås i stykker.

Den stomiopererede har således nogle forventninger til sin forhandlers etik og til den opbygning af tillid og tryghed, som er så vigtig for den stomiopererede.

## Således forventer den stomiopererede, at forhandleren:

- har forståelse og interesse for de stomiopereredes livssituation;
- har indsigt i stomipleje og stomiproblemer;
- har et stort og varieret udvalg af stomihjælpemidler og er leveringsdygtig i samtlige gængse fabrikater og produkter - herunder også de nyeste produkter;
- har et grundigt varekendskab og råder og vejleder brugeren, leverer det nødvendige prøvemateriale uden beregning og fortæller om COPA, når der er problemer, som en rådgiver eventuelt kan afhjælpe, eller som er omtalt i en af forningens foldere;
- kan kontaktes udenfor åbningstiden i en nødsituation, straks effektuerer en bestilling (max. 3 dage), hvad enten det drejer sig om en bruger med bevilling eller en bruger, der betaler kontant;
- leverer bestillingen på brugerens adresse, hvis ikke andet er aftalt med brugeren;
- ikke stiller krav om en mindste levering;

- straks underretter brugeren, hvis dele eller hele leveringen ikke kan leveres straks og opgiver, hvornår det kan forventes leveret, samt sørger for, at det umiddelbare behov bliver dækket, opgiver art, kvantum og priser på følgesedlen, så brugerne ved, hvad hjælpemidlerne koster, såvel kommunerne som dem selv;
- erstatter/ombytter defekte varer og tager varer retur, som ikke har været åbnet/ anvendt.



*Artiklen har tidligere været bragt i Copa-blad 119, sept. 1993.*



# Endelig et anderledes udløb

**Assura Plus med Hide-away udløb.**  
1-dels og 2-dels ileostomibandager.



**Assura Plus med  
Hide-away udløb.**  
Den bløde, diskrete  
og sikre lukning.



Afsender: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr.: \_\_\_\_\_ By: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

☐ Ja tak, send mig venligst gratis prøver på  
Assura Plus med Hide-away udløb.

Udfyld venligst nedenstående, så finder vi den  
pose og plade, der passer dig.

Stomidiameter: \_\_\_\_\_ mm

Jeg foretrækker:

☐ 1-dels poser ☐ 2-dels system

Jeg foretrækker posestørrelse:

☐ Mini ☐ Midi ☐ Maxi

☐ Transparent ☐ Blød forside

☐ Blød dekoreret forside

Jeg bruger normalt \_\_\_\_\_ poser om ugen

☐ Ja tak, jeg vil gerne modtage "Coloplast  
Stomi Information" fremover. Dette tilbud gæl-  
der alle stomiopererede - uanset om du bruger  
et Coloplast produkt eller et andet varemærke.

Kuponen sendes til: **Coloplast Danmark A/S  
Kokkedal Industripark 2, 2980 Kokkedal**



Coloplast Danmark A/S  
Kokkedal Industripark 2  
2980 Kokkedal  
Tlf.: 49 11 12 13  
Fax: 49 11 12 12  
E-mail:  
dkmail@coloplast.com  
www.coloplast.com



# En kolostomi gjorde drømmerejsen mulig - et rejsebrev

Frank og Solveig



## AT LEVE MED STOMI

Af: Frank Stege

I sidste nr. af COPA skrev jeg en artikel „Lugter min stomi“. Artiklen skulle først og fremmest fortælle noget om mine erfaringer med hensyn til lugtgenerne ved min kolostomi, og om, hvordan jeg havde taklet problemet for at komme dem til livs. Jeg gik derfor lidt let henover min og min kones sejlsads på kanaler og floder i Frankrig og videre ud i Middelhavet. Det skal jeg nu prøve at råde bod på, idet jeg dog fortrinsvis vil fortælle om den del af turen, som foregik efter jeg havde fået min kolostomi. Jeg må hellere lige præsentere min kone, hun hedder Solveig, og vores båd den døbte vi LILLI.

Som sagt så startede det hele med køb af en 26 fods motorsejler, og den blev købt med det formål at virkeliggøre vores drøm om at opleve Europa ved at sejle ad kanaler og floder gennem Tyskland, Holland, Belgien og Frankrig og retur til Danmark igen. Men tingene går ikke altid som planlagt, og vores tur fik bestemt ikke det planlagte forløb.

Vi havde aldrig sejlet før, så derfor var turen planlagt til kun

at omhandle sejlsads på kanaler og floder, ikke noget med ud på det store blå Middelhav. Så vi lod mast og sejl blive hjemme og drog afsted tidligt på sommeren 1992, og endte med at lægge båden på land i Skt. Jean de Losne en lille by midt i Frankrig lige på hjørnet af Saone floden og Bourgogne kanalen. Vi tog hjem til Danmark, og skulle så rejse tilbage næste år for at sejle videre.

**M**en det gik jo ikke som planlagt. Kort tid før vi skulle afsted, var jeg hos lægen for at få ordnet, hvad jeg troede var en hæmoride, men som viste sig at være tyktarmskræft.

Den 12. maj 1993, samme dag som vi skulle være rejst ned til vores båd, blev jeg opereret. Operationen forløb godt, jeg var hurtigt på benene igen og fungerede normalt - tilsyneladende - for der gik ikke fjorten dage, før problemerne meldte sig, jeg fik voldsomme smerter ved den mindste antydning af at skulle på toilettet. 1993 var et år jeg helst vil glemme. Ambulante behandlinger der ikke hjalp, så smertebehandling med morfin, og til sidst, efter 2 måneder på hospitalet at blive udskrevet med et smerteprogram bestående af diverse piller, som jeg sand-

synligvis skulle tage resten af livet, det var sorte udsigter. Og hvordan skulle vi kunne fortsætte vores drømmetur. Selv om hospitalet havde lovet at skrive et brev, der bekræftede, at de 500 morfinpiller, jeg havde med, var nødvendige p.g.a min sygdom, så er jeg overbevist om, at den første tolder jeg mødte omgående ville sætte mig i fængsel som narkosmugler.

**I** januar 1994 var det slut, jeg kunne ikke mere. Efter et samråd med lægerne på Hvidovre blev jeg igen opereret og fik lagt en kolostomi. Og det var lykke, smerterne var totalt forsvundet, det viste sig ved operationen, at min tarm var blevet stiv ved sammensyningen p.g.a. ardannelse, og den var også vokset fast til mit haleben. Nu var alle problemer væk, nu skulle vi igen ned og sejle. De var nu ikke helt væk, altså problemerne. Oven på alt det jeg havde været igennem i 1993 og efter den sidste operation, ja så var jeg lidt mat i sokkerne, så jeg måtte en tur til Montebello i Spanien for at samle kræfterne op igen.

Tre uger på Montebello gjorde underværker. Jeg kom hjem så frisk, som jeg ikke havde været i meget lang tid,

så nu var jeg klar til at vi kunne tage af sted, ned til båden, ned og fortsætte vores tur. Men, men, men, nu var der igen sket ændringer i planerne. Denne gang var de dog glædelige, for vores datter og svigersøn havde taget et års forældreorlov og havde gjort deres egen båd klar til sammen med deres børn at sejle ad floder og kanaler gennem Europa ned til Middelhavet og ud på Middelhavet. Vores båd havde nu ligget på land i Skt. Jean de Losne i næsten 2 år, så den skulle have en større omgang med rengøring og bundmaling inden den kunne sættes i vandet så vi kunne sejle videre. Det arbejde ville børnene tage i forvejen og gøre, men det ville tage et par måneder før de kunne nå derned, så vi måtte vente herhjemme så længe.

**N**u havde vores drømmetur fået en helt anden dimension, vi skulle være sammen med vores børn og børnebørn i det meste af et år, og vi skulle sejle med dem ud på Middelhavet, - ud på Middelhavet? jamen det var jo slet ikke planen fra begyndelsen, mast og sejl havde vi ladet blive hjemme, vi skulle bare sejle kanalsejlsads. Jeg skal indrømme, at vi overvejede at holde fast ved den oprindelige

23 meter ned i en sluse på Rhonefloden.



Fiskerihavnen i Bastia.



Bådene skubbes væk fra kajen under stormen i Bastia.





# En ny form for kontrol til ileostomiopererede

**Esteem**<sup>™</sup>  
Technology through understanding

Stomisygeplejersker og stomiopererede har i samarbejde med ConvaTec udviklet Esteem tømbar. En ny end-dels ileostomipose i høj kvalitet og standard. Hudklæberen er selvfølgelig det gode „gamle“ Stomahesive-materiale i en passende tykkelse og med en sikker klæbeevne. Ileostomiopererede får med Esteem tømbar mulighed for at regulere „luft-flowet“ igennem filteret.

• Minimalt  
luft udslip

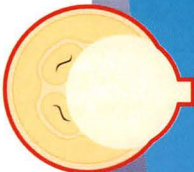


• Filterets åbninger tildækkes med et klistermærke efter individuelt behov



• Kontrollerbart  
luftudslip fra  
filteret

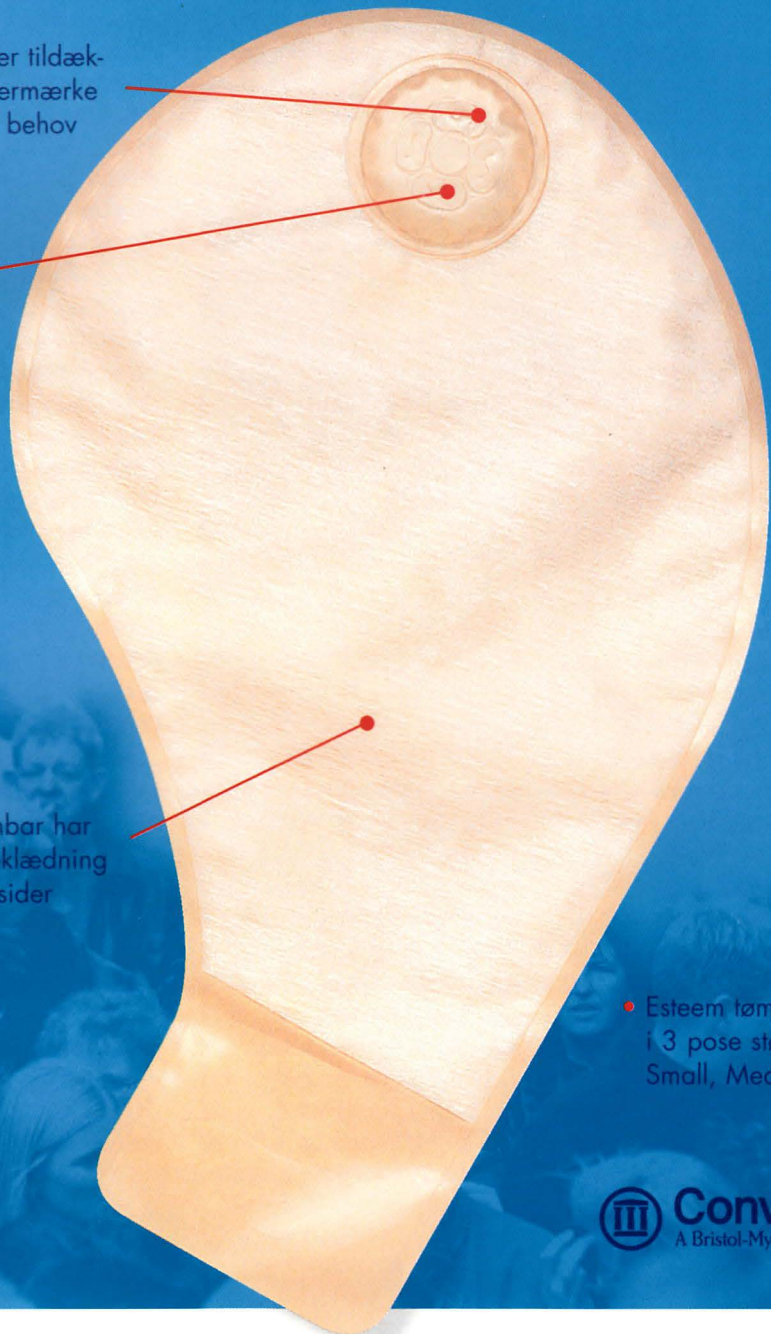
• Anbefales  
at starte  
med



• Maximalt  
luft udslip



• Esteem tømbar har  
en blød beklædning  
på begge sider



• Esteem tømbar findes  
i 3 pose størrelser:  
Small, Medium og Large

 **ConvaTec**  
A Bristol-Myers Squibb Company



***Esteem tømbar har en  
hudklæber, som kan til-  
passes cirkulære og ovale  
stomi faconer. Esteem  
tømbar findes også i  
forklippede hulstørrelser.***

**Ja tak**, send mig venligst gratis produktprøver samt mere information om **Esteem tømbar**.

Medium: ☐ Small: ☐ Large: ☐

Stomidiameter, mm:

Navn:

Adresse:

Postnr.:  By:

Kuponen sendes til ...  
ConvaTec, Jægersborgvej 64-66, 2800 Kgs. Lyngby.  
Du er velkommen til at ringe til os på ...  
frikaldsnr. 8030 6011, for at bestille gratis prøver.



plan og fortsætte med at sejle på kanalerne, men fristelsen for at være sammen med børn og børnebørn var stor, og da vi nu også havde ledsagerbåd valgte vi at tage med ud på Middelhavet.

Lige inden jeg blev kolostomiopereret fik jeg en grundig orientering om det at irrigere, d.v.s. at foretage en udskylning af tarmen gennem stomien, altså at tage et lavement. Da jeg kun skulle skylle ud hver anden dag, og da der normalt ikke ville komme afføring mellem udskylningerne, valgte jeg uden betænkning denne måde at behandle min stomi på. I min tidligere artikel har jeg skrevet noget mere uddybende om dette emne.

Nu havde jeg imidlertid fået et nyt problem, et søtoilet på et lille skib er absolut ikke velegnet til at foretage den slags udskylninger på. Jeg havde et par måneder til at finde en fornuftig løsning på problemet, så da jeg i en forretning så et batteridrevet svejseapparat til lukning af plastposer, købte jeg et i håb om, at jeg kunne svejse skylleærmet sammen forinden så jeg kunne samle vand med afføring op og pakke det forsvarligt sammen og smide det i en affaldscontainer. Det var en meget dårlig ide, svejsningen kunne ikke holde, men apparatet kostede også kun 10 kr. Jeg fandt en meget bedre måde at gøre det på. Jeg slog ganske enkelt en stram knude helt forinden på skylle-

ærmet, og når jeg var tømt ud, så slog jeg en ny knude oven for indholdet i skylleærmet, så var det forsvarligt lukket inde, og så kunne jeg pakke det hele ind og smide det i en affaldscontainer.

Så kom endelig det længe ventede telefonopkald, "nu kan I godt komme herved". Den 13 juli tog vi toget fra København. Vi havde sovevogn fra Hamburg, så vi ankom til Skt. Jean de Losne friske og veludhvilede. På perronen blev vi modtaget med blomster af Tina og Per, det er vores børn, og Jonas og Rasmus, det er vores børnebørn, de havde brugt en ugestid med at gøre vores båd sejlklar. Nu skulle turen rigtig til at begynde.

Vores første mål blev hurtigt at nå til Port Skt Luis, det er udgangen fra Rhone floden til Middelhavet, og det er godt 500 km sejlads sydpå ad Soane floden og derefter Rhone. Det var ikke lige det vi havde regnet med, men de unge var meget ivrige efter at nå til Middelhavet så hurtigt som muligt, så hvad gør man ikke...

Så snart vi begyndte at sejle dukkede der en række problemer op, køleskabet virkede kun om dagen, når vi sejlede, og vores VHFradio duede ikke, blot for at nævne nogle af dem. De fleste blev løst, men et af dem var temmelig ubehageligt. Jeg opdagede, at båden tog vand ind i motorrummet, og det var mig ikke muligt at finde

hvor lækken var, så jeg riggede en elektrisk lænsepumpe til, og lod den køre konstant. Jeg fandt ud af hvordan vandet kom ind, men det fortæller jeg om senere.

Vi nåede til Port Skt Luis på mindre end 8 døgn, puha det var hårdt, men de unge var lykkelige, nu kunne de få masterne på deres båd ALVILDA, som har 2 master. Der var mange både, der skulle have master på, så vi brugte ventetiden til at få gjort nogle nødvendige indkøb. Jeg købte bl.a. 20 m ankerkæde, den fik jeg stor "glæde" af.

Vores mål var Korsika og Sardinien, så vi hastede mod Marseille, som skulle være første stop. Solen skinnede fra en skyfri himmel, ikke en vind rørte sig, havet lå som et blankpoleret spejl, det var pragtfuldt. Vi stoppede motoren og lod bådene drive, mens vi hoppede i vandet til det mest vidunderlige havbad. Efter at have nydt badet en 1/2 times tid kravlede vi ombord igen for at sejle videre. Og nu var jeg lykkelig for at have en ledsagerbåd med, jeg kunne overhovedet ikke starte motoren. Jeg kom på slæb af ALVILDA ind til en af de mange marinaer, der ligger langs den franske Middelhavskyst. Jeg fandt hurtigt årsagen til, at jeg ikke kunne starte motoren. Elkablet fra startknappen til startrelæet var ganske enkelt irret over. Mens vi nu var i havn, ville jeg udskifte de gummi-hjul, der sidder i motorens kølevandspumpe.

Pumpen har 2 gummi-hjul med vinger på. Det ene forsyner motoren med kølevand, og det andet lænser motorrummet for det vand der måtte være trængt ind. Her fandt jeg endelig årsagen til, at jeg måtte have en el-lænsepumpe kørende konstant. Der er 6 vinger på sådan et gummi-hjul, og på den til kølevandspumpen var der kun 3 tilbage, hvoraf den ene var revnet og lige ved at knække, så jeg tvivler på, at vi var nået helskindet til Marseilles, for svigter kølevandspumpen, brænder motoren sammen. Gummi-hjulet til lænsepumpen havde overhovedet ingen vinger tilbage, de var alle brækket af, så her var årsagen til, at der kom vand ind i motorrummet, pumpen ligger under vandlinien, så der var frit løb ind.

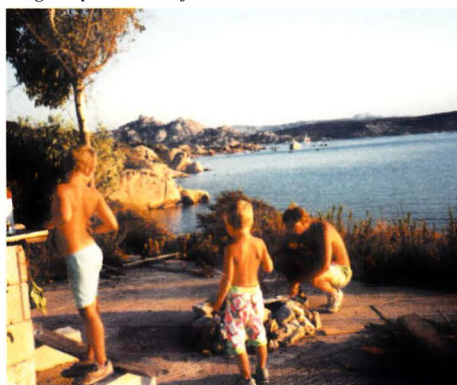
Den videre sejlads til Marseille foregik i det samme pragtfulde vejr. Vi ankom til Marseille og opdagede, at det var stort set umuligt at finde en kajplads, og da slet ikke to. Efter nogen diskussion og lidt skænderi med en havnekaptein, der absolut ville tale fransk, selv om det senere viste sig, at han både talte og forstod engelsk, fik vi lov til at klemme os ind på en plads hvor begge både kunne være, men kun til næste morgen. Vi blev der i to døgn, og for en sikkerheds skyld tog vi afsted ret så tidligt om morgenen.

Fra Marseilles gik turen videre til øen Ile de Porquerolles. Vi skulle ligge for anker, og da det var første gang på turen,

En havareret sejler bjærges.



Bugten på Skt. Stefano.



Klippeformationerne på Skt. Stefano formet af vind og vejr.





satte jeg den nye 20 m ankerkæde sammen med mit blyarmerede ankertov for en sikkerheds skyld. Næste morgen skulle vi videre til Korsika, men først skulle ankeret hales ind. Jeg havde ikke i min vildeste fantasi forestillet mig, hvor tungt et blyarmeret ankertov, 20 m ankerkæde og et 16 kg anker kunne være. Nå men efter en rum tid og hård arbejde kom ankeret op, og vi kom afsted.

Turen til Korsika tog 23 timer. Det var en sejlads vi aldrig vil glemme. Vejret var pragtfuldt, høj himmel og ikke en vind rørte sig. Vi gik for motor og selvstyrer, så vi kunne i ro og mag nyde solen og den dejlige sejlads. Men mest spændende og fascinerende var natsejladsen. En fløjelsblød kulsort nat uden måne, men med et tusindtal af stjerner. Vi kunne næsten ikke blive trætte af at se på det, men trætte blev vi, så Solveig og jeg skiftedes til at gå ned i kahytten og få lidt søvn, mens den anden holdt vagt, for vi mødte andre både. Pludselig kunne der dukke en rød eller grøn lanterne op. Det var både, der enten sejlede hurtigere end os, og derfor overhalede os, eller både, der kom imod os, eller det var både der sejlede på tværs af vores kurs. Det gjaldt om at være meget opmærksom, vi skulle jo nødtigt ramle ind i hinanden.

Men så fik vi en utrolig oplevelse. Per kaldte os over VHF radioen og sagde at vi skulle tænde vores spotlight.

Det var et ubeskriveligt syn, der viste sig. Hele havoverfladen omkring os var levende, det var i tusindvis ja måske millionvis af små blæksprutter, og delfiner eller tunfisk, det var svært at se, svømmede rundt i et kæmpe ædeorgie.

Og så dukker Korsika ud af morgendisken. Solen stod op bag Korsikas bjerge, og pludselig indhyldes vi i en herlig duft, det er Korsikas velkomst til de besøgende fra havet. Dufte kommer fra de mange krydderurter og eukalyptustræer, der vokser vildt på Korsika. Vi rammer Korsika præcist, hvor Per havde beregnet det, en bugt lidt syd for byen Calvi. Her kastede vi anker, og havde nogle dejlige dage, hvor vi snorkeldykkede i det tyrkisblå krystalklare vand.

Efter nogle dage besluttede vi at sejle sydpå langs Korsikas vestkyst. Rasmus og Jonas ville sejle med i vores båd. Vi havde ikke sejlet ret længe før det blæste ret kraftig, og begge drengene blev temmelig søsyge, så vi besluttede at gå tilbage til bugten. Vel tilbage kom drengene igen ombord på Alvilda, og Tina og Per besluttede at forhale (flot sømandsudtryk ik!) til Calvi. Solveig og jeg blev i bugten, vi havde allerede fået lagt 2 ankre ud, det ene med kæde. Der blæste stadig en hård vind, og båden rykkede kraftigt i ankrene, så vi besluttede at skiftes til at holde ankervagt

om natten for at sikre at båden ikke drev. Ankrene holdt, så efter 2 nætter gik vi begge i seng og sov trygt. Den tredje dag om morgenen gik vi længere ind i bugten for at få mere læ, båden gyngede temmelig meget der hvor vi lå. Vi lagde igen 2 ankre ud, det ene med kæde for en sikkerheds skyld. Men så hen på dagen forsvandt de andre både en for en, vinden havde vendt. Den stod nu med en hel „Pelikan“ direkte ind i bugten. Nu var det med i en fart at få ankrene op og komme afsted til Calvi. Solveig styrede, mens jeg lå på fordækket uden redningsvest og fik bjerget ankrene. Der lå jeg så med 2 ankre et blyforstærket ankertov og et ankertov med kæde på. Vi havde vinden direkte i næsen så båden huggede godt i søen og jeg turde ikke slippe ankere og tov før det var forsvarligt surret fast, for gik det overbord ville tovene omgående blive fanget af skruen og så var vi prisgivet. Og sikken en gyngetur vi havde til Calvi. Først vind og bølger lige i næsen og så ind fra siden, Kahytten lignede det muntre køkkensøndag aften efter lukketid, men vi kom sikkert ind i bugten ved Calvi og ankrede op ved siden af Alvilda, der sammen med alle de andre både i Calvi bugten havde haft stor „fornøjelse“ af stormen.

Vi blev i Calvi bugten en fjortendages tid, vi var faktisk blæst inde, det var ikke godt nok vejr, til at vi kunne sejle videre. Vi havde ankret op lige

på den udvendige side af den stenmole, der afgrænser havnen mod bugten. En aften var der et utroligt mylder af mennesker på havnen, og vi undrede os over, hvad der kunne være på færde. Det viste sig at man skulle fejre 50 året for Korsikas befrielse efter 2. verdenskrig, og det blev fejret med maner. Der var et fyrværkeri, som vi aldrig har oplevet det, hverken før eller siden. Det kom oppe fra borgen og området omkring borgen over Calvi. Og fyrværkeriet blev suppleret af et lysshow og musik fra borgen, samtidig med at en speaker fortalte om begivenhederne, det foregik på engelsk og fransk, så vi forstod ikke så meget af, hvad han sagde. Drengene var lagt i seng, men de blev omgående hentet op, da det begyndte, og de sad, pakket godt ind i deres dyner, og fik hele oplevelsen med.

Nå men alting får jo en ende, og det gjorde stormvejrret også længe nok til, at vi kunne sejle nord om Korsika til Bastia en by på østsiden. Her gik vi ind i den gamle havn, der udover at være fiskerihavn også havde plads til et antal lystsejlere. Bastia har også en stor marina, men vi valgte den gamle fiskerihavn først og fremmest fordi den var meget billigere, jeg mener at vi betalte 10 fr. i døgnnet, men så lå den også direkte i forbindelse med byen og det liv der er der, og sidst men ikke mindst var det langturssejlere vi lå sammen med. Der var ikke

En billedhuggers efterladenskaber på Skt. Stefano.



Den kom til at flyde, italienerens båd.



Italienerens båd bliver sejlet hjem.





plads til ret mange sejlbåde i fiskerihavnen en 10 - 15 stykker, så der var godt fyldt op da vi kom, men efterhånden fik vi dog to pladser, nogle sejlede videre og andre var så venlige at forhale, så vi kom til at ligge ved siden af hinanden. Vi lå fortøjet med stævnen ind mod betonkajen og agterenden ud i havnebasinet til et hækanker, ALVILDA havde dog hækken fortøjet til en fast bøjle i havnen.

Her oplevede vi den værste storm vi indtil nu havde været ude for. Selv i havnen var der så store bølger, at bådene rev og ruskede i deres fortøjninger med det resultat, at 4 både bl.a. Alvilda rev de bøjler op, de var fortøjet til.

Og så var der panik. Alle i havnen fik travlt, nogle fór rundt og skubbende bådene væk fra hinanden og væk fra kajen, som de var ved at løbe op på, mens andre, i gummibåde sejlede tove tværs over havnen for at sikre bådene mod at hugge stævnen ind i kajen.

Da der var faldet ro over det hele, var det spændende at gå op på molen og se ud over det frådende hav. To redningsskibe kom ind med hver sin havarerede sejlbåd på slæb, og senere kom et par andre både ind med flængede sejl. Jo - det var på sin vis en meget spændende, men også meget respektfuld oplevelse, vi håber aldrig at blive overrasket af så hårdt vejr på havet. Indtil nu har vi været så heldige eller forudseende, at vi kun har sejlet i forholdsvis roligt vejr.

**H**ov, jeg har jo helt glemt at fortælle, hvordan det gik med at skylle min stomi ud, nå men det er jo nok fordi det har været så spændende at genopleve turen, mens jeg skrev. Vi havde planlagt at overvintré på Elba i bådene, og så først komme hjem engang i 1995. Det betød så, at jeg måtte have temmelig meget stomimateriale med, så jeg henvendte mig til hjælpemiddelkontoret i kommunen, og forhørte mig, om jeg kunne hente det fornødne materiale hos min leverandør. Men nej, jeg kunne højst få til 3 måneders forbrug ad gangen, og hvad så? Jeg kunne f.eks. selv lægge ud for resten, og så sende en regning til kommunen hver tredje måned. Skørt ikke? Men det blev løsningen..

Jeg skulle nu finde ud af den bedste måde at skylle ud på ombord. Til at begynde med gik jeg ned i kahytten, men det holdt jeg hurtigt op med. Dels var der alt for trangt, og dels var udluftningen ikke særlig effektiv, så var det meget bedre at sidde oppe i cockpittet. Her var der god plads, det var et dybt cockpit, der ydede god beskyttelse ikke mindst mod nysgerrige blikke, og så var der masser af frisk luft.

Når vi var i havn, var der ingen problemer med at komme af med affaldet, pakket godt ind kunne det dumpes i en affaldscontainer. Lå vi for anker, og det gjorde vi ofte, så blev affaldet med en god sten dumpet i søen når vi sejlede igen.

**F**ra Bastia sejlede vi sydpå langs østkysten af Korsika ned til det nordlige Sardinien, hvor der ligger nogle småøer. På en af dem, Skt Stefano, fandt vi en lille velbeskyttet bugt med et nedlagt kajanlæg. Her blæste vi inde i godt en uge, så vi benyttede lejligheden til at udforske øens vilde og barske natur med fantastiske klippeformationer formet af vind og vejr. Næsten lige meget hvor man vendte sig kunne man se skulpturer der lignede mennesker. På vores vandring rundt på øen støtte vi på et stenbrud, hvor en eller anden billedhugger havde efterladt et kæmpestort hoved af en fisker. Det skulle sikkert have været til en skulptur som aldrig var blevet færdig.

**V**i havde forresten en dramatisk oplevelse, en italiener kom sejlede ind i bugten med sin familie i en mindre sejlbåd med påhængsmotor. Efter at have sat familien og madkurven samt diverse drikkevarer i land på kajen, ville han lægge båden for anker og sejlede med stor fart ud i bugten uden at se sig ordentlig for. Selvfølgelig sejlede han direkte ind i en af de store sten, som lå skjult under vandoverfladen. De næste dage forsøgte han sammen med nogle venner at få båden til at flyde ved hjælp af nogle store fendere, og det lykkedes til sidst. Så blev båden sejlet hjem trukket af en stor motorbåd, vi fik senere at vide, at båden var totalhavareret.

**N**å men vejret blev bedre, så vi sejlede lidt rundt til de forskellige småøer og bugte, og besøgte bl.a. Porto Cervo, en marina for millionærer. Vi ankrede op i bugten lige uden for havnen, vi havde ganske enkelt ikke råd til at gå ind i havnen, bare for én nat ville det for begge både koste ca. 1200 kr. Bugten lå godt beskyttet mod vinden, og det var heldigt, for efter at vi havde været inde og se på byen og de store flotte både i havnen, blæste det op til en mindre storm, så vi måtte blive liggende et par dage.

Nå men vinden lagde sig, og da vejrudsigten var særdeles lovende, sejlede vi til Bonafacio, Korsika's sydligste punkt. Vi slap helskindet over Bonafaciostrædet, det mest berygtede farvand her, hvad angår vind. Og hvilket storslået syn mødte os. Først høje stejle hvide kalkklipper højere end Møns Klint. På toppen af disse troned den gamle by med den store borg. Så sejlede vi ind gennem den relativt smalle indsejling, hvor vi kunne se store grotte i kalkklippen udgravet af havets bølger, ind i en lang smal fjord der lå parallel med havet. Og i bunden af fjorden lå så Bonafacio, altså ikke den gamle by. Et stykke inde i fjorden var der en lille bugt. Her havde man lagt nogle pontoner til fri og gratis benyttelse. Vi havde dårlig nok fortøjet bådene før det blæste op eller rettere stormede. Vi lå blæst inde her i 10 dage, og nåede

Kalkklipperne med den gamle by Bonafacio.



Pontonnerne i bugten ved Bonafacio.



En af de få gange vi kunne hente forsyninger i Bonafacio.





kun at komme ind til byen et par gange, pontonnerne havde ingen forbindelse til land. og det blæste så kraftigt uden for på havet, at bølger og vind nåede helt ind i vores bugt. Så var Alvilda's jolle for lille og farlig at sejle til byen i.

**M**en stormen fik en ende, og efter et par dage med gode vejrudsigter, sejlede vi nordpå til Bastia igen. Vi havde jo besluttet at overvintre og hold jul på Elba, der ligger stik øst for Bastia helt inde ved Italiens kyst. Så da vejrudsigten lovede svag til frisk vind fra sydøst forlod vi Bastia og sejlede til Portoferraio den største by på Elba. Lidt uden for byen fandt vi en dejlig marina, hvor vi for et meget rimeligt beløb kunne ligge med bådene og vente på næste sommer. Der lå flere langtursejere, som skulle overvintre bl.a. en dansk båd, så vi blev tre danske både, der skulle holde jul sammen. Men som så ofte før, så går det ikke altid som planlagt. En eftermiddag legede Jonas, den ældste af drengene, med en stor hund på pladsen mellem nogle både, der lå på land. Af en eller anden grund overfaldt hunden ham og bed ham i hovedet. Efter en tur på hospitalet blev hele familien sendt hjem til Danmark, for at han kunne blive behandlet mod rabies. Det betød, at vores planer om at holde jul på Elba helt var kulkastet, Solveig og jeg skulle nu være alene gennem hele

vinteren. Godt nok var der det andet danske par, men det var ikke det samme, det var jo ikke vores familie, som vi havde regnet med at skulle være sammen med. Humøret var helt nede under nulpunktet, hvor gerne vi end ville så kunne vi ikke tage hjem til Danmark, det havde vi ikke råd til.

Men som så ofte før, så spiller skæbnen os et pus og laver om på alting. Solveigs venstre ben hæver meget, og hun får smerter i det, så hun ikke kan gå på det. Vi fik kørt hende til hospitalet i Portoferraio, hvor de omgående lagde benet i gips fra hoften til anklen. Såvidt vi kunne forstå på lægen, så havde hun pådraget sig en alvorlig knæskade, og tro det eller ej, så blev hun lagt på en bære og i en ambulance kørt tilbage til båden, og sat af på kajen. Der stod vi så, Solveig havde ikke en levende mulighed for at komme ombord på Lilli, og hvordan skulle hun overhovedet kunne komme på toilettet her i havnen. Det hele var så groteskt, at man kun kunne grine af det, og det gjorde vi sandelig også. Mens Solveig blev behandlet, havde jeg kontaktet forsikringsselskabet Europæiske i Danmark for at informere om, at Solveig var kommet på hospitalet, så jeg fik fat i en telefon og ringede til dem igen. De var, lige som vi andre, temmelig overrasket over den måde hospitalet havde handlet på, så jeg fik besked på at rekvirere en ambulance og

køre hende tilbage til hospitalet, hvor hun blev indlagt. Efter nogle dage, hvor lægerne fra hospitalet og fra Europæiske havde diskuteret om, hvad der skulle ske, blev resultatet at hun skulle hjem til Danmark for at blive opereret. Vi blev så begge to fløjet hjem, og i Kastrup holdt der en ambulance, som kørte Solveig til Herlev Sygehus, og det første de gjorde var at klippe gipsbandagen af. Efter at have undersøgt knæet fik hun et støttebind på, og blev sendt hjem, hun havde fået en kraftig forvridning af knæet. Det var altså bare en storm i et glas vand, men det var nok den storm på hele turen, vi var mest glade for, nu var vi hjemme og kunne holde jul med familien.

Så var der bare bådene, de skulle jo hjem fra Elba på en eller anden måde. Per havde måttet afbryde sin forældreorlov på grund af arbejdspress, og Tina havde ingen returrejse i

sin forsikring. Men det havde vi, så vi fik en aftale med Europæiske om at bytte den flyrejse, vi skulle have tilbage til Elba, med betaling af rejseudgifter for Solveig og mig med bil til Elba. Først på sommeren 95 kørte vi så til Elba, Tina, drengene, Solveig og jeg, og 3 uger senere kom så Per i sin ferie. Det var så planen at sejle bådene til en by i Sydfrankrig, hvor vi havde aftalt med en vognmand, der kører både sydpå, at han skulle tage vores med, næste gang han kørte hjem med tom vogn.

**H**er slutter jeg mit rejsebrev fra Lilli. Det blev længere end jeg først havde forestillet mig, og alligevel har jeg kun fået en lille del med af alle de oplevelser vi har haft. Jeg håber at læserne har haft lige så stor fornøjelse af at læse mit rejsebrev, som jeg har haft ved at genopleve turen. ■

*Ja så venter LILLI kun på en lastbil, der kan køre hende hjem.*



## I DET JYDSKE STOMICENTER

- med detailforretninger i Randers og Aalborg - fører vi alle de store mærker i hjælpemidler til bandagering af colostomi, ileostomi, urostomi og incontines.

Sygeplejeartikler og bandager er det eneste, vi beskæftiger os med, så vi er altid velinformerede om det sidste nye, samtidig med at vi er fortrolige med de anerkendte produkter.

Vi klarer papirgangen for Dem, hvis De ønsker det, ligesom vi også sørger for automatisk levering pr. post.

- Og ikke mindst kan vi garantere en engageret og venlig service, hvor vi altid sætter kunden i CENTRUM



## Mærsk-Andersen aps

SYGEPLEJEARTIKLER

8900 RANDERS, TORVEGADE 1, TLF. 88426262  
9000 AALBORG, ØSTERÅ 3, TLF. 98122488



# Der er smukt i Sønderjylland

## - vellykket COPA sommerferie 2000

### COPA-FERIE

Af: Grethe Nielsen

Her igennem vort Copa-blad vil jeg sige tak til den eller dem, som havde valgt, at sommerferien skulle gå til Sønderjylland.

Som een af få, der ikke var selvkørende, måtte man jo skifte i Rødekro, og herfra tage bussen. Dog var Grethe Hansen hurtig, så hun fik hyret en taxi, og det blev kr. 10.- til hver til Aabenraa, så havde man ikke besvær med sit kuffert. Det samme gjorde vi, da turen var til hjemadgående.

Vi ankom vel til en dejligt hotel Europa. Det var et ældre hotel, som var blevet istandsat, moderniseret og en del udvidet.

Værelset var meget rent og pænt, nogle med måske lidt små badeværelser, men ellers rigtigt rart.

Hvis der lige skal siges noget om vejret, så var der aldeles blæsende med en del regn, dog en enkelt eftermiddag med lunt vejr og selskin. Men hvad pyt, når man blot har det rigtige tøj på, så er der ikke rigtigt noget dårligt vejr.

### Betagende Aabenraa

Det må siges, at Aabenraa by kan man godt bruge flere dage, for at bese. Byen med flere smalle, små gader, de meget gamle flotte og velbevarede huse er virkelig betagende at bese.

Desuden er der jo den gamle havn, også den fik jeg lidt at

se, men den kraftige blæst holdt mig lidt væk fra havnen.

### Udflugt

Vor heldagstur var en oplevelse. Vi kørte i en meget flot bus, og buschaufføren, som hed Bent, var en god chauffør. Desuden var han rigtig godt lokalkendt i Sønderjylland. Efterhånden som vi kom frem, fortalte han om stedet vi kørte igennem.

I Tønder var det første stop. Så fik jeg set uldgaden, med de meget smukke og gamle huse. Denne gade var nu blevet fredet, fik jeg at vide fra en lokalmand.

Vi kørte videre til Møgeltønder, hvor vi så et hus få lagt nyt stråtag på. Det er jo ikke hver dag man ser dette. Sca-



Højer Mølle.

ckenborg fik vi også lige set, også byens gamle kirke.

Videre gik det til Højer Mølle og marksmuseum. Her skulle vi spise vor frokost, som hotellet havde givet os med. Vi sad ved lange borde på bænke, men, men, der var faktisk kun plads til ca. 30 og vi var ca. 50. Det var ikke den bedste nydelse.

### Fransk menu

Vort ophold var jo med fuld pension. Det viste sig, at hotellets kok var fransk, og dette kunne ses på menukortet. Så hver aften var der fransk menu.

*Denne herre af byen Aabenraa's bedste borgerskab, får hver år - ved byens ringridderuge - ret til at spille på sin lirekasse, til støtte for Krisecentret i byen, til gavn for kvinder.*





Jeg syntes, at COPA skulle have været mere opmærksom, hvilken type menu, der blev serveret. For det var ikke maden, der var noget galt med. Den var meget smukt anrettet, og der var rigeligt af den. Der blev for flere af os brugt for meget krydderier. Desuden syntes jeg, det var lidt skuffende, at vi ikke fik nye kartofler. Det var på den tid, man kunne få dem. Men hver dag var der gjort noget "fint" ved kartoflerne.

En dag fik vi jordbær i marinade af nedkogt jordbærskudkerlage, med en slags vin tillige med kanel, peber og hyldeblomst. Sådan spiser vi danskere da ikke jordbær. Nå, men nogle syntes, det smagte meget godt.

Ellers må siges, at morgenmad og frokost var dejligt for alle.

## Betjening i top

Hver aften sad vi ved meget smukt pyntede borde, og vores tjenere var virkelig venlige, rare og dygtige, det var helt i top.

Fredag var en rigtig festaften. Der kom to musikere, som underholdt os under spisning og resten af aftenen. Jeg har aldrig set så smukt pyntede borde, og betjeningen var virkelig i topklasse. Så der var en rigtig god stemning hele aftenen.

Det var lidt kedeligt, at der var et par stykker, som syntes, at hotellet ikke var særlig handicapvenligt. Det syntes jeg, at hvis man virkelig er handicappet, burde man selv undersøge, hvorledes forholdene er. Vi fik jo i god tid at vide, på hvilket hotel man skulle, så var det blot en opringring til hotellet, inden man besluttede sig at tage på denne ferie.

Det kan man ikke bebrejde COPA for.

Som vor landsformand sagde, han skulle ikke være barnepige for nogen. Lidt nærværelse måtte han godt have, hans brug for hjælp kunne

måske havde været nødvendig.

## Gode oplevelser med hjem

Denne ferie har for mig været en meget dejlig oplevelse. Man har været sammen med mange glade mennesker, og har fået nogle gode oplevelser med hjem.

Nå, ja for hjemturen blev jo lidt kaotisk, idet toget i Røddekro ikke havde de togstammer med, som det skulle have haft. DSB sagde, at der var faldet en køreledning ned på Vejen Station. Så min pladsbillet kunne ikke bruges. Det gav lidt kaos, men vi kom alle med, og fik en siddeplads. Det var blot en ekstra oplevelse. ■



### Stemmingsbilleder

Overst:

Huse fra Uldgaden i Tønder.

Mellemst:

Smuk gammel dør i Aabenraa på Slotsgade.

Nederst:

Nyt stråtag på et hus i Møgeltonder.

## KAREN BLOK Specialcenter

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

- ☐ er STOMIOPEREREDE
- ☐ er brystopererede
- ☐ har ufrivillig vandladning
- ☐ har behov for støttestrømper
- ☐ brokbælter efter mål
- ☐ overtræksposer efter ønske

Forsendelse og rådgivning er gratis

Kontakt sygeplejerske/konsulent  
Karen Blok



KAREN BLOK Specialcenter, Gammel Havn 1, 7100 Vejle

Tlf: 75 84 00 22 • Fax: 75 84 03 22 • e-mail: karenblok@karenblok.dk • www.karenblok.dk





Har du et indlæg til Copa-bladet, så skriv til  
COPA, Redaktionen, Skt. Hansgade 26 B, 4100 Ringsted.  
Du kan godt få dit brev anonymt i bladet,  
men redaktionen skal kende dit navn og din adresse.

### Poseskift på flytoilet - kommentar til BJ

Jeg rejser ofte til Asien med fly og skifter pose ude på toilettet. Jeg pakker altid det jeg skal bruge i en plastikpose, dvs en ny pose, ting til at rense stomien med osv. Brugt pose osv smider jeg ud i den plastikpose (som jeg har med) ned i en skraldespand. Jeg bruger normalt det almindelige flytoilet uden problemer. Der findes altid flere toiletter ombord - også et toilet, hvor der er et bord, der kan klappes ned over toilettet, som folk bruger til at skifte småbørnsble, osv. Hvis man bruger dette toilet, er der rigeligt med plads.

God flyrejse.

N.C.  
Kbh. N

### Stomi veninder

Besøg af en veninde der har stomi som jeg, trækker bukserne ned og sammenligne hvordan ser din ud? Fniser som to skolepiger, der deler en fræk hemmelighed. Frem med posen, hvad bruger du? Er det godt, føles det sikkert, kan jeg prøve din model?

Udveksle erfaringer og oplevelser grine og sukke lidt over vores ændrede liv, og vores nye sexliv, der ikke er som da vi var 20 år. Det befriende i at have fælles oplevelser og dele med en der forstår fuldstændig. Enige om at stomi ikke skal styre vore liv det skal vi nok selv.

B.L.

### Irrigation - lugtgener ikke værre end da jeg var "normal"

Jeg vil gerne sige tak til Frank Stege for et godt indlæg i det sidste blad.

Din situation ligner meget min, bortset fra at jeg irrigerer hver dag, men kunne godt tænke mig kun at gøre det hveranden dag, men er bange for at løbe sur i dagene - en uge har jo ikke lige antal dage, var det i går eller i forgårs, er der nogen der har et godt system at anbefale? (Evt. irrigere på alle ulige datoer? - red.)

Har man det godt den dag man ikke irrigerer? Spiser I på en bestemt måde, jeg mener hvad spiser I?

Det lyder som om lugten er et problem for dig. Jeg gør det at jeg sidder på en havestol (plastik) ved siden af toilettet og lader skylleærmene hænge så langt ned i toilettet som det kan; laver et buk på ærmet over stomien, sætter en sikkerhedsnål i, og skyller ud i toilettet når jeg synes. Tit mange gange under hele seancen, som for mit vedkomende tager 1 1/2 time, inklusive bad. Derefter udluftning som jo er en selvfølge - jeg synes ikke lugten er værre end da jeg var "normal".

Tak for oplysningerne om løse kulfiltre, dem kendte jeg ikke, mon der er nogen der ved et godt råd eller kender en salve mod hudløshed under klæberne på posen. Jeg bruger altid pose, selv om jeg irrigerer, har prøvet prop og minicap, men synes at posen giver tryghed for udslip.

Tak for et godt blad!

De bedste hilsener til alle  
stomiste rfra  
Eva Pedersen  
Tårnbakkevej 8  
9830 Tårs  
tlf. 9896 2125.

### Irrigation uden lugtgener

I Juli/August-nummeret af Co-pa-bladet beklagede Frank Stege sig voldsomt over lugtgener ved irrigation (udskylning af tarmen).

I seks år har jeg haft anlagt en stomi og har fra begyndelsen brugt udskyldningsmetoden - og det på en måde, der ikke giver slet så store lugt-

gener, som et naturligt toilet-besøg kan give.

For oven rulles skylleærmene nogle gange rundt og en af de medfølgende klemmer sættes på, derefter sætter jeg mig på ca. 15 cm af den nederste del af ærmet, som derved nu er helt lukket. Når ceremonien er forbi - og man lader cisternen skylle samtidig med at man letter sig, er lugtgenerne reduceret til et

minimum. Mit problem har været en ret dyb hudfold ved stomien, hvor jeg har forsøgt med en besværlig pasta. Det har jeg nu løst på en langt lettere måde, nemlig ved at klippe en slids i klæbepladen ud for hudfolden; nu kan pladen lægges ind i folden og den bliver ikke nogen "kanal" for udsivning.

Preben Christensen  
8450 Hammel

### Gaver og arv

(bogført 1/6 2000 - 1/8 2000)

Jens Rønne\*)..... 210,00 kr  
Henry Aage Larsen... 50,00 kr  
L. Skovgård Iversen.. 100,00 kr  
Edel Valborg Jensen. 200,00 kr

\*) 210,- kr sendt fra  
Kjestic Rasmussen  
for 2 1/2 kg frimærker  
fra Jens Rønne, Kokkedal.

**COPA takker  
på det hjerteligste.**

### COPA's forretningsudvalg informerer

#### COPA støtter Litauen

COPA har fået en henvendelse fra Zilvinas Saladzinskis fra Litauen om støtte til indkøb af en fax, og en kopimaskine. Forretningsudvalget har behandlet ansøgningen positivt, og givet tilsagn om et beløb på kr. 5.000. Dette beløb kan dække omkostninger til disse indkøb og til oprettelsen af fax.

Efter COPA's brev med tilsagn om økonomisk støtte har vi modtaget et takkebrev fra Litauen. Zilvinas ønsker lige-

ledes COPA held og lykke med vores arrangement næste år. Til maj næste år skal vi jo både holde E.O.A. (europæisk) kongres og fejre COPA's 50 års fødselsdag. Vi er den ældste stomiforening i hele verden. COPA siger tak for brevet fra vores venner i Litauen, og ønsker dem held og lykke med arbejdet i deres stomiforening, LSA.

Henning Granslev



# Kære stomiopererede

**Dialog og kontakt  
med mennesker,  
der oplever  
dagligdagen med  
stomi, er vigtig ...**

**Vi vil derfor gerne i kontakt  
med dig, der har lyst til at  
deltage i denne dialog.**

ConvaTec udvikler og producerer stomiprodukter og hjælpemidler i samarbejde med stomiopererede og sygeplejersker med speciel viden og interesse indenfor området verden over.

Udfyld venligst kuponen og send den retur til ConvaTec. Du vil deltage i en lodtrækning om 2x1 weekend ophold et skønt sted i Danmark for to personer.

Med venlig hilsen



**ConvaTec**

A Bristol-Myers Squibb Company

**Gratis kundetelefon: 8030 6011**



**Ja,** jeg vil meget gerne fremover være i kontakt med ConvaTec og modtage nyheder og materialer.

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Postnr.: \_\_\_\_\_ By: \_\_\_\_\_

Tlf.: \_\_\_\_\_



**POST**

Sendes ufranket  
Modtageren  
betaler porto



**ConvaTec**

A Bristol-Myers Squibb Company

**Jægersborgvej 64-66**

**+++0838+++**

**2800 Kgs. Lyngby**



**Vi er gået langt i udviklingen,  
for at du skal gå mindre  
om natten.**





Som ileostomiopereret er du uden tvivl træt af de generende ballondannelser, der kræver at posen tømmes for luft flere gange i nattens løb. Det er forståeligt. Derfor har vi udviklet Dansac InVent. I tæt samarbejde med brugere og patientforeninger fra flere lande.

### Brugerne er forskellige.

### Det er Dansac InVent også.

Dansac InVent fås både som en-dels og to-dels pose. Og som asymmetrisk eller symmetrisk.

En-dels posen er udstyret med en fleksibel gradueret hudbeskyttelsesplade, mens to-dels posen kan kobles til en hvilken som helst basisplade i Duo Soft-serien.



InVent får du en stomiløsning, du kan være helt tryk ved. Hvad enten du foretrækker en-dels eller to-dels pose.



### Prøv selv.

### Det koster ikke noget.

Vi kan skrive side op og side ned om Dansac InVent. Men vi synes, det er vigtigere, at du får mulighed for at prøve poserne i brug. Kun på den måde kan du blive overbevist om, at Dansac InVent gør din dag og nat mere behagelig end nogensinde.

### Sikkerhed og velvære betyder øget komfort.

Komfort er ikke bare bedre nattesøvn, det er også bevidstheden om, at posen hverken lækker, larmer eller føles synlig. Med Dansac

Send kuponen. Eller ring 48 46 50 00. Så sender vi en gratis prøve på den pose, du ønsker. Hurtigt og diskret, naturligvis.

dansac

Dansac Danmark • Lille Kongevej • 3480 Fredensborg

## Kupon til gratis prøve

Udfyldes og sendes i lukket kuvert mrk. 'Prøve InVent' til:  
Dansac Danmark, Lille Kongevej, 3480 Fredensborg.

Stomiens diameter: \_\_\_\_\_

- ☐ Jeg ønsker en-dels udgaven af Dansac InVent
- ☐ Jeg ønsker to-dels udgaven af Dansac InVent
- ☐ Jeg har behov for konveks basisplade

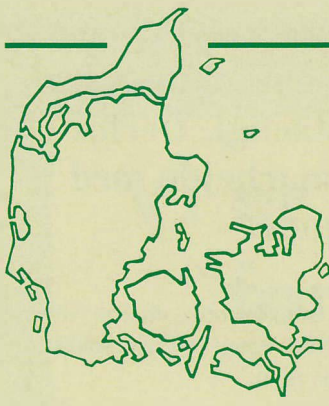
Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

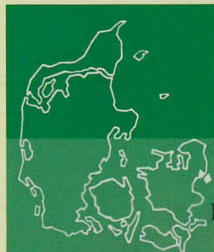
Postnr: \_\_\_\_\_ By: \_\_\_\_\_







# NYT FRA LOKALFORENINGERNE



## København/ Frederiksberg

**Lokalformand:**  
Grethe Nielsen  
Enigheds-Allé 17  
2700 Brønshøj  
Tlf.: 3828 0382.

**Yderligere kontaktperson:**  
Peter Sørensen,  
Århus Plads 6, 2.th.  
2100 København Ø  
Tlf.: 3538 9148.

**Siden sidst**

### Den årlige sommerudflugt

Igen i år skulle vi være sammen med medlemmer fra Københavns amt. Dette er jo næsten blevet en rigtig god vane.

Vi mødtes ved Brønshøj Medborgerhus den 17. juni kl. 10.00. Så kom vor bus, og hvem skulle køre for os, naturligvis vor dejlige Dennis. Så var der allerede en god stemning, for det er jo ligesom han hører til "familien".

Turen gik nu mod Roskilde, og videre nord på mod Frederikssund, og det skal også lige nævnes, at naturligvis var vejret rigtig dansk sommervej, nemlig dejligt lunt og med sol der skinnede, hvad mere kan forlanges. Som sagt, vi kørte videre og kom til Kronprins Frederiks Bro, hvorfra turen gik videre til Kulhuse. Her kom det første stop, således man kunne få slukket sin tørst, og strakt vores ben. Som sædvanlig havde Svend Åge sørget for indkøb af drikkevarer. Han er virkelig god til at tilrettelægge alt til turen. Efter at have slukket vor tørst, kunne turen gå videre. Dog ville Dennis meget hellere have sig en cho-

kolade-is, og den blev spist imedens vi attersamledes i bussen. Dennis førte bussen videre mod færgen, der går fra Kulhuse til Sølager. Skulle vi mon med færgen, blev der spurgt, men nej, Dennis ville blot vende bussen, og der var ikke megen plads til dette, men han var en dygtig chauffør, så det

gik heldigvis godt, og så kørte vi igen mod sydlig retning.

Det blev mod Skibby, dog, det var ikke der vi skulle være, og der blev diskuteret livligt, hvor vi skulle spise frokost.

Endelig kom vi til en vidunderlig smuk gammel kro, og det var Gerlev kro. Hvor var her dog dejligt.

Der var, igen sørget for af Svend Åge, sat bordkort, så vi rigtig blev godt blandet sammen. Den næste overraskelse som vi fik, var det, som blev serveret af vore flinke tjenere. Det var ikke som tidligere "koldt bord". Vi fik dejlig varmt mad, som bestod af kalvesteg med nye kartofler og ægte skysovs. Det var ander-

ledes, men stegen var meget mør, og det smagte vidunderligt, og jeg tror ikke, der var nogle, som blev skuffet. Til dessert var der frisk is.

Undermiddagen blev vi underholdt af værten, som spillede på sit keyboard, og det var melodier, som vi alle kendte. Det var rigtig hyggeligt, syntes vi alle sammen.

Bagefter vi vi lov til at bruge værtsparrets private have, således vi kunne lege og være børn igen.

Så der blev spillet ringspil, og det i flere omgange, således der blev en finale, og i finalen kom bl.a. Litta Porter.

Da spillet var færdigt, fik vi kaffe med hjemmebagt kringle.





Det var naturligvis ude i krohaven.

Her blev vi igen underholdt af "krofatter", som nu spillede på harmonika, og hertil blev der også sunget. Det var en meget underholdende vært, som vi havde, og vi sang med, hvor vi kunne. Bagefter blev der uddelt præmier, både til damer, herrer og vore børn, som var kommet med, fordi der i sidste øjeblik var nogle, som måtte sende afbud p.g.a. sygdom. Denne tur var dem ellers vel undt, og de ønskes rigtig god bedring.

Efter mange dejlige timer ude i det fri, begyndte trætheden at melde sig, og turen blev da for hjemadgående, igennem dejlig smukke landskaber, og forbi et ældre herresæde. Her stoppede vi for sidste gang så vi kunne strække ben og igen få en tår at drikke. Bagefter kørte vi hjem, og jeg tror, at vi alle havde haft en rigtig dejlig dag.

En meget stor tak til Svend Åge, Jørgen Vendelbo og flere af de andre, som havde forberedt det dejlige for os alle, så vi igen i år fik en dejlig skovtur, og en stor oplevelse.

## COPA på messe i København

**Forum den 6. - 8. oktober**

Som tidligere år har stiftforeningen COPA en stand i Forum. En udstilling om sundhed-skønhed-velvære & økologi. Denne udstilling er virkelig et besøg værd. Du kan kontakte din lokalformand Grethe Nielsen, telefon nr. 3828 0382. Der kan igen i år måske gives fri-biletter til om fredagen fra kl. 10 til 18, og om lørdagen fra kl. 10 til 12. Så hvis du er interesseret i et besøg i Forum, da kontakt mig.

## Kommende møder

På grund af udstillingen i Forum, er der ikke sammenkomst i oktober måned, da flere bestyrelsesmedlemmer skal passe vor stand.

Men i november måned er det meningen vi igen i år skal have et bankospil. Mere herom i næste Copla-blad. Så husk at se efter.

P.b.v.

Grethe Nielsen

## Kommende arrangement

### Vinaften

**22. september**

Vin skaber (som regel) glæde og kan være sundt, når den nydes med måde. Denne aften får du lejlighed til at smage mange forskellige vine og får tips og viden om, hvad man skal være opmærksom på, når man køber sin vin. Der bliver udover mange smagsprøver serveret ost og brød, gensmagning af nogle af vinene, og så vil der være overraskelser i aftenens løb. Alt vil blive gennemført af Mogens Bekker,

som ved ikke så lidt om emnet gennem sit arbejde med vin i over 20 år.

**Sted:**

Præstevænget 20, Ballerup.

**Tid:**

Kl. 19.30 - ?

**Pris:**

Medlemmer (aktive og passive) kr. 98,-.

Ikke-medlemmer (gæster) kr. 125,-.

**Tilmelding:**

Marianne tlf. 4583 5258

Flemming tlf. 44662328.

P.b.v.

Jørgen Vendelbo



## Frederiksborg amt

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

## Rundvisning på Holmegård Glasværk - bustur lørdag 23. september med opsamling og afsætning flere steder

Nu er sommerferien for de flestes vedkommende overstået, og hverdagen begyndt igen, men derfor kan der jo godt ske noget spændende og interessant.

Bestyrelsen i COPA Frederiksborg amt vil gerne være medvirkende til afveksling og hyggeligt samvær blandt vore medlemmer og inviterer hermed på bustur til Holmegårds Glasværk for de morgenfriske.

Ankomsten til glasværket forventes omkring kl. 11.00. Vi får så ca. en time til at kigge lidt i glasbutikken, inden vi med en guide får en rundvisning. Den er bestilt til kl. 12.00 og varer en times tid. Efter rundvisningen skal vi have stillet sulten, og der er reserveret bord til os i Glas-kroen. Vi skal have en forret bestående af rejer og krabber og hovedretten bliver whisky-

glaseret herregårdsskinke. Lyder det ikke lækkert? Drikkevarer bliver som sædvanlig for egen regning.

Vi har arrangeret det således, at bussen samler os op tre forskellige steder i amtet, for at gøre det lidt lettere at komme med.

Der bliver opsamling følgende steder:

**Afgang fra Helsingør**

kl. 8.00 på

jernbanestationen.

**Afgang fra Hillerød**

kl. 8.30 på parkerings-

pladsen bag stationen

(Carlsbergvej).

**Afgang fra Frederikssund**

kl. 9.00 på stationen.

Turen forventes at være slut i Helsingør ca. kl. 18.30, og der vil blive afsætning af passagerer de samme steder, som der blev opsamlet på udvejen.

Hele dette herlige arrangement koster kr. 100,00 for medlemmer og kr. 150,00 for ikke medlemmer.

Af pladshensyn er der kun beregnet en gæst pr. medlem.



## Københavns amt

**Lokalformand:**  
Marianne Hemmingsen  
Grønnevej 253, 1-3  
2830 Virum  
Tlf. 4583 5258.

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

## Siden sidst

### Skovturen 17. juli

Vidunderligt dansk sommervej, lidt kølig vind men dejlig solskin. Sådan som vejret skal være på en ægte skovtur. herlig mad, denne gang var Svend Åges forslag varm mad! Det viste sig at Gerlev kro serverede den dejligste kalvesteg med alt tilbehør. Og min-sandten om ikke krofatter fik tid til at underholde med musik og dans mens vi spiste. Meget vellykket. En dejlig dag.

## Nyt arrangement

### Producentbesøg , 21. oktober

Denne gang får vi besøg af producenten, hvor der er virkelig god lejlighed til at komme frem med alt man går og funderer på. Nye medlemmer vil med fordel kunne deltage, da man samtidig kan få en uformel sludder med andre brugere.

Sted: Præstevænget 20. Sæt kryds i kalenderen nu.



Vi skal som sædvanlig have tilmelding og *sidste frist* er 18. september.

Tilmelding helst efter kl. 18.00 til:

Jørgen Wissing  
tlf. 49 14 77 47  
eller Gisela Schjøtt  
tlf. 47 33 44 34.

## Foredrag på Hillerød Sygehus

**Tid:** Tirsdag den 26. september kl. 19.15 - 21.45.

**Emne:** Irritabel tyktarm - en folkesygdom.

### Foredragsholdere:

Overlæge dr.med. Lars Elsborg, Adm. overlæge Bo Hempel Sparsø samt Klinisk diætist Jette Andersen.

**Sted:** Hillerød Sygehus, Helsevej 2, Indgang 50B, Lokale 215.

## Bowlingeftermiddag lørdag 21. oktober kl. 15.30

Så sammenkalder vi til bowling i Hillerød. Vi mødes kl. 15.30 for udlevering af sko og anvisning af baner og holdop-

stilling. Kl. 16.00 begynder vi på to timers bowling og kl. 18.00 er der spisning.

Vi skal have en dejlig buffet, hvor der er frit valg mellem enten en forret eller dessert. Hovedretten er som skrevet buffet med bl.a. vildt og salat og brød. Drikkevarer for egen regning.

Vi skal bowle det sædvanlige sted i Hillerød, men der er kommet navneskift og stedet hedder nu:

Restaurant Møntporten,  
Slots Bowl,  
Københavnsvej 23,  
3400 Hillerød.

Prisen for dette underholdende arrangement er kr. 125.00 for medlemmer og kr. 300.00 for ikke medlemmer.

Vi skal som sædvanlig have tilmelding og *sidste frist* er den 10. oktober.

Tilmelding helst efter kl. 18.00 til:

Jørgen Wissing  
tlf. 49 14 77 47  
eller Gisela Schjøtt  
tlf. 47 33 44 34.

P.b.v.

Gisela Schjøtt

fra kl. 16.30, så er der tid til at skifte sko, m.m.

Pris bowling + menu for medlemmer kr. 50,-; ikke-medlemmer (gæster) kr. 99,-. Få ledige pladser endnu, tilmelding nødvendig til

Lars E Nielsen  
tlf.: 2160 7372  
Gerda Pedersen  
tlf.: 6611 2684.

### Kommende arrangement

## Åbenhus møde den 11. oktober kl. 19.00

Åbenhus møde i Kræftens Bekæmpelses lokale, Vesterbro i

Odense. Indslag: Kjærulff kommer og viser nye produkter, bestyrelsen er vært med kaffe og kage.

### Kommende arrangement

## Julearrangement den 6. december

Nærmere oplysning senere.

Eller tjek COPA's internetside [www.copa.dk](http://www.copa.dk)

P.b.v.

Inga Andersen

## Lolland /Falster

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

**Yderligere kontaktperson:**  
Jytte Wittchen,  
Kragesøvej 6,  
4970 Rødby.  
Tlf.: 5460 3726.

Så er sommeren over. Sommer ? Ja nogle dage har det været noget varmt. Jordbær og hindbær og alt det andet er ved at være i fryseren eller hvad man nu gør.

Nu ruller vi ærmerne op og kommer igang med foreningsarbejdet igen.

## Fyns amt

**Lokalformand:**  
Lars E. Nielsen  
Thuresensgade 31  
5000 Odense C  
Mobiltlf.: 2160 7372.

**Yderligere kontaktperson:**  
Gerda Pedersen  
Skalbjergrvej 13  
5230 Odense M  
Tlf.: 6611 2684.  
mobiltlf.: 2650 2915.

COPA Fyns amt håber, at alle har haft en god sommer - vejret, ja vi har jo nok haft en normal dansk sommer, hvor man ikke skulle gemme sig for solen, grillen har samlet støv, osv.

Forhåbentlig har alle haft en afslappet tid og er klar til at tage fat på kommende arrangementer. Vi i bestyrelsen glæder os til at komme i gang igen.

### Førstkommende arrangement

## Bøf og bowling den 14. september

Den 14. september vil vi prøve noget nyt, vi tager en tur i O-

dense Bowlinghal, hvor vi starter med at bowle fra kl. 17.00 til kl. 18.00. Derefter serveres der oksesteak m/tilbehør.

Mød op i god tid, vi er der

## Mindeord

Tidligere lokalformand Gerner Christiansen er ikke mere.

Vi har mistet en klog og livsglad mand, der lagde et stort arbejde i foreningen til gavn for medlemmerne.

Gerner blev valgt til formand d. 28 maj 1984.

Vi vil huske hans lune bemærkninger og faste håndtryk, når der blev sagt "Goddag og velkommen" ved møderne. Gerner var bl.a. med til at oprette stomiambulatoriet på Nykøbing F sygehus. Han sørgede for at der hele tiden blev infor-

meret om de nye produkter. Han var altid lydhør for gode ideer og havde god tid til at lytte, hvis et medlem havde et problem, der skulle vendes en gang.

Gerner sluttede som lokalformand november 1990.

I år blev Gerner valgt som suppleant i lokalforeningens bestyrelse, og den 20/7 ringede Gerner og sagde, at helbredet ikke var så godt mere. Jeg besøgte ham samme dag, og om søndagen var Gerner ikke mere.

En hurtig og brat - men værdig afslutning - på et langt liv.

**Æret være Gerner Christiansen's minde**



## Til lykke til Urostomigruppen

Den 17. maj i Odense lykkedes det at få afholdt det første og meget spændende møde for de urostomiopererede i hele landet.

Overlæge dr. med. Finn Lundbeck kom med et oplysende foredrag uden læglatin.

Det var samtidig nedslående at høre, hvor stor en viden der i grunden var om alle de følgesygdomme, som så mange er plaget af, og man ellers ikke hører om.

Forskningen på dette område er først nu ved at komme igang.

Spørgelysten var stor og Finn Lundbeck kunne høre på spørgsmålene, at det var egne smertelige erfaringer der kom til udtryk.

Der var bare ikke så meget hjælp at hente, når de forskellige gener var blevet for voldsomme, andet end smertedæmpende midler.

Fra Coloplast var der en udstilling med hjælpemidler og samtidig blev der fortalt om nyheder, som er på vej. Nu er der mange som venter spændt på hvornår "nyhederne" kan bestilles.

Dagen var pludselig væk, folk skulle hjem. Nu er jeg spændt på hvilke emner arbejdsgruppen kommer frem med til næste møde.

## Høstfest

Angående høstfesten, mere derom i næste blad, da den er afholdt efter dette blads indsendelsesfrist.

## Lokalforeningens 35 års jubilæumsfest d. 19. september i Landsbyen i Våbensted

Alle lokalforeningens medlemmer har fået en skriftlig

invitation tilsendt, og vi håber at mange har tilmeldt sig for at dagen kan blive markeret og festligholdt.

Der vil blive spillet op til dans efter spisningen.

Mere om aftenen i næste blad.

## Lørdag 7. oktober i mødelokalerne på Fakse Sygehus kl. 14.00

Lokalforeningens "yngre" medlemmer med morbus Crohn er inviteret til temadag af Crohngruppen øst. Men husk at ringe for tilmelding til Merete Møller senest d. 25/9 på tlf. 5650 8042.

Kender du andre, der har morbus Crohn og som måske vil møde ligesindede med samme sygdom, så fortæl dem om mødet.

## Søndag d. 26. november Landsbyen i Våbensted kl. 14.00: Julehygge

Vi mødes som de tidligere år til sang, julehistorie, spil, lotteri, snak og kaffe.

Man medbringer en hemmelig gave til max. 25.00 kr. pr. person, sit gode humør, så vil bestyrelsen prøve at klare resten.

Men husk tilmelding senest torsdag d. 16 november til Jytte Wittchen, tlf. 54603726

eller

Marianne Andersen, tlf. 54873100.

Husk det nu, kryds af i kalenderen. Samkørsel ??

P.b.v.

Marianne Andersen



**Birgit Madsen**  
Ekspedition



**Tove Frithioff**  
Daglig leder



**Ulla Sørensen**  
Sygeplejerske



**Any Petersen**  
Ekspedition



**Henrik Fosdam Jensen**  
Lager og forsendelse

## Vi er til for Dem

STOMACARE er et uafhængigt stomirådgivningscenter, etableret i 1979 med det formål at rådgive og informere om bandager, hudskader og psykiske problemer.

Spørg STOMACARE, vort dygtige og venlige personale rådgiver om samtlige stomiprodukter på det danske marked. Vi leverer porto frit over hele landet fra dag til dag.

STOMACARE stiller gratis specialuddannet sygeplejerske til Deres rådighed.

Af vort produktsortiment kan vi nævne Biotrol, Convatec, Dansac, Dansk Coloplast, Hollister og Perma.

## Stomacare

Vangeleddet 77 · 2670 Greve · Telefon 43 69 02 00



## Nordjyllands amt



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

**Yderligere kontaktperson:**  
Kirsten Møhlenberg,  
Nielsmindevej 16  
9493 Saltum.  
Tlf.: 9888 1151.

### Bestyrelsen i Nordjyllands amt

**Formand:** Flemming Jacobsen.

**Kasserer:** Erling Flarup.

**Bestyrelsesmedlemmer:** Gunnar Johansen, Kirsten Møhlenberg, Verner Nørrevang og Grethe Ørum.

**Bestyrelsessuppleanter:** Villy Pedersen og Irene Bertelsen.

### Temaaften:

#### Stomi - hvorfor?

**Tid:** Torsdag den 14. september kl. 19.00.

**Sted:** Hotel Phønix, Vesterbro 77, Aalborg.

Overlæge, dr.med. Ole Thorlacius-Ussing vil komme og holde foredrag om emnet: Stomi - hvorfor? Foredraget vil give en baggrund for, hvorfor det egentlig er nødvendigt at lave en stomi og ved hvilke sygdomme. Overlægen kommer fra kirurgisk gastroenterologisk afd. A, Aalborg Sygehus. Stomisyeplejerske Anette Christiansen vil også komme og holde et oplæg. Begge personer vil svare på spørgsmål efter foredraget.

Kirstine Hardam, Holstebro vil være til stede og fremvise de sidste nye stomiartikler. Kirstine Hardam kan træffes allerede fra kl. 18.30.

Alle med interesse for emnet er meget velkomne.

Der serveres øl/vand under foredraget og efter foredraget vil der blive serveret kaffe med brød. Traktementet er uden beregning for deltagerne til foredraget.

Af hensyn til bestilling af kaffe/brød bedes man tilmelde sig til et bestyrelsesmedlem *senest den 13. september.*

### Temaaften:

#### Urostomi - hvorfor?

**Tid:** Tirsdag, den 3. oktober, kl. 19.00.

**Sted:** Hotel Phønix, Vesterbro 77, Aalborg.

Overlæge, dr.med. Torben Krarup vil komme og holde foredrag om emnet: Urostomi - hvorfor? Foredraget vil give en baggrund for, hvorfor det egentlig er nødvendigt at lave en urostomi og ved hvilke sygdomme. Overlægen kommer fra urologisk afdeling, Aalborg Sygehus, afsnit Nord. Sygeplejersker fra urologisk afdeling vil også komme og holde oplæg. Overlægen og sygeplejerskerne vil svare på spørgsmål efter foredraget.

Sygeplejerske Anne Boel fra ConvaTec vil være til stede og fremvise de sidste nye stomiartikler. Anne Boel træffes allerede fra kl. 18.30.

Alle med interesse for emnet er meget velkomne.

Der serveres øl/vand under foredraget og efter foredraget vil der blive serveret kaffe med brød. Traktementet er uden beregning for deltagerne til foredraget.

Af hensyn til bestilling af kaffe/brød bedes man tilmelde sig til et bestyrelsesmedlem *senest den 27. september.*

**Huset**  
Hassersgade 10  
Aalborg

### Datoer for de næste møder i Huset er:

|             |           |
|-------------|-----------|
| 6. oktober  | kl. 14.00 |
| 3. november | kl. 14.00 |
| 1. december | kl. 13.00 |

### Foredragsaften

#### - nye behandlinger

**Tid:** Tirsdag den 14. november, kl. 19.00.

**Sted:** Papegøjehaven, Gæstesalen, Europaplads 2, Aalborg.

Vi har arrangeret en meget interessant foredragsaften angående nye behandlinger af kronisk inflammatorisk tarm sygdom.

Overlæge dr. med. Jan Faltingborg, Medicinsk Gastroenterologisk afdeling M og overlæge dr.med. Ole Thorlacius Ussing, Kirurgisk Gastroenterologisk afdeling A, Aalborg Sygehus kommer og holder foredrag om dette emne.

Foredragsaftenen er arran-

geret i samarbejde med Colitis-Crohn foreningen i Nordjyllands amt.

Alle med interesse for emnet er meget velkomne.

Der serveres øl/vand under foredraget og efter foredraget vil der blive serveret kaffe med brød.

Af hensyn til bestilling af kaffe/brød bedes man tilmelde sig til et bestyrelsesmedlem *senest den 8. november.*

Begge de arrangerende foreninger håber på et stort fremmøde, således at så mange som muligt vil blive informeret om de nye behandlinger af kronisk inflammatorisk tarmsygdom.

*P.b.v. Flemming Jacobsen*



## Næstved

**Lokalformand:**  
Merete Møller  
Ærtebjergvej 28, Lund  
4660 Store-Heddinge  
Tlf./fax: 5650 8042.

**Yderligere kontaktperson:**  
Christina Hartmann  
Vejløvej 108A  
4700 Næstved  
Tlf.: 5570 0664.

### Årets Høstfest

Det har været sommer- og agurketid og lokalforeningen har ligget underdrejet siden udflugten til Knuthenborg med de iøjensfaldende over- og underaber samt abemødrenes konsekvenspædagogik. Derfor kan jeg ikke referere til noget epokegørende lige nu - til gengæld kan vi da i forbifarten bemærke, at bestyrelsen med forventning ser hen til høstfesten på Nyråd Kro d. 16. september.

Som sædvanlig slår vi os løs med vennerne fra det sydlige, og har jo denne gang været så heldige at få Brian Musik til at underholde, når vi går løs på Nyråd Kro's kolde og lune frokostbord kl. 13.00. Samme Brian er ekspert i at få selv den mest ihærdige ikke-danser ud på gulvet og lege John Travolta. Det glæder vi os meget til.

Der er udsendt invitation med tilmeldingsprocedure osv., og når dette læses, er deltagerlisten allerede parat - men vi kunne lige nå at give arrangementet et par ord med på vejen.

### Temaeftermiddag morbus Crohn

Lørdag d. 7. oktober i mødelokalerne på Fakse Sygehus har

vi fået overlæge Lars Munck, Roskilde Amts Sygehus i Køge (RASK) til at komme og fortælle om følgesygdomme ved morbus Crohn. Det bliver garanteret interessant, idet man på RASK er i front, når det drejer sig om behandling af de inflammatoriske tarmsygdomme, morbus Crohn og colitis ulcerosa.

Arrangementet henvender sig naturligvis først og fremmest til "Crohn-ejere", men alle med interesse i emnet er naturligvis velkomne. Der bliver serveret kaffe m.v., så tilmelding (tlf. 5650 8042 - Merete Møller) er nødvendig. Der er plads til 30 i lokalet, så det er bare om at melde sig til hurtigst muligt.

Vi har valgt at lade dette arrangement være fælles udspil for Næstved og *Crohngruppen Øst*, for at få sat noget i gang omkring sidstnævnte, så det hele omtales også særskilt med program under *Crohngruppen Øst* andetsteds i bladet.





## Ringkøbing amt

*Lokalformand:*  
Astrid Jakobsen  
Ole Rømersvej 11, 1.th.  
7400 Herning  
Tlf.: 2460 9638 (bedst 14-21).

### Siden sidst

#### Sommerudflugten

Lørdag den 17. juni kl. 8.30 startede vores fantastiske sommerudflugt, der i år gik til Limfjordens perle FUR.

Vejret var perfekt, og de 18 forventningsfulde medlemmer der havde meldt sig til turen, fik en oplevelse, der var ud over det sædvanlige. Vores chauffør hed Svend, og han havde en enorm viden om området, og han kunne levende fortælle om landskabet, kirkerne, klostrene og ikke mindst de historier der var knyttet til de egne vi kørte igennem. Vi

kørte ad de små veje til Flynder Sø, hvor vi holdt den første rast. Ved Flynder Sø fik vi kaffe, rundstykker og basser, og vi nød det gode vejr, og den skønne udsigt over søen. Herefter kørte vi over Hjerm Hede til Skive by, og videre ud til Jeppe Åkjærs hus, hvor vi fik mulighed for en tur rundt i haven. Turen fortsatte til FUR, hvor vi holdt ind og fik vores middagsmad. Middagen bestod af en lækker kalvesteg med nye kartofler og grøntsager, og til dessert blev der serveret hjemmelavet is. Efter maden startede turen rundt på FUR. FUR er

fantastisk. Denne lille ø har det hele. Den har flade marker, enge, hede, kuperet terræn, og på "Bette Jenses Hyw", kan man se hele øen rundt. Vi kørte ned mod "Rødsten", hvor vi var ude og se, om vi kunne finde forsiler i moleret. Der var ingen der fandt noget, så vi kørte ned til FUR museum, hvor vi kunne betragte en del af de forsiler der er fundet på FUR. Turen på FUR sluttede

nede på hotellet, hvor vi fik kaffe og hjemmelavet lagkage. Klokken var nu blevet godt 16, så vi var ved at være klar til at vende "næsen" hjem igen. Turen sluttede kl. ca. 18.30, hvor vi efter en dejlig dag kunne sige farvel til hinanden. Det var en oplevelse man aldrig glemmer, så det var skam, at der ikke var flere der havde meldt sig til sådan en vidunderlig tur.

*P.b.v., Knud Fauerby*



## Roskilde amt

*Lokalformand:*  
Erik Kristjansen  
Jasminvej 1  
4600 Køge.  
Tlf.: 5665 3878.

### Bowl og Dinner

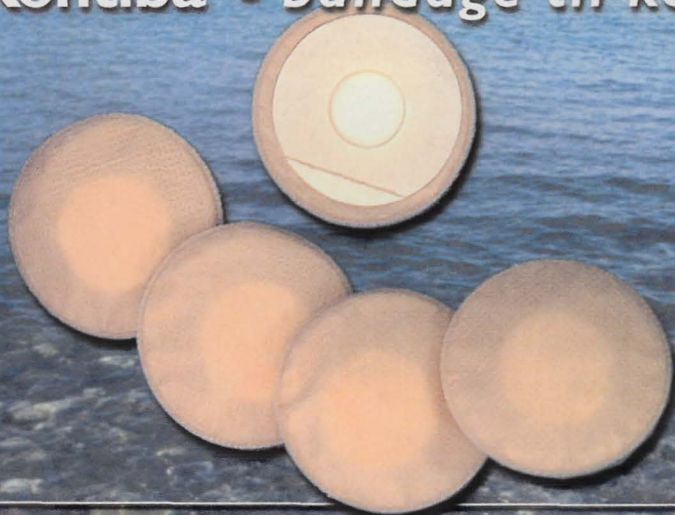
**Tirsdag den 19. september kl. 18.30,**

**Roskilde Bowling Center, Københavnsvej 51, Roskilde**

En times bowling, 200 g oksesteak med bagt kartofel, friske grøntsager og stort salatbord.

Kl. 20.00 - 21.00 skal vi have dagens motion med en times bowling, med minimum 4 per-

## Kontiba - bandage til kontinent stomi



- ◆ Hydrokolloid hudvenlig klæber
- ◆ Luft- og lugttæt
- ◆ Blødt kompres med indbygget absorberende indlæg

- ◆ Støttebælte til stomister med brok
- ◆ Tilpasses den enkelte bruger og stomibandage
- ◆ Fås i tre højder
- ◆ Let at anvende
- ◆ Giver behagelig støtte
- ◆ Elastisk og luftigt
- ◆ Ruller ikke

## Stomibrokbælte



**Kirudan** - en personlig og professionel stomileverandør

Nyholms Allé 30 • 2610 Rødovre • Fax 3672 8322 • Tlf. 3637 9100



soner pr. bane. *Pris pr. deltager er 110,- kr for maden, eksklusiv drikkevarer.*

Bestyrelsen håber, at rigtig mange vil være med til noget andet end bare posesnak.

Tilmelding *senest den 12. september* til:

Erik Kristjansen,  
Jasminvej 1, 4600 Køge.  
Tlf.: 5665 3878 eller  
mobiltlf.: 2042 7240.

#### Bemærk

### Mandage er blevet til onsdage på Møllebo

Mødedagene på Møllebo i Køge er flyttet fra mandage til onsdage.

#### Tag med

### Generalforsamling

Onsdag den 25. oktober kl. 19.00, generalforsamling på Møllebo, Københavnsvej 3, 4600 Køge.

Dagsorden i følge vedtægterne:

1. Valg af dirigent og stemmetæller.
2. Formanden forelægger beretning.
3. Kassereren forelægger regnskab.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg:
  - a) Formand for 2 år.
  - b) Bestyrelsesmedlemmer for to år.

- c) 1 suppleant for 2 år.
- d) 1 revisor og evt. revisorsuppl. for 1 år.

#### 7. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen er foreningen vært ved en let anretning.

### Julestue- mere i næste nr.

Julestuen er i år på Møllebo i Køge, onsdag den 13. december kl. 18.00. Program følger i Copa-blad nr. 6.

#### Siden sidst

### En god dag på Coloplast

Sommerudflugten i år blev et fabriksbesøg på Coloplast i Humlebæk, den 22. juni. Kl. 9.30 kørte bussen fra Køge - over Jersie, Greve, Roskilde, Jyllinge - til Humlebæk.

Salgschef Jørn Harnfeldt bød os velkommen til Coloplast. Vi blev budt på frugt og læskedrikke inden en kort gennemgang af Coloplast's udvikling fra de første poser til Asura Plus. Kl. 12.00 var der en lækker frokost til os i kantinen.

Derefter var vi på rundvisning på fabrikken og så den nye tilbygning med en meget flot kongressal.

Besøget sluttede med en produktinformation ved produktchef Bina Kanto- hertil et kaffebord.

Tak til Colplast for en god dag.

*P.b.v., Erik*



## Århus amt

**Yderligere kontaktperson:**  
Lis Lene Carstensen,  
Danmarksgade 9, 3.th.,  
8900 Randers  
Tlf.: 8642 6979.

**Lokalformand:**  
Henning Granslev  
Bavnegårdsvej 110, Kolt  
8361 Hasselager  
Tlf.: 8628 1124 (bedst 14.00 - 18.00).

#### Siden sidst

### Sommerudflugten

Lørdag den 17 juni kørte sommerbussen nordpå til Thisted. Der var opsamling i Silkeborg, Århus og Randers. Efter en lille formiddagspause, hvor deltagerne flokkedes om køkkenpersonalets smurte rundstykker gik det rask af sted til turens mål, Coloplast i Thisted.

Vi nåede frem lidt forsinket, ca. 1/2 time. Det var jo ikke let at vide, at den første bygning, vi kom til med Coloplast-navnet, var den forkerte. Vi havde trods alt kun drejet forkert en gang. Og den bygning vi kom til så meget interessant ud. Der holdt biler udenfor, men der var ikke nogen, der ville lukke os ind, så vi kørte



*Susanne Andersen og Henning Sandberg, Coloplast, Thisted.*

da bare videre til den næste Coloplastfabrik.

Det var bedre, her ventede fabrikschef Henning Sandberg og sygeplejerske Susanne Andersen pænt på os. Da det var



*Vi hører om fabrikken Coloplast.*

*Ude i hallen; fabrikschef Henning Sandberg fortæller.*



## Vejle amt

**Lokalformand:**  
Lis Obel Jakobsen  
Overgade 5, Skærbæk,  
7000 Fredericia.  
Tlf.: 7556 2820.

### Så starter COPA-Klub Kolding

Håber alle har haft en god sommer. Vi starter onsdag d. 27/9. Øvrige datoer er: 25/10 og 29/11.

Kryds allerede nu disse 3 onsdage af i jeres kalender, og mød op med eller uden partner. Vi er allerede 12 "medlemmer" samt vores partner, men vi vil gerne være mange flere.

Hvis I har nogle gode/sjove idéer til hvad vi skal lave her til efterårsmøderne, vil jeg gerne høre fra jer.

Møderne bliver holdt i Gæstekantinen på Kolding Sygehus. *Tilmelding dagen før*, p.g.a. kaffe og kage.

Med venlig hilsen

*Else Rasmussen*

*Bjolderupvej 18, Kolding  
tlf. 7552 4512.*



blevet middag, og vi var sultne og udmattede efter den lange rejse, syntes vores værter, at vi skulle starte med at spise frokost.

Efter et meget flot trakte- ment blev vi vist rundt i fabri- ken. I hallerne så vi, hvorledes en stomipose bliver fremstillet under mange og komplicerede processer i maskinen.

Efter fremvisningen fortalte Henning Sandberg lidt historie, om hvorledes stomiposen og Coloplast blev til for ca. 50 år siden. I dag er Coloplast en virksomhed med mange med- arbejdere og fabrikker i flere lande. Susanne afsluttede fore- stillingen med at vise billeder af stomiposens udvikling gen- nem årene. Arrangementet sluttede med kaffe og kage, og hvilken kage, den var god. Det var tid til at sige farvel og tak for en spændende rundvisning og en meget fin og gæstfri be- handling.

Nu skulle vi videre i dagens program. Vi var ikke klar over, at der var kaffe og brød i Thi- sted. Så uvidende herom havde turudvalget jo selvfølgelig be- stilt kaffebord på hjemturen. Da

vi ikke ønskede at få kaffe og brød lige med det samme, kørte vi roligt mod næste stop. På Møllekroen i Bedsted ventede et nyt kaffebord på os. Chauff- føren havde varskoet kroen om, at vi ville komme lidt senere.

Da vi kom til Møllekroen, var alt parat. Wienerbrødet havde sikkert været varmet et par gange, det skulle jo være lunt og lækkert. Men hvorledes holder man en kage lun i tre kvarter, uden den bliver tør? Det var synd for kroværten, kagen og kaffen havde sikkert være god nok, hvis man blot ikke havde været helt tilstoppet af fortæring fra besøget i Thi- sted.

Efter dette stop var det tid til at vende næsen hjemad. En lang og god dag var forbi. Næ- ste gang deltagerne sætter en pose på maven, kan de jo tænke over, at det er ret smart, hvor- ledes denne pose bliver til. Det er jo trods alt ikke blot en frost- pose, vi har på maven.

Tak til Coloplast for at vi måtte besøge fabrikken i Thi- sted. På grund af god opførsel ville de gerne se os en anden gang, bare ikke lige i morgen.

#### Siden sidst

### Sommersejltur

Jo, det er rigtigt. Det var sommer. Den 20 juli skinnede solen, himlen var blå og alt perfekt til en sejltur med Hjejlen på Sil- keborgsøerne. I år var det muligt at tage med Hjejlen om aftenen på 1 1/2 times non stop sejltur. Hvil- ken tur. Lige netop denne aften var vejret perfekt til denne op- levelse. Vi sejlede forbi de mange dejlige huse lige ned til vandet. Her sad de rige og „rig-



Hjejlen, Silkeborg.

tige“ mennesker, og så på Hjej- len med os almindelige stakler sejle lige forbi deres fine og dyre huse med en båd i bag- haven og lysthus ved vandet. Det er godt, det ikke er mig, der

Sol, sommer og vand.



# INGE - LISE SØRENSEN Aps

## SPECIALISTER I SYGEPLEJEARTIKLER

STOMI · KOMPRESSIONSSTRØMPER · BRYSTPROTESER  
SÅRBEHANDLING · BANDAGER · INKONTINENSPRODUKTER

**NYHED** Nu også specialbutik med alle former for hjælpemidler, bandager, sygeplejeartikler, sundt og otopædisk fodtøj og meget mere.



Rådgivning ved special- uddannede sygeplejersker



Individuel tilpasning i eget hjem



Levering fra dag til dag



Intet ekspeditionsgebyr



Fragtfri levering



Salg til private

**OBS! Måltagning: Tidsbestilling anbefales**

Badevej 2 • 3000 Helsingør  
Tlf. 49 21 00 44 • Fax 49 21 02 57 • email: info@ils.dk



bor der. Man kan jo ikke sidde i fred i sin egen have uden at blive overbegloet. Og ejendomsbeskatningen, tænk lige på den. Nå spøg til side, der var da nok et enkelt eller to huse, som man kunne lokkes til at overtage til den rigtige pris.

Sejlturen var smuk og Hjejlen er i sig selv en oplevelse, den er en flot og meget velholdt gammel hjuldampers.

Efter sejlturen var der bestilt kaffe og tærte på restaurant Rib House, der ligger meget tæt på havnen. Men det var en ganske anden oplevelse. Vi skulle sidde udenfor. Det var også i orden. Men det tog ca. et kvarter, så kom kaffen, en

halv time senere kom tærten, da var både kaffen kold, og vi var kolde på benene og i numsen af at sidde og vente i ca. trekvart time for at få kaffe og tærte. Det var synd, vejret var jo med os denne dejlige sommeraften. Var kaffen incl. tærte kommet til tiden kl. 20 og ikke kl. 20.50 så havde hele aftenen været helt perfekt. Nu er vi nødt til at sige 5 stjerner til Hjejlen, 2 stjerner til Rib House.

Turen var oprindelig planlagt til august måned. Men det var umuligt, da Hjejlen kun sejler om aftenen i juli måned. Derfor var vi nødt til at lave denne ændring.

### Kommende aktivitet Kom til Hørning

Mandag den 23. oktober har du/I muligheden for at høre om naturmedicin, mineraler og kosttilskud. På Natur-Drogeriet, Nydamsvej 15, Hørning er der foredrag om helsekost, urter og m.m. Der er begrænset deltagertal på max. 30 personer. Efter foredraget er der kaffe med brød. Alle deltagerne får vareprøver med hjem. Arrangementet er fra kl. 18.30 til kl. 21.30. Bus nr. 107 kører fra Århus Rutebilstation kl. 18.00, og modsat fra Skanderborg Banegård kl. 18.10. Du/I skal stå af på Århusvej ved ABC Pejse, her er der en sti lige ned til Natur-Drogeriet. Retur mod Skanderborg kl.



Foredrag  
23. oktober  
på  
Natur-Drogeriet,  
Hørning.  
Alle COPA-deltagere får vareprøver med hjem.

21.39 og mod Århus kl. 21.21.

Det er ikke tilladt at ryge på Natur-Drogeriet, kun udenfor, hvis det er nødvendigt.

Tilmelding senest den 19. oktober hos Henning Granslev, tlf. 86 28 11 24 (kl. 14 -18).

### Kommende aktivitet

#### Bowling i Silkeborg

Onsdag den 11. oktober har Silkeborgklubben et godt tilbud.

Kom til  
Big  
Bowl,  
Chr.  
D. 8's vej 7A,  
Silkeborg.

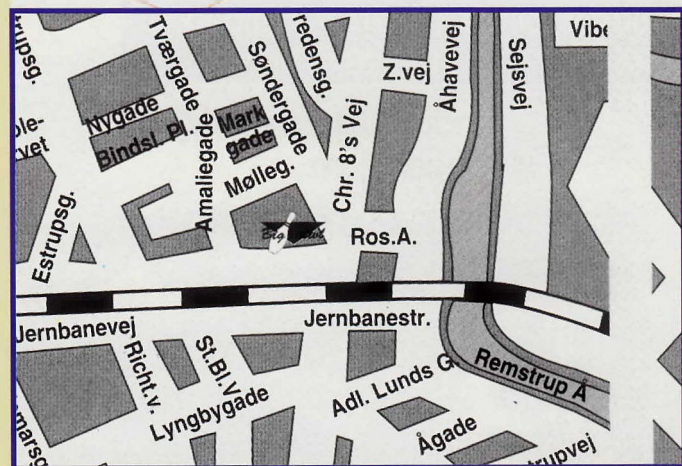
Her er der bestilt plads til 30 personer. Vi starter med spisning: helstegt højreb, kalkun, kartofler og salatbar. Efter spisning er der bowling i en time fra kl. 19 til kl. 20. Efter disse kraftanstrengelser er det tid til kaffe og is.

Prisen for denne aften er

yderst rimelig. Kun 100 kr. for mad, en øl/vand, bowling/leje af sko og kaffe m. is.

Tilmelding senest den 6. oktober hos :

Kirsten Andersen,  
tlf. 86 81 34 62 eller  
Henning Granslev,  
tlf. 86 28 11 24  
(mellem kl. 14 og 18).  
Husk først til mølle .....



### Kommende aktivitet

#### Badet kalder

Torsdag den 30. november vil det atter være muligt at bade sammen med andre stomiooperede.

Vi mødes vanen tro kl. 18.00 i Spanien, ved billetsalget. COPA betaler entre. Efter badet - og vi er fine og rene - går vi sammen på restaurant for at få lidt mad og drikke. Dette betaler COPA ligeledes. Vi har fået tilskud hertil fra Lions og fra § 115 i serviceloven.

Tag imod dette gode tilbud og ring venligst senest den 27. oktober til :

Henning Granslev,  
tlf. 86 28 11 24  
(bedst mellem kl. 14 og 18).

### Kommende aktivitet

#### Julehygge

Onsdag den 13. december er der igen pakkefest på Langelæns HandicapCenter. Vi starter kl. 17. Der vil være en bid brød, julebryg, æbleskiver, kaffe, the, julegodter m.m.

Af hensyn til div. indkøb vil det være rart med tilmelding senest den 10. dec. hos Henning Granslev, tlf. 86 28 11 24 (mellem kl. 14 og 18) Husk børn må gerne medbringes. Vi er alle børn, når der bliver spillet om pakkerne.

### Kommende aktivitet

#### Møde på Grenå Sygehus

COPA har ønsket om at lave et møde i uge 47 eller 48 på Grenå Sygehus. Mere information følger i næste Copa-blad.

### Støtte til COPA-Århus amt fra Rosenholm- og Århus kommune

Siden sidste medlemsblad har vi fået økonomisk støtte gennem § 115 fra Rosenholms kommune 1000 kr. og Århus kommune 4.000 kr. Vi takker mange gange.

### Sidste nyt

Jeg har netop læst i en lokalavis, at Lions Club Solbjerg vil holde loppemarked. En stor del af markedets overskud vil gå til COPA's arbejde for stomiooperede her i amtet. Vi venter med spænding på brevet fra Lions Club Solbjerg. P.b.v., Henning Granslev



## Husk

rådgivningen på Langenæs HandicapCenter  
den 2. onsdag i måneden fra kl. 16 til kl. 19:  
tlf. 86 14 02 33.

## Randers-klubben

Så er sommeren forbi og  
Randersklubben starter igen med:

### Bowling i Randers

Fredag d. 13. oktober kl. 17.45  
inviterer COPA atter til 'Spis  
og Bowl' i Randers på  
Backstreet Bowl i Slotsgade.

De, der har været med før,  
ved, at der venter en morsom  
og hyggelig aften. Vi har hidtil  
været ca. 30 deltagere; men  
der er plads til mange flere.  
Kom og vær med. Man behø-  
ver bestemt ikke at være  
sportsmenneske for at lege  
med. Det er morsomt for alle.

Når vi har bowlet, fortsæt-  
ter vi med anden akt, nemlig  
spisningen og hyggeligt sam-  
vær. Pris for spisning og bowl-

ing er 30,- kr. Vi skal jo bestille  
baner i forvejen, så vi må bede  
om forhåndstilmelding senest  
fredag 6. oktober enten til

Anna Marie Malling  
Olesen på tlf.: 86 43 43 37  
eller  
Lis Lene Carstensen på  
tlf.: 86 42 69 79.

### Før julehygge

Fredag d. 17. november mel-  
lem 14.00 og 16.30 mødes vi i  
Fritidscenteret til hyggeligt  
julesamvær. Vi skal selvføl-  
gelig også have lidt knas og kager  
til kaffen/teen. For at kunne la-  
ve arrangementet så godt som  
muligt, vil vi gerne have, at I  
tilmelder jer i forvejen. Helst  
inden 11. november til

Anna Marie eller Lis Lene

## Crohngruppen



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

### Så sker der endelig noget

Tornerosesøvn er omsider  
forbi og det fejres med en  
temaeftermiddag i mødeloka-  
lerne på Fakse Sygehus, lørdag  
d. 7. oktober fra kl. 14.00 til ca.  
17.00. Overlæge Lars Munck,  
Roskilde Amts Sygehus i Kø-  
ge, kommer og holder foredrag  
om følgesygdommene ved  
morbus Crohn. Et emne som  
helt sikkert har stor interesse og  
vil give grobund for mange  
spørgsmål til Lars Munck. Der  
er følgende program:

- |            |                                                                       |
|------------|-----------------------------------------------------------------------|
| kl. 14.00  | Velkomst - derpå<br>serveres kaffe/te<br>med diverse brød.            |
| kl. 14.30  | Overlæge<br>Lars Munck holder<br>foredrag og besva-<br>rer spørgsmål. |
| kl. 15.15  | Pause - med<br>servering af øl/<br>vand.                              |
| kl. 15.30  | Opfølgende<br>spørgsmål til<br>Lars Munck.                            |
| kl. 16.00  | Socialt samvær.                                                       |
| kl. ca. 17 | Mødet afsluttes.                                                      |

(Crohngruppen Øst  
fortsætter næste side)

# Kirstine Hardam

Vi har altid  
førende  
produkter  
på lager!

Coloplast

dansac®

HOLLISTER

Convatec

biotrol pharma

### - når det gælder:

Stomi-artikler  
Sårbehandlingsbandager  
Inkontinens-produkter

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

Permanent udstilling af  
alle produkter

### Kontortid hver dag fra:

kl. 8.30 - 16.00 på  
tlf. 97 42 32 33

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



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



Vi håber at se deltagere fra hele området, selvom Fakse ligger laaangt væk for nogles vedkommende. Til gengæld er der vældig hyggeligt i Fakse, som kan prale af både kridtbrud, bryggeri og ikke mindst - Haribo Lakrids. Duften af 'Labre Larver' kan dog til tider drive én til vanvid, så man må til nærmeste brugs og købe en stor pose af slagsen.

Tilmelding er nødvendig - senest 25. september på tlf. 5650 8042. Der er maksimalt plads til 30, så det gælder om at være hurtig. Det koster ikke

noget at deltage; men transport er for egen regning. Sygehusets adresse er: Præstøvej 78 i Fakse, og mødelokalerne finder man til højre lige inden for porten.

Temaeftermiddagen er først og fremmest beregnet på medlemmer med morbus Crohn. Hvis du ikke har morbus Crohn, men er interesseret i at vide mere om sygdommen, er du naturligvis også velkommen.

Venlig hilsen  
Merete Møller



## Urostomi

Jytte Wittchen  
Kragesøvej 6  
4970 Rødby  
Tlf. 5460 3726.

## Urostomi

### - årsager og problemer

#### Referat:

**COPA møde 17. juni på restaurant Stadion.**

#### Fremmødte:

**26 deltagere.**

Vi blev budt velkommen af Jytte Wittchen, hvorefter der blev serveret frokost.

Efter frokosten holdt overlæge dr. med. Finn Lundbech, Skejby Sygehus fordrag om urostomi.

Indledningsvis begyndte han med at fortælle om de forskellige årsager til, at der anlægges en urostomi og urostomiens historie. De første forsøg på at lave en stomi til nutidens stomier fortrinsvis Brickerblære og Kocks reservoir.

Han gik derefter over til at fortælle om problemerne/bivirkningerne ved en urostomi. En urostomi ændrer stofskiftet, da det er et stykke tyndtarm, der er anvendt til at anlægge stomien. Det gælder især vitamin og salt og mineral optagelsen.

Disse vitamin/salt mangler kan afhjælpes ved indtagelse af

ekstra vitaminer. Det er især B12 og D vitamin mangel der opstår. Der kan ligeledes opstå ernæringsforstyrrelser af samme grund som nævnt ovenfor.

Syre/base balancen ændres fordi det er et stykke tyndtarm, der er brugt til stomien. Man bliver med tiden mere sur, da basen udskiftes med syre. Det har indvirkning på udskillelse af affaldsstoffer gennem lungerne, nyrerne og afføringen.

Knogleforstyrrelser, d.v.s. afkalkning af knoglerne er et andet problem i forbindelse med urostomi.

Endelig nævnte han, som de fleste af os nok har prøvet, infektionsproblemer og faren for tilbageløb af urin til nyrerne, hvilket medfører en nedslidning af nyrerne gennem årene. Hvor lang tid der går før nyrerne siger fra, kunne han ikke sige med sikkerhed, det er individuelt fra person til person.

Alle disse bivirkninger og omfanget af dem afhænger af, hvor stort et stykke tyndtarm man har brugt til urostomien.

Vi sluttede af med spørgs-

mål til lægen, hvilket han besvarede på bedste måde.

Klokken ca. 14.00 kom Gertrud Palsdottir fra Coloplast og fortalte om forskellige produkter til urostomiopererede.

Hun begyndte med Elise Sørensen, opfinder af den første stomipose i 1954, som blev starten på Coloplast til nutidens noget anderledes poser og hudplejeprodukter.

Hun havde da også et par nyheder i tasken, men de kommer først senere, hvornår vides ikke med bestemthed.

En nyhed som hun dog løftede sløret for var en "mini cap" en lille pose som kan bruges til at tage på i svømmehallen eller til de mere intime stunder, så glæd jer. Det er en lille pose med en lille pude indeni, som kan suge 100 ml.

Gertrud Palsdottir besvarede spørgsmål.

Den nye landsformand sluttede af med at sige, at vi urostomisterne siger for lidt, det er derfor, vi ikke bliver hørt. Han påpegede også, at vi er en interessegruppe inden for COPA, og at vi ikke er en selvstændig gruppe, men en ventil, hvor folk med specielle problemer kan komme med deres specielle problemer omkring det at have en urostomi. Han sluttede med at sige, at vi har brug for COPA som forening.

Vi sluttede med kaffe og kringle, hvorefter Jytte Wittchen sluttede med at takke for at så mange var mødt op, men vi ser selvfølgelig gerne flere næste gang.

Diana Madsen

## Jytte Wittchen beretter om urostomimødet 17. juni på restaurant Stadion

Den 17. juni kl. 11.00 var vi 28 mennesker, der mødte op til en dejlig eftermiddag. Det eneste vi har til fælles er en lille

urinpose på maven, d.v.s. med undtagelse af de pårørende der havde sneget sig med.

Jytte Wittchen startede med at byde velkommen til de knap 30 fremmødte og en speciel velkomst til overlæge dr.med. Finn Lundbech, Skejby Sygehus som skulle fortælle os om det at få en urostomi og bivirkningerne af den og til Gertrud Palsdottir fra Coloplast.

For at kunne klare eftermiddagens strabadser startede vi med en "let" frokost bestående af skinke m/flødestuvede kartofler, salat og flute. Det var rigtigt lækkert. Med fyldte maver lyttede vi så til Finn Lundbech, som på bedste måde fortalte om årsager til anlæggelse af urostomi og de mange komplikationer og problemer man kan støde ind i bagefter. Han forklarede på godt dansk om vitaminmangel, uorden i syre/base balancen og de mange infektioner som vi jo alle render ind i med jævne mellemrum. En stor tak til Finn Lundbech fordi han ville køre den lange vej fra Skejby til Odense.

Gertrud Palsdottir fra Coloplast fortalte på en meget underholdende måde om historien bag Coloplast og om nye produkter specielt til urostomioperede - dem er der ikke for mange af, men måske kommer det-hvem ved.

Gertrud løftede sløret for en ny pose som kommer på markedet omkring juletid. En mini cap - en lille pose, indeholdende en lille pude som kan suge op til 100 ml. Den kan bruges i svømmehallen eller til de mere intime stunder - den vil nok komme til at ligge under juletræet mange steder i de små hjem!!

Efter en meget hyggelig eftermiddag sluttede vi af med kaffe og kage, mens vi snakkede om hvad næste møde skulle omhandle og hvad alle de som ikke var mødt op var gået glip af. Så urostomiopererede MØD OP...

Jytte Wittchen





**Crohngruppen**

Vest: Mariann Olesen  
Skyttevej 21, 8450 Hammel  
Tlf.: 86 96 34 49

# **CROHNGRUPPEN VEST**



**kan atter tilbyde en spændende dag**

**på Langenæs Allé 21, Århus.**



## **Denne gang omfatter vores arrangement følgende :**

- Kl. 10,00 : Mødetidspunkt, hvor der vil blive serveret kaffe / te og rundstykker.
- Kl. 10,30 : Foredrag ved Doktor i Morbus Crohn, Lisbeth Ambrosius (fra Randers sygehus), vedr. Mb. Crohn i mundhulen og følgesygdomme til Mb. Crohn.
- Kl. 12,30 : Frokost, øl / vand.  
Mulighed for at strække benene.  
Kaffe / te - småkager.
- Kl. 14,00 : Foredrag ved Lone Jelle Mikkelsen vedr. hendes oplevelser med Morbus Crohn, før og efter diagnosticering. Fistler og derpå følgende stomi.
- Kl. 15,30 : Siger vi tak for i dag.



**Du kan allerede nu begynde at glæde dig.  
Vi tilbyder en interessant dag med relevante og aktuelle indslag.  
Du vil opleve en lærerig dag i godt selskab.  
VI GLÆDER OS TIL AT HILSE PÅ DIG.**

**ALLE MED INTERESSE FOR MORBUS CROHN VIL VÆRE VELKOMMEN.**

**På grund af støtte fra Hammel kommune og endnu større støtte fra COPA, har det været muligt at arrangere denne dag således, at den for dig vil være GRATIS,**

**din eneste udgift vil være transport, som du dog selv skal sørge for.  
Vi håber du vil møde op til dette arrangement og derved bakke op om Crohngruppen, så vi også fremover kan arrangere en lignende dag.**



**TILMELDING er nødvendig p.g.a. madbestilling  
senest d. 25. oktober til :**

**Mariann Olesen,  
tlf. 86963449.**

**eller**

**Gitte Rasmussen,  
tlf.: 86969689. Aften.**



**Hvad skal vi lave?**

De voksne undervises lørdag af psykolog Jørn Nielsen, som bl.a. vil fortælle om, hvordan man klarer hverdagen, parforholdet, søskende, familie, børnehaven, skole, sygehusophold, osv. med et sygt barn i familien.

Søndag formiddag kommer Niels Qvist og Sanne Djursfelt fra Odense Universitetshospital, og her bliver ordet frit.

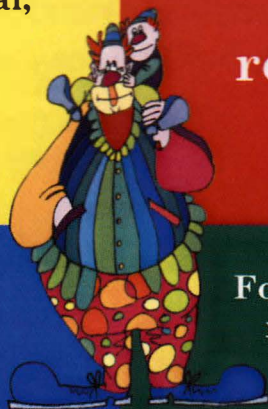
Lørdag er der tillige udstilling af stomiprodukter v/Kirstine Hardam hele dagen.

Lørdag formiddag besøger de mindre børn Vejle bibliotek eller leger i legerummet.

Lørdag eftermiddag kommer der en klovn og underholder børnene og lærer dem kunster.

Til de større børn har vi lejet en put and take sø. Vi tager madpakker med. Medbring evt. selv en fiskestang.

De, der ikke vil fiske, har mulighed for at bruge vores "net-café".



**FAMILIEWEEKEND**

**13. - 15. oktober**

**Vejle Center Hotel**

**for familier med  
stomi-/ eller  
reservoieropererede  
børn.**

Forældre med børn under 3 år må påregne selv at tage del i pasningen, når der er undervisning, da vi i år ikke har så mange børnepassere med.

Der er stort badeland i tilknytning til hotellet, så husk badetøj.

**Pris pr. deltager 300,- kr.**

Send nedenstående tilmelding eller tilmeld jer på [www.copa.dk](http://www.copa.dk) senest den 2. oktober.

Ja tak, vi vil meget gerne deltage i familieweekenden i dagene fra den 13. - 15. oktober 2000 på Vejle Center Hotel.

Barnets for- og efternavn \_\_\_\_\_ Født dag/mdr/år \_\_\_\_\_

Forældres navne: \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Postnr./By \_\_\_\_\_ Tlf.nr.: \_\_\_\_\_

Diagnose \_\_\_\_\_ Stomitype: Colo- \_\_\_\_\_ Ile- \_\_\_\_\_ Uro- \_\_\_\_\_ ikke stomi \_\_\_\_\_

|                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| Søskende Navn _____ | Født dag/mdr/år _____ |
| Navn _____          | Født dag/mdr/år _____ |
| Navn _____          | Født dag/mdr/år _____ |

Send tilmeldingen til COPAs sekretariat, Sct. Hansgade 26B, 4100 Ringsted senest den 2. oktober 2000.  
Girokort, program, kørselsvejledning og deltagerliste bliver tilsendt.





# Mødekalendar medio september - medio november 2000

| DATO / TID                                      | STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR                                                                            | DATO / TID              | STED / MØDEBESKRIVELSE / ARRANGØR                                                                                      |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13-09 kl. 17.00-19.00                           | Sygehuset Øresund, Helsingør.<br>Åbent hus. Rådgivning.<br><i>Frederiksborg amt</i>                          | 11-10 kl. 16.00 - 19.00 | Langenæs HandicapCenter, Århus.<br>Rådgivning -tlf. 8614 0233.<br><i>Århus amt</i>                                     |
| 14-09 kl. 19.0                                  | Hotel Phoenix, Vesterbro 77, Aalborg.<br>Temaaften: "Stomi - hvorfor?"<br><i>Nordjyllands amt</i>            | 11-10 kl. 18.00 - 21.00 | Big Bowl, Chr. d. VIII's Vej, Silkeborg.<br>Bowling og socialt samvær.<br><i>Århus amt</i>                             |
| 16-09 kl. 13.00 - 21.00                         | Nyråd Kro, Nyråd Hovedgade.<br>Høstfest - sammen med Lolland/Falster.<br><i>Næstved</i>                      | 13-10 kl. 17.45 - ?     | Back Street Bowl, Slotsgade, Randers.<br>Bowling og socialt samvær.<br><i>Århus amt</i>                                |
| 22-09 kl. 19.30                                 | Præstevænget 20, Ballerup.<br>Vinaften.<br><i>Københavns amt</i>                                             | 21-10 kl. 15.30 - 19.00 | Restaurant Møntporten, Københavnsvej 23,<br>3400 Hillerød. Bowling.<br><i>Frederiksborg amt</i>                        |
| 23-09 kl. 08.00 - 18.30                         | Fensmark ved Næstved.<br>Besøg på Holmegårds Glasværk.<br><i>Frederiksborg amt</i>                           | 23-10 kl. 18.30 - 21.30 | Natur-Drogeriet, Nydamsvej, Hørning.<br>Foredrag om naturprodukter. kaffe med brød.<br><i>Århus amt</i>                |
| 26-09 kl. 19.15-21.45                           | Hillerød Sygehus, Hillerød.<br>Foredrag: Irritabel tyktarm.<br><i>Frederiksborg amt</i>                      | 03-11 kl. 14.00         | Huset, Hasserisgade 10, Aalborg.<br>Hyggemøde.<br><i>Nordjyllands amt</i>                                              |
| 03-10 kl. 19.00                                 | Hotel Phoenix, Vesterbro 77, Aalborg.<br>Temaaften: "Urostomi-hvorfor?"<br><i>Nordjyllands amt</i>           | 08-11 kl. 16.00 - 19.00 | Langenæs HandicapCenter, Århus.<br>Rådgivning -tlf. 8614 0233.<br><i>Århus amt</i>                                     |
| 06-10 kl. 14.00                                 | Huset, Hasserisgade 10, Aalborg.<br>Hyggemøde.<br><i>Nordjyllands amt</i>                                    | 14-11 kl. 19.00         | Pappegøjehaven, Gæstesalen,<br>Europaplads 2, Aalborg<br>Foredragsaften - nye behandlinger.<br><i>Nordjyllands amt</i> |
| 07-10 kl. 14.00 - 17.00                         | Mødelokalerne, Fakse Sygehus.<br>Temadag, morbus Crohn.<br><i>Næstved/Crohngruppe Øst</i>                    | 17-11 kl. 14.00 - 16.30 | Fritidscentret, Vestergade, Randers.<br>Julehygge, m.m.<br><i>Århus amt</i>                                            |
| 6-10 til 8-10<br>alle dage<br>kl. 10.00 - 18.00 | Forum, Kbh.COPA deltager med en stand.<br>Messe - Sundhed/Velvære/Økologi.<br><i>København/Frederiksberg</i> | 30-11 kl. 18.00 - ?     | Svømmehallen Spanien, Århus.<br>Svømning + cafébesøg.<br><i>Århus amt</i>                                              |
| 11-10 kl. 17.00 - 19.00                         | Sygehuset Øresund, Helsingør.<br>Åbent hus. Rådgivning.<br><i>Frederiksborg amt</i>                          |                         |                                                                                                                        |

## FS 22

### *din faglige stomipleje*

En faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi.

Vi afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan, samt oplysningsvirksomhed for sygeplejersker og interesseorganisationer. Herunder informationer om udenlandske kongresser og rejser. Vi medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark, som løbende opdateres i vort fagblad.

### **StomiNyt**

Ønsker du en nærmere tilknytning eller orientering gennem vort fagblad, da kontakt venligst:

**Formand: Lena Thomsen, Klarup Kirkevej 40, 9270 Klarup**

**tlf.: 98 31 75 15**

**Næstformand: Kirsten Bach, Horsens Sygehus, 8700 Horsens**

**tlf.: 79 27 44 44**



03100 KHC 1891 012  
HENNING GRANSLEV  
BAUNEGARDSVEJ 110  
KOLT  
8361 HASSELAGER 8361 0800/ 7

---

## LOKALFORENINGER / GRUPPER

*De anførte træffetider er kun vejledende*

---

### København / Frederiksberg

Grethe Nielsen  
Enigheds-Allé 17  
2700 Brønshøj  
Tlf.: 38 28 03 82

### Københavns amt

Marianne Hemmingsen \*)  
Grønnevej 253, 1-3  
2830 Virum  
Tlf. 45 83 52 58

### Bornholms amt

Inge Skovgaard Petersen  
Pæretærsdalen 21  
3700 Rønne  
Tlf.: 56 95 65 30

### Frederiksborg amt

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

### Fyns amt

Lars E. Nielsen  
Thuresensgade 31  
5000 Odense C  
Mobiltlf.: 21 60 73 72

### Lolland-Falster

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

### Nordjyllands amt

Flemming Jacobsen  
Tyttebærvej 7  
9530 Støvring  
Tlf.: 98 37 16 30

### Næstved

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

### Ribe amt

Anders Lund  
Holmevej 6  
6700 Esbjerg  
Tlf.: 75 45 13 22

### Ringkøbing amt

Astrid Jakobsen  
Ole Rømersvej 11, 1..th.  
7400 Herning  
Tlf.: 24 60 96 38 (bedst 14-21)

### Roskilde amt

Erik Kristjansen \*)  
Jasminvej 1  
4600 Køge  
Tlf.: 56 65 38 78

### Sønderjyllands amt

Sv. Kjærsgaard Jensen  
Møllehaven 2A  
6430 Nordborg  
Tlf.: 74 45 42 04  
(bedst efter 17.00)

### Vejle amt

Lis Obel Jakobsen  
Overgade 5, Skærbæk  
7000 Fredericia  
Tlf.: 75 56 28 20

### Viborg amt

Inga Vestergaard Andersen  
Fårtoftevej 144  
7700 Thisted  
Tlf.: 97 92 15 97

### Vestsjællands amt

Torben Hansen \*)  
Højbogårdsvej 43  
4100 Ringsted  
Tlf.: 57 61 56 23

### Århus amt

Henning Granslev \*)  
Bavnegårdsvej 110, Kolt  
8361 Hasselager  
Tlf.: 86 28 11 24 (bedst 14.00 - 18.00)

### Forældregruppen

Lisbet Refer Dalsgaard  
Bredmosevej 16, Elsborg  
8840 Rødkærsbro  
Tlf.: 86 65 90 12

### Ungdomsgruppen

Dorthe Nielsen  
Gåskærgade 29, 2.th.  
6100 Haderslev  
Tlf.: 74 53 64 60

---

### Crohngruppen

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

**Vest:** Mariann Olesen

Skyttevej 21, 8450 Hammel  
Tlf.: 86 96 34 49

### J-pouch

Christina Berggren Andersen  
Vindegade 79, 4.tv.  
5000 Odense C  
Tlf.: 21 81 10 26

### Urostomi

Jytte Wittchen  
Kragesøvej 6  
4970 Rødby  
Tlf.: 54 60 37 26

---

\*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.