



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

Januar/Februar Copa-blad 1/2004

**Familieweekend med "Skunk"**  
se side .....27

# Godt nytår kære læser

## LEDER



Henning Granslev,  
landsformand

**E**t nyt år er begyndt. Nogle har lovet sig selv eller andre et nytårsforsæt. Måske var det under pres, hvem ved? Mange personer tænker måske også på hvilke positive og negative hændelser, der vil ske i det kommende år.

**J**eg kan så give jer den første negative oplysning. Kontingentet til COPA vil stige med kr. 25 pr. medlem. Det har desværre været nødvendigt p.g.a. stigende udgifter til porto (i sidste blad skrev jeg lidt om problemet). Trods mange protester fra utallige foreninger, herunder patientforeninger, til folketingsmedlemmer, ministerier er der endnu ikke kommet en afklaring på denne sag. COPA har modtaget bekræftelse på indsendte protester. Men alle giver Sorteper videre til næste hånd!!

Et er dog helt sikkert. Portoudgifterne vil stige meget kraftigt. Som et plaster på såret har regeringen afsat en pulje på kr. 26 mill. til fordeling blandt skønsmæssig 2400 foreninger. Altså i gennemsnit ca. kr. 10.000 til kompensation for den tabte portostøtte. Det siger sig selv at kr. 10.000 ikke rækker længere end til en vis skrædder i h..... For at spare til porto og derved komme en vægtgrænse ned vil bladet blive trykt på lidt tyndere papir. Kvaliteten kan sammenlignes med mange ugeblade. Portoudgifterne i 2004

stiger for COPA's vedkommende formentligt med langt over kr.100.000. Derfor har vi været nødsaget til kontingentforhøjelsen, som vi forventer vil indbringe ca. kr. 70.000 (NB: sidste stigning var i 1994).

**O**kay, der er da heldigvis også noget positivt at berette om. Den 23. marts bliver en mærkedag for FS22 (sammenslutningen af stomisygeplejersker), Colitis-Crohn foreningen og Stomiforeningen COPA. Denne dato vil der for første gang blive holdt et fællesmøde. Der har i de sidste år været afholdt fællesarrangementer på lokalt plan. Derfor synes tiden at være moden til at repræsentanter fra „Toppen“ i foreningerne også mødes. De to patientforeninger har behandlet sagen i deres bestyrelser, og heldigvis blev ideen vel modtaget. På fællesmøderne kan der udveksles informationer og erfaringer. Resultatet skulle gerne ende i en gensidig orientering ved relevante møder/arrangementer om vores foreninger. Der er plads til begge foreninger. Vi har hver især gode tilbud om information og vejledning i at leve med en kronisk tarmbetændelse eller med stomi/reservoir. Jeg er sikker på, fremtiden vil vise, at samarbejdet vil blive til glæde og gavn for begge foreninger og deres medlemmer. Nu

starter vi og går positivt til sagen. Fremtiden vil vise, om vi spæede rigtigt.

**I**nde i bladet kan der læses om årets sommerarrangement i uge 25. Sidste år var der som omtalt i tidligere blade meget stor efterspørgsel til sommerarrangementet. Mange fik derfor afslag, og var måske nødt til at aflyse ferie eller selv finde en feriemulighed. Vi har derfor i år valgt at gøre reklame allerede i første blad. Så kan de heldige i år få besked ca. 1 1/2 måned tidligere. Og de uheldige har lidt længere tid til at finde et andet ferietilbud. Som lovet sidste år er opholdet igen på SAS hotellet i Frederikshavn.

**L**idt reklame for et andet populært arrangement kan der også gives her i bladet. Midt i Livet - weekendarrangement afholdes i år den 3. til 5. september på Quality Hotel Faaborg Fjord. Et ønske fra mange medlemmer om at komme til Fyn er hermed muligt. Det er da også positivt (for nogle). I næste COPA-blad kan der læses mere om dette tilbud.

**T**il slut vil jeg håbe på, at alle vore medlemmer, både aktive og støttemedlemmer, har forståelse for den situation portoudgifterne kan give en forening – en kontingentforhøjelse. Både COPA's forretningsudvalg og hovedbestyrelse har ikke villet spare på tilskuddet til lokalforeningerne, landsaktiviteterne eller til medlemsbladet incl. kalenderen. Derfor håber jeg, at du/l tager imod forhøjelsen med oprejt pande, måske ikke betaler med glæde men så dog med forståelse. Husk COPA er dit talerør overfor det offentlige. Og samtidig støtter du/l en god sag. ■

## NYT NYT NYT

**Så er Stomiforeningen COPA atter tilbage på nettet med gæstebogen. Nu med mere power end tidligere. Vores hjemmeside er blevet strømliniet med nye links og har både en gæstebog og et forum. Kort sagt alt er nyt. Vi ser frem til, at mange vil besøge den nye hjemmeside. Er der noget, som du mener kan laves bedre, vil der blive taget pænt imod forslaget. Men hjemmesiden skal være seriøs og ikke et „flower power“ reklameindslag fyldt med alt muligt, der er irrelevant for og om vores forening og stomi/reservoir. Vi håber og tror, at hjemmesiden kan give interesserede svar på nogle spørgsmål her og nu.**

Velkommen på siden:

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

P. v. a.  
**COPA**

Henning Granslev



## 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](mailto:sekretariatet@copa.dk)

• *Landsformand:*

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (bedst 14.00-18.00)

Fax: 7021 3515

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

• *Vicelandsformand:*

Merete Møller

Ærtebjergvej 28, Lund

4660 Store-Heddinge

Tlf. og fax: 5650 8042

• *Lokalformænd og -grupper:*

Se bagsiden.

## Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om

året, d. 10. i ulige måneder. Næste

blad udkommer 1. marts; omdeles

i uge 10 (Udgivelsen undtages sesvis fremrykket).

Oplag: 5000 stk.

Tryk: Glumsø Bogtrykkeri A/S.

• *Ansvarshavende redaktør:*

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889.

E-mail: [bladet@copa.dk](mailto:bladet@copa.dk)

• *Læserbreve, indlæg og artikler:*

Manuskripter sendes på [bladet@copa.dk](mailto:bladet@copa.dk)

eller med PostDanmark til sekretariatet. Foto/

illustrationer helst med PostDanmark; sendes

de pr. mail, skal det være som *selvstændige*

påhæftede tif-filer, mindst 300 pixels.

**Sidste frist for indlevering til**

**næste nummer er 02/02.**

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 udkom-

mer. Film mv. skal sendes til sekreta-

riatet. Materialefrist og annullerings-

frist normalt 21 dage før udgivelsen.

Annoncemateriale til næste nummer

skal være Copa-bladet i hænde senest:

09/02. 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 reservoiopererede samt personer med sygdomme, der kan føre til anlæggelse af stomi/reservoir.

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

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

**Copa-blad 1/2004 (januar/februar).** [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 180].

## Indhold:

Leder ( <i>Henning Granslev</i> ).....	2
Vil du/I med til Frederikshavn? ( <i>Henning Granslev</i> ).....	4
Ny formand for FS22 ( <i>Merete Møller</i> ).....	8

## Læserne skriver

En pose til det mest nødvendige ( <i>Christian Reuss Christensen</i> ).....	10
Tips til madlavning ( <i>Ruth Jørgensen</i> ).....	10
Et tip fra en kolostomiopereret ( <i>N</i> ).....	10
<b>Nyt fra lokalforeningerne</b> .....	12

**BEMÆRK ændret deadline**

**Deadline for næste blad: 2. februar 2004**

**Tilbud om rådgivning**

**Se under lokalforeningerne.**

## Rådgivning

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

tlf. 5767 3525 eller til en lokalfor-

mand. Telefonnumrene på lokal-

formændene findes på bagsiden af

dette blad.

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

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

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

bl.a. samtaleteknik, psykologi og anatomi. Rådgiverne har naturligvis tavshedspligt.

Rådgivningen vedrører kun det at leve med stomi/reservoir samt råd og vejledning af ikke-lægelig karakter. Ved specifikke spørgsmål om stomipleje og medicinske forhold bør man i stedet henvende sig til sin stomisygeplejerske eller stomi-ambulatorium.

Sekretariatet eller lokalformanden vil finde den rådgiver, der skønnes bedst egnet med hensyn til stomi/reservoir, alder og køn.

Det er ganske uforpligtende at ringe til sekretariatet eller en lokalformand, idet Stomiforeningen COPA er til for dig og din familie/pårørende.

Liste over stomiambulatorier findes i dette blad side 30-31.

## Vil du/I med til Frederikshavn?

COPA har på grund af sidste års store efterspørgsel atter valgt Radisson SAS Jutlandia Hotel, Havnepladsen 1, Frederikshavn til årets sommerferieophold. Arrangementet er fra mandag den 14. juni til lørdag den 19. juni. Der er reserveret 30 dobbeltværelser og 10 enkeltværelser. Hotellet har 95 værelser, ikke ryger værelser, ekstra store badeværelser til kørestolsbrugere og nogle parkeringspladser. Men der er gode parkeringsmuligheder tæt ved hotellet. Gæster, der ankommer med tog eller bus, skal kun spadsere ca. 500 m. til hotellet. Lige uden for hotellet ligger gågaden, så her kan indkøbslysten helt sikkert afprøves mange gange. Der er InterCitytog hver time til Frederikshavn. Ca. rejsetider fra København 6 timer, Odense 4 1/2 timer, Århus 2 1/2 timer, Sønder-

borg 6 timer og Esbjerg 5 timer.

Prisen for opholdet er pr. person kr. 2000 i dobbeltværelse og kr. 2300 i enkeltværelse. Betalingen er incl. turen til Læsø (færgе, bus og kaffe på hjemturen), en øl/vand til frokost alle dage på hotellet. Betalingen for arrangementet dækker alle udflugter og følgende:

*mandag - buffet og aftensmenu, tirsdag til fredag - morgenbuffet, frokost og aftensmenu, lørdag - morgenbuffet.*

Under arrangementet vil der blive et oplæg om „Stomi og Body Image“ ved Lena Thomsen, Ålborg. Tidspunktet er dog endnu ikke fastlagt. Men det bliver en formiddag eller aften.

*Tilmelding til sekretariatet senest den 25. februar. Der må gerne sendes kopi af*

tilmeldingsblanketten. Normalt er der stor interesse for at deltage i sommerarrangementerne. Deltagerne vil normalt være en blanding af gamle og nyopererede. Deltagere fra sidste års sommerferieophold kan desværre ikke forvente at komme med i år. Sidste år var der ca. 60 på venteliste. Så de kommer i første række. Du/I bør tilmelde jer så hurtigt som muligt. Bekræftelse, opkrævning og endeligt program vil blive sendt primo marts.

### Ekstra tilbud

Det er muligt at bestille en ekstra dag på hotellet før eller efter COPA arrangementet. Tillægsovernatning til særdeles favorable pris: dobbeltværelse kr. 600, enkeltværelse kr. 500. Ekstra nat aftales og bestilles direkte til hotellet : Tlf. 9842 4200, spørg evt. efter Annika Øgaard.

*Henning Granslev*

### Program

**Mandag den 14. juni.**  
Ankomst og indkvartering. Der er bestilt buffet i restauranten fra kl. 12 til kl. 14.

**Tirsdag den 15. juni.**  
Eftermiddagstur til Skagens Museum m.m.

**Onsdag den 16. juni.**  
Eftermiddagstur sydpå til Voergård Slot m.m.

**Torsdag den 17. juni.**  
Heldagstur til Læsø. Bustur rundt til seværdighederne på øen. Frokost medbringes fra hotellet.

**Fredag den 18. juni.**  
Hele dagen er til egen disposition. Der er mange muligheder for at tage på udflugt rundt i omegnen. Besøg f. eks. Ørnerservatet, Bangsbo Museet, eller gå en strøgtur i Frederikshavn. Fredag aften er der festmiddag med musik og dans.

**Lørdag den 19. juni.**  
Efter Super Breakfast Buffet er der afsked med COPA vennerne og hjemrejse.

## Tilmeldingsblanket til COPA-ferie

14. til 19. juni 2004

på Radisson SAS Jutlandia Hotel, Havnepladsen 1, 9900 Frederikshavn. Tlf. 9842 4200

Medlems- /støttemedlemsnummer.....

Navn(e).....

Adresse.....

Postnr./ By.....

Telefon.....

- Jeg ønsker enkeltværelse
- Vi ønsker dobbeltværelse
- Ønsker *ikke*-rygerværelse
- Vil gerne deltage i udflugten til Skagen, m.m. (tirsdag)
- Vil gerne deltage i udflugten til Voergård Slot, m.m. (onsdag)
- Vil gerne deltage i udflugten til Læsø (torsdag)
- Er gangbesværet
- Speciel kost.....
- Specielle ønsker.....

*Sendes i lukket kuvert - eventuelt som fotokopi - så den er ved*

COPA, Sct. Hansgade 26 B, 4100 Ringsted  
senest 25. februar 2004



## Forlæng dine muligheder

Ileostomi ✓

Colostomi ✓

Urostomi ✓

LINDEGAARD & CO

PI 1-9/A-100 08/03 © 2003 Dansac A/S

**NOVA** Urostomy

**dansac**   
- fordi små detaljer gør den store forskel

# Rehabiliterings tilbud for kræftpatienter

På Dallund kan kræftramte, der har afsluttet deres behandling blive rehabiliteret.

Kurserne på Dallund tager udgangspunkt i det hele menneske. Der sættes fokus på både det fysiske, psykiske, sociale og arbejdsmæssige. Der er 20 kursister hver uge. Kurserne begynder mandag morgen og slutter lørdag middag.

Man skal udfylde et ansøgningskema inden man kan komme i betragtning.

Ansøgningskemaet ligger bl.a. på Dallunds hjemmeside,

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

Det bedste tidspunkt for et kursusophold er som hovedregel mellem tre måneder og 1 1/2 år efter kræftbehandlingen er færdig. Er man i kemoterapi med tabletter og/eller i hormonbehandling behøver man ikke at have overstået behandlingen for at komme i betragtning til et ophold på Dallund.

Kursusopholdet finansieres i samarbejde mellem Kræftens Bekæmpelse og de deltagende amter og forudsætter, at opholdet er godkendt af det amt, hvor man bor.

Opholdet er gratis for kræftpatienter. Pårørende kan deltage efter aftale med Dallund, og prisen er 1.500,- kr for en uge. Alle får anvist eget værelse med bad og toilet. Der arrangeres fællestransport fra Odense Banegårds Center til Dallund og retur.

Denne transport er gratis. Udgift til transporten til Odense Banegård skal man selv afholde.

Rehabiliteringscentret er røgfrit område, så evt. rygning foregår udendørs.

Det er nødvendigt at man er selvhjulpne, der er mange trapper på Dallund.

Opholdet på Dallund er sammensat af forskellige former for tilbud. Der er undervisning, fysisk træning og individuelle samtaler, hvor man selv vælger emne, samt mulighed for socialt samvær. Kurset er koncentreret og intensivt.

Ugerne på kurset er delt op efter temaer, så man



kan selv finde en uge, der passer ens behov. På den måde kan kursisterne bedre bruge hinandens erfaringer. På Dallund er fast ansat socialrådgiver, fysioterapeut, læge, psykolog, sygeplejersker, diætist, samt massører. De står alle til rådighed for kursisterne. Hertil ansatte - f.eks. præst, kunstterapeut - afhængig af kursets tema.

Kursusplan, forår 2004, kan ses på [www.dallund.dk](http://www.dallund.dk)

eller rekvireres ved henvendelse til Dallund, Kræftens Bekæmpelses kræftrådgivning, Kræftlinien, Kræftens Bekæmpelses Hovedkontor samt på diverse sygehusafdelinger.

## Hærevejsmarch 2004

**Alle kræftramte og pårørende inviteres til at deltage 26. og 27. juni; i gruppen 'Bryd Grænser' kan man få kontakt med andre kræftramte.**

Har du svært ved igen at få gang i din krop med eller efter kræftsygdomme?

Har du brug for folk i "samme båd" til at dyrke motion med?

Projekt 'Bryd Grænser' er en ide, som er startet på Kræftens Bekæmpelses rehabiliteringscenter Dallund [www.dallund.dk](http://www.dallund.dk)

Ideen med projekt 'Bryd Grænser' er at hjælpe nuværende og tidligere kræftpatienter ved at sætte fokus på fysisk aktivitet. Lige meget hvilken fysisk udfordring man giver sig i kast med, vil det medvirke til bedre livskvalitet og motivere til at komme ud af rollen som

kræftoffer. Men motion er svært, især hvis man er alene om det. Motivationen drives i høj grad af, at man dyrker den fysiske udfoldelse sammen med ligesindede.

Sidste år var der en 'Bryd Grænser'-gruppe på 35, som deltog i Hærevejsmarchen.

Man går 2 x 20 km lørdag og søndag.

### For yderligere information - kontakt venligst:

Karin Andersen tlf.: 8661 0393  
Dorte Hansen tlf.: 8669 2314  
Inger Jonassen tlf.: 8662 5952  
Helga Kyllingsbæk tlf.: 8667 2769  
Birgit Fisker Nielsen tlf.: 8661 4540

[gl.aalborgvej\\_114@hotmail.dk](mailto:gl.aalborgvej_114@hotmail.dk)  
[skivevej\\_33@teliamail.dk](mailto:skivevej_33@teliamail.dk)  
[henrikillesoe@tiscali.dk](mailto:henrikillesoe@tiscali.dk)  
[hky@post5.tele.dk](mailto:hky@post5.tele.dk)  
[bfnielsen@ofir.dk](mailto:bfnielsen@ofir.dk)

# Endelig en bandage...



## som gør livet lettere

Vores nye stomibandage ligner ikke noget du har prøvet før. Den er tyndere og mere diskret selv under tætsiddende tøj. Det er enkelt og hurtigt at skifte. Og den findes i mange størrelser til alle situationer i din hverdag.

**Esteem**  
*synergy*™



 **ConvaTec**

**Prøv Esteem synergy som gør livet lettere. Send kuponen ind allerede i dag.\***

Send mig information og prøv på Esteem synergy.

Min stomi er \_\_\_\_\_ mm i diameter. Jeg anvender:  tømbare  lukkede poser.

Jeg træffes bedst mellem kl. \_\_\_\_ og kl. \_\_\_\_

Jeg vil også gerne vide mere om ConvaTec's medlemsklub **Gold Card Service**.

Spørgsmål? Ring: **80 30 60 11**.

\* Findes endnu ikke til urostomi.

Navn \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Postnummer \_\_\_\_\_ BY \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

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

# Ny formand for FS22

## FS22's Landskursus i Faaborg 2.-4. november 2003

### REFERAT

Af: Merete Møller, vicelandsformand COPA

**S**ammen med lokalformand og FU-medlem Torben Hansen var jeg så heldig at få lov at deltage i ovenstående arrangement på afbud, idet landsformand Henning Granslev var forhindret i at komme.

**F**yn og Faaborg viste sig fra deres smukkeste side med højt solskin, så humøret var fint, da vi ankom og gik i gang med at sætte udstilling op og hilse på gamle kendinge blandt fabrikanter, forhandlere og selvfølgelig også stomisygeplejersker.

**D**er var omkring 150 deltagere, heraf 125 sygeplejersker – de resterende 25 var gæster fordelt på fabrikanter, forhandlere og foredragsholdere – og patientforeningsrepræsentanter fra henholdsvis COPA og Colitis-Crohn Foreningen.

**Å**rets tema var: God klinisk praksis – 5 dilemmaer: Stomimarkering, Bandagesvalg, Bandageskift, Bivirkninger og Reklamationer overfor firmaer.

**F**ormand Lena Thomsen indledte med at byde velkommen og håbede, at alle fik et par gode og udbytterige dage.

**S**tomimarkering er jo, som vi ved, utrolig vigtigt, og det blev helt tydeligt vist gennem en billedserie.

**B**andageskift lod til at være lidt mere indviklet, end vi brugere normalt spekulerer over. Nå, men vi har jo også øvet os i en del år. Det fremgik i øvrigt, at sund fornuft aldrig er helt af vejen.

**B**ivirkninger blev også illustreret med billeder, der kan få én til at gyse. Før og efter-billederne talte deres tydelige sprog.

**D**agen bød også på foredrag med overlæge Finn Kallehave (Det Nationale Indikator Projekt) og læge Mads Frellsen (Center for Evaluering af Teknologivurdering), som begge var gode til at holde interessen fanget på trods af det tørre stof.

**D**er var indlagt kaffe- og strække-ben-pauser i passende mængder, så vi led ingen nød.

**D**agen sluttede med en dejlig middag, og derefter var der generalforsamling i FS 22. Vi kunne så spændt vente på resultatet, som ville blive offentliggjort næste dag.

**M**andag d. 3. november 2003 var første punkt på programmet bestyrelsens konstituering, som gav dette resultat: Formand: Per Herlufsen, næstformand: Berit Kiesbye, kasserer: Hanne Jørgensen, sekretær: Jette Kundal, bestyrelsesmedlemmer: Grethe Hansen og Grethe Vendelbo.

**S**å gik det videre derudad med påsætning af plader, håndtering af klæber m.v. Her var der et ekspertpanel bestående af fabrikanter, som sandelig fik lov at svare på spørgsmål. Det kunne man have brugt endnu længere tid på. Der kom sjuve ting frem via spørgsmål fra salen – bl.a. fik vi at vide, at én lagde sin maveplade i microbølgeovn, for at opnå den rette temperatur for klæberen! Det var nu ikke en fremgangsmåde til efterfølgelse. (Tænk en gang: maveplade med sprød svær???) Efter flere variationer over temaet: Hvornår klæber pladen bedst, blev det fastslået, at det gør den faktisk, så snart den kommer i kontakt med huden og derved kroppens temperatur. Klæberne har det i øvrigt også bedst ved stuetemperatur. Så var det på plads. Der blev altså gennemhullet et par myter omkring klisterværket.

**H**vordan man får patienterne klædt på til at vælge produkt? Først blev emnet gennemgået af en sygeplejerske og derpå kom vi to fra COPA og talte ud fra egne erfaringer, og det lod til at falde i god jord. Vi modtog senere positive tilkendegivelser fra flere mødedeltagere, der syntes, vi havde været medvirkende til, at de så tingene i et lidt andet lys.

**D**er var et spændende indlæg omkring brug og misbrug af statistisk materiale og senere noget om reklamens magt.

**D**agen sluttede med en festaften af dimensioner med forskellige underholdende indslag og ikke mindst tilbørlig begavelse af den nu afgangende formand Lena Thomsen, der havde beklædt posten i 10 år til gavn for stomisygeplejerskerne og ikke mindst os – brugerne – patienterne.

**E**t af de festlige indslag var en sygeplejerske m/k, der havde en slags talefejl og mindede mistænkeligt om den nye formand Per Herlufsen. Det *tapper* vi hermed for. (Sådan skal det staves). Aftenen stod i reklamens tegn og det kunne ses på de mange festlige kostumer. – Og så var der ellers dans til alle tiders orkester!

**V**i havde også lejlighed til at hygge os sammen med repræsentanten for CC-foreningens afdeling i Nordjylland, Bente Buus Nielsen og alle de kendte ansigter fra fabrikanter og forhandlere.

**S**idste dag bød på noget om bivirkninger. Her medvirkede bl.a. to små gæster ved navn Rosenknop og Tut. En sjov præsentation v. Per Herlufsen.

**S**agsbehandler fra Lægemedelstyrelsen Nicky van Leeuwen fortalte om pligten til at indberette bivirkninger i forbindelse med hjælpemidlerne. Det er ikke småting, sygeplejerskerne skal favne om.

**S**idste punkt var noget om god klinisk praksis ved sygeplejedirektør på Rigshospitalet Helen Bernt Andersen, som sandelig kunne få os op af stolene. En person med meninger, som hun ikke var bange for at lufte. Flot indslag.

**P**er Herlufsen sluttede af og ønskede alle en god tur hjem.

**P**å hjemturen fordøjede vi alle de mange indtryk og var enige om, at det var været nogle dejlige dage, som FS22'erne skal have stor tak for. Vi glædede os på COPA's vegne til det fremtidige samarbejde og kunne i den forbindelse konstatere, at vi heldigvis stadig kan lære noget af hinanden. ■





Nyhed

# Moderma Flex med Lock 'n Roll

## Et revolutionerende lukkesystem til tøjbare poser

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

For yderligere information kontakt Hollister kundeservice, tlf. 4846 5101

Dansac & Hollister, Hejreskovvej 10F, 3490 Kvistgaard

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

**Vareprøve.** Ja tak, jeg vil gerne prøve Conform2 hudplade og tøjbar pose med Lock 'n Roll lukkesystem

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

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



### "En pose til det mest nødvendige"

Jeg er støtte medlem i foreningen COPA, det vil sige det er min kære hustru Christa, som bærer rundt på en pose "til det mest nødvendige", føler jeg mig næsten fristet til at sige, og selvom jeg selv er meget hårdt ramt af sygdom, jeg blev pensioneret allerede da jeg var i begyndelsen af halvtredserne, er det ikke mine egne småtterier, som jeg har lyst til at fortælle jer om, men jeg har lyst til at fortælle jer om, hvordan mit møde med operationen hos min hustru fandt sted, som førte til at hun blev nødt til at tillægge sig en pose "til det mest nødvendige".

Christa og jeg har været gift i mere end 30 år, og det har jo nok været en lang tid for hende, at holde mig ud, men hun har klaret det, og i mellemtiden er vi blevet forældre til 2 unge damer og 2 unge herrer, som nu har skænket os 6 børnebørn, og prøv at tænke jer, kun 1 dreng og 5 piger, det bliver dyrt for de stakkels fædre, (ikke bedstefædre), når den tid kommer, og de skal have alle de piger afsat, men den tid den sorg.

I vort liv har det længe aftegnet sig, at Christa skulle opereres, og jeg må sige at den dag frygtede jeg, som en elefant frygtede en mus, og gik uden om, ligesom katten går uden om den varme grød, idet jeg jo i min naivitet mente, at livet er slut, med den omstændighed, at man nu skal til

at bære "en pose til det mest nødvendige".

Christa lider af "Morbus Crohn", og da denne lumske sygdom har angrebet hendes tyktarm har hun fået en ileostomi, som det har taget lang tid for hende at vænne sig til, idet det jo ikke er en brækket storetå, som hun har fået, men et meget omfattende indgreb i hendes liv og dagligdag. Vi har boet i fjorten år i Høje Taastrup Kommune, og derfor blev hun opereret i Glostrup. For to et halvt år siden er vi dog flyttet til storbyen Bylderup-Bov i det gæve Sønderjylland, der hvor de rigtige danskere bor.

Da vi boede i Høje Taastrup, har vi kun snuset til foreningen Copa, men det er dog aldrig blevet "til kærlighed ved første blik", idet som i jo alle ved, er københavnernes lidt stive, og har nok at gøre med sig selv, d.v.s. janteloven slår betydelig mere igennem på "Djæveløen" Sjælland end i Sønderjylland. I Sønderjylland derimod er vi blevet mødt med en hjertelighed og en venlighed, og derfor er det blevet til "kærlighed ved første blik", og vi har været til 2 arrangementer som 40 års jubilæet i Hellevad og nu julefrokosten i år sammesteds.

Nej nu står Verden ikke længere, der er masser af kønne piger i COPA, og minsandten om de ikke kan danse og feste og være glade, ja og så oven i

købet er det ganske almindelige mennesker, og man hører ingen jammer og ingen klager, som tidligere tiders grædekoner, nej det var noget så festligt og godt, at vi helt glemte, at min kære hustru Christa jo var posebærer.



Mit møde med den Sønderjyske afdeling af Copa, selv om jeg ikke har noget imod Københavnerne, har så absolut været positivt, og den venlighed og ligefremhed som vi er blevet mødt med, har bidraget til at vi har forstået, at livet jo skal gå videre, og kan gå vide, og det selvom man er hårdere ramt end de fleste, så er vore venner i Copa dog ganske almindelige mennesker, som det er festligt og godt at være sammen med, og jeg imødeser derfor med glæde den næste sammenkomst.

Hjertelig tak for alt indtil nu, og godt nytår alle sammen.

*Christian Reuss Christensen  
Bylderup-Bov  
christian@reus-christensen.dk*

### Ny folder

'Den Uvildige Konsulentordning' har gennem de seneste år rådgivet mere end 1000 mennesker. Nu har de udgivet en revideret folder '*Hvis sagen gør knuder*' der fortæller om 'Den Uvildige Konsulentordning' og hvilke proble-

### TIPS til madlavning

Til grønkål – hvidkål og rødkål - samt gule ærter bruges en 1/2 - 1 teske natron til ca. 2-4 portioner. Ved kogning af blomkål – rosenkål og broccoli skal første hold vand der koges op smides væk - nyt vand og salt tilsættes. Hvis I bruger disse gode råd vil I lettere fordøje maden og minimum med luft i posen.



*Hilsen fra  
Ruth Jørgensen  
Bryggen 13, 1. tv.  
6300 Gråsten  
tlf. 7465 0401*

### Et tip fra en kolostomiopereret

Er man på farten i det ganske land på cykel eller i bil kan det være svært at skifte pose på en rasteplads.

Ved faktisk alle danske landsbykirker er der tilgængeligt toilet – pæne og velholdte, varmt og koldt vand, og på kirkegården er der affaldsposer.

Man behøver ikke at være medlem af Folkekirken for at benytte dem.

Tak for bladet.

*Med venlig hilsen  
N*

mer de

kan hjælpe folk med.

På tlf.:

7630 1930

kan du få

oplyst, hvor du kan få denne folder. Du kan også hente information på [www.dukh.dk](http://www.dukh.dk)

Dukh logo

Hvis sagen gør knuder

# STOMI/BROK

## SPECIALFREMSTILLEDE

### STØTTEBANDAGER OG UNDERTØJ

Stomi/brok-bandage fremstillet efter mål sikrer brugeren:

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

Model 801



Model 801 m. blonde og lommepose



Model 801 m. lynlås eller velcro



Model 822 m. lommepose



Model 813



Model 825



Model 1230



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

Rekvirer GRATIS brochurer på tlf. 64 46 13 30.

Model 812



Model 814



Model 809



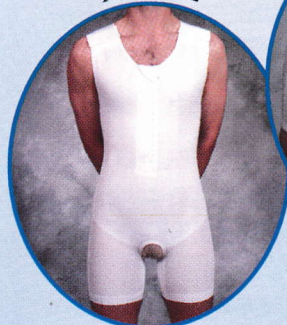
Model 807 m. gylp



Model 802



Model 902



Model 806 m. gylp



Let elastikbælte til sport og intimt brug.

# Eto

GARMENTS

– soft as silk, strong as steel

Alle modeller fåes i sort, hvid eller hudfarve



Eto GARMENTS ApS · Bredgade 16 · 5592 Ejby · Tlf. 64 46 13 30 · Fax 64 46 18 30  
E-mail: sales@eto-garments.com · www.eto-garments.com · www.stomibandager.dk



# NYT FRA LOKALFORENINGERNE



## København/ Frederiksberg

<p><b>Lokalformand:</b> Peter Sørensen, Århus Plads 6, 2.th. 2100 København Ø Tlf.: 3538 9148 E-mail: <a href="mailto:nepe@privat.dk">nepe@privat.dk</a></p>	<p><b>Yderligere kontaktperson:</b> Grethe Nielsen Enigheds-Allé 17 2700 Brønshøj Tlf.: 3828 0382</p>
--	---

Så er vi igen startet på et nyt år, vi håber I alle har haft en rigtig god Jul.

#### Siden sidst

### Tirsdag den 14/10 medlemsmøde med hygge og snak

Vi prøvede, for første gang, om der var tilslutning til et møde, uden emne, kun hygge og snak.

Og det var der, snakken gik på tværs, og folk hyggede sig med kaffe og et stykke kage.

Det er dejligt at se, at medlemmerne deltager, selvom formålet „bare“ er at være i godt selskab. Det er rart at se og høre hvordan snakken bare flyder, og erfare at der gives mange gode råd og ideer videre.

indsatsen. (Jeg tror Grethe har haft en karriere - ved forsvaret.)

Gevinsterne var:  
*Fuld plade:* gavekort 200,- kr. 2 flasker vin, 1 pose kaffe og en æske chokolade.

*2 rækker:* 2 flasker vin, 1 pose kaffe og en æske chokolade.

*1 række:* 1 flaske vin, 1 pose kaffe.

Der var selvfølgelig sidegevinster, samt trøstpræmie. I de tilfælde hvor der blev trukket lod ved fuld plade.

Vi var 35 deltagere, og ja! gevinsterne fordelte sig så ujævnt, at der vist var nogle der skulle passe på ikke at få brok, når de skulle bære dem hjem.

#### Kommende arrangement

### Indkaldelse til Generalforsamling torsdag 19/2 2004

Årets general forsamling afholdes 19/2 kl. 15 -18 på Pilegården, Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj.

(Bus 2 A kører til døren, bus 5A + 350S holder på Brønshøj Torv ca. 5-10 minutters gang derfra).

#### Følgende er på valg:

- Formand Peter Sørensen, modtager genvalg.
- Kasserer Grethe Nielsen modtager genvalg.
- Suppleant Birgitte Steffensen modtager genvalg.
- Suppleant Ruth Svendsen modtager ikke genvalg.

Sidse Larsen vil gerne vælges som suppleant. Derudover skal der vælges revisor og revisorsuppleant.

#### Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af referent.
3. Valg af stemmetæller.
4. Formandens beretning.
5. Kassereren fremlægger revideret regnskab for 2003.
6. Aktiviteter 2004.
7. Indkomne forslag.
8. Valg af formand.
9. Valg af et bestyrelsesmedlem.
10. Valg af to suppleanter.
11. Valg af revisor + suppleant.
12. Eventuelt.

Forslag til generalforsamlingen indsendes skriftligt til formand senest 8 dage før afholdelsen. Evt. på mail [nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk)

Foreningen vil efter generalforsamlingen, beværte med et par stykker smørebød, hvorfor tilmelding er nødvendig, senest 4/2 2 til enten Peter Sørensen telefon 3538 9148, mail [nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk) eller Grethe Nielsen telefon 3828 0382.

#### Kommende arrangement

### Tirsdag den 6/4 kl. 14.00

#### Cafemøde

Pilegården, Brønshøjvej 17, 2700 Brønshøj.

(Bus 2 A kører til døren, bus 5A + 350S holder på Brønshøj Torv ca. 5-10 minutters gang derfra).

Vi får besøg af Allan Kristiansen fra AstoTec, der vil vise os det sidste nye produkt, som vi i Danmark har fået på markedet.

Produktet er fra Welland, og de har blandt andet en pose der kan skylles ud i toilettet, spændende perspektiver.

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

Da vi skal have kaffe med brød til er *tilmelding nødvendig, senest 30/3 2004*, til enten Peter Sørensen telefon 3538 9148

mail [nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk) eller Grethe Nielsen telefon 3828 0382.

#### Selvhjælpsgrupper

Grupperne kører helt på deltageres præmier.

#### *Selvhjælpsgruppen for kolostomi og ileostomi holder sine næste møder:*

Onsdag den 11/2 kl. 16.00  
Onsdag den 10/3 kl. 16.00  
Onsdag den 14/4 kl. 16.00

### Selvhjælpsgruppen for urostomi holder sine næste møder:

Onsdag den 4/2 kl. 18.00  
Onsdag den 3/3 kl. 16.00  
Onsdag den 7/4 kl. 16.00.  
Møderne, foregår privat, hvor kaffe, te, kage og sodavand kan købes. Har du lyst eller brug for at snakke med andre i en lignende situation, er du velkommen til at være med.

Tilmelding nødvendig senest mandagen før. Ehlin Andreassen, C. J. Brandtsvej 7 2400 København NV telefon 3583 0862 bedst 17.00-19.00. eller Peter Sørensen telefon 3538 9148 eller mail på [nepe@privat.dk](mailto:nepe@privat.dk)

P.b.v.  
Peter Sørensen



## Københavns amt

**Lokalformand:**  
Marianne Hemmingsen  
Spurveskjul 1  
2830 Virum  
Tlf. 4583 5258

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

### Kommende arrangement

#### Virksomhedsbesøg og generalforsamling

Så er det ved at være tid til at holde generalforsamling. Vi håber, at rigtig mange af jer medlemmer vil komme og deltage, og dermed støtte op om det arbejde der bliver gjort fra bestyrelsens side. Så har I også mulighed for at komme med ris og/eller ros, og ikke mindst komme med ideer til kommende arrangementer o.lign., og I kan være med til at stemme om hver der skal være med i bestyrelsen.

I år har vi slået generalforsamlingen sammen med et virksomhedsbesøg på Coloplast.

**Dato:** 6. marts 2004.  
**Afgang** med bus fra Præstevænget kl. 12.50 + afgang fra Ballerup station: kl. 12.55.

Tilmelding er nødvendig (max. 40 personer) Marianne Hemmingsen 4583 5258.

*Mange hilsener og på gensyn i 2004*  
Marianne Hemmingsen

### Kommende arrangement

#### Så er der bowling igen

Vi mødes fredag d. 30/1 kl. 17.30 i Rødovrecentret. Vi bowler i en time og bagefter spiser vi en dejlig 3 retters menu i hyggelige omgivelser.

Så har du/I lyst til at få rørt kroppen såvel som lattermusklerne - så kom. Det kan jo være at *dit* hold løber af med 1. pladsen.

Prisen for hele aftenen er 125,- kr. for medlemmer og 200,- kr. for ikke medlemmer. Drikkevarer er for egen regning. Tilmeld jer senest d. 25/1 til Annemarie 4588 2535 eller Carina 4491 6199.

Godt nytår,  
Annemarie og Carina

# Støt COPA

- send stemplede frimærker til:

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



## Bornholms amt

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

### Aktiviteter COPA-Bornholms amt

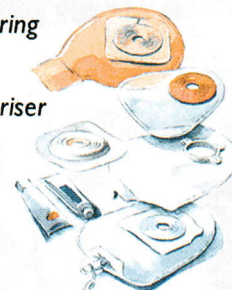
Kontakt  
venligst  
lokalformanden.

## Stomiartikler fra Kirudan

- ◆ Fuldt sortiment i stomi- og sygeplejeartikler
- ◆ Klientafdeling med sygeplejersker og specialuddannet personale
- ◆ Hurtig og diskret levering
- ◆ Konsulentbistand
- ◆ Konkurrencedygtige priser

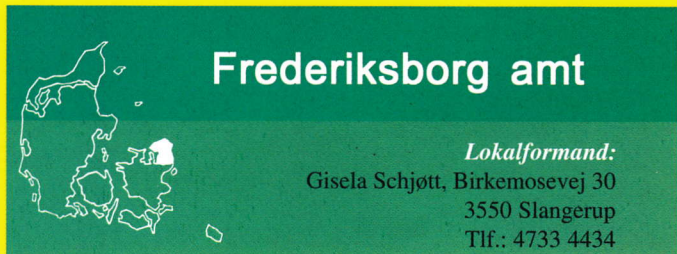
### BEMÆRK

Se også vareoversigt på internettet.  
Besøg os på [www.kirudan.dk](http://www.kirudan.dk)



**Kirudan** - et godt sted at handle  
**3637 9130**

Kirudan A/S er et 100% danskejet landsdækkende handelsfirma, som blev stiftet i 1977. Vi er Danmarks førende leverandør indenfor hospitals-, læge- og sygeplejeartikler. Hvis du har nogle spørgsmål vedrørende stomi så ring venligst til vores kundeservice.



## Frederiksborg amt

### Lokalformand:

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

### Kommende arrangement

#### Generalforsamling lørdag den 28. februar kl. 14.00.

Hermed indkaldes vore medlemmer i Frederiksborg amt til den årlige generalforsamling.

Generalforsamlingen afholdes ligesom sidste år i Sognegården i Hillerød. Den korrekte adresse er: Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød.

Ved generalforsamlingen skal vi bl.a. finde ud af, hvilke aktiviteter der kunne være interessante at satse på i den kommende sæson, og ligesom de tidligere år vil vi blive meget glade for nogle forslag. På generalforsamlingen skal der også afholdes valg til bestyrelsen. Følgende dagsorden vil blive fremlagt:

1. Valg af dirigent.
2. Aflæggelse af formandsberetning.
3. Kassereren forelægger lokalafdelingens årsregnskab.
4. Aktivitetsplan for 2004/2005.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg til bestyrelse:
  - a. 2 bestyrelsesmedlemmer vælges for 2 år: Karin Iwersen - villig til genvalg. Jørgen Wissing - ønsker ikke genvalg.
  - b. Valg af revisor, der vælges for 1 år: Käthe Østergaard - villig til genvalg.
  - c. Valg af revisor-suppleant, der vælges for 1 år: Hjalmar Lauridsen - villig til genvalg.
7. Eventuelt.

Eventuelle forslag til behandling på generalforsamlingen skal være formanden i hænde *senest 8 dage før afholdelsen*, dvs. den 20. februar 2004.

Tilmelding er som sædvanligt nødvendig, da vi har lidt spiseligt at byde på.

Tilmelding *senest den 24. februar 2004*, bedst efter kl. 18.00 til: Jørgen Wissing, tlf. 4914 7747 eller Gisela Schjøtt, tlf. 4733 4434.

### Siden sidst

#### Julemødet på Frederiksborg Sognegård

Den 6. december afholdt vi vores årlige julemøde. Bestyrelsen havde glædet sig meget til at kunne byde velkommen til en flot buffet med alskens dejlige julelækkerier samt naturligvis ris a la mande med en hel mandel. Der hører som bekendt en mandelgave til et rigtigt julemåltid. Bordene var pyntet med nogle flotte dekorationer, der igen i år var lavet af Inge Wissing. Efterhånden som vore medlemmer kom, fik de udleveret et nummer, og dette nummer gjaldt som lod til udtrækning af en utrolig flot kurv, fyldt med gode sager. Da alle 23 deltagere var ankommet begyndte vi med spisning. Herefter blev der serveret kaffe, og så skulle vi spille banko. Det var nogle meget smukke præmier vi

i år kunne udlodde til de heldige vindere, for Inger Marie Jensen havde igen i år lavet de yndigste håndarbejder i patchwork og skænket dem som præmier til julefesten. Et par af de flotteste juledekorationer blev også brugt som præmier. I år havde den mere kreative del af bestyrelsen også besluttet, at der skulle være sidegevinster og det øgede selvfølgelig spændingen ved spillet. Hovedgevinsten i hvert af de tre spil var en stor flot fersk and, så der var tre familier, der på denne måde fik let ved at beslutte, hvad julemidtdagen skulle være.

Desværre kunne alle jo

ikke vinde, men hos de der vandt, var der stor jubel og glædesudbrud. Klokker blev mange, før denne dejlige juleafslutning var til ende og man gik hver til sit, efter at have ønsket hinanden en glædelig jul og et godt nytår.

P.b.v.  
Gisela Schjøtt

### Rådgivning

Vi fortsætter i hele 2004 med „Åbent Hus“ den anden onsdag i måneden mellem kl. 17.00 og 19.00 på Sygehuset Øresund i Helsingør.



## Fyns amt

### Lokalformand:

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

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

### Siden sidst

#### Julearrangement med 22 medlemmer

Lørdag den 6. december 2003 afholdt COPA-Fyn sin årlige julekomsammen i Hjaltese Forsamlingshus, hvor 22 medlemmer fik en dejlig julefrokost med sild og lune retter. Mellem de gode kendte julesange gav det humøret et ekstra løft med nogle lune historier fra Kalle og Lars.

Det traditionelle julegavelotteri vakte som sædvanligt stor jubel, især da man nåede til det afsnit, hvor det gælder om at tage fra dem, som har. Ved det afsluttende kaffebord ønskede man hinanden en god jul og et godt nytår, og disse ønsker sendes til resten af medlemmerne.

### Kommende arrangement

#### Generalforsamling

Søndag d. 21. marts 2004  
kl. 16.00

- nærmere herom i næste blad. Indbydelse til generalforsamling vil blive sendt med posten.

### Kommende arrangement

#### Åben hus møde

Onsdag d. 14. april 2004  
kl. 19.00

i KB's lokale på Vesterbro. Centerleder for Kræftrådgivningen Kai Evan Pedersen vil fortælle om de seneste tiltag inden for kræftbehandlingen.

Bestyrelsen er vært med kaffe, te og brød – vel mødt!

P.b.v.  
Inga Andersen

## Lolland /Falster



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

Siden sidst

### Alle fik en blomst

Julemødet d. 29 november i Landsbyen i Våbensted, havde lokket en hel del medlemmer af huse. Vi fik snitter, osteboller og noget til den søde tand. Ingen gik sultne fra bordet, det er en stor størrelse snitter der smøres i Landsbyen, men meget lækre.

Bankospillet med de hemmelige pakker blev afviklet, ideerne til små pakker er stor og morsom. Ellers flød samtalerne livligt på tværs af bordene i de hyggelige lokaler. Julen blev sunget ind og

alle nød en afslappende eftermiddag inden "ræset" gik i gang for alvor.

Alle fik en blomst eller juledekoration med hjem samt ønsket om en god jul.

Et år er bare smuttet afsted igen og i skrivende stund tænkes der på alt det der skal gøres. Skrives julekort, købes gaver, pyntes op til jul, bage småkager o. s. v. Man kan næsten blive stresset. Bestyrelsen har mødt mange af medlemmerne i løbet af året, vi har haft

(COPA Lolland/Falster fortsætter næste side)

### Mindeord

Da jeg mandag aften d. 3/11.2003 tog telefonen, blev jeg dybt rystet over stemmen i den anden ende. Jens Wittchen, vores samarbejdspartner igennem mange år ringede og fortalte, at Jytte Wittchen var sovet ind uden nogen forudgående varsel. Dybt rystet og chokeret over beskeden da vi så sent, som om eftermiddagen havde været til møde i Nykøbing F.

Jytte var aktiv i mange foreninger. Blandt andet i Stomiforeningen COPA,s lokalafdeling, hvor hun både var næstformand og sekretær. Desuden var Jytte initiativtageren til oprettelsen af en interessegruppe for urostomiopererede på landsplan.

Vi, der kendte Jytte, ved, at hun bed mange smerter i sig for at opfylde de "krav" som foreningen stillede og fra de mennesker som hun altid var parat til at hjælpe med råd og vejledning.

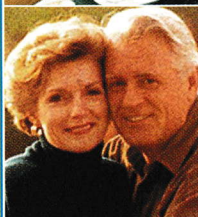
Jytte overholdt altid en aftale fordi "en aftale er en aftale og så må man bare op og stå". Det var mottoet!. Vi vil altid huske Jytte som det glade menneske hun altid var trods sin sygdom.

Vores tanker samler sig om familien Jens, børn, svigerbørn og børnebørn som har mistet deres midtpunkt alt for tidligt.

Vi vil savne Jytte i foreningen.

**Æret være Jytte Wittchen's minde.**

På bestyrelsens vegne  
Marianne Andersen fdm. COPA Lolland Falster.








### Specialister i sygeplejeartikler

**Badevej 2 • 3000 Helsingør • Telefon 4921 0044**

Som stomiopereret kan der ofte opstå spørgsmål, som kræver indsigt og forståelse fra omverdenen. Hos Inge-Lise Sørensen ApS har vi gjort det til vores opgave at servicere og koncentrere vores kræfter om at løse denne opgave, hvor du som stomiopereret sættes i højsædet og hver opgave løses ud fra dit behov.

#### VI TILBYDER:

-  Kompetent rådgivning af specialuddannede sygeplejersker.
-  Individuel tilpasning i eget hjem.
-  Vi bygger på mere end 50 års branche-kendskab.
-  Levering fra dag til dag.
-  Gratis forsendelse af prøver.

#### KOM, SE OG PRØV UDVALGET I:

- Stomiprodukter
- Inkontinensprodukter
- Sårplejeprodukter
- Brystproteser
- Speciale: brokbandager
- Hjælpemidler
- Fodtøj
- Såler/Indlæg
- Undertøj/Lingeri
- Sports/Specialbandager
- Badetøj
- Kompressionsstrømper

Telefontid: mandag-onsdag kl. 8-16 · torsdag kl. 8-18 · fredag kl. 8-15

**BEMÆRK ! HT SERVICEBUS OG P-PLADS LIGE VED DØREN.**

*Focus på kroppen!*

Fax 4921 0257 · www.ils.dk · E-mail: info@ils.dk

### INGE - LISE SØRENSEN ApS

## Gå ikke over åen efter vand!

...når du har brug for krops-bårne hjælpemidler, som f.eks. stomiprodukter.

**Husk!** iflg. loven er der frit leverandørvalg. Du kan derfor benytte os som din leverandør.

**Husk!** Vi vil gøre alt for at yde den bedste betjening og du er altid velkommen til at kontakte os.

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



mange dejlige timer sammen. Det håber vi også vil fortsætte i det nye år. Bestyrelsen vil arbejde for nye og gode mødeaktiviteter til 2004.

På vegne af hele bestyrelsen ønskes alle et godt lykkebringende nytår.

*P.b.v.  
Marianne Andersen*

#### Kommende arrangement

### Sæt kryds ved 20. marts

Generalforsamling 2004 lørdag d. 20. marts kl. 14.00 afholdes generalforsamling i Landsbyen i Våbensted. Dagsorden i følge vedtægterne og der bliver tilsendt indbydelse til alle senere. Sæt allerede nu et kryds for datoen i kalenderen for at kunne deltage i mødet.

#### Kommende arrangement

### Sabotør, frihedskæmper, modstandsmand - og tiden der fulgte?

Her er et tilbud til en interessant eftermiddag i "Fraserhuset" Frisegade 25 Nykøbing F Lørdag d. 14 - 2. 2004. kl. 13.00 - 16.00. Alle har hørt om sidste verdenskrig og om modstandsbevægelsen i Danmark. Et stykke af Danmarkshistorien der kan fortælles meget om. Poul Kejser - Olesen Nakskov vil komme og fortælle om modstandsgruppen Holger Danske som han selv var medlem af. Der vil være mulighed for at stille spørgsmål, men der vil være en grænse som Poul selv sætter.

Man kan parkere i den ensrettede gade eller nede på havnen. Bybussen kører lige til døren. *Tilmelding*, af hensyn til kaffe og kage og tilbud om samkørsel. *Ring til Marianne senest d. 11. februar 2004.*

Sæt kryds i jeres kalender så I husker mødet.

*P.b.v.  
Marianne Andersen*



## Nordjyllands amt

<p><b>Lokalformand:</b> Flemming Jacobsen Tyttebærvej 7 9530 Støvring Tlf.: 9837 1630</p>	<p><b>Yderligere kontaktperson:</b> Kirsten Møhlenberg Nielsmindevej 16 9493 Saltum Tlf.: 9888 1151</p>
---	---

Vi ønsker COPA's medlemmer godt nytår med tak for det gamle. Vi sluttede år 2003 af ved sidste fredagsmøde med glögg og æbleskiver.

#### Kommende arrangement

### Kom og hils på Irene og Kirsten 16. januar kl. 13.00

Som nystartede i år 2004 i Aalborg lokalforening vil Irene og Kirsten gerne møde alle der har tid og lyst til en nytårsmiddag hvor du/I er velkomne til en

hyggelig komsammen i Huset d. 16-1 kl. 13.00. Du er velkommen til at tage en ledsager med. Traditionen tro laver vi pakkespil, hvorfor alle skal have en pakke med. Der er som sædvanlig en egenbetaling på 35 kr. Drikkevarerne skal købes i Huset til

samme billige pris som sædvanlig. Tilmelding nødvendig på tlf.: 9838 0713 (Irene) eller tlf.: 9838 1638 (Kirsten); *sidste frist onsdag d. 14-1.*

#### Kommende arrangement

### Spisning og bowling 19. februar kl. 12.30

Som noget nyt vil vi gerne prøve at lave et arrangement med lidt motion i. Vi mødes torsdag den 19-2 kl. 12.30 ved restaurant Caca Blanca, Ved Stranden 4, Aalborg. COPA vil være vært ved en frokostbuffet. Drikkevarer på egen regning. Efter et par hyggelige timer går vi sammen over til Sea Sport, hvor vi prøver kræfter på bowlingbanen, som vi har lejet fra kl. 15.00 til 16.00. Her er du også

velkommen til at tage en ledsager med. Vi håber rigtig mange vil slutte op om arrangementet. Sidste tilmelding fredag 13-2; tlf.: 9838 0713 (Irene) eller tlf.: 9838 1638 (Kirsten).

#### Kommende arrangementer

### Fredagsmøder Huset Hasserisgade, Aalborg Den første fredag i måneden.

Fredag den 16-01 kl. 13.00  
Fredag den 06-02 kl. 13.00  
Fredag den 05-03 kl. 13.00  
Fredag den 02-04 kl. 13.00  
Fredag den 06-05 kl. 13.00  
Fredag den 04-06 kl. 13.00  
Herefter ferie til fredag den 03-09.

*P.b.v.  
Flemming Jacobsen*



## Storstrøm Nord

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

#### Siden sidst

### Fyraftensmøde d. 17. oktober i Næstved

I Storstrøm Nord har vi de målrettede antenner ude - og da vi havde hørt, at "Fyraftensmøder" var blevet meget vel modtagne, måtte vi da også prøve det. Nu har vi så prøvet det med!

18 personer havde meldt sig til - 14 ankom til gratis ost, rød- og hvidvin, kaffe og småkager. Som sædvanlig hyggede vi os - for vi var jo kun den sædvanlige kerne ...

Hvor var de ukendte, som vi så gerne ville møde? Derfor et spørgs-

mål til Storstrøm Nords medlemmer - hvad skal der til for at vi kan få lov til at møde jer? Hvad kan lokke jer frem?

*Eva Kjersgaard,  
bestyrelsesmedlem*

#### Siden sidst

### Julehygge i Fakse d. 6. december 2003

Der må være noget tiltrækkende ved Fakse, idet det igen var lykkedes os at fylde det store mødelokale til årets julehygge. Der var Ta'-selv-bord med alt det gode ledsaget af øl, vand og snaps. Der blev sunget





Julesnak i Fakse.

Der ventes på sildene.



et par julesange og ellers gik tiden med snak – på billederne man ser hvordan. Den svenske kok var hård men retfærdig – ingen ost før lotteriet var overstået. Gevinsterne var flotte juledekorationer fra Grethes Julebod. Samme Grethe havde oven i købet doneret en flot håndmalet julenisse beregnet til fyrfadsllys. Endelig havde foreningen lagt en god æske chokolade til gevinsterne. Kokken rystede lodderne og revisoren udtrak de heldige vindere – og sandelig om ikke den fine nis-

Spising er en alvorlig sag.



se blev vundet af en ung dame, som meget gerne ville vinde den. Lutter juleheld. Traditionen tro samlede revisor Tomás frivillige bidrag ind i den uundgåelige mælkejunge – ingen undgår sin skæbne, når Tomás er i farvandet. Tak til alle der gav – der bliver også råd til en julefrokost næste år! Søren Banjomus havde sendt sin uregerlige søster, som fremviste et utroligt tandsæt. Et muntert og uventet indslag.

Efter maden trængte man til kaffe og chokolade

– og pludselig var den eftermiddag forsvundet. Tiden går altid hurtigt i godt selskab, og så var det tid at sige farvel og ønske god jul og godt nytår og glæde sig til et gensyn i det nye år.

Bestyrelsen kastede sig over det, som er bestyrelserens lod – oprydning efter udskjelserne. Der var pænere, da vi gik end da vi kom – der havde nok været julefest dagen i forvejen, for der lå i hvert fald rosiner i krogene; men dem lod vi dog ligge.



Søren Banjomus havde sendt sin søster....

### Goddag til år 2004

– som alle forhåbentlig er kommet godt ind i. Vi håber også, at julen levede op til forventningerne – og vi glæder os til at møde medlemmerne til årets kommende arrangementer. Som bekendt vover vi ikke at foretage os noget her i lokalforeningen før et par måneder ind i året, så aktivitetsplanen fremkommer på et senere tidspunkt. Mange hilsener til alle.

P.b.v.

Merete Møller, formand.



**Sahva**  
**Care**  
...så er din krop godt hjulpet

**Hos Sahva Care får du som stomist en seriøs og kompetent rådgivning. Vi tilbyder et bredt udvalg af stomi-produkter.**

- **Husk at der er frit leverandørvalg!** Med udgangspunkt i Loven om Social Service §97 stk. 4, må du som bruger selv bestemme, hvor du ønsker at handle!

Århus C • Rådhuspladsen 3B • Tlf. 86.12.58.33  
[www.sahva.dk](http://www.sahva.dk)

## Ribe amt



### Lokalformand:

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

### Siden sidst

#### Indkøbspolitik i Ribe amt

I samarbejde med Esbjerg kommune, Kirudan og stomisygeplejersker afholdt COPA-Ribe amt høring om stomihjælpemidler.

Indkøber Helle Frandsen fra Esbjerg Kommune redegjorde omkring kommunens indkøbspolitik. I 1998 besluttede kommunen, at al indkøb skulle koordineres og disponeres ud fra forretningsmæssige principper, så stordriftsfordel opnås, men med respekt for bruger aspekter, bl.a. service. Esbjerg kommune sender udbuds-

materialet i en licitation i henhold til Romtraktaten, og der vægtes på utrolig mange områder, bl.a. leveringsbetingelser, med frit leveret, kommunale betalingsbetingelser, information om nye produkter, service, miljø med grønne svanemærkede indkøb. Også sygeplejefaglig personale medvirker ved udvælgelsen af leverandørerne.

Helle Frandsen forhandler med leverandørerne, gennemfører udbud, vedligeholder aftaler og rådgiver områdecetre – således alle institutioner køber ind ens og til samme priser.

Helle mener forvaltningen af skatte kroner har høj prioritet, men også at kommunen gør tingene på en sober måde. Et samarbejde har to sider, så skulle en bruger føle noget forkert – så kontakt kommunen og få tingene rettet.

Om produktpriser præciserede Helle de frie leverandørvalg, blot skulle man huske på, prisdifferencen mellem kommunens leverandør og den selvvalgte betaler man selv. Vil man kende prisen på sine produkter ringer man til 'Økonomisk Sikring' hos kommunen og får dem oplyst. Det muntre øjeblik var inde da vi blev belært om at priser skal være offentlige men ifølge konkurrencelovgivningen er fortrolige!?

Gode ting blev dog sat på plads, for da COPA-Ribe amt's formand og næstformand en måned tidligere var til møde med kommunens indkøbschef,

præciserede indkøbschefen at på den enkelte brugers bevilling skulle priserne fremgå; men da der til denne aftens møde var decentrale (områdecetrene) bevillingsudstedere til stede i salen, der aldrig havde hørt om pris på bevillingen, blev disse kommunalt interne ting også sat på plads.

Helle konkluderede: Vi har frit leverandørvalg og betaler selv en eventuel difference.

Fra Kirudan mødte distriktschef Niels Chr. Nielsen og mave-/tarmkirurgisk sygeplejerske Helle Laugesen. Niels, der i det daglige primært besøger kommuner og sygehuse, fortalte lidt om Kirudans 30-årige historie med i dag 116 medarbejdere; om Kirudans mange produkter, service og kundepleje; også at firmaet er hjælpsom, *men* kom-



munale aftaler er levering indenfor landets grænser – så mister man sine poser på f.eks. en trekkingtur til Himalaya, har man godt nok et problem.

Helle Laugesen er ansat i Kirudan på 5. år, og der trækkes på hende ved specielle stomispørgsmål og ved akutte situationer. Helle kører i Nordøstjylland med klientbesøg ude hvor der er langt til et stomiambulatorium. Helle fortalte om at ringe til Kirudan for at få tilsendt og afprøve nye produkter, man har set i Copa-bladet.

Dag til dag levering fra Kirudan blev debatteret; der var udbredt tilfredshed, dog var der en i salen der en enkelt gang havde oplevet længere ventetid. Et spørgsmål fra salen lød: "Klipper Kirudan huller i poserne for brugerne?" Niels og Helle kundgjorde at alt efter den kommunale aftale klipper Kirudan

huller i poserne mod et lille gebyr grundet ekstra arbejdsbyrde – man bedes bestille til et par måneders forbrug og leveringstiden er 2 – 3 dage længere.

Fra Centralsygehuset Esbjerg/Varde mødte stomisygeplejerskerne Anna Kragh og Bodil Petersen. Bodil blev ansat på stomiambulatoriet den 1. august 2003, så vi er godt rustet i Ribe amt, idet der også er stomiambulatorium på Grindsted Sygehus. Anna fortalte om stomiambulatoriet, der er åbent alle hverdage og der behøves ingen henvisning; bare ring til Centralsygehuset i Esbjerg – bed om stomiambulatoriet og få en tid. I ambulatoriet er Anna Kragh tilfreds med bredden af stomiprodukter og hjælpemidler, der passer til den enkelte bruger. "Det er vigtigt, at vi tilgodeser den enkelte og altid kan finde det rigtige produkt uden

begrænsninger". En aften hvor vi nåede på langfart til Tenerife og Hi-malaya og omkring mange emner.

Vi så også, at det der er indlysende og åbenbart – bliver sløret i korridorenes dunkle lys – for alles bedste.

Siden sidst

### Festlig julekomsammen i Varde

Hotel Arnbjerg dannede igen i år rammen om en flot julefest for COPA-medlemmer i Ribe amt. Havesalen var vor, fint dekoreret og klar til fest. Mxichhi, vor musiker, var sejlet ind fra Fanø og var sammen med bestyrelsen klar da de mange medlemmer ankom. Gennem sild, hellefisk, varmt, lunt, ost og mere, spillede og sang Mxichhi de gode gamle travere. Af assorterede spil gjaldt det i år raffleing – hvert bord sit rafflebæger og medens medbragt gavebjerg blev fordelt, for siden - på tid - at blive



omfordelt, syntes det som var æguret gået i stå. Men æguret var retfærdigt og sejrede til sidst. Præmierne var fordelt og vi gik beroliget til kaffen medens snakken gik og der blev danset til Mxichhi.

En glad aften med højt humør hos COPA-medlemmer, en fin årsafslutning.

P.b.v. John Kyhl

# 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

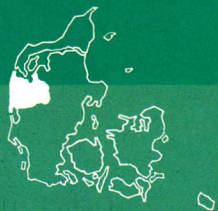
**Kontortid hver dag fra:**  
kl. 8.30 - 16.00 på  
tlf. 97 42 32 33

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



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

## Ringkøbing amt



### Lokalformand:

Knud Fauery  
Hagenstrupparken 34  
8860 Ulstrup  
Tlf.: 9711 8016

### Siden sidst

#### Fornøjelig aften

Den 21. november var der julefrokost i Gildesalen Thorsvej 96 i Holstebro. 27 var mødt op med håb om en hyggelig og fornøjelig aften.

Vi startede med at spise den veltillavede mad, og selv om vi alle gjorde hvad vi kunne, var det umuligt for os at tømme fadene.

Vi sang i løbet af aftenen nogle julesange, og havde efter at være blevet godt mætte bankospil.

Der var nogle, der var *meget heldige* og vandt så mange gevinster, at de måtte køres hjem.

Men vi havde alle den gevinst, at have haft en dejlig aften.

*P.b.v.*

*Ingeborg Christensen*

## Roskilde amt



### Lokalformand:

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

### Siden sidst

#### Farvel til Erik som lokalformand - nu æresmedlem

Generalforsamling i kredsen blev afholdt i Duebrødreres festsal Roskilde den 21. oktober.

Formanden, Erik Kristjansen Køge, aflagde

årsberetningen og regnskabet, der blev godkendt. Erik, der har været formand for kredsen i ca. 17 år, ønskede at fratræde. Da Erik stort set var iden-

tisk med hovedparten af den siddende bestyrelse, skulle der vælges syv bestyrelsesmedlemmer.

Blandt de valgte - blev Jette B. Frederiksen valgt til formand. De øvrige bestyrelsesposter skulle udpeges på et kommende bestyrelsesmøde.

Aftenen sluttede med en gang kaffehygge.

### Siden sidst

#### Bestyrelsesposterne blev besat

Bestyrelsesmøde den 27. november blev afholdt hos Jette B. Frederiksen Gundsømagle. Mødets hovedpunkter var at besætte de ledige bestyrelsesposter. Bestyrelsen kom til at se ud som følger:

- *Formand*  
Jette B. Frederiksen  
Gundsømagle
- *Næstformand*  
Anni Hulstrøm  
Solrød Strand
- *Kasserer*  
Tove Christiansen  
Tune
- *Sekretær*  
Johnny E. Frederiksen  
Gundsømagle
- *Bestyrelsesmedl.*  
Jørgen P. Hansen  
Roskilde
- *Bestyrelsesmedl.*  
Lis Gebhard  
Solrød Strand
- *Revisor*  
Jørn Petersen  
Roskilde.

På mødet blev lagt en grovplan for årets arrangementer med henblik på tid, sted og indhold. Det blev ligeledes besluttet, at den afgående formand Erik Kristjansen skulle være æresmedlem af foreningen.

*Den nye lokalformand Jette Frederiksen og det nye æresmedlem Erik Kristjansen.*

### Siden sidst

#### Posen blev rystet

Julestue blev afholdt den 8. december på Møllebo Københavnsvej Køge. Ca. 30 forventningsfulde deltagere mødte op til det planlagte arrangement, der bestod af en dejlig buffet afsluttende med ost og kaffe. Bankospil med medbragte gaver til alle. Under bankospillet var der en gæst, der tillod sig, at råbe til nummeropråberen, at han skulle "ryste posen", hvilket udløste en del morskab.

Den nye formand takkede den afgående formand Erik Kristjansen for mange års virke for Roskilde-Køge kredsen og meddelte ham, at han af bestyrelsen var blevet udråbt til æresmedlem af foreningen, hvorefter Jette overrakte Erik en gave fra kredsen som tak. Aftenen sluttede med en svingom til musikken og hyggeligt samvær.

*P.b.v.*

*Jette B. Frederiksen*



# HUSK

**COPA-KONTINGENT  
2004**



## Sønderjyllands amt

Lokalformand:

Jytte Holdt

Østerskovvej 2, Simmersted, 6500 Vojens

Tlf.: 7450 6333.

Siden sidst

### Tak til Coloplast

Hvem tog på bustur? Det var os nede fra Sønderjylland, på tur – 30. august - til Coloplast i Thisted. Bussen kørte fra Sønderborg via Aabenraa og Haderslev hvor der var påstigning til turen. Fra Haderslev kom også Marianne Gottenborg på, hun medbragte rundstykker med tilbehør, som blev spist med velbehag. Lidt smulder fik buschaufføren også lov at få.

Turen gik så til Thisted, her ankom vi omkring middag og blev modtaget af to ledere. Frokost blev serveret i kantinen og maverne blev fyldt, også poserne fik et godt udbytte.

Derefter fik vi en orientering om hvordan fabrikken var blevet til, og den store udvidelse hen af vejen. Rundvisningen på fabrikken var meget interessant, man fik at se hvordan produkterne blev lavet, og en snak med personalet, som var villige til at fortælle hvordan processen kører. Processen der bliver udarbejdet på plader og poser er stor, for at man finder det rette produkt til stomisteme.

Efter rundvisning kom vi igennem en gang, hvor der

var hængt plancher op der viste produktet fra fabrikkens start og til i dag. En udvikling man slet ikke havde forestillet sig.

Pakkedamer ved samlebåndet pakker mellem 32-40.000 poser om dagen. Man arbejder i weekenden, 12 timer lørdag og 12 timer om søndagen - men så har man også fri resten af ugen. En utrolig positiv arbejdsplads, med en god personalepleje, fik vi fortalt af medarbejderne.

Efter rundvisningen blev der serveret kaffe og takket af fra de to ledere. For os var det en stor oplevelse at se fabrikken.

En tak til Coloplast og de to ledere som ville ofre en lørdag. Turen gik atter hjemad og en medbragt frugtkurv blev spist, den var sponsoreret af en købmand i Guderup på Als (tak). Endelig nåede vi Haderslev, her fik vi middag på Harmonien, alle var trætte, - men turen var jo gået godt hele dagen, så krudtet var brugt!

En stor tak til Marianne som ofrede en lørdag på at tage med os - tusind tak til dig.

*Hilsen Christa*



deres nye poselukkesystem vil jeg fremhæve. Denne var dobbelt sikret med hensyn til udsivning og var samtidig bøjelig og blød mod huden. Poserne bruges især til dem med ileostomi. Annemarie fortalte om oplevelser i hverdagen og til slut fik vi også nye vitser fortalt. Mange tak til dig Annemarie, at du ville bruge en hel søndag til at være sammen med vos syndejyder.

Derefter gik vi i gang med maden. På bordet stod der forskellige sild og ørredfilét m. æggestand, karrysalat og fiskefilét m. remoulade. Efter en pause kunne vi vralte op til et Ta' selv bord med alt hvad der hørte en julefrokost til. Mange var flittige til at gå en tur rundt om bordet - indtil flere gange (her nævnes ingen navne). Som pynt på 'Ta' selv bordet' var en julenisse, som havde en stomipose på i dagens anledning. Ingen var i tvivl om,

hvilken forening der var samlet denne dag.

Vi sang også nogle julesange - de var ikke helt som de plejer, hvad angår teksten. Til kaffen var der masser af slik og alle fik fyldt deres tallerken så rigeligt op. Så var tiden inde til bankospil. Der var kø ved bordet, hvor pladerne kunne afhentes - mange ønskede nogle bestemte numre (dem var der nemlig gevinst på, mente de). Der var da også nogle medlemmer som var i held - de vandt op til flere gange. Et ægtepar slæbte hele 8 gevinster med hjem - mon de skal med næste år? Anne Lise var bankochef og hendes to tro undersætter Günther som lagde brikker på og Christa som var opråber, førte os alle igennem seancen. Selv dem med dårlig hørelse kunne Christa råbe op (har

*(COPA Sønderjyllands amt  
fortsætter næste side)*

Siden sidst

### Julefrokost på Kløver Es

Den 23. november blev der holdt julefrokost og banko - vi var i alt 53 deltagere. Længe inden bladet kom ud, var der 22 tilmeldinger - det er dejligt at I er hurtige til at melde jer til.

Efter at jeg havde budt alle nye som gamle medlemmer velkommen til bords, fik Annemarie Hammlton Jee fra Firmaet ConvaTec ordet. Vi fik præsenteret nyheder, især

hun mon været ansat ved militæret?).

En særlig tak til dig AnneLise for det store arbejde du gør, for at vi kan få bankospil op at stå år efter år. Alle byer i amtet har haft besøg af dig, hvad angår sponsor-gaver (gaverne fyldte en hel trailer). Også tak til Carl fra Tønder – Günther fra Padborg – Christa fra Asserballe. I samlede gaver ind i jeres by.

Alle hyggede sig. Der var en rigtig god stemning hele dagen. Tak skal I ha'. Da klokken var 18.30 var det tiden at komme hjem

med gaverne – godt trætte og mætte.

#### Sponsorer

Mange tak til: **ConvaTec** for bidrag til forplejningen – Hovedgevinst og andre gaver.

**Coloplast**. (ny saks – den som vandt - ring om den er god).

**Michael Bordorff, Rødekro. Johannes Matsen, Hellevad. Asta Clausen, Tønder.**

**Forretningsdrivende i hele Sønderjyllands amt.**

Mange gav indtil flere gaver. Alle gaver er fint pakket ind når vi afhenter dem.

*Godt nytår ønskes alle  
P.b.v. Jytte Holdt*

#### Kommende arrangement

### Generalforsamling

#### Generalforsamling

Tirsdag d. 16. marts kl. 19.00 på Folkehjemmet i Aabenraa.

Firmaet Asto Tec lancerer et helt nyt stomiposesortiment i Danmark.

Allan Kristiansen vil gerne vise vore medlemmer de nye produkter - såsom nye kulfilter og stomiposer som kan skylles ud i toiletet (hvad er nu det for noget ?) Kom og se!

Asto Tec er vært ved kaffen.

#### Dagsorden

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning og godkendelse.
3. Kassereren fremlægger regnskabet til godkendelse.
4. Aktiviteter for det kommende år.
5. Behandling af indkommende forslag.
6. Valg. På valg er:
  - a. Næstformand Anne Lise Hansen. (modtager genvalg).
  - b. Sekretær Christa Jensen. (modtager genvalg).
  - c. Suppleanter: Mona Hansen og Tina Knudsen.
  - d. Revisor og suppleant.
  - e. D.S.I. repræsentant: Anne Lise Hansen (modtager ikke genvalg).
7. Eventuelt.

Forslag til behandling på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest 8 dage før afholdelse.

Ring nu og meld jer til – næste blad udkommer først omkring afholdelsen af dette møde og husk at sætte kryds i kalenderen. Det er jer som har indflydelse på, hvad der skal ske i vores amt.

Tilmelding ønskelig pga. kaffen, men ikke nødvendig.

Anne Lise tlf.: 7452 0091

Jytte tlf.: 7450 6333.

#### Kommende arrangement

### Sæt kryds ved 14. april

#### Medlemsmøde i Tønder

onsdag d. 14. april kl. 19.00

Omsorgscenteret Ribelandevej, Tønder.

Mere herom i næste blad.

#### Kommende arrangement

### Sæt kryds ved 11. maj

#### Medlemsmøde på Folkehjemmet i Aabenraa


tirsdag d. 11. maj kl. 19.00

Vi får besøg af stomisygeplejerske og læge fra Skejby Sygehus.

Mere herom i næste blad.

*P.b.v. Jytte Holdt*

## Vejle amt



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

#### Siden sidst

### Generalforsamling

Vi har i Vejle amt afholdt vores årlige generalforsamling; den blev afholdt d. 22/11 i Fredericia Idrætscenter, der var en del nye medlemmer med, dem vil vi da gerne byde hjertelig velkommen og håbe på mange gensyn, mødet forgik i ro og orden det sørgede vores dirigent Preben for.

Der var 3 bestyrelsesmedlemmer på valg i år, alle blev genvalgt. Vi fik ny revisor, så bestyrelsen ser sådan ud:

- **Formand**  
Else Rasmussen.
- **Næstformand**  
Lotte Wackerhagen.
- **Kasserer**  
Kirsten Pedersen.
- **Sekretær**  
Eva Wilki.
- **Bestyrelsesmedlem**  
Diana Madsen.
- **Revisor**  
Bennie Rasmussen.
- **Revisorsuppleant**  
Emil Larsen.

Efter mødet var de der havde lyst nede og spille bowling, resten var heppeskor. Da det var overstået og alle havde fået varmen, var det tiden til at få overrakt gevinsterne som Karen Blok havde sponsoreret. Vi vil sige Karen Blok mange tak for gaverne.

Efter gevinsterne var overrakt henholdsvis til:

1. til Egon
2. til Hanne
3. til Carsten,

var det tid til julemiddagen som bestod af kalvesteg stegt som vildt m/tilbehør, desserttallerken m/udvalg af frugt/kage/is, derefter var der kaffe m/ kransekage.

Det hele sluttede ca. kl. 17.00 efter en meget hyggelig dag, det tror jeg, at jeg kan sig på alles vegne. Vi i bestyrelsen vil gerne takke alle der var med til at gøre denne så hyggelig.

*P.b.v.  
Else Rasmussen*

## Aktivitetsplan COPA-Vejle amt 2004

Der bliver igen i år  
et **forårsmedlemsmøde**,  
en **udflugt**  
og **generalforsamling**.

Derud over har vi fået et tilbud fra Sønderjyllands amt om at komme **på besøg hos dem i oktober**, hvor de får besøg af forfatter/filosof John Engelbrecht, men alle aktiviteter kommer der jo mere om, når vi nærmer os tiden til afholdelse af dem. Så hold øje med bladet.

Men allerede nu kan I godt **sætte et stort kryds i kalenderen lørdag d. 17/4 da afholder vi vores forårs/medlemsmøde**. Hvor og hvordan kommer senere.

Der var ved generalforsamlingen lagt et aktivitetsforslag frem til alle medlemmer, som vi fik tilbagemelding på. Vi fik mange gode forslag til vores udflygt, som sikkert vil foregå i august. Nu har vi noget af arbejde med og så håbe at ramme rigtigt, så der kommer rigtig mange med på turen.

*Sidst men ikke mindst vil vi fra bestyrelsen i Vejle amt ønske alle medlemmer i COPA og deres familie et godt og lykkelbringende nytår, og vi håber på stor tilslutning i 2004*

*P.b.v.  
Else Rasmussen*



*Mølleoptimisterne kunne få smilet frem hos alle.*

Der var som næsten altid ingen nye forslag, så det blev vedtaget at alle tre Vagn, Grethe og Birgit blev genvalgt, det samme gentog sig med vores revisor Mette Espersen. Inden generalforsamlingen var slut kom Eva Liltorp fra Gedsted med opfordring til alle om at være med til indsamling af poser, som vi selv af en eller anden grund ikke bruger. Som I måske allerede har læst om mangel på samme i Ukraine i vores blad, vil vi gerne opfordre alle til at række en hjælpende hånd. Vagn Færch, Norgaardsvej 112 b, 7800 Skive har lovet at være beredvillig med opsamling og sørge for videreforsendelse. Resten af dagen forløb med ren underholdning, og det var en virkelig sjov oplevelse med masser af sang humør og sjove sketch, opført af MØLLEOPTIMISTERNE.

Det var et godt navn til de „gæve piger“ yngste deltager 63 år ældste 89 år, men hvor kunne de få smilet frem på alles læber, et fint bevis at med sang og livsglæde kan man fejte mange måske lidt triste tanker af vejen.

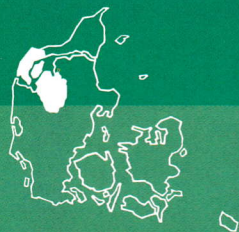
Endnu engang tusind tak til dem.

Dagen sluttede med lidt bankospil, dermed kunne alle tilkendegive at de havde haft en god dag i det lidt grå novembervejr.

**N.B. Husk vores opfordring ang. poser**  
Selv har jeg været på alle Thistedes Ældrecentre, og alle var flinke og havde et overskudslager fra tidligere klienter.

*Med venlig hilsen og godt nytår  
P. b. v.  
Birgit Pedersen*

## Viborg amt



### Lokalformand:

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

### Siden sidst

#### Stort fremmøde til generalforsamling

Som tidligere annonceret har vi den 22. november afholdt generalforsamling på Højslev Kro. Vi havde opfordret til at møde op og det glædede bestyrelsen, at det blev efterfulgt.

Vi var et halvhundred medlemmer, og til dem som var forhindret eller havde „glemt“ må jeg sige ærgerligt for jer. Det blev en rigtig god oplevelse, allerede ved starten blev

der fin stemning med en lækker anretning.

Generalforsamlingen forløb i god ro og orden, godt styret af den valgte dirigent Poul Jørgensen.

Vagn Færch aflagde et kort referat om året som er gået. Bodil Krigbaum vores kasserer gennemgik omdelte og reviderede regnskab, det var meget fint. Da der ikke var noget evt. på programmet, var der kun valg af evt. nye bestyrelsesmedlemmer tilbage.

**HUSK  
COPA-KONTINGENT 2004**

## Vestsjællands amt



Lokalformand:

Torben Hansen

Prinsessevænget 18, st.th., 4100 Ringsted.

Tlf.: 5761 5623.

E-mail: torbenmichaelhansen@msn.com

Siden sidst

### Julefrokost stor succes

Lokalforeningens julefrokost, blev som ventet igen i år er stor succes med stor tilslutning. 29 glade og forventningsfulde medlemmer og støtte-medlemmer mødte troligt op for at fejre den kommende jul i hinandens selskab.

Frokosten blev atter afviklet i de smukke og yderst velegnede lokaler på amtsplejehjemmet LUNDEBO, Dianalund-hvis køkken igen havde overgået sig selv med god, rigelig og veltillavet gammeldags julemad.

Per var toastmaster og indledte frokosten med nogle få praktiske bemærkninger og gav her-efter ordet til Torben, der bød velkommen og håbede, at vi alle måtte få en god eftermiddag sammen.

Under spisningen var der underholdning ved Torben, Bente og Per, der sang forskellige julemelodier akkompagneret af Ragnar Bodi.

Carl og Edith havde fremstillet nogle smukt

dekorerede sange (sangblade) som vi alle med begejstring sang med på, hvilket vi siger tak for.

Snakken gik rigtig godt medlemmerne imellem ved 4-mands bordene, der var smukt pyntet med dekorationer fremskaffet af Henning og Rigmor Nielsen. Dekorationerne blev ved festens afslutning bortloddet til stor glæde for vores kasserer, idet hele arrangementer var for lokalforeningens regning.

Et amerikansk lotteri manglede heller ikke, og efter nogle glade timer – hvor vores nyerhvervede dirigentklokke flittigt blev brugt i forbindelse med annoncering af taler, sange m.v., var det tid til at sige farvel og ønske hinanden en glædelig jul og godt nytår.

Torben takkede afslutningsvis bestyrelsen for et godt samarbejde i det forløbne år, og bestyrelsen skal herved ønske alle vores medlemmer, støtte-medlemmer samt familier et godt nytår 2004 .

*P.b.v., Per Madsen*

## Århus amt



Lokalformand:

Lis Lene Carstensen,

Hobrovej 92, 8900 Randers

Tlf.: 8642 6979

### Stomiposer til Ukraine

OBS: Ved alle arrangementer i COPA-Århus amt er der mulighed for at medbringe "overskudsposer" og aflevere dem til bestyrelsen. Vi vil samle dem sammen og sørge for, at de kommer til Ukraine, hvor der er hårdt brug for dem.

Siden sidst

### Hyggeligt samvær i Grenå - stomi klinikken bevares

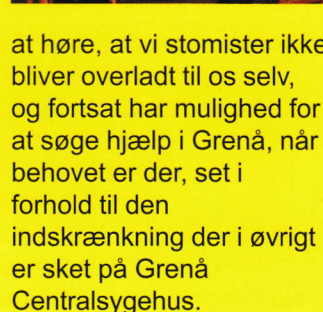
Onsdag den 22. oktober

samledes vi til et utrolig hyggeligt samvær på Kulturhuset i Grenå. Stomisygeplejerske Dorthe Rafn indledte med at fortælle om fremtidsmulighederne for stomi-ambulatoriet i Grenå. Dorthe er blevet ansat på Randers Centralsygehus. Men samtidig havde hun den glædelige nyhed at kunne fortælle, at det endelig er blevet bestemt, at hun fremover har sin Stomiklinik på Grenå Centralsygehus. Det bliver hver onsdag i ulige uger kl. 8.45 – 14.00. Man har mulighed for at henvende sig i åbningstiden, gerne efter at have ringet først. Hun glæder sig meget over, at det var lykkedes at få etableret stomiklinikken, og glæder sig meget til at se "alle sine patienter" igen.

Derefter fortalte forhandler Kirstine Hardam om de nyeste hjælpemidler, og viste hvordan man kunne klare eventuelle problemer i forbindelse med hud, poser m.v. Der blev en livlig debat, og der blev stillet en del spørgsmål, og mange fik et godt råd om, hvad der kunne gøres for at løse et problem i forbindelse med stomien.

Som altid når vi mødes var der lidt godt til ganen. Denne gang dejlige sandwiches og kaffe/te og der var rigeligt til alle. Kirstine Hardam var den glade giver af traktementet.

Alt i alt en god og udbytterig aften for deltagerne. Det var også dejligt



at høre, at vi stomister ikke bliver overladt til os selv, og fortsat har mulighed for at søge hjælp i Grenå, når behovet er der, set i forhold til den indskrænkning der i øvrigt er sket på Grenå Centralsygehus.

*P.b.v.  
Elsemarie Kraul*

Siden sidst

### Svømme-aften den 30. oktober

Denne gang slog vi alle rekorder til svømme-aftenen. Vi var nemlig hele 17 deltagere. Kl. 18 samledes vi i forhallen ved svømmehallen Spanien i Århus. Der opstod en hel del tumult ved billetkøbet, idet der gik lidt kludder i hvor mange pensionister, damer og herrer vi egentlig var. Men til sidst lykkedes det da at få alle mand M/K ind i omklædningsrummene. Nogle fik "det hele" i varmluftsafdelingen, andre måtte nøjes med den almindelig afdeling uden varmluft. Vi svømmede, fik "vandmassage" og kom i spa-bad. Alle var vist også en tur i det dejlige varme børnebassin. De heldige i varmluftsafdelingen fik så dampbad med påsmøring af olie og salt. Det giver en hud så blød som en nyfødt babys. Vi andre måtte



denne gang "nøjes" med sauna.  
Efter denne omgang var det tid til at få noget at spise. Alle mand gik vi på restaurant Zeus og fik en omgang lækker græsk mad. Alle fik vist så rigelig, hvad de kunne spise og alle gik glade og vel tilpasse hjem.

Så til jer der endnu ikke har vovet jer ud i svømning efter jeres operation kan jeg bare endnu engang sige: Mød op næste gang, vi afholder svømmeaften og du vil garanteret ikke fortryde.

*Helle Jørgensen*

Siden sidst

### Julehygge i Århus

Den 2. december kl. 19.00 mødte ca. 25 juleglade COPA-medlemmer op til julehygge på Langenæs, hvor lokalet var festligt pyntet op med bl.a. lysende stjerner ophængt i loftet.

Else Marie bød velkommen. Hendes mand Egon fotograferede ivrigt aftenen igennem.



bordet da vi spillede pakkespil, og sikke mange pakker der var. Foruden den ene som hver især havde medbragt, havde Helle fra bestyrelsen sørget for at købe nogle ekstra. Og vanen tro var der ivrig jagt efter en særlig attraktiv pakke. En vis person, som ikke vandt pakker sidste år, råbte ekstra højt, og hovsa det hjælp åbenbart, for pludselig slog han indtil flere 6-ere (her har flere sikkert allerede regnet ud, at denne person var Henning). Ja, ja, Henning vandt sandelig hele 3 pakker og gavmildt forærede han straks en væk til en medspiller. Alle gulfede lykkeligt julegodter, plus kaffe, brunkager, pebernødder og klementiner. Pludselig var klokken 21. Det var en rigtig dejlig aften med livlig snak og grundig julehygge. Vi fik alle ønsket hinanden glædelig jul og godt nytår inden turen gik hjemad.



*Mariann*

*(COPA-Århus amt fortsætter næste side)*

Siden sidst

### Julehygge i Randers

27. november var vi samlede i Fritidscentret i Randers til kaffe med kager og julegodter.

Vi fik rigtig hygget os med snak og smil, ikke mindst da dysten om pakkerne gik ind. Efter en drabelig dyst på terninger var pakkerne fordelt. Heldigvis forbarmede de heldige som have fået flere pakker sig over de tomhændede, så alle 14 fik en lille hilsen med hjem foruden mindet om en hyggelig aften.



Først fik vi gløgg og æbleskiver, dejligt på en decemberdag (også selv om termometeret stod på +). Flere havde nissehuer på (i alle afskygninger), Lis Lene bar nisseørenringe og Bents slips spillede muntert og jævnlige julemelodi. Herefter præsenterede Susanne Andersen fra Coloplast os for flere produkter, her iblandt en nyhed, en urostomi flerkammerpose. NU skulle det store slag stå, terningerne blev kastet og minuturet sat i stilling. Pakkerne føg hen over

### Rådgivning på Århus Amtssygehus

Indgang 1 A, 2. sal.  
mellem afdeling 260 og 280.  
Lokalet til venstre for trappen/elevatoren.

(Mulighed for en samtale med en ligestillet)

22. jan. kl. 16.00-17.30  
5. feb. kl. 16.00-17.30  
19. feb. kl. 16.00-17.30  
4. marts kl. 16.00-17.30  
18. marts kl. 16.00-17.30

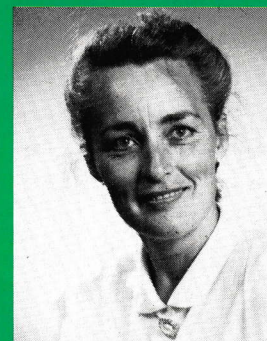
## KAREN BLOK *Specialcenter*

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

Kommende arrangement

**Randers klubben**

**15. januar &  
19. februar  
kl. 14.00 - 16.30**

Jeg beklager at mine fingre kludrede på tastaturet så jeg fejlagtigt har skrevet, at der er møde i Randers-klubben 5. januar.

*Det er torsdag*

*d. 15.januar*

*og torsdag*

*d. 19. februar*

der er sammenkomst i Fritidscentret i Randers kl.14.00 til 16.30.

Alle er velkomne til

hyggeligt samvær og en snak om livet med stomi. Lis Lene og Anna Marie sætter vand over til kaffe og te. Sæt også allerede nu kryds i kalenderen ved torsdag d. 18. marts, så bowler vi igen i Randers. Nærmere om det i næste blad.

Ring til

Anna Marie Malling Olesen  
86 43 43 37

eller

Lis Lene Carstensen  
86 42 69 79

hvis I ønsker yderligere oplysninger.

*Lis Lene Carstensen*

Kommende arrangement

**Indkaldelse til generalforsamling**

Generalforsamlingen 2003 vil blive afholdt lørdag den 27. marts kl. 12.30 i Langenæs Handicapcenter, Århus. Indkaldelsen sker ifølge foreningens vedtægter.

Sæt allerede nu kryds i kalenderen til en hyggelig dag.

Yderligere oplysninger om generalforsamlingen følger i næste nummer af bladet.

*L.L.C.*

**Husk  
COPA-kontingent  
2004**

**Urostomigruppen**



**Kontaktpersoner:**

Lotte Andersen Brovænget 10 2830 Virum Tlf.: 4585 6456	Ruth Træholt Nygade 15, 4.th., 9400 Nørresundby Tlf.: 9817 1032
---	--

Kommende arrangement

**Hvordan har vi det psykisk?**

*- urostomiopererede mødes*

**lørdag d. 27. marts**

Så er tiden kommet til det årlige møde for urostomiopererede. Mødet finder sted

**lørdag den 27. marts**

**kl. 11.00 til ca. 17.00**

**Restaurant Stadion  
Christmas Møllersvej 2  
5200 Odense V**

*Dagen vil forløbe således:*

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

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

- Hvad sker der med vores følelser og psyke efter en stor operation ofte grundet alvorlig sygdom?
- Hvordan føles det pludselig at se så anderledes ud?

- Hvordan føles det, når ens ægtefælle eller kæreste skal se een med den „nye“ krop?
- Fungerer vi overhovedet sexuel?
- Alle disse tanker og følelser har vi sikkert alle haft, men er der nogen, vi har kunnet tale med om dette?

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

*Mange hilsner og på gensyn  
Ruth og Lotte*

**FS 22 er en faglig sammenslutning af sygeplejersker, beskæftiget med pleje af patienter med stomi.**

**FS 22**

FS22 afholder kurser og mødeaktiviteter på landsplan, samt oplysningsvirksomhed for sygeplejersker og interesse-organisationer. Herunder informationer om udenlandske kongresser og rejser. FS22 medvirker til opretholdelsen af stomiklinikker i Danmark, som løbende opdateres i fagbladet StomiNyt.

*Ønsker du nærmere tilknytning eller orientering gennem fagbladet, da kontakt venligst FS22*



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



## Forældregruppen

Kontaktperson:

Rolf Nielsen

Bøgeskov Høvej 9 B, 8260 Viby J

Tlf.: 8628 7474 / Fax 8628 7831

### Så fløj endnu et år af sted,

og vi kan igen tænke tilbage på nogle rigtig gode stunder i COPA regi.

Siden 1993 har børne-COPA's familiegruppe afholdt en årlig familieweekend. Hoteller i Middelfart, Fåborg, Menstap og Odense har gennem årene lagt lokaler til arrangementet, men det er ligesom at Vejle Center Hotel er det sted, der passer bedst til arrangementet. Nye familier er kommet til, andre er forsvundet igen og nogle har deltaget hvert år. Familieweekenden blev afholdt den 10. til den 12. oktober i Vejle. Børnene som ønskede det, overnattede sammen på voksen fri værelser. Denne mulighed har vist sig at være et meget eftertragtet tilbud og giver god chance for at få en fortrolig snak og få skabt nogle rigtig gode venskaber.

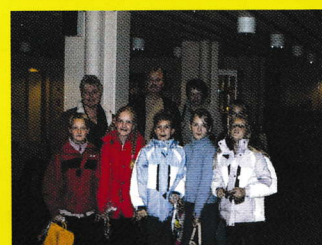
I jubilæumsweekenden deltog 23 børn og 44 voksne. Vi var blevet opfordret til at arrangere et foredrag om alternativer til den normale lægelige behandling. Dertil havde vi lavet en aftale med Kim Dehmut fra Ceter for Holistisk Trivsel i Skanderborg. Kim fortalte primært om zoneterapi og kostvejledning, men rundede også lige emner som akupunktur og irisanalyse. Kim leverede et meget spændende og lærerigt foredrag og begejstrede ved at servere materialet på en aldeles jordnær

facon. Frivillige fik også mulighed for selv at prøve at øve sig i zoneterapi. Tak til Kim for en rigtig god oplevelse og vi håber en anden gang at kunne gøre gavn af din viden.

I forbindelse med ønsket om, at vores unge i gruppen skal kunne hente erfaringer fra andre „stomister“, havde Else Marie Nielsen tilbudt, at dele sine erfaringer omkring stomi, graviditet og fødsel med de unge samt deres forældre. Else Marie gav mulighed for at få en åben, ærlig snak om alle de spørgsmål og problemer der kan presse sig på, når man er ung og har sygdomme, der berører afføring og urin.

Fra Odense Universitets Hospital kom Niels Quist, som fortalte os om de nyeste erfaringer med afføringsmidler og kost samt lidt omkring en netop vel overstået operation på en ung dame med Cloacae. Det er af stor betydning at vi får denne uformelle snak med „hospitals verdenen“ og vi vil meget gerne, om det også kunne være muligt at skabe interesse i at deltage fra landets andre store hospitaler.

Af den mere fornøjelige art kan nævnes, at vanen tro drog „bowling hajerne“ af sted og havde en herlig fredag aften. Det var jo en jubilæumsweekend, så der skulle også være plads til ekstra underholdning, og fra Vejle Musik Skole kom



bandet „Point of return“, og de unge mennesker gav en fin prøve på deres kunnen. Derefter stod der festmenu på program-met. Madroen blev dog brat afbrudt af den støjende cirkus artist „Cirkus Skunk“. Der var ikke mange der slap for ømme lattermuskler efter den omgang og ungerne efter- abede forestillingen længe efter.

Til familiegruppens styregruppe blev Susanne Nielsen, Vivian og undertegnede genvalgt. Gitte Poulsen valgte at fratræde og i stedet blev Steen Jensen indvalgt. Vi vil meget gerne sige Gitte tusinde tak for det stor arbejde du har gjort, vi har værdsat din store interesse for arbejdet og arbejdsiver. Samtidig vil vi sige velkommen til Steen, det er altid dejligt med nye friske kræfter og vi glæder os til samarbejdet.

Vores trofaste børnepassere skal også have en hilsen med på vejen, uden jer var det ikke muligt at få så stort udbytte af vores weekend.

Endelig tak til alle deltagerne for en dejlig weekend, selv efter deltagelse i 9 år får vi stadig nyt med os hjem, ikke mindst Katri- nes samvær med ligestillede hvoraf mange er blevet til rigtige gode venner.

Ellers bød år 2003 blandt andet på arbejde med ansøgning om midler til vore arrangementer. Det er efterhånden ved at være et krævende arbejde, da midlerne

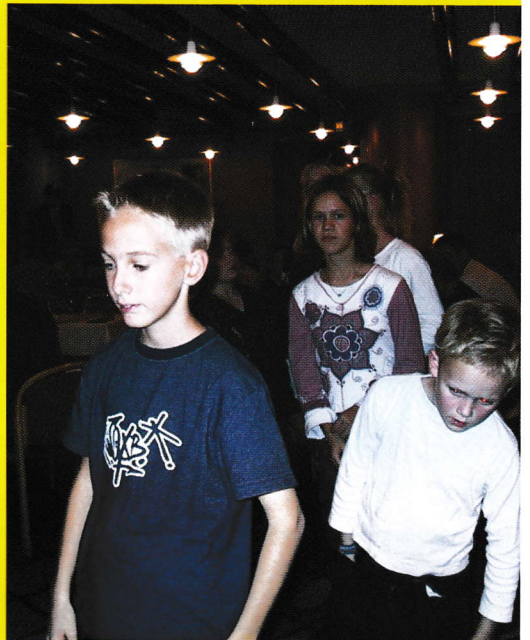
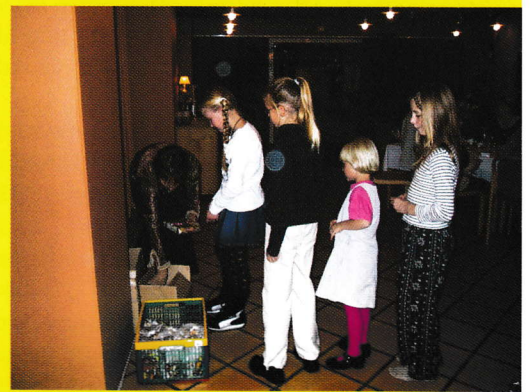
der er til deling mellem de mange handicapgrupper er beskåret kraftigt. Derfor er det ekstra vigtigt, at vi bakker på om de arrangementer der bliver sat i værk, så de tildelte midler gør den gavn som de var tiltænkt.

Desværre løb vi i det forgangne år også på tilfælde af pårørende til børn med afførings- eller urin- vejs problemer, der forgæves havde søgt at finde frem til ligestillede, og hvor der ikke fra hospitalets- eller andres side var oplyst om COPA's eksistens. Smadder ærgerligt og totalt uforståeligt at det ikke er muligt at skabe et samarbejde, det burde være i alles interesse at vi hjælper hinanden.

Det er kommet mig for ører, at der er ved at blive dannet små patientforeninger, som ønsker at dække enkelte sygdomme som i forvejen dækkes i COPA regi. Da jeg ved hvor svært det er at få udført frivilligt og ulønnet for- eningsarbejde, så kan jeg ikke forstå hvorfor katten vi ikke samles og trækker læsset i fælles- skab? Er COPA ikke god nok, er COPA ikke kendt eller hvad er årsagen til at vi ikke hører fra jer?


Til slut vil jeg ønske alle et rigtig godt nytår og håbe på at vi igen i år må mødes og have glæde af hinandens erfaringer, støtte og ikke mindst nyde godt af alle de herlige grin vi får.

*På gensyn og rigtig mange hilsener fra Rolf Nielsen*




## Crohngruppen Vest

**Kontaktpersoner:**  
**VEST:** Mariann Olesen Skyttevej 21 8450 Hammel Tlf.: 8696 3449  
**ØST:** Merete Møller Ærtebjergvej 28, Lund 4660 Store-heddinge Tlf.: 5650 8042



## Ungdomsgruppen

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

**Aktiviteter  
 Crohngrupperne Øst og Vest**  
 Kontakt venligst gruppernes ledere.

**Aktiviteter  
 Ungdomsgruppen**  
 Kontakt venligst COPA's sekretariat.

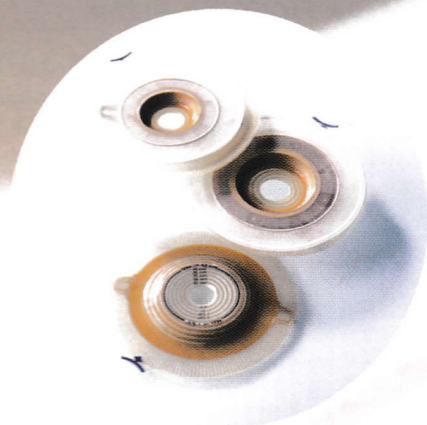
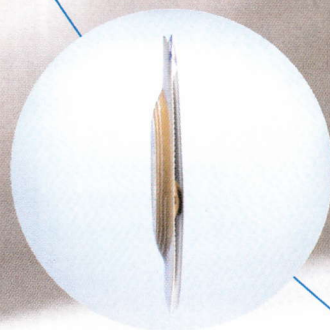
# Easiflex




## Easiflex Convex Light Basisplade

*Easiflex plader nu også med convex!*

- Lav profil med blød convexitet
- Tre opklipbare størrelser
- Forsynet med bælteører



*Mange stomier  
har brug for et  
lille skub*

Easiflex Convex Light Plader 		
Ringstørrelse	35 mm	50 mm
Opklipbar 15 - 23 mm	● 14401	
Opklipbar 15 - 33 mm		● 14402
Opklipbar 15 - 43 mm		● 14403

*Brug af Convex produkter bør kun påbegyndes i samråd med en stomisygeplejerske.*

*For yderligere information kontakt venligst Coloplast's kundeservice på telefon 49 11 12 13.*



Coloplast Danmark A/S  
Møllevvej 11-15  
DK-2990 Nivå  
Telefon 49 11 12 13  
Telefax 49 11 12 12  
www.coloplast.dk

## Coloplast Informationsmøde

Coloplast holder informationsmøde med temaet

### Pleje af udsat hud

Mandag den 26. januar 2004

Kl. 19.00 - 22.00

Hotel Frederik d. II

Idagaardsvej 3, 4200 Slagelse

Denne aften vil stomisygeplejerske Anni Weber, Slagelse Centralsygehus fortælle om hud og hudproblemer. Senere på aftenen vil Helene Mortensen fra Coloplast fortælle om de nyeste produkter, og der vil blive mulighed for at stille spørgsmål.

Der vil blive serveret kaffe/kage, og arrangementet er gratis.

Da der er begrænset antal pladser, vil det være nødvendigt at tilmelde sig.

Dette kan gøres på tlf. 4911 2644 eller e-mail: [dkake@coloplast.com](mailto:dkake@coloplast.com)

**Coloplast Danmark A/S**  
Mølevej 11-15  
2990 Nivå

## The Great Comebacker

Alle ved at en stomioperation ændrer livet. For mange er vejen tilbage efter en operation en kamp i sig selv.

ConvaTec har med Great Comebacks Awards ønsket at anerkende én stomipatient i Danmark, der har gjort et stærkt "comeback" lille eller stort – og som kan blive et forbillede for andre stomiopererede.

The Great Comebacker i Danmark blev i år

### Hannegrethe Søndermølle

Vi vil i den forbindelse gerne invitere medlemmer fra COPA og Colitis Crohn foreningen i Nordjyllands amt til en uformel sammenkomst, hvor I vil få mulighed for at høre Hannegrethe Søndermølle fortælle sin historie. Herefter vil Hannegrethe få overrakt ConvaTec's erkendtlighed.

Festligheden finder sted

**onsdag den 28. januar 2004**

**kl. 16.00 - 18.00**

**i Gæstesalen på 1. sal (elevatør)**  
**Aalborg Kongres & Kultur Center**  
**Europa Plads 2, Aalborg C**

Af hensyn til forplejningen bedes du venligst tilmelde dig senest den 23. januar til Anne Marie Jee i ConvaTec's kundeservice på tlf. 4587 6011.

Vel mødt.

Med venlig hilsen  
**ConvaTec**

### Stomiambulatorier / Stomiklinikker

Postnr	Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
2100	Rigshospitalet, Stomienheden, afd. C2-12-3 2100 Kbh. Ø	35 45 24 26 (09.00 - 09.30)	Efter aftale alle hverdage
2400	Bispebjerg Hospital, Stomiambulatoriet 2400 Kbh. NV	35 31 26 96 (man. 14.00-15.00. tirs-tors 08.00-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2600	KAS-Glostrup, Stomiklinikken 2600 Glostrup	43 23 27 47 (man.-fre. 8.30-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2650	Hvidovre Hospital, Stomiambulatoriet, afsnit 324, 2650 Hvidovre	36 32 36 21 (man.-fre. 08.30-09.00)	Efter aftale
2730	KAS-Herlev, 16. sal, stue 17 2730 Herlev	44 88 44 88, personsøger 633 (man.-fre. 08.30-09.00)	Efter aftale alle hverdage
2900	KAS-Gentofte, kir.amb. D 732 2900 Hellerup	39 77 39 77 lokal 3337 (man.-fre. 08.00-09.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00 Efter aftale
3000	Sygehuset Øresund Helsingør, plan 2 afd. 23 3000 Helsingør	48 29 23 30 / 48 29 23 18 (tors. 08.00-09.00)	Efter aftale
3400	Hillerød Sygehus, Stomiambulatoriet 3400 Hillerød	48 29 35 63 (man.,ons.,tors. 08.00-09.00)	Efter aftale
3700	Bornholms Centralsygehus 3700 Rønne	56 95 11 65 lokal 2123	1. og 3. torsdag i måneden 09.00-13.00

Postnr	Sygehus	Telefonnummer (& evt. ringetid)	Konsultation
3900	Dr. Ingrid's Hospital, kir.afd. K2 3900 Nuuk, Grønland	00 299 34 00 00 lokal 4251 (man.-fre. 12.00-19.30; lokaltid: 08.00-15.30)	Efter aftale
4000	Roskilde Amtssygehus, Stomiambulatoriet 4000 Roskilde	46 32 32 00 lokal 2529 (tor. 08.00-09.00)	Efter aftale
4200	Centralsygehuset i Slagelse, Indgang 43 Fælledvej, 4200 Slagelse	58 55 90 00 lokal 9836 (man.,tors.,fre. 08.00-09.00)	Man.,tors. og fre.: kl. 08.00-15.00
4300	Centralsygehuset i Holbæk, Afd. A1, stomiambulatoriet 4300 Holbæk	59 48 43 60 personsøger 6301 (tirs. 08.30-09.00)	Tirs. efter aftale.
4600	RASK, Stomiamb. Kir. ambulatorium 4600 Køge	56 63 15 00 lokal 3925 (tirs.+tors. 13.00-13.30)	Efter aftale
4700	Centralsygehuset i Næstved afd. 19 stuen, 4700 Næstved	55 72 14 01 lokal 4208 (man.-fre. 08.00-09.00 & åbningsdage 09.00-09.30)	Man. - tors. : 09.00 - 15.00
4800	Centralsygehuset i Nykøbing F 4800 Nykøbing F.	54 88 53 23 (08.00-09.00)	Ulige uger: Tirs, ons, tors.: 08.00-15.30 Lige uger: Man., tirs, tors.: 08.00-15.30
5000	Odense Universitetshospital, ved afsnit A4, 13. etage 5000 Odense C	65 41 15 27 (man. + ons. 11.30-12.00)	Man. + ons.: 08.00-15.00 efter aftale
5500	Middelfart Sygehus, Organ.kir.afd., 2.sal 5500 Middelfart	63 48 41 50	Fre: 08.00-14.00 efter aftale
5600	Fåborg Sygehus Kir.amb., Stomiambulatoriet 5600 Fåborg	63 61 15 31	Man.-fre.: 09.00-14.00
5700	Sygehus Fyn Syd, Svendborg, Stomiamb. Dagafsnit K 5700 Svendborg	63 20 20 93	Ons.: 08.30-14.30
5800	Sygehus Fyn Nyborg, Stomiambulatoriet 5800 Nyborg	63 31 28 50 og 63 31 28 56	Sygehus Fyn Nyborg ønsker <i>ikke</i> træffetider i Copa-bladet.
6000	Kolding Sygehus, Organkirurgisk afd. D 6000 Kolding	76 36 24 86 (tirs., tors.: 08.00-09.00)	Tirs. og tors.: 08.00-15.30
6100	Haderslev Sygehus, Stomiambulatoriet 6100 Haderslev	74 27 35 35 (tors. 11.00 - 11.30)	Tors.: 08.00 - 16.00 efter aftale
6400	Sønderborg Sygehus afd. K21 6400 Sønderborg	74 43 03 11	Tirs.-tors.: 08.30-14.30
6700	Centralsygehuset i Esbjerg, Stomiambulatoriet 6700 Esbjerg	79 18 20 00 lokal 4113 (man.-fre. 08.00 - 09.00)	Man., tirs. og tors.: 09.00 - 15.00, efter aftale
7000	Fredericia Sygehus, afd. A7 7000 Fredricia	75 92 45 88 lokal 2729 (man.-fre. 11.00 - 11.30)	Tirsdag i lige uger kl. 11.00-14.00
7100	Vejle Sygehus Stomiambulatoriet, A16 7100 Vejle	79 40 56 52 (ons. og fre. 09.00 - 10.00)	Man. - fre.: 09.00-15.00 efter aftale
7200	Grindsted Sygehus, Stomiambulatoriet 7200 Grindsted	76 72 22 01 / 76 72 22 04 (tirs.-tors. 10.00-13.00)	Alle hverdage efter aftale
7400	Herning Centralsygehus, Stomiambulatoriet 7400 Herning	99 27 21 83 (tirs. 13.30-14.30 og fre. 08.00-09.00)	Tirs.: 10.00-18.00; Fre.: 08.00-15.00
7500	Holstebro Centralsygehus, Stomiklinikken, Afd. K1. 7500 Holstebro	99 12 53 10 (man.-fre. 10.00-12.00)	Tirs. og ons.: 08.00-16.00 efter aftale
7800	Skive Sygehus, Stomiambulatoriet, Kir.sengeafsnit K2141 7800 Skive	97 52 76 22 - klartone tryk 2141 (man.-fre. 08.00 - 12.00)	Efter aftale
8000	Århus Amtssygehus, Stomiambulatoriet, indgang 11 A Tage Hansensgade 2, 8000 Århus	89 49 75 25 (man.-fre. 08.00-09.00)	Man. - fre.: 08.00-15.00 efter aftale
8000	Skejby Sygehus, Brændstrupgårdsvej, Urostomiamb. Afd. K1, 8000 Århus	89 49 59 70	Ons.: 08.00-16.00
8600	Centralsygehuset i Silkeborg, Parenkym kir.afd. 8600 Silkeborg	82 22 24 31 (tirs. og ons. 08.00-08.30)	Tirs. og ons.: 08.00-15.00 efter aftale
8700	Horsens Sygehus, Stomiklinikken 8700 Horsens	79 27 46 69 (dgl. 08.00-15.00)	Efter aftale
8800	Viborg Sygehus, Organkir. afd. K11-1, Stomiambulatoriet 8800 Viborg	89 27 21 10	Ons: 10.00-13.00. samt efter aftale
8900	Centralsygehuset i Randers, Organ.kir.amb. 8900 Randers	89 10 25 76 (dgl. 08.00-09.00)	Man.-fre.: 09.00-14.00
9000	Aalborg Sygehus SYD, Stomiklinikken, 4.sal 9000 Aalborg	99 32 25 28 (dgl. 07.30-08.30)	Efter aftale
9800	Hjørring Sygehus, Stomiklinikken 9800 Hjørring	99 64 20 71 (man.-fre. 08.00-14.00)	Man.-fre.: 08.00-14.00 efter aftale

---

**LOKALFORENINGER / GRUPPER**

*De anførte træffetider er kun vejledende*

---

**København / Frederiksberg**

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

**Københavns amt**

Marianne Hemmingsen  
Spurveskjul 1  
2830 Virum  
Tlf. 45 83 52 58

**Bornholms amt**

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

**Frederiksborg amt**

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

**Fyns amt**

Lars E. Nielsen  
Nyborgvej 16  
5550 Langeskov  
Tlf.: 65 38 11 22  
Mobiltilf.: 21 60 73 72

**Lolland-Falster**

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

**Nordjyllands amt**

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

**Storstrøm Nord**

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

**Ribe amt**

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

**Ringkøbing amt**

Knud Fauery  
Hagenstrupparken 34  
8860 Ulstrup  
Tlf.: 97 11 80 16

**Roskilde amt**

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

**Sønderjyllands amt**

Jytte Holdt  
Østerskovvej 2  
Simmersted  
6500 Vojens  
Tlf.: 74 50 63 33

**Vejle amt**

Else Rasmussen  
Bjolderupvej 18  
6000 Kolding  
Tlf.: 75 52 45 12

**Viborg amt**

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

**Vestsjællands amt**

Torben Hansen \*)  
Prinsessevænget 18, st.th.  
4100 Ringsted  
Tlf.: 57 61 56 23

**Århus amt**

Lis Lene Carstensen  
Hobrovej 92  
8900 Randers  
Tlf.: 86 42 69 79

**Forældregruppen**

Rolf Nielsen  
Bøgeskov Høvej 9 B  
8260 Viby J  
Tlf.: 86 28 74 74 / Fax: 86 28 78 31

**Ungdomsgruppen**

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

---

**Crohgruppen**

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

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

**Urostomigruppen**

Ruth Træholt  
Nygade 15, 4.th.  
9400 Nørresundby  
Tlf.: 98 17 10 32

Lotte Andersen  
Brovænget 10  
2830 Virum  
Tlf.: 45 85 64 56

---

\*) Medlem af COPA's forretningsudvalg.

\*\*) Suppleant i COPA's forretningsudvalg.