

STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

November - December Copa-blad 6 / 2009



Læs i dette blad bl.a.:

**Vellykkede
Stomidags-
arrangementer
over hele landet,
.....se side 12 - 31.**



Læs i dette blad bl.a.:

Festmiddag med pift.....se side 4.

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev,
landsformand

Her er årets sidste COPA-blad med en kalender for

2010. Målene for denne kalender er tilpasset et plastetui, som der var til den "gamle" todelte kalender. Nu håber vi, at alt er OK vedr. kalenderen.

Der har været en del problemer med kommunernes tolkning af servicelovens paragraffer vedr. hjælpemidler og om merudgifter. Den 22. september

deltog COPA repræsentanter i et møde om merudgifter, da det har været meget forskelligt, hvorledes kommunerne vurderer, om der er en reel merudgift forbundet med forskellige sygdomme/handicap. Mødet var arrangeret af Danske Handicapforeninger (DH).

Problemerne for stomiopererede og personer med af-føringsvanskeligheder kan være øgede udgifter til tøj, p.g.a. ekstra vask og deraf øget slid på tøjet, tandskader ved medicinske behandlinger, tilskud til del-

tagelse i familieweekend og i handicapkurser, m.m.

Formanden for DH, Stig Langvad kom med forskellige forslag for en lettere adgang til basisydelserne, men gjorde samtidig opmærksom på, at der så måske ville komme større krav fra det offentlige til at komme over den bagatelgrænse, om hvor meget merudgiften reelt er for den enkelte person.

Stomiforeningen COPA har i mange år prøvet at få tilpasset serviceloven, så det offentlige skal betale for merudgifter til tandskader ved medicinske behandlinger af tarmsygdomme.

I disse tider med en meget stram økonomi i kommunerne, må vi sikkert vente en tid endnu, inden dette ønske bliver opfyldt.

Sidste medlemsblad var der to artikler om COPA besøget i Ukraine. Der stod lidt om, hvor meget det betyder for de stomiopererede i Odessa, at der bliver sendt stomihjælpemidler fra COPA.

Heldigvis er der ikke planer om at stoppe med denne hjælp. Vi får rigtig mange stomihjælpemidler til vores "Ukranieprojekt".

Sidst i august fik COPA den hidtil største donation af poser m.m. Sahva Care i Århus gav hele deres restlager til hjælp i Ukraine. Begrundelse for dette var, at Sahva Care ændrede deres varekoncept til ikke mere at sælge stomihjælpemidler fra deres butik.

Stomihjælpemidlerne fyldte over 30 junior flyttekasser, så det var rigtig meget. En stor tak til Sahva Care for denne gestus til vores venner i Odessa.

Der er selvfølgelig også en tak til jer alle for de stomihjælpemidler, I er så venlige at give til COPA.

Vinteren nærmer sig, og det samme gør julen og nytåret. Så jeg vil slutte med at ønske jer alle en god jul og et lykkeliggende nytår.

NYHED

Med den nye lukkede 1-dels pose og minicap er Pelican serien nu komplet. Mini, Standard og Maxi

PELICAN Pouches

Lukkede 1-dels poser



Avanceret filtersystem for større forebyggelse af lugt.

Hudklæberen er meget hudvenlig og giver en sikker vedhæftning på huden.

Fås i opklipbar samt mange faste hulstørrelser. Med spring på kun 2,5mm er der gode chancer for ikke at skulle klippe.

Blødt stofbetræk yderst som giver komfort og mindsker støj fra posen.

Alle Pelicanposer har en slids i forsidens stof, så det er muligt at se stomien gennem den klare inderfolie, når der er behov for dette. Til andre tider er posen helt diskret.



Slids



Giver diskretion og komfort til dig, der irriterer eller i intime situationer.

PELICAN MINI CAPS



www.eakin.eu

For mere information og prøver, kontakt venligst:

Focuscare



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



Stomiforeningen COPA

• *Sekretariatsleder:* Britta Mogensen.

Sekretariatet

Rønnedevej 10¹, 4100 Ringsted

Tlf.: 5767 3525 Fax: 5767 3515

Træffes mandag, tirsdag, torsdag og fredag:

10.00 - 14.00; onsdag: 16.00 - 18.00.

Foreningens gironummer: 7 09 03 31.

Hjemmeside: www.copa.dk

e-mail: sekretariatet@copa.dk

• Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525 (KUN hverdage:

bedst 14.00-18.00) • Fax: 7021 3515

e-mail: h.granslev@mail.tele.dk

• Vicedommand:

Gisela Schjøtt

Birkemosevej 30, 3550 Slangerup

e-mail: schjoett@webspeed.dk

Tlf.: 4733 4434

• Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

Medlemsbladet COPA

Copa-bladet udkommer 6 gange om året, d. 10. i ulige måneder. Næste blad udkommer 10. januar 2010.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: Rounborg, Holstebro.

• Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

fax: 9849 9889 • mail: bladet@copa.dk

• Læserbreve, indlæg og artikler:

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

Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/12.

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

• Illustrationsannoncer:

Næste blad: Tilsagn senest 10/12.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
på CD-rom med brevpost til sekretariatet
eller mail til bladet@copa.dk. Andet mate-
riale modtages også *efter aftale*. Materia-
lefrist og annulleringsfrist normalt 10 dage
efter tilsagn. Reproklart annoncemateriale
til næste nummer skal være Copa-bladet i
hænde senest: 18/12.

• Indstik:

Med forbehold. Nærmere oplysninger om tids-
frister mv.: Redaktøren og COPAs sekretariat.

ISSN 0901 - 3849

Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

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

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 6/2009 (november/december). [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 211].

Indhold:

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
Hvad i alverden laver de på "Midt i Livet"? (<i>Gisela Schjøtt</i>).....	4
International stomikongres i Portugal (<i>Jane Dalsgaard</i>).....	6
Tre COPA medlemmer til møde hos Coloplast (<i>Gisela Schjøtt</i>).....	8
Læserne skriver	
Nyhed til DE personer, der skal tilpasse deres stomiplader (<i>Marianne Andersen</i>).....	8
Kvinde i København søger mand (<i>Kontaktannonce</i>).....	8
Åbenhed er vejen frem (<i>Emilie Marie Hansen</i>).....	10
Hej i COPA (<i>Birthe Schmidt</i>).....	10
Nyt fra lokalforeningerne.....	12



Vedlagt:

COPA kalender 2010

COPA-kontingent

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

Se også: www.copa.dk

Tilbud om rådgivning: Se under lokalforeningerne.

Rådgivning

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

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

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

Foreningens rådgivere er alle
stomi- eller reservoiropererede el-
ler har en sygdom, der kan føre til
anlæggelse af stomi/reservoir. De har
alle et afklaret forhold til deres situa-
tion om at leve med stomi/reservoir.

De har været på kurser i bl.a. sam-
taleteknik og anatomi. Rådgiverne
har naturligvis tavshedspligt.

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

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

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

Liste over stomiambulatorier: Se COPA-kalender 2010.

Hvad i alverden laver de på "Midt i Livet"?

Eller en beretning om, hvorfor der er medlemmer, der stort set aldrig bliver ældre!

Af: Gisela Schjott, vicelandsformand

Den udvalgte og heldige skare af midaldrende medlemmer var blevet sat stævne i Haderslev på Hotel Norden fredag den 4. september 2009 mellem 3 og 5 om eftermiddagen for indcheckning og klargøring til opholdets første dagsordenspunkt kl. 17.30. I årets skare var der heldigvis en del nye yngre ansigter, hvoraf flere var ganske nyindmeldte, og et enkelt medlem havde kun været en del af flokken siden maj måned. Det var dejligt at se både de gamle og nye ansigter, hvilket var synligt fra starten, og hvis der ikke var gamle bekendtskaber, så blev der straks skabt nye. Det er jo netop en af de store styrker ved arrangementet, at der til stadighed er en blanding af gamle og nye ansigter, men fælles for i hvert fald halvdel er, at der er noget fælles at tale om og udveksle erfaringer med.

Det første punkt drejede sig om en præsentation af stomiprodukter og tilbehør fra firmaet Stotec A/S, der forhandler produkter fra det engelske firma Welland.

Den ene af firmaets ejere, Tonny Kristiansen stod for præsentationen af de mange forskellige produkter, hvoraf flere kunne rose sig af at være de første på verdensmarkedet - og det på trods af de store danske firmaers verdensomspændende produktion og succes inden for mange produkttyper. Der var flere overraskende specialtyper af bandager, hvoraf der også havde været efterspørgsel efter et reklamefremstød i COPA bladet. Der blev stillet mange spørgsmål til de specifikke produkter, og svarene afslørede et meget grundigt kendskab til de mange finurligheder ved de enkelte stomityper.

Aftenens sidste punkt var en to-retters menu med efterfølgende kaffe med store flødeskumsfyldte og lækre lagkager. Da mange havde haft en længere transporttid var der ikke den helt store gang i den sene aftenhygge, og der var jo også planlagt afgang næste morgen kl. 09.00.

Tonny Kristiansen, Welland.



Lørdagen startede desværre med (og fortsatte desuden også med) en del byger og ikke de helt høje temperaturer, men på tidspunktet for afgang med bussen var det dog tørvejr. Afgangen måtte dog udskydes i næsten 20 minutter, for madpakkerne var endnu ikke færdigsmurte - så der kom ikke en eneste klage over kedelig mad! Festudvalget havde planlagt flere spændende oplevelser for den helt fyldte bus, der også på snedig vis kunne bringe kørestol op og ned via en anordning i den bagerste del af bussen - det sparede mange kræfter og gav anledning til stor interesse fra andre under turen. Flere havde medbragt paraplyer for at foretage en eller anden form for besværgelse af vejrguderne, så der kunne skaffes tørvejr på de strategisk rigtige tidspunkter på dagen i forbindelse med udendørsaktiviteterne, og det lykkedes faktisk på trods af de meget svære odds.

Første gang ved ankomst til det indledende stop på turen i Løgumkloster, hvor der var arrangeret en guidet tur i Klosterkirken. Kirken i den ældste version var en del af et cistercienserkloster, der var startet af munken Bernhard. Han var ven med den danske ærkebiskop Eskild, der hentede et antal franske munke til Danmark for at anlægge et datterkloster i 1173 (det første danske cistercienserkloster blev anlagt i Herrud, Skåne allerede i 1144). Det oprindelige kloster blev opført i træ i nærheden af skov, vand og agre, der var grundlaget for klostrets virke og stedet navn var Locus Dei = guds sted, og det er sikkert denne betegnelse, der er blevet fordansket til Løgumkloster. På grund af en brand begyndte man en nyopførelse af hele klosterkomplekset i 1225 med munkesten, der blev fremstillet af lokale materialer. Det tog imidlertid omkring 100 år at færdiggøre det hele i en "brandsikret" udgave og med en mængde moderne faciliteter, herunder fx centralvarme gennem kanaler og kaldesystem fra vagtstuen til sovesalen (dormitoriet), der er beliggende på første sal. Som illustration af klostrets størrelse kan det nævnes, at ejerskabet kort før 1530 omfattede ca. 200 gårde, flere ejendomme i Ribe, 4 sognekirker, 3 vandmøller samt ret til skov, fiskeri og jagt. Kirken er opført i gotisk stil med diverse tilføjelser og det nuværende tilbehør omfatter krucifiks og relikvieskab fra 1300-tallet, altertavle fra 1400-tallet fra Jerne Kirke ved Esbjerg og en døbefont fra 1704 med fad fra 1550 - 1575. Kirken anvendes ganske meget af det tilstødende Løgumkloster Refugium fra 1960, der tilbyder forskellige muligheder for fx ferie, foredrag, fordybelse og ro.

Næste stop var på en meget blæsende parkeringsplads ikke langt fra Vidå Slusen, og efter indtagelse af de medbragte og friske

madpakker blev der anledning til at vandre en tur ved slusen. Diget med den tilhørende sluse er det yderste værn mod Vadehavet og blev påbegyndt i 1981, og indvielsen fandt sted den 10. maj 1982. Vidåen er Danmarks trediestørste vandløb med en normal gennemstrømning på 17.000 l/sek., men med alle tre sluseporte åbne kan vandmængden komme op på 200.000 l/sek.

Efter at have sat krøllerne lidt mere normalt på plads gik turen mod Schackenburg, hvor der var arrangeret en tur i Schackenburg slotshave. Det store, vajende kongeflag indikerede, at beboerne var hjemme - men der var nu ingen til hverken at byde os velkommen eller at se! Møgeltønderhus var stedets første borg, der senere blev ombygget til slot og tilfaldt kronen under reformationen. Familien Schack har haft ejerskabet i mange år, men da der ikke var direkte arvinger, blev stedet købt af kongehuset i 1978. I 1993 blev Schackenburg overdraget til Prins Joachim, der har udvidet bedriften og udøver landbrugs- og skovdrift, bl.a. i markeds-mæssigt samarbejde med andre gårde i området (kendt under navnet: De fem gårde). Efter besøget i slotshaven var der vandretur i den velkendte hovedgade i Møgeltønder med brostenene og de mange fredede og bevaringsværdige gamle huse. Vi fik også et kig på en af byens kun tre bevarede "ligdøre", der er en del af husets normale vinduer og døre, men som ikke kan åbnes udefra. Dørene bruges kun i forbindelse med dødsfald, når kisten skal bæres ud.

Rudbøl Grænsekro fra 1711, der ligger lige i nærheden af Vidåen og grænsen til Tyskland, var derefter rammen om kaffe med kringle og utroligt flotte og lækre lagkager - og der var rigeligt til alle! Turen gik derefter tilbage mod Hotel Norden, hvor der var omkring 1½ times pause inden aftenens program startede kl. 19.00.

Festmiddagen bestod af røget lakserose på salat, helstegt oksefilet med lækker tilbehør samt islagkage til dessert. Som tilbehør var der ½ flaske vin og rolig musik til maden, og vel nok opholdets mest utrolige indslag, der grundlæggende var en fællessang. Sangen var forholdsvis normal, men tilbehøret gav anledning til utrolig mange grin og dermed manglende mulighed for at synge! Deltagerne skulle nemlig iføre sig en plastpose som hue, ekstra store ører i form af plastiktallerkener, papirtænder samt "briller" i form af små gennemsigtige plastikbægre - alt sammen leveret af Jette Pedersen. Der

(fortsætter side 6)



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



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

Heldigvis findes der en løsning!

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

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

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



AP-006413-SC



Our world is what we make of it™



var ikke mange tørre øjne ved sangens afslutning, for man kunne jo ikke undgå at se på deltaerne på den anden side af bordet, og det hele gav et ekstra pift til stemningen, der fik et ekstra næk efter maden, hvor musikken spillede op til dans. Der var flere, der holdt ud til midnat og endda senere med dans, hygge og snak med tanke på, at der ikke var et fastlagt program for næste dag.



Festmiddag med ekstra pift.

Der var mange, der benyttede sig af den lidt sene start på søndagen, hvor der efter morgenmad med slutning kl. 10.00 var fri manøvre i byen eller på hotellet. Vejret

indbød desværre ikke til sammenkomst på terrassen, så i stedet var alle samlet til evaluering i barlokalet i et kvarters tid inden middagsklokkens slag. Der var stort set ikke kritiske ord til organisationskomiteen for opholdet, men enkelte tips blev noteret

til næste gang. Derefter var der plads til 1 times frokost og derefter afgang i forskellige retninger og hjem til den normale hverdag - stadig med tanken om at være *midt i livet*. ■

International stomikongres i Portugal

Jeg har været uddannet sygeplejerske i 2 år, og siden jeg blev færdiguddannet, har jeg arbejdet på en mave-tarm kirurgisk afdeling. En meget spændende, udfordrende og berigende arbejdsplads.

I november måned sidste år var jeg med til den årlige danske stomikongres i Fåborg, hvor min interesse for stomi, stomipleje og cooping med at leve med en stomi, voksede. Senere er jeg blevet stomiansvarlig i afdelingen og var så heldig at komme til min første internationale kongres med hjælp fra blandt andre COPA.

Jeg satte for første gang mine ben i Porto i det nordlige Portugal i juni måned, hvor kongressen skulle foregå.

Porto er en spændende og meget charmerende by. Nogle af byens perler stammer fra 1300-tallet eller længere tilbage, og meget er fra barokken i 1700-tallet. Det er en by, som emmer af liv og minder fra rigtig gamle dage, med farvestrålende kakkelfacader, bladvand og faldefærdige døre. Vasketøjet hænger ned over de snævre og enormt stejle gader og gyder, mens de gamle mænd og koner hænger ud af vinduet og holder øje med gadens begivenheder.

Men det var ikke for at være turist, jeg tog til Porto, det var for at lære noget om mit speciale indenfor sygeplejen. Det var en stor oplevelse for mig at være med til denne internationale kongres, som var besøgt af sygeplejersker fra lande hele verden over, dog var flest mødt op fra Europa.

Kongressen foregik over 3 dage, hvor sygeplejersker, sociologer, hudspecialister, læger og sexologer fortalte og underviste i videns, observationer og ny udvikling fra deres sygehuse og hjemlande.

Der var stor variation i niveauet i oplæggene. Nogle kunne knap nok tale engelsk, men stammede sig alligevel igennem, andre fortalte om ny udvikling og metoder fra deres hjemland, som vi i Danmark er gået væk fra for mange mange år siden. Men

der var også foredrag, hvor man tænkte "nej hvor spændende, det må jeg undersøge lidt nærmere" eller "sikke da en interessant tankegang".

Det som slog mig mest var, hvor dårlige vilkår patienter med stomi har det i mange andre lande. I Danmark får man betalt næsten al ens stomibandage af kommunen, så det ikke bliver et økonomisk problem, hvis man lever med en stomi. Det koster kommunen ca. 2000 kr. pr. person i stomibandage. I lande som for eksempel USA, Canada og Irland skal patienterne selv betale en stor del af deres stomibandage. Dette går specielt ud over de fattige i samfundet, som har svært ved at skaffe de ekstra penge. Dette resulterer i at poserne bliver vasket, tørret og genbrugt. Jeg ved ikke, hvilken plade der virker tredje gang den skal klæbe, men jeg kan ikke forestille mig, at være særlig tryk ved at gå i byen med den.

Jeg fandt virkelig på kongressen ud af, hvor dygtige de danske stomisygeplejersker er. Der var ca. 20 danske sygeplejersker med, hvor næsten alle var uddannet stomisygeplejersker. Jeg må indrømme, at jeg som basissygeplejerske kunne føle mig en smule uerfaren mellem alle disse meget dygtige stomisygeplejersker, som er så veluddannede, engageret og dedikeret til deres arbejde. De har arbejdet med specialet i 10-15-25 år, og det er blandt andet deres skyld, at danske stomipatienter har så gode vilkår. Jeg er ikke i tvivl om, at de igennem mange år har kæmpet for danske stomipatienters rettigheder. Alt imens der var foredrag i tre forskellige sale, var producenterne med de forskellige stomimaterialer samlet i en stor hal. Her viste de frem af deres seneste nye udvikling af produkter og videreudvikling af gamle produkter. Man fristes næsten til at sige, hvilket gedemarked. Der findes jo alverdens ting, og det er lidt uoverskueligt, hvilke bandager der skal bruges til hvad? Og hvilke er anvendelige, og hvilke er bare en

smart idé, som ikke kan benyttes i praksis? Men som forholdsvis ny sygeplejerske i "stomiverdenen" sugede jeg til mig og slæbte forskellige spændende nye produkter med hjem i kufferten. Hvis bare en af de ting, jeg har fået med hjem, kan anvendes hos en af mine patienter, hvor anden bandage ikke lykkes, vil det jo ikke være forgæves.

Udover alle de professionelle, som fortalte om deres nye viden, var der er amerikaner. Rob Hill, som i en alder af 24 år fik lavet en stomi på grund af Mb Crohn. Han fortalte om livet med stomi, og hvor svært det var at leve med tabu omkring tarmsygdomme og stomi. Derfor besluttede han sig for at gøre noget ved det. Han ville vise, at et menneske med Mb Crohn og stomi kunne gøre nøjagtig det samme, som mennesker der intet fejlede. Hans mål er at bestige verdens syv tinder, og selvom han har haft flere forsøg, er det nu lykkedes ham at bestige de seks af dem. I forbindelse med et af hans mislykkede forsøg, blev han akut indlagt på sygehuset. Rob var sur, ked af det og nede i et sort hul på grund af det mislykkede forsøg, indtil han fandt ud af, at en af hans medpatienter, en ung fyr, skulle opereres og have en stomi. Rob opdagede, at det var meningen, at hans bjergbestigning skulle mislykkes, så han i stedet kunne hjælpe denne unge fyr ved siden af ham.

Det gjorde indtryk på mig at høre Rob Hills historie. Selvom mennesker som har stomi i Danmark er privilegeret i forhold til andre lande, er det stadig et stort tabu at have stomi, og mange er flove og vil ikke tale om det. Det er på dette område, jeg synes vi kan gøre meget i Danmark. COPA har en stor rolle i at mindske tabuet og stigmatiseringen omkring mennesker med stomi. Jeg ved, at det er en stor prioritering hos COPA, og at de arbejder hårdt for det, men de kan ikke klare det uden hjælp fra deres medlemmer. For som Rob Hill skriver "it's not really about climbing mountains, it's about moving them".

Jane Dalsgaard, sygeplejerske på mave-tarmkirurgisk afdeling, Århus Sygehus.

Ny SecuPlast tætningsring hjælper med at forebygge rød og irriteret hud. SecuPlast tætningsring forebygger lækage som kan skade og irritere huden.

- SecuPlast tætningsring formes, modelleres, strækkes/mindskes til den ønskede størrelse og form, så den skaber en individuel, komfortabel og sikker lækagefri barriere.
- Passer til alle typer stomier
- Meget let at forme og modellere til den perfekte form
- Meget let at sætte sammen, hvis den brister under modellering
- Let at dele i mindre stykker, hvis det er nødvendigt
- Utrolig hudvenlig, ingen svie og smerter selv på rød og irriteret hud
- Individuel sikker komfort – SecuPlast tætningsringe forbliver i den ønskede form og giver en sikker og beskyttende barriere mod lækager.



Slim

Diameter 50 mm Tykkelse 3,2 mm
Antal pr. æske: 30 stk.



Standard

Diameter 50 mm Tykkelse 4,0 mm
Antal pr. æske: 30 stk.



Large

Diameter 100 mm Tykkelse 3,2 mm
Antal pr. æske: 10 stk.



Støtter Salts Healthcares forskning for en sund hud

Produkterne kan købes hos din nuværende forhandler

Bestil gratis vareprøver
på tlf 97-423233
eller på
post@hardam.dk

Tre COPA medlemmer til møde hos Coloplast

Stomiopererede til Coloplast: Vi lever et godt liv! I Danmark lever omkring 10.000 mennesker med en stomi, altså en kirurgisk dannet åbning på maven, hvor en lille del af tarmen bliver ført ud.

Som en optakt til den verdensomspændende stomidag (World Ostomy Day) den 3. oktober 2009 afholdt Coloplast i Humlebæk fredag den 2. oktober et stomi-træf, hvor tre COPA medlemmer var inviteret til at fortælle om deres liv med stomi. Medlemmerne - *Bjarne Baarup, Gisela Schjøtt og Lilly Voigt* - repræsenterede 3 forskellige stomityper, så der var varierede aspekter af livet med stomi at fortælle om og spørge til. Begivenheden udspandt sig i auditoriet, hvor der var mange medarbejdere til stede. Det hele foregik på engelsk af hensyn til Coloplast, der er en verdensomspændende koncern med omkring 7.000 medarbejdere. Det hele blev video-optaget til senere brug, da det er meningen, at hele seancen skal sendes ud på deres interne netværk, så alle medarbejdere kan få et indtryk af, hvad det vil sige at have en stomi.

Alle medarbejderne har i en uge gået med den lille nål (pin), som reklamerer for World Ostomy Day. Det var Christoffer Melchior, der er vicepræsident for markedsføring af stomiprodukter, der stod for præsentationen og som sørgede for "god ro og orden" i spørgerækken - og spørgelysten var stor.

De gennemgående bemærkninger fra alle tre var, at deres gøren og laden ikke nævneværdigt var ændret af stomien og, at deres liv ikke var så forfærdelig meget anderledes end for de helt raske. "Vi lever ikke spor anderledes end før operationen, vi dyrker sport, spiser alsidigt og går til fest. Ingen af os har mistet venskaber på grund af operationen."

En tilkendegav endda, at livet med posen er blevet så meget rutine, at hun tænker lige så lidt over det som folk, der går med briller. Men til gengæld kunne hun ønske sig, at stomi var lige så lidt tabu, som det er at gå med briller!

"Nævn to ting der kunne gøre hverdagen nemmere for jer stomister," lød et af spørgsmålene.

Det nemmeste for panelet, var at nævne et par ting, der kan irritere i det daglige, og så håbe på, at der kan komme en løsning.

"Klæberen kan give hudirritationer for nogle. Selv har jeg fundet den udvej at skifte mellem forskellige mærker af poser." lød svaret fra brugerside. En anden gjorde



opmærksom på, at filtret til stomiposen kan forstoppes med efterfølgende ballon-effekt eller posen kan klappe sammen på grund af undertryk.

Coloplast udtrykte vilje til at "opfinde" ideer i retning af, hvordan de som producent kan medvirke til ændring af den generelle holdning blandt befolkningen om, at det at have en stomi er noget, man ikke taler om - at det er et tabu.

Vi følte alle tre, at det havde været en rigtig god dag, og vi fik mange positive tilkendegivelser fra tilhørerne. Medarbejderne hos Coloplast følte også, at de havde lært en hel del på de halvanden time mødet varede.

Gisela Schjøtt

LÆSERNE SKRIVER

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

BREVPOST ADRESSE

COPA, Rønnedevej 10, 1., 4100 Ringsted

MAIL ADRESSE

bladet@copa.dk



Kontaktannoncer

Kvinde i København søger mand

Kom ud af busken og lad os mødes og opleve nogle positive ting sammen. Jeg er en kvinde på 62 år, slank og 160 cm høj (stomiopereret). Det er så meget bedre når en er to og kan opleve glæde og sorger sammen. En god samtale, hvor vi kan støtte hinanden, når man evt. har gået det samme igennem.

Er glad for naturen, rejser, bøger, bio, teater, koncerter. Glæder mig til at høre fra dig. Jeg bor i stor København.

Billetmærk 1, blad 2009/6.

Ønsker du at svare på denne kontaktannonce, sender du et brev

- tydeligt påført **billetmærk 1, blad 2009/6** til: COPA, Rønnedevej 10¹, 4100 Ringsted.



Så videresender COPA (uåbnet) dit brev.

Nyhed til DE personer

der skal tilpasse deres stomiplader

Vi ved alle, at det kan være vanskeligt at få klippet "hullet" i en stomiplade på en sådan måde, at "kanten" hele vejen rundt bliver ensartet og glat. Det kan være årsagen til både smerter og ubehag, når stomiposen påsættes, hvis "kanten" ikke er i orden. Det er ærgerligt, når det nu kan være anderledes.

Et af foreningens medlemmer, Peter Meyer, Nykøbing Falster, har længe eksperimenteret med at finde en metode, som giver større chancer for at eliminere problemet. Han har opfundet en lille rund træplade, hvor man kan anbringe stomipladen, så den ikke rykker sig, mens man med en meget skarp kniv/skalpel skærer et rundt hul, eller hvordan det nu skal se ud til den enkelte person, i den helt rigtige størrelse. Desuden har han konstrueret en model af den runde træplade, som kan dreje rundt. Det gør det endnu lettere at skære en helt præcis og ensartet glat kant.

Det er dejligt, når et af Stomiforeningen COPAs egne medlemmer på den måde udvikler et produkt, der kan komme andre af foreningens medlemmer til gode.

Er du interesseret i at høre om pris m. m. på dette hjælpemiddel, er du velkommen til at kontakte: Peter Meyer, Kraghave Gåbensevej 45, 4800 Nykøbing F. Du kan også ringe på tlf. 2051 6548.

Eller på mail: lkdesign.meyer@gmail.com

Marianne Andersen,
COPA Lolland-Falster



SenSura. Udviklet til livet



Innovative løsninger for en nemmere hverdag

Et nemmere liv med stomi starter med en stomibandage der er tilpasset dig... og ikke omvendt.

Føler du også ubehag ved at posen buler ud ?

Mange stomioperede oplever, at der dannes meget luft i stomiposen, så posen buler ud som en ballon og bliver synlig under tøjet.

Tillid der er til at få øje på...

Med to filtre i **SenSura** poserne minimeres risikoen for "ballooning" og lugtgener, så du opnår optimal diskretion.



SenSura – for en nemmere hverdag.

Få en **gratis** vareprøve – indsend kuponen eller gå ind på www.coloplast.dk

Navn _____

Adresse _____

Postnr. _____

By _____

Telefon _____

E-mail _____

Jeg samtykker hermed til, at oplysningerne bliver registreret, så jeg kan modtage skriftlig og telefonisk information fra Coloplast A/S.

Dato _____ Underskrift _____

☐ Ja tak, jeg vil gerne have tilsendt prøver på **SenSura** 1-dels bandage med 2 filtre
Jeg foretrækker posestørrelse:
☐ Mini ☐ Midi ☐ Maxi
Jeg har en ☐ kolostomi ☐ ileostomi
Størrelsen på min stomi er: ____ mm
Jeg bruger produkter fra
☐ Coloplast ☐ anden producent

Udfyld og indsend kuponen i en lukket kuvert til:

**Coloplast Danmark A/S
Møllevej 11-15
2990 Nivå
Att.: Kundeservice**

SenSura



Coloplast

Læserne skriver fortsat fra side 8:

Åbenhed er vejen frem

I COPAs medlemsblad maj/juni opfordrer Per Olsen fra Skævinge til flere historier om livet med stomi. Her en historie fra et medlem af COPA-Ungdom.

Jeg fik diagnosen colitis ulcerosa i 2004 og fik at vide, at jeg nok ikke ville mærke mere til den sygdom end det ene udbrud. To år senere startede jeg på universitetet og fik virkelig "fornøjelse" af min sygdom i de stressede eksamensperioder. Alle med en kronisk tarmsygdom kender til disse perioder, hvor man føler man tilbringer al sin tid enten på toilettet eller på at tænke på, hvor det nærmeste toilet er.

I mit skab hobede forskellig medicin sig op, og jeg måtte aflyse flere og flere eksamener, da jeg simpelthen ikke havde kræfterne til at få læst ordentligt. Det hele kulminerede i november 2008, da jeg måtte indlægges med akut dehydrering. Ny medicin kom på banen, men det virkede heller ikke som det skulle. Til sidst kunne jeg ikke tage til læge eller besøge venner uden at være fastende. I januar måtte jeg indlægges igen og fik beskeden, at nu var jeg opgivet af medicinere, nu skulle jeg have fjernet min tyktarm og have en stomi. Det var en voldsom besked, men jeg var så syg at jeg nærmest var ligeglad med, hvad lægerne besluttede.

Herefter fik jeg besøg af en stomisygeplejerske, som tog sig god tid til at forklare og vise billeder af stomier og poser og forklarede, hvordan mit nye liv ville blive. Det gjorde en fantastisk forskel at have fået aflivet en del myter inden jeg skulle opereres og at være mentalt forberedt.

Det var alligevel et chok at vågne op med en stor pose, men jeg syntes det var godt at den første pose var gennemsigtig så jeg kunne følge med i hvordan min krop nu reagerede.

Jeg har haft mine op- og nedture, specielt lige efter operationen, da jeg havde mange smerter og måtte lære at komme ud af sengen. stå og gå igen.

Men da først jeg var kommet mig over generne ved operationen fik jeg, som stomisygeplejersken havde lovet, livet igen. Jeg kunne igen besøge venner uden at skulle bekymre mig om, at der ikke er toilet i bus eller tog. Jeg kunne passe min nevø og gå lange ture udendørs. Rigtig mange har haft ondt af mig, at jeg skulle have stomi som 25-årig, men jeg har været temmelig glad for den. Bortset selvfølgelig fra de dage, hvor poserne lækker og jeg må skifte tøj to, tre gange.

En veninde, der har haft stomi i mange år har været en kæmpe hjælp, for hun ved en hel del ting en stomisygeplejerske ikke ved. Hvordan gør man, når man skal i svømmehal, hvorfor siger stomien sådan, hvad gør man med hensyn til sex? Det at kende nogen, der selv har stomi, er et stort plus.

Derfor meldte jeg mig straks ind i COPA og så til min glæde der var en ungdomsgruppe. Der blev arrangeret en tivolitur og jeg meldte mig til og glædede mig. Desværre var vi kun to, der skulle af sted. Det tyder på, at det at være ung og have stomi er et stort tabu. Unge melder sig heller ikke ind i Facebook-gruppen-COPA, mon de er bange for, at folk skal se på deres profil, at de er medlem. Vi havde en fantastisk tur og hyggede os rigtig godt; det er kedeligt at der ikke var flere med. Det er guld værd at møde andre i samme situation, man kan grine af nogle ting folk uden stomi ikke kan være med på. Jeg har den filosofi, at åbenhed er vejen frem, gode venner forsvinder ikke, selvom man bliver opereret. Det har sine fordele at være åben allerede fra starten, for min stomi kvækker altid, når der er stille i lokalet, og det ville give endnu flere problemer den dag posen lækker voldsomt og først da skulle til at forklare sin veninde, hvorfor ens bukser er våde og man gerne vil hjem.

Status er nu, at jeg i maj fik lavet en såkaldt J-pouch, min indre stomipose som jeg

kalder den (det giver et bedre billede for folk, der ikke kender til det) og om 14 dage skal min stomi lægges tilbage, hvilket jeg er meget spændt på. Jeg håber det kommer til at gå godt. Jeg har planer om at melde mig som hjælper på næste års udflugt for børnegruppen, for jeg vil gerne hjælpe børn med stomi, de må være de sejeste børn i verden.

**Emilie Marie Hansen,
2620 Albertslund**



Hej i COPA

Først siger vi tak for en godt planlagt og dejlig tur, samt ophold på Hotel Norden i Haderslev, det var et hyggeligt sted, der var god mad og dejligt værelse. Busturen til det Sønderjyske var OK. Rundvisningen i Løgumkloster var belærende. Madpakkerne var fine og blev spist, nogle sad ude i blæsten, inden regnen kom, andre sad inde i bussen hele tiden. Så blev det dejlige pålæg da på brødet, derefter lidt tid til handel, for dem, der havde lyst. Derefter kørte vi til Schackenborg og så lidt af haverne, og blev guidet lidt rundt i byen, der er jo mange flotte gamle huse. Så var vi også kaffetørstige, kaffen med winerbrød og dejlig lagkage var også klar da vi ankom til Rudbøl grænsekro. Derefter kørte vi hjemad mod hotellet.

Der var så ca. 3/4 time til afslapning, inden middagen. Festsiddagen var dejlig, og hele aftenen gik godt.

Søndag var der tid til at se lidt af byen, inden afsked med håb om gensyn en anden gang, den dejlig frokost blev spist og alle var parate til hjemturen.

Stomiovertræk / pynteposer

Jeg siger tak til dem der på Hotel Norden var med til at støtte COPA; det gik ud på:

Jeg havde syet nogle stomiovertræk, pynteposer i bomuld, man bliver jo varm på maven med stomiposerne, (plastik og kunststof). Beträkkene er med blomster / ternede eller hvide, med velcolukning bagpå, så en fuld stomipose nemt kan komme ud inden skiftningen, foran er der en lille lomme, så man kan rette på stomiposen. Jeg solgte nogle af betrækene - 25 kr. pr. stk.

Nogle af stomisterne, støttede så ideen med penge, alle pengene - 200 kr. er sat ind på COPAs bankbog.

Alle kan bestille pynteposer hos Birthe Schmidt

Er der nogle af jer der læser bladet, der er interesseret i pynteposerne, så har jeg stadig nogle på lager, som også sælges til fordel for COPA, der gør et stort arbejde for os stomister.

I kan kontakte mig på tlf. 6226 2305, eller på e-mail:

jobi@kirkebymail.dk

så taler vi om det.

**Hilsen fra
Birthe Schmidt
Åvangen 4, Kirkeby
5771 Stenstrup**

"Min stomi er kun en lille del af mig"

Jamie 15 år. Kolostomi siden han var 11.



Læs de 5 personlige, levende og beskrivende historier om at overvinde sygdom og leve med stomi som ung.

Bestil bogen "Ung med stomi" på www.dansac.dk, via Dansacs kundeservice på 4846 5100 eller indsend nedenstående kupon.

☒ Ja tak. Send mig venligst bogen "Ung med stomi" – helt gratis!

Navn: _____

Telefon: _____

Adresse: _____

E-mail adresse: _____

By: _____

Post nr.: _____

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



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



**København/
Frederiksberg**

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

Siden sidst

Cafémøde 23. september med stomisygeplejerskerne fra Rigshospitalet

Vi havde fornøjelsen af at få besøg af Dorte Skaarup Schmidt og Vivi Vallebo fra Stomienheden på Rigshospitalet.

Dorte fortalte om et projekt hun havde arbejdet på, hvor hun havde interviewet patienter, omkring deres tanker i perioden før stomioperationen, for at øge forståelsen for stomipatienternes oplevelser og behov før operationen. På <http://www.rigshospitalet.dk/menu/> kan du finde projektet, skriv Stomienheden i søgefeltet på siden, så havner du på den side, hvor rapporten, "Et nyt liv med pose på ryggen" ligger til gennemlæsning.

Dernæst fik vi gennemgået en del af mulighederne for bandagevalg, og vi skulle huske at se på klæberens bagside ved skift, for at se, om skifteintervallet er OK eller om det skal ændres, og hvor der evt. skal tætnes ekstra og vigtigst af alt: Husk at vi skal anvende stomiambulatoiriet, når vi har problemer med hud, lækager og andre stomiproblemer; ring og få en tid, hvis du oplever at tingene ændrer sig, der skal ikke meget til at huden beskadiges, så en professionals øjne bør checke, om skabelonen der klippes efter bør ændres, eller der skal ekstra beskyttelse til.

Det er ikke sikkert at løsningen på problemerne kan findes i første hug, men der er så mange forskellige bandager på markedet, så man skal absolut ikke lade sig nøje og ikke give op.

Tak for besøget til jer begge.



Dorte Skaarup Schmidt.

Siden sidst

International Stomidag fælles med COPA-Storkøbenhavn

Lørdag den 3. oktober, var den dag efteråret kom til Danmark, regn fra morgenstunden - med lovning om heldagsregn. På trods af det, var en sej flok, i alderen fra 3 år til 75+, mødt op ved ZOO, og tænk regnen stoppede i ca. 1½ time (COPA vejr), så vi kunne fejre vores sponsorat af kænguruen uden-dørs, med et glas vin, sodavand, slikposer til de yngste og kransekage. (De fritgående perlehøns og junglehøns, kan godt lide kransekagekrummer.)

Vi var bagefter rundt i haven og så de mange nye anlæg, og forsøgte efter bedste evne at holde sammen på flokken, men det var svært i regnen, når man bevægede sig i hurtige ryk mellem de inden-dørs faciliteter, så vi fik ikke sagt farvel og tak til alle, inden vi forlod haven, det være hermed gjort.

2 driftige deltagere fik delt 100 stomi-emblemer, ud til andre besøgende, og der var faktisk en del blandt dem, der kendte nogle med stomi.

Vi har efterfølgende doneret et antal fribilletter der ikke blev brugt på stomidagen, til Børnekirurgisk Ambulatorium på Rigshospitalet, hvor

de så kan sprede lidt glæde blandt de familier, der kommer der.



Tørvejr.



Ida Engholm ved sponsorskiltene.

Nej - 3. oktober var **ikke** en kedelig dag.



STØT COPA

Send stemplede frimærker til:

Kjesteine Rasmussen

Skibhusvej 171, 1.tv. 5000 Odense C



Kommende arrangement

Julefrokost**fredag den 4/12 kl. 13.00 - 17.30****Sted:** Pilegården, Bronshøjvej 17.

Det koster 100,- kr. at deltage for medlemmer og støttemedlemmer, for andre gæster 200,-kr.

Af plads hensyn er vi nødt til at sætte et maksimum på 40 personer; hvis der er nogle fra Storkøbenhavn, der vil med, så er I også velkomne.

Vi får en julebuffet med kolde og lune retter, samt naturligvis risalamande med mandelgave.

Foreningen giver kaffe.

Alle deltagere bedes medbringe en julegave pr. næse, til max. 25,- kroner, så vi kan lave lidt gave udveksling og sjov. Drikkevarer kan købes på stedet til kostpris.

Tilmelding inden den 25/11:

Peter Sørensen tlf. 35 38 91 48, eller mail nepe@privat.dk

Bestyrelsen vil gerne ønske alle medlemmer og kontakter en god jul og et godt nytår.

P.b.v.

Peter Sørensen

Storkøbenhavn

Lokalformand:

Marianne R. Bodi
Søborg Hovedgade 211, 4-A
2860 Søborg
Tlf.: 2343 0353 (bedst 16-18)



Yderligere kontaktperson:

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

Siden sidst**Spændende aften i ZOO**

Torsdag d. 27. august var vi ca. 30 voksne og 3 børn (Amalie, Fanny og Amalie) der mødtes foran Zoologisk Have kl. 18.45 for at få en rundvisning og sige godnat til dyrene. Vi havde en rigtig god guide med som spurgte hvilke dyr vi allerhelst ville se. Men vi kom hele haven rundt - næsten. Vi fik et imponerende show opført af flodhestene, mens girafferne var lidt mere tilbageholdende. Vi var en tur i det nye elefanthus og kunne beundre den "lille" elefantunge. Løverne blev vi jo heller ikke snydt for, og mens vi stod og så på brunbjørnene var der en ambulance med udrykning, hvilket fik ulvene til at hyle. Isbjørnehunnen Noel udførte sit shownummer som altid, når der er tilskuere.

(COPA-Storkøbenhavn fortsætter næste side)

Kirudan har fået nyt navn - Mediq Danmark

Stomiprodukter
- Et aktivt liv med tryghed

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

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

Efter et par timer var vi færdige og kunne tage hjem efter en dejlig aften i Zoologisk Have. Tusind tak til Carina for arrangementet.

Zoologisk Have aftenur.



Zoologisk Have aftenur.
Amalie og kamelerne.



Siden sidst

International Stomidag fælles med COPA Kbh./Fre

Så var der International Stomidag d. 3. oktober. Sammen med vores gode naboer fra Kbh/Frb. har vi sponsoreret kænguruerne et år. I den anledning fik vi 50 fribilletter til Zoologisk Have, og så er det jeg undrer mig over, at der kun var 12 voksne og 3 børn (fra Storkøbenhavn) der meldte sig til den eftermiddag!!! Godt nok viste vejret sig ikke fra sin allerbedste side, men til gengæld var der ikke særlig mange mennesker i Zoologisk Have. Vi mødtes udenfor kl. 12.30, hvorefter vi uddelte "stomidags nåle" som vi havde fået tilsendt fra én af producenterne, og resten af turen rundt i haven uddelte Sonja og Nethe resten til de besøgende, de mødte på vejen rundt. Det blev modtaget med tak og smil og en hurtig forklaring på hvem COPA er.

En dejlig dag – trods blæst og regnvejr – og en stor tak til Peter for en god idé og for arrangementet. Og ikke mindst en stor tak til de medlemmer der meldte sig og var med til at markere dagen.

Kommende arrangement

Bowling 22. januar 2010

Vi begynder året som altid med en gang bowling sidst i januar 2010. Det er en hyggelig og sjov aften og vi får grint og talt sammen på tværs mens vi spiller.

Dato: Fredag d. 22. januar 2010

Tid: Rødovre Bowlingcenter

Tilmelding: Senest 17. januar til Carina tlf. 4491 6199.

Priser i næste blad og/eller ved tilmelding.

Og ellers vil jeg bare ønske vores medlemmer en god jul og et godt nytår.

P.b.v. Marianne R. Bodi



Bornholm



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

Siden sidst

Fornøjelige timer med landsformanden

Den 30/9-09 havde Bornholm besøg af landsformanden, der havde valgt at holde en sensommeruge på Bornholm. Og når han nu var på øen, så tilbød han COPA Bornholm, at komme og fortælle noget om landsforeningen COPA. set gennem hans briller. Bestyrelsen takkede ja til tilbuddet, da de mente, at der nok var nogle der gerne ville se og høre "giraffen".

28 medlemmer mødte frem, og vi fik et par fornøjelige timer sammen med Henning. Han fortalte lidt om sin tid med Christian ved roret, og ham selv som vicelandsformand. Han lagde ikke skul på, at han havde haft en god læremester, der havde lært ham meget om COPAs værdier, men lagde heller ikke skjul på, at de ikke altid havde været lige enige. Deres mål var det samme, men forskelligheden lå i måden man sagde tingene på.

Henning fortalte om diverse tilbud COPA havde til medlemmerne, bl.a. sommerferien, der blev tilrettelagt forskellige steder hvert år, "Midt-i-Livet"-arrangementet, og Familie-weekend for forældre til børn med stomi. Der var dog en målgruppe COPA endnu ikke havde formået at få ind i folden, nemlig de unge. Men her var Henning dog fortrøstningsfuld, for han håbede på, at de "børn" der var vant til COPA næsten fra år 0, ville fortsætte med at have tilknytning til COPA også i deres voksenliv - og dermed involvere sig i foreningen.

Henning nævnte kommunernes håndtering af vores brug af hjælpemidler. Han bad os huske på, at kommunerne godt nok kunne bestemme leverandøren, men hvad og hvilke poser vi skal bruge, ja det bestemmer hver enkel selv. Der var stadigvæk bøv! med et par kommuner i landet.

Endelig fortalte han om COPAs samarbejdsorganer, der var Nordisk Møde og Europæisk Samarbejds-møde. Under dette indlæg kom han ind på de baltiske lande, og hvordan COPA gjorde sit til, at vilkårene blev bedre for de stomiopererede.

Jeg ved godt, at der er nogle, der ikke gider læse om kaffe og kage, men vi holdt altså et kvarters pause, hvor vi drak en kop kaffe eller to, og smagte på bestyrelsens hjemmebagte kage. Efter pausen og kaffen sluttede Henning aftenen af med at fortælle om stomidagen den 2. oktober.

P.b.v.

Inge Skovgaard P.



Frederiksborg



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

Kommende arrangement

Julemøde lørdag d. 21. november kl. 13.00 - 18.00 i Slangerup

Julemødet foregår igen i år i Slangerup. Vi har booket det samme selskabslokale som sidste år, da det ligger centralt i byen. Desuden fik vi mange positive tilbagemeldinger vedrørende lokalet, så vi kan lige så godt gentage succesen. Til de deltagere, der vil være med for første gang, kan det nævnes, at beliggenheden ikke er ret langt fra busholdepladsen og lige ved SuperBest, så der er let adgang for de, der kommer med bus samt gode og gratis parkeringsforhold for de selvkørende. Kommer man med bus, skal man gå ad stien langs SuperBests parkeringsplads op mod Københavnsvej og OK tanken. Her ligger bygningen med selskabslokalet på højre hånd - og den er tydeligt skiltet fra hovedvejen. Denne

lidt omstændelige beskrivelse beror på, at bygningen ikke kan ses fra busholdepladsen.

Vi skal have julebuffet, og mon ikke der også bliver en gang risalamande med mandel. Vi slutter denne eftermiddag af med det traditionsrige bankospil.

Da vi desværre kun kan være 40 personer, tilrådes der derfor hurtig tilmelding.

Prisen for dette arrangement bliver 150,00 kr. for medlemmer/støttemedlemmer og for en gæst bliver prisen 275,00 kr.

Tilmelding **senest den 13. november:**

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

Siden sidst

Den Internationale Stomidag - mange interesserede mødte frem

Den Internationale Stomidag den 3. oktober 2009 blev afholdt i Kedelhuset i Hillerød. Der var et pænt fremmøde af interesserede stomister og deres pårørende. Den store tilslutning skyldes jo nok den omstændighed, at det var nogle meget kompetente foredragsholdere vi havde fået tilsagn fra. Jesper Vilandt, der tager sig af stomioperationerne på Hillerød Hospital, og stomisygeplejerske Lotte Voergaard.

Jesper Vilandt fortalte levende om de tiltag for et hurtigt patientforløb, der er sat i værk på afdelingen, de såkaldte

(COPA-Frederiksborg fortsætter næste side)

STOMI/BROK

Specialfremstillede støttebandager og undertøj

Eto

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

Model 801

Model 822 m. lommepose

Model 825

Model 812

Model 807 m. gylp

Model 802

Model 1230

Model 809

Model 902

Model 806 m. gylp

Model 802

Model 1230

Model 809

Let elastikbælte til sport og intimt brug.

Eto

GARMENTS

— soft as silk, strong as steel

Rekvirer brochure på:
 Tlf.: 64 46 13 30
 Fax: 64 46 18 30
 E-mail: info@stomibandager.dk

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



Overlæge Jesper Vilandt, Afdeling K på Hillerød Hospital.

optimerede forløb af kirurgi. Vi blev også informeret om kikkertkirurgi og nogle af de eftervirkninger, som en del af os jo nok i nogen grad selv har oplevet.

Derefter tog Lotte Voergaard over. Hun fortalte om det accelererede forløb ved stomi. Dette omfatter bl.a. undersøgelser, samtale med læger og stomisygeplejerske og ikke mindst markering af stomiens placering. Der var stor spørgelyst og mange ting blev forklaret på en god og let forståelig måde af begge foredragsholdere.

Efter foredragene blev der serveret sandwich, som Dansac/Hol- lister havde været så venlige at spon- sere, og vi sluttede af med kaffe. Der var også 3 stande, hvor Dansac/Hol- lister og Coloplast var repræsen- terede på de to. Desværre var der afbud fra Eto



Coloplast stand.

Garments (de var i Syd- afrika), men de havde sendt et udvalg af deres brokbandager, som var udstillet på den sidste stand.

Jeg vil her gerne benytte lejligheden til at takke foredragsholderne og repræsentanterne for producenterne for at have medvirket til dagens succes.

P.b.v., Gisela Schjott.



Dansac/Hol- lister stand.





Roskilde

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



Siden sidst

Tur til Operaen på Holmen

I anledning af den Internationale Stomidag den 3. oktober 2009 havde vi, efter et ønske fra medlemmerne, valgt at lade turen gå til Operaen på Holmen.

Vi havde inviteret vores 2 stomisygeplejerske, Bente Carlsen, Roskilde, samt Anne-Grete Olsen, Køge. Desværre var det kun Bente, der havde mulighed for at deltage.

Da der kun kunne være max. 30 personer til en rundvisning, blev der meget hurtigt overtegnet så vi måtte oprette en venteliste.

Der var bestilt en let anretning som vi indtog på 4. sal med en pragtfuld udsigt over Amalienborg og Marmorkirken.

Operahusets arkitekt Henning Larsen og hans tegnestue har her stået overfor en krævende opgave som var bestilt og betalt af A. P. Møller og Hustrus fond. Der skulle opføres en bygning der var egnet til både opera og ballet. Samtidig skulle den akustiske side være i verdensklasse og tekniske løsninger skulle muliggøre hurtige sceneskift.

Operaen stod færdig i januar 2005 og er ganske enkelt en imponerende bygning i Københavns Havn.

Rundturen med guide varede ca. 1 1/2 time. Man vandrede ad lange gange og op ad masser af trapper i bygningen, som har 14 etager hvoraf de 5 etager er under jorden.

Man må beundre dette fantastiske bygningsværk. At sidde i den store teatersal og se teknikken skifte fra orkestergrav og til stolerækker på få minutter er fantastisk.

Det er en fornøjelse at se et byggeri, hvor prisen har haft en underordnet betydning.

Alt er bare udført med omtanke for kvalitet, alle deltagerne var enige om, at den nye Opera bestemt er et besøg værd.

P.b.v. Jette Frederiksen

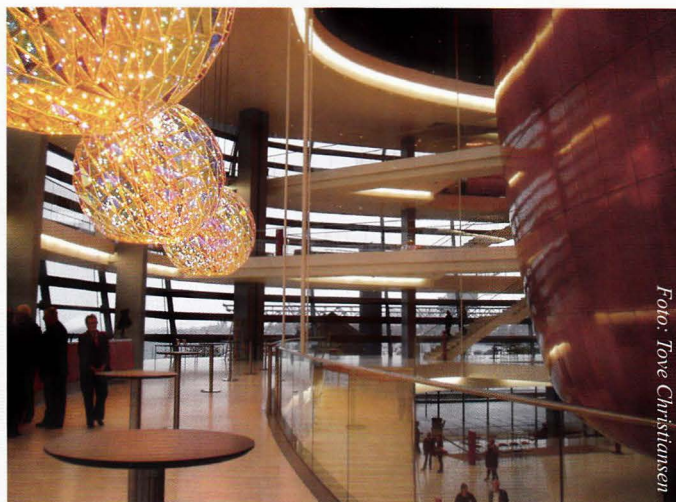


Foto: Tove Christensen

Kommende arrangement

Julestue

lørdag den 28. november kl. 13.00 – 18.00

På adressen: Vor Frue Sognegård

Hovedgaden 65, Vor Frue, 4000 Roskilde.

Som sædvanlig skal vi have noget lækkert at spise. Vi skal synge julens sange, spille bankospil m.v. Egenbetalingen er 125,-kr. for medlemmer og 200,-kr. for andre.

Husk en gave til ca. 30,-kr. pr. deltager.

Tilmelding til formanden på tlf. 4673 0587 med opgivelse af telefonnummer og medlemskab.

Seneste tilmelding 20. november.

Vor Frue Sognegaard ligger på den lille vej, der går højre om Vor Frue Kirke. Der står et tydeligt skilt ved vejen. Vi har kigget lidt på busmulighederne:

- Fra Køge Station: S-toget til Solrød Station kl. 11.46, skift i Solrød til bus 213.
- Fra Solrød Station: Bus 213 kl. 12.03.
- Fra Roskilde Station (stoppestedet v. sygehuset): Bus 210 kl. 12.02.

P.b.v. Tove Christiansen



Vestsjælland

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



Siden sidst

Forebyggelse og behandling af brok

Temadagen - den 17. sept. - omhandlende forebyggelse og behandling af brok, med afdelingslæge Line Walker og stomisygeplejerske Anni Weber, begge Slagelse Sygehus, som oplægsledere. Per Granberg fra Eto Garments viste bandager og undertøj.



Line Walker fortalte, med stor interesse, om fordele og ulemper ved operation for brok. Der er stor risiko for at brok kommer igen, det er den enkeltes mave-muskler der har betydning for et godt resultat, der blev ikke givet

nogle falske forhåbninger fra lægen, om fordele ved indlæggelse af net. Det forstærker, men kan også give infektion.



Afdelingslæge Line Walker fik mange spørgsmål også under spisningen.

Forebyggelse og konservativ behandling

Det er en god ide, at have noget stramt om maven hvis man har manuelt arbejde, dyrker motion eller hoster meget.

Har man brug for bandagering, gives der tilskud, det kræver en henvisning fra sygehus, stomisygeplejerske, eller egen læge.

Der var stor spørgelyst, og der blev givet svar som man kunne forstå, der var stor lydhørhed fra lægens side, hun vil gerne have at forebyggelse af brok, allerede går i gang fra dag et efter anlæggelse af stomi.

Det blev en god eftermiddag, hvor vi startede med kaffe og sluttede med varm mad, det gav rig mulighed for at få talt sammen før og efter oplæggene.

Kommende arrangement

Julefrokost

søndag d. 6 december kl. 12.00

Vi holder julefrokost på:

Gyrstinge Skovkro,

Gyrstinge Skovhuse 334173 Fjenneslev.

Lokalforeningen betaler maden og kaffen, drikkevarer betaler man selv for. Har du en gæst med, koster det 200 kr. + drikkevarer.

Tag en julegave med, ca. 30 kr. så laver vi lidt sjov med det.

Der kommer en spillemand og hjælper os med julestemningen.

Tilmelding hos Lene Christiansen tlf. 6111 8888 eller Grethe Krog tlf. 5918 9693 **senest den 20. november.**

P.b.v. Grethe Krog

STOMOCUR®

Den individuelle løsning



Prøv **STOMOCUR** systemet

- Sluttes tæt
- Skånsom mod huden
- NYT forbedret filter

Kontakt os for rådgivning og **STOMOCUR**-prøver

Produkterne får du hos din sædvanlige leverandør



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



Storstrøm Nord

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



Husk at besøge og bruge Storstrøm Nords hjemmeside:
www.storstrom-nord.copa.dk
Skriv gerne og fortæl os, hvis I har idéer om emner til lokalforeningens arrangementer og arbejde i det hele taget.

Siden sidst

Den årlige høstfest

26. september havde vi en fin dag på Traktørstedet "Højerup-lund" ved Stevns Klint. Det var tørvejr og deltagerne havde medbragt godt for ikke at sige smittende humør og glimrende appetit, så alt var, som det skulle være. I skal slippe for opremsning af menu og landskabelige seværdigheder – det skulle nemlig ligne en reklame for et rejsebureau vel? Men et ord skal nu alligevel med: citronfromage – så ved de deltagende, hvad det drejer sig om. Skulle nysgerrigheden overmande de der ikke var med, kan vi kun opfordre til at man melder sig til næste år, hvor vi allerede har reserveret lørdag d. 25. september til vores høstfest!

Til sidst er der kun at sige tak til deltagerne i Høstfesten 2009.

Siden sidst

Stomidag

Lørdag d. 3. oktober var det så International Stomidag, som lokalforeningen afholdt i FuturaCaféen i Næstved. Vi havde valgt at fejre dagen med kaffe, lagkage, chokolade og småkager samt portvin og en øl eller vand til de, der ønskede det. Lagkagen var vældig flot – hvilket fremgår af billedet, og der var ikke mange marcipanrester igen, da gæsterne havde været i gang.

Lokalforeningen har en god samarbejdspartner i Stomiambulatoriet på Næstved Sygehus, så vi havde spurgt, om der



var noget, de havde brug for i deres arbejde. Det var der, og har man mulighed for at opfylde ønsker, skal man gøre det. Stomisygeplejerske Annette Madum fik overrakt en scanner, så det materiale, de har på dias, kunne overføres til computer.

Yderligere blev det til en flot, rød trolley til brug ved hjembesøg og undervisning, så relevant materiale kan transporteres sikkert. Vi var meget glade for Annette Madums besøg, og der var flere som benyttede lejligheden til at hilse på, da de fleste kender hende fra sygehuset. Vi synes, det var en god måde at "Nå ud" på. Tak til Jan Bøjtrup der lagde kamera til begivenheden.

Mange venlige hilsener til gæsterne!

Kommende arrangement

Julemøde d. 5. december kl. 13.00

Så mødes vi igen på Restaurant Skovfogedstedet ved Vemmetofte Strand! Der skal som sædvanlig medbringes spændende gaver til en værdi af ca. kr. 25.- pr. person, så vi kan få gang i bytteriet, der bliver lotteri, julesang og mandelgave og alle herlighederne kan fås for kr. 150.- for medlemmer, kr. 300.- for ikke-medlemmer. Husk at medbringe julehumør!

Tilmeldingsfrist: **Senest mandag d. 16. november** til enten Jan Bøjtrup på 5538 5836 eller Merete Møller på 5650 8042. Samkørsel kan eventuelt arrangeres.

Det var tæt på en gentagelse fra forrige blad – men skulle nogen have overset det, så er der altså chance for at kunne nå at melde sig til endnu.

P.b.v. Merete Møller

Fagligt Selskab

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

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

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

Ønsker du mere information så sig ind på: www.dsr.dk/fs22
mail: fs22@dsr-medlem.dk



Lolland/Falster

Lokalformand:
Marianne Andersen
 Mejerivej 4, 4892 Kettinge
 Tlf.: 5487 3100
marianne-andersen@privat.dk

Yderligere kontaktperson:
Kirsten Steinmeier
 Egevangen 7, 4990 Sakskøbing
 Tlf.: 5477 9424
kimast@dlgmail.dk

Siden sidst

God og spændende dag

International Stomidag

Lørdag d. 3. oktober 2009 afholdt COPA Lolland-Falster et lokalarrangement i forbindelse med den Internationale Stomidag. Det blev en god og spændende dag, der bød på foredrag af diætist Jannie Ottosen omhandlende den mest ideelle måde at sammensætte sin kost på. Her viste det sig, at flere af de fremmødte ikke levede helt så sundt, som de troede. Der skal derfor lyde en stor tak til Jannie Ottosen for et spændende og lærerigt foredrag.

Der var også rig mulighed for at forsyne sig med informationsmateriale fra forskellige producenter af stomimaterialer. I den forbindelse skal der lyde en stor tak til Mediq Danmark, Coloplast, Roland Healthcare, ConvaTec, Dansac-Hollister og B. Braun, som havde gjort et stor arbejde med at samle forskellige pakker, med ting de mente kunne have vores interesse.

Endelig skal der lyde en stor tak til Lolland-Falsters Folketidendende, der tog sig tid og plads til at bringe en artikel om livet som stomiopereret. Vi havde i forbindelse med planlægningen sendt en pressemeddelelse ud, som avisen reagerede på. Det blev til en artikel, hvor Morten Friis Hansen fortalte om sine tanker i forbindelse med det at få en stomi.

Alt i alt en god dag, hvor vi også fik tre nye medlemmer.

Kommende arrangement

Julefrokost lørdag d. 28. november

Årets julefrokost afholdes i Landsbyen i Våbensted lørdag d. 28. november kl. 12.30. Prisen er 75 kr. for medlemmer, mens ikke medlemmer skal betale 150 kr. Dertil skal lægges drikkevarer, som er for egen regning. Man bedes medbringe en gave til en værdi af ca. 25 kr., da vi har planlagt at spille bingo.

Kom og få en spændende eftermiddag med hyggeligt samvær, og ikke mindst en lækker julebuffet. Eventuel samkørsel kan aftales nærmere ved tilmeldingen, der bedes foretaget **senest d. 20. november** til Marianne Andersen, tlf. 5487 3100, eller 29 64 84 31.

Kommende arrangement

Generalforsamling d. 13. februar

Næste års generalforsamling er planlagt til lørdag d. 13. februar 2010 kl. 13.30 i Landsbyen i Våbensted. Mere herom i kommende blad.

Til slut vil bestyrelsen gerne ønske alle en glædelig jul og et godt nytår. Benyt eventuelt julefrokosten eller den kommende generalforsamling til at stifte bekendt skab med din lokalforening.

P.b.v. Morten Friis Hansen



Fyn

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

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

Siden sidst

En god oplevelse i bagagen

Årets ø-tur gik denne gang til Ærø i weekenden d. 21. til d. 23. august. Vi var 31 tilmeldte hvoraf de fleste mødte op i Rudkøbing ved færgen til Marstal kl. 14.30. Jørgen havde bestilt plads til bil og trailer, så vi kunne læsse bagagen inden vi entrede færgen og Jørgen kunne agere taxi ved ankomsten til Ærø for de der ønskede at slippe for gåturen på de ca. 1,5 km. til Hotel Ærø Strand. Overfarten varede 50 min.

Vi havde absolut vejret med os og nød både sejladsen og det smukke sydfynske ø-hav.

Vel ankommet gik vi gennem hovedstrøget i Marstal og gemte de mere pittoreske ruter til senere udforskning. Afstandene er ikke voldsomme på Ærø. Havde vi valgt turen langs vandet, havde turen stadig været under 2 km. Vi nåede frem og blev godt indkvarteret, og havde tid til både sightseeing, havbad, lur og omklædning inden aftenens 2-retters menu.

Lørdag formiddag besøgte vi Marstal Søfartsmuseum, hvor museumsdirektør Erik Kromann guidede os igennem en lille del af museets samling og undervejs underholdt med den ene mere utrolige skipperskrøne efter den anden.

(COPA-Fyn fortsætter næste side)



Erik Kromann havde kun en time og det var alt for lidt, men vi gik fra museet med en følelse af at have været godt underholdt og godt oplyst om Marstals storhedstid som søfartsby. Efter museet blev vi kørt til Bregninge, hvor vi spiste økologisk frokost på "Den Grønne Gren". Gode råvarer, omhyggeligt tilberedt og serveret i en god, rolig atmosfære.

Cafeen har også udendørs servering i en dejlig have og fungerer som pensionat.

Bregninge kirke ligger ved siden af. Vi havde tid til at se kirken med den smukke træfløjede altertavle, fremstillet af Claus Berg, som også har lavet altertavlen i Odense Domkirke.

Vi returnerede med bus til Marstal og blev – som på turen ud – godt underholdt af vores chauffør, som fortalt om gamle dage, om kulturen på øen – både den sociologiske og den geologiske, om nye filmoptagelser og anekdoter.

Eftermiddagen blev brugt efter behov indtil vi mødtes om aftenen på hotellet til en 3-retters festmenu og efterfølgende dans og en meget sød, ung tjenermedhjælp!!

Det var en fin aften.

Næste morgen tjekkede vi ud efter morgen-buffet og gik den smukke tur langs vandet til færgelejet. Vi havde god tid, vejret var varmt og dejligt. Overfarten forløb roligt, så det var med en god oplevelse i bagagen, at vi tog afsked med hinanden i Rudkøbing.

P.b.v. Tove Woldby

Siden sidst

Stomidag

3.oktober 2009 var det International Stomidag. Dette havde vi valgt at holde på Rosengårdsskolen i Odense kl. 11.00-16.00, hvor vi havde lånt aulaen.

Vi havde gjort lokalet hyggeligt med duge og blomster; flotte COPA plakater var også sat op. Kansas havde sponsoreret flotte bluser med COPA logo på. Karina Pedersen fra Dansac-Hollister Danmark havde sat en stand op, og hun var klar til at svare på spørgsmål.

Standere med COPA stod rundt i lokalet. COPA-flagstangen

var sat ved indgangsdøren. Kommer der nogen kan man finde "os". Klokken var lige 11.00 da de første kom og der kom rigtig mange både med-



lemmer, ikke medlemmer og måske kommende medlemmer. Så bød formanden velkommen til alle og håbede på, at vi fik en god dag.

Der var også medlemmer der aldrig deltog i arrangementer men som måske efter i dag - hvor både bestyrelse som sad ved de forskellige borde og medlemmer fortalte om, hvad der foregik i foreningen - kommer til næste arrangement. Hurra for det.

Jette Kundal fra OUH kom og holdt et utroligt godt foredrag om hvordan hendes arbejde med stomipatienter var, og hvordan forløbet var, fra man fik at vide, at man skulle have lavet en stomi, og til man skulle hjem og "klare" sig selv og hvordan man løbende havde kontakt, og hun sagde til sidst, at man altid var velkommen til at ringe og få en tid hos hende, hvis man havde et problem eller bare skulle have vendt en eller anden ting vedrørende stomien.

Så var der tid til mad og drikke, og man var gode til at flytte rundt ved bordene og få snakket med så mange som muligt.

Kl. 15.00 var der nogen der ville have kaffe så gik 2 hjem til formanden, som bor tæt på, og bryggede et par kander kaffe, og de blev vel modtaget. Kl. 16.00 pakkede vi sammen.

Vi må sige at formandens ord blev indfriet, og det var en tilfreds bestyrelse der gik hjem efter en rigtig god dag, hvor alt klappede.

P.b.v. Jørgen Rasmussen

Kommende arrangement

Kom til pakkespil og meget mere

Julemøde onsdag d. 2.december kl. 18.00 - 22.00

Det holdes hos Kræftens Bekæmpelse Vesterbro 46 i Odense Vi starter med smørrebrød øl eller vand derefter pakkespil.

Alle bedes medbringe en pakke til 30 kr. Vi slutter med kaffe og småkager.

Tilmelding senest lørdag den 21. november:

Jørgen Rasmussen tlf.: 6263 2029 mobil 2924 1340 eller email: jir@mail.dk

P.b.v. Jørgen Rasmussen



Sydøstjylland

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



Kommende arrangementer

Kom til svømning i Fredericia og Horsens

Fredericia: Skansevejens skole, hvor de kommende svømmedatoer er: **21.11; 19.12; 16-01; 28.02; 20.03; 17.04; 15.05 og 19.06.** I Fredericia er det **fra kl. 10.00 til kl.11.00.**

Horsens: Bankagerskolen den 1. lørdag i måneden. De kommende svømmedatoer er: **05.12; 09-01; 06.02; 06.03; 10.04;** I Horsens er det **fra kl. 15.00 til kl.16.00.** Du behøver ikke at tilmelde dig, du skal blot møde op, gerne i god tid, da vi låser døren kl.15.00.

Henvendelse om svømning kan ske til: Hanne Westergaard eller Steen Samuelsen.

Kommende arrangement

Generalforsamling og julefrokost

Generalforsamling den 21.11.09 klokken 11.00

Vi afholder vores årlige generalforsamling på Den Gyldne Hane, Christian den 4.'s vej, 6000 Kolding.

Læs mere i Copa-blad 5/2009.

Tilmelding til selve generalforsamlingen er ikke nødvendig, men hvis du vil deltage i spisning og kaffe, må du give besked **senest lørdag den 14. november:**

Hanne Westergaard

mail: h.westergaard@stofanet.dk tlf. 7564 1086 eller

Steen Samuelsen

mail: steen.samuelsen@gmail.com tlf. 3098 7564.

P.b.v. Hanne Westergaard



Siden sidst

Sommerudflugt til Egeskov

Lørdag den 15. august tog vi af sted på vores årlige sommerudflugt til det smukke Egeskov Slot. Regnen stod ned i stænger fra morgenstunden, og undertegnede, der havde debut som arrangør af sommerturen, havde en rigtig Tycho Brahes dag. På vej i bussen opdagede jeg, at deltagerlisten og kameraet, som jeg troede min mand havde puttet i rygsækken, lå hjemme på køkkenbordet. Smørret, som jeg lige ville tage til sidst i køleskabet for at det ikke skulle blive alt for flydende, havde jeg også glemt, åh nej, øv...

Heldigvis havde vi en venlig chauffør, der lige slog et smut om Fredericia igen igen, så jeg kunne få købt noget smør.

Intet er dog så skidt, at det ikke er godt for noget, for i mellemtiden blev det tørvejr og på den anden side af broen fik vi vores kaffe og rundstykker med Hannes hjemmelavede citronmarmelade og en lille en til halsen, dejligt.

Efter indtagelse af morgenkaffen fortsatte vi til Egeskov, vejret var blevet bedre, solen tittede frem mellem skyerne, så det var skönt. Vi havde lidt tid inden vi skulle spise, så nogle gik en tur i parken andre besøgte dukkehuset. Kl. 13.00 skulle vi spise på Café Jomfru Rigborg, hvor vi fik en lækker Skovhuggersteak.

Efter maden gik vi hver især rundt og så de forskellige seværdigheder. Slottet er meget flot og velholdt og spændende at se, specielt Titanias Palads var imponerende. Klædedragten gennem tiderne, de gamle stuer, ting og møbler var også flotte at se. Købmands-, veteranmotorcykel- og ambulancemuseet var også et interessant besøg, man blev helt nostalgisk af at betragte disse gamle køretøjer, pudsigt at tænke sig at den knallert jeg kørte på som 16-årig, nu er en museumsgenstand.

Sidst på eftermiddagen vendte vi atter snuden hjemad, møtet af mange gode indtryk fra en oplevelsesrig dag.

P.b.v. Grethe Petersen



Siden sidst

Stomidagen i COPA-Syddøstjylland

"Reaching Out" var devisen for verdens stomidagen 2009. I COPA Syddøstjylland havde vi valgt at lave to udadvendte arrangementer for at komme i kontakt med nye personer, der

ville vide mere om stomi og derved være med til at nedbryde tabuerne omkring stomi.

I Horsens havde vi lavet et informationsarrangementet i forhallen på **Horsens Sygehus**. Stomisygeplejerske Kirsten Bach havde lavet en udstilling om stomi før og nu, og mange var forundrede over, at det ikke er længere siden end 1950'erne, at man bare fik udleveret en "blikdåse" som blev spændt på kroppen. Særlig hygiejnisk eller lugtfri har det bestemt ikke været. I 60'erne kom så gummiposerne, du fik udleveret 2 om året, og de skulle rengøres og genbruges. Lækkert! Nej så er vi anderledes bedre hjulpet i dag. Hollister havde en stand med alt det, der i dag gør tilværelsen betydelig nemmere for stomiopererede. Overlæge Erik Steen Kristensen fra Regionshospitalet i Horsens fortalte om operationsmetoder. Også her går udviklingen stærkt. Fra de første spæde forsøg til i dag, hvor der prøves med en kikkertoperation. Jo, selv om vi engang i mellem føler, at udviklingen går lidt langsom eller står stille omkring forskning af vores område, så sker der stadig ting og sager, der gør alting lettere, og det kan vi kun være glade for. Det der kan sætte tankerne i gang er, at det jo egentlig ikke er så længe siden, at man bare døde af et maveonde, hvor patienten måske kunne have været reddet ved en stomioperation. Så selv om vi i det daglige ind i mellem kan føle os anderledes, så kommer også tanken, hvad var alternativet.

Emner som kost og stomi samt at rejse med stomi blev også taget op, og der blev uddelt mange kopier af referatet fra vores rejsemøde i foråret.

Rigtig mange mennesker kom forbi, både opererede og de der bare var interesserede, det kunne jo blive os en dag, var der flere der gav udtryk for, og så var det da godt at være lidt forberedt. Da det nu var på sygehuset, ja så havde vi også den fornøjelse, at de nyopererede kom ned for at se til os, og gav udtryk for, at det var rigtig dejligt at tale med nogen der var i samme situation. Vi synes vi levede op til formålet, at nå ud og oplyse. En kæmpe tak til Kirsten Bach fra Horsens Sygehus, du trak et stort læs, tak for det.

For at komme helt ud i befolkningen og stå ansigt til ansigt til almindelige mennesker med begrænset kendskab til stomi, havde vi valgt også at have en informationsstand i Strøggaden i **Kolding Storcenter**. Her stod vi to bestyrelsesmedlemmer fra COPA Syddøstjylland, et bestyrelsesmedlem fra FAP-gruppen, en stomisygeplejerske fra Kolding Sygehus og en repræsentant fra Stotec A/S (Welland). Mange mennesker passerede forbi i løbet af dagen. Nogle ænsede os ikke, nogle gik en lang bue uden om os, mange var lige henne og kigge og gik igen efter et kort kig, og nogle havde vi en god snak med. Vi havde detaljerede samtaler med omkring 40 personer. Ca. 90% af disse havde ikke nogen relation til stomi eller COPA. Vi kunne med personlig samtaler fortælle disse personer, at stomi hverken er ulækkert eller ildelugtende, men en god løsning på en alvorlig livstruende eller invaliderende sygdom. Mange var forbavsede over de moderne velfungerende hjælpemidler, der gør det nemt at være stomist.

P.b.v.

Steen Samuelsen





Sønderjylland

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



Åben rådgivning Sønderborg Sygehus
Mød en COPA-rådgiver

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

Anne Lise Hansen
 tlf. 7452 0091 • achansen@webspeed.dk

Siden sidst

Stomidag på Folkehjem Aabenraa

I anledning af den Internationale Stomidag har COPA-Sønderjylland holdt åbent hus på Folkehjem i Aabenraa. På besøg var diætist Merete Krag, som fortalte om de forskellige madprodukter, og hvad de indeholdt af sødemidler og hvordan man kunne omlægge sin kost og ikke mindst en gang god motion i hverdagen. Det var et meget godt emne, som giver stof til eftertanke.

Dansac/Hollister ved Carina Pedersen viste produkter og fik en god dialog med stomisterne. Underholdning ved en gruppe fra Als, som kalder sig "Rundt på gulvet", der var både sang, musik og nogle gamle alsiske historier fra Als blev læst op. Tak til alle, der kom til vores stomidag, det var en rigtig hyggelig eftermiddag.



Diætist Merete Krag.

Jubilar

Günther Hansen, kasserer i stomiforeningen havde 25 års jubilæum den 27. juli – dette blev fejret på



Musikgruppen
 "Rundt på gulvet".



stomidagen. Günther har været medlem i 30 år i COPA - i 25 år har han siddet i bestyrelsen. Han har gennem årene haft mange forskellige bestyrelsesmedlem-

Christa Jensen og
 jubilar Günther Hansen.



Hygge ved et af bordene.

mer omkring sig. En tak til Günther for det arbejde han yder i stomiforeningens bestyrelse.

Kommende arrangement

Julefrokost 22. november kl. 12.00

Kom fra syd og kom fra nord

Kom fra øst og kom fra vest

Kom til en hyggelig julefest

Atter har vi vores julefrokost, men denne gang på Rødekro Kro, søndag den 22. november kl. 12.00.

Julemenu:

Marineret sild m/ karrysalat, rugmølsstegte karrysild, æblesild, to slags rugbrød, smør og krydderfedt, laks en Bellevue med rejer, hjemmelavet sylte og surriib, æbleflæsk, confit af and i butterdej, flæskesteg m/ sprod svær og rødkål, julemarineret kalveculotte m/ julesalat, grøntlangkål m/ hamburgerryg, kålpølser og brunede kartofler, Ostebræt med udvalg af spændende oste m/ garniture, julekage m/ kanel og hvid chokoladecreme, risalamande m/ kirsebærsauce (inkl. mandel), udvalg af julesodt.

Efter spising er der kaffe med tilbehør. Derefter spilles der banko og posen bliver rystet. Gå ikke glip af denne dag, det er så hyggeligt og meget spændende.

I er meget velkommen til at medbringe en pakke, men det er frivilligt. Pris for medlemmer/støttemedlemmer inkl. 3 stk. spilleplader er kr. 125,00. Pris for ikke medlemmer inkl. 3 stk. spilleplader er kr. 175,00. Drikkevarer for egen regning.

Tilmelding **senest tirsdag den 17. november:**

Carl Christian – 7472 3981

Christa – 7447 3370 eller 4157 3370.

Kommende arrangement

Se mere om generalforsamlingen i næste blad

Generalforsamling: **17. marts 2010**, mere herom i næste blad.

Den mørke tid er på vej – alle hygger sig indenfor. Bestyrelsen ønsker alle en glædelig jul og godt nytår. Tak for året 2009.

P.b.v.

Christa Jensen



Viborg

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

Siden sidst

Oplysnings- og hyggemøde på Coloplast i Thisted

I anledningen af International Stomidag var stomiopererede, der ikke var medlem af COPA via dagspressen inviteret til oplysning om foreningen og dens virke. Samtidig fik deltagerne mulighed for at være på rundtur på Coloplast i Thisted, som samtidig var så venlige at stille lokaler til rådighed og byde os på dejlig kaffe og kage. Det var en meget hyggelig og lærerig dag. Vi siger tak til Coloplast og håber det vil give anledning til nye medlemmer i vores forening.

Husk den årlige generalforsamling er flyttet til foråret, den første lørdag i marts, det blev vedtaget ved sidste generalforsamling – sæt allerede kryds ved datoen; der vil senere komme meddelelse om hvor, det bliver afholdt.

P.b.v. Birgit Pedersen



Sydvestjylland

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

Siden sidst

Fyn`r fin

Copa Sydvestjylland var på sensommer bustur den 28. august, under temaet: "tid til det hele". Efter påstigning af medlemmer og pårørende, bød formand Lona 'godmorgen' og der runddeltes frisksmurte rundstykker med godt tilbehør. Vi hørte om dagens program, inden vi havde første stop i Ejby på Fyn, hvor firmaet Eto Garments har til huse og hvor vi var inviteret på



fabriksbesøg. Per Granberg og hans to døtre tog imod udenfor, og fik en snak, da rygerne havde travlt efter tiden i bussen. Senere blev vi bænket i kantine og under kaffen fortalte Per om firmaets fremgang, og produktion af stomi- og brokbandager. Per mener at brok kan forebygges ved hjælp af en velsiddende bandage og fra måltagning til færdig bandage garanteres fuld tilfredshed. Interesse og spørgelyst var stor, ikke mindst da det viste sig at priserne ikke er så voldsomme endda. Undervejs blev Per ivrigt sekunderet af sine to døtre. Det havde de ret til, da de har overtaget de sidste aktier i firmaet og dermed sendt farmand på frivillig pension. Helt undvære Eto Garments kan han nok ikke. Efter kaffen var vi rundt i systuerne og det nymoderne tilskæreri, fik spurgt og forklaret om den daglige rutine, hvor alt er gennem skrædderens hænder mange gange, inden det færdige produkt. Vi nåede også at se lageret og en del fik taget mål til bl.a. rygstøttebind og støttestrømper inden Per og døtrene sendte os på vor videre færd, med en go' madpakke. I bussen var Nino igen omkring med æbler, pærer, blomster, nektariner og bananer inden ankomsten til Odense Zoo, som de fleste af os ikke havde besøgt i mange år. Odense Zoologiske have rummer 156 dyrearter og i alt 1987 dyr, så der er nok at se. faciliteterne er også helt i top; mange toiletter, kiosker, boder, bænke og et høfligt personale. Vi var rundt i haven på egen hånd og der var afsat god tid, så alle kunne sætte eget tempo og se det hele. Der blev gået meget, bænkerne var velanbragte. En top oplevelse var den underjordiske grotte med pingvinerne ved fodringstid, i sig selv et besøg værd. Mætte af gode Zoologiske oplevelser gik turen atter mod Jylland, hvor vi skulle møttes på en anden måde. Der var bestilt borde på Central Hotellet i Holsted, hvor snakken gik medens vi fik serveret slotskoteletter m. bløde løg, bacon, grøntsager og rødvinssovs. Rigeligt og godt. Tilbage i bussen var der frugt til dessert, men dagens mæthed var vist sat ind.

(COPA-Sydvestjylland fortsætter næste side)



Ved afskeden udtrykte medlemmer og pårørende stor tilfredshed med dagens arrangement - forløb, indhold og fortæring - alt OK. Bestyrelsen takker deltagerne for deres gode humør.

En tak til Bjarne fra Billum Busser, og en kæmpestor tak til fa. SuperBest, Hjerting ved Esbjerg, der igen i år sponsorerede et herligt udvalg af frisk frugt.

Siden sidst

God Stomidag

Den Internationale Stomidag markeredes den 3. oktober i Huset, Kirkegade, Esbjerg.

Arrangementet var tilrettelagt med en medlems- og rådgiverstand fra COPA, en udstilling med stomiprodukter fra firmaet Dansac og Hollister, og en udstilling med de fleste af produkterne fra firmaet Coloplast.

Åbningen blev foretaget af vor lokalformand Lona Spaanheden, der præsenterede dagens program, hvorefter der var genemsyn af stomiprodukter. Marianne Gottenborg fra Coloplast fremviste både de kendte og de nyeste ting indenfor stomiartikler, og især for de mennesker der stod foran en stomioperation var spørgsmålene mange, også til COPA rådgiver Børge Nielsen, der besvarede spørgsmål ved COPA-standen.

Senere fortalte stomisygeplejerske fra Sydvestjydsk Sygehus, Anna Vesterbæk om dagligdagen på stomiambulatoriet. Der er to stomisygeplejersker ansat, Hanne Christensen og Anna Vesterbæk. De er i ambulatoriet hver dag, og der er adgang uden først at konsultere sin egen læge. Man ringer bare til ambulatoriet og aftaler en tid. Anna havde tilhørerne med sig, da hun fortalte om den røde tråd; hvordan patienterne bliver fulgt fra diagnose til indlæggelse; en indlæggelse der kan være et psykisk pres, med bekymring for operation, fremtid, familie og venner, og til udskrivningen der kommer hurtigt nu til dags! Stomiambulatoriet

er der med hjælp og vejledning, hvis noget med stomien ikke fungerer.

Konsulent og sygeplejerske Marianne Gottenborg havde også tag i tilhørerne, da hun berettede om Coloplast - fra den eventyrlige start i 1957 og frem til i dag hvor Coloplast-produkter fås over hele verden. Marianne forklarede om de seneste posenyheder og svarede på mange spørgsmål.

For at indtrykkene hos de mange fremmødte kunne fæstne sig, var der nu indlagt en pause, med et glas vin, kaffe og godt belagt frisksmurt brød. serveret af bestyrelsens bedre halvdele i kantinen.

Sluttelig satte sundhedskonsulent Karin Viuff fra K.R.A.M. fokus på kost og motion. Kost, rygning, alkohol, motion har været på programmet i en række udvalgte byer, bl.a. Varde, hvor Karin Viuff med sin sygeplejerskebaggrund har brugt oplægget til at bedre den almene folkesundhed, blandt andet gennem kosten og dens sammensætning. Under oplægget blev det klart, at vi selv skal gøre noget for at kroppen kan få det bedre, men at det er svært at komme i gang.

Det var en kanon god Stomidag. Stor tak til Anna Vesterbæk, Marianne Gottenborg, Karin Viuff og Hilda, Anni og Dora for det praktiske.

Kommende arrangement

Julefest 18. november

Så er det jul igen.

Husk vi afslutter den gode sæson med julefest på restaurant Sydvesten, på havnen i Esbjerg onsdag den 18. november kl. 18,30. Vel mødt.

Samtidig ønskes alle medlemmer og deres pårørende en rigtig glædelig jul samt et godt nytår af COPA Sydvestjyllands bestyrelse.

P.b.v. John Kyhl





Ringkøbing

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

Kommende arrangement

Julefrokost i Herning

Julefrokosten er ***lørdag d. 28. november kl. 12.00.***

I år har vi valgt at holde den på

Hotel Eyde, Torvet 1, Herning.

Vi starter med julefrokost og vil i løbet af eftermiddagen hygge os med julesange, banko og kaffe.

Prisen for alt dette er for medlemmer 100 kr. og ikke medlemmer 200 kr. incl. drikkevarer.

Har du lyst til at deltage, så tilmeld dig ***senest 15. november:***

Niels Smed Christensen tlf. 9787 5290 / 5194 5290 eller
Anders Kristensen tlf. 9735 2242.

Hvis du bor i Holstebro området og ikke selv har mulighed for transport, så kontakt os, og vi vil prøve at arrangere samkørsel.

Siden sidst

Bowlingaften med højt humør



Torsdag d. 8. oktober havde vi arrangeret bowlingaften med buffet bagefter. 12 humørfyldte medlemmer mødte op. Vi startede med at bowle i en time. Nogle havde brug for at øve

sig lidt, mens andre gik til keglene med det samme.

Heldigvis var humøret højt - stemningen i top.

Alle morede sig, uanset om de vandt eller tabte. Derefter fik vi en lækker buffet med noget for enhver smag, og vi spiste vist alle lidt mere, end vi havde godt af.

Vi sluttede en dejlig aften af med kaffe og en lækker kage.

P.b.v. Ingeborg Christensen



Århus

Lokalformand:
P.t. vakant.

Henvendelse:
COPAs sekretariat eller
aarhus@copa.dk

Aktivitetskalender COPA Århus

- 18. november Silkeborgklubben
- 24. november Medlemsmøde i Randers
- 2. december Julehygge i Århus

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

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

Mulighed for en samtale med en ligestillet.

- | | |
|--------------|-------------------|
| 12. november | kl. 16.00 - 17.30 |
| 26. november | kl. 16.00 - 17.30 |
| 10. december | kl. 16.00 - 17.30 |
| 14. januar | kl. 16.00 - 17.30 |

Denne eftermiddag var vi 7 personer, der havde lyst til at høre mere omkring stomi, og stomiens pleje. Vi havde en rigtig god eftermiddag med hyggelig snak, og med masser af mulighed for at få snakket om og evt. få svar på det, der brænder sig på. Kaffe/te og lækker kage, var selvfølgelig også en vigtig detalje i en god eftermiddag.

Siden sidst

Svømmeaften i "Spanien"

Den 23. september mødtes 11 forventningsfulde COPA-medlemmer foran indgangen til Svømmebadet Spanien i Århus. Også denne gang var der nye medlemmer med, som for første gang var med til svømmeaften med COPA. Det er rigtig dejligt, at vi hver gang kan tiltrække nye ansigter.

Vi fik billetter til kur-badet, og svømmede så, det bedste vi havde lært. Efter disse fysiske udfoldelser gjaldt det så dampbadet og sauna. Det er HVER gang en stor fornøjelse at blive gennemvarmet i saunaen. Derefter smøres huden ind i salt blandet med æteriske olier, og det får så lov at smelte inde i dampbadet. Huden er bare SÅ BLØD, SÅ BLØD.

Når man sådan har udfoldet sig, trænger man jo til noget at spise. Denne gang spiste vi på Græsk restaurant, Atlantis. Vi fik en overdådig ta'selv buffet med alt godt fra det græske køkken. Det var lækkert og vel tilberedt, og buffeten blev hele tiden fyldt op. Under middagen blev diverse stomi-emner (og alle andre) vendt. Vi hyggede os et par timer og gik så hver til sit efter en meget vellykket aften.

P.b.v. Helle Jørgensen

Siden sidst

Århusklubben

Tirsdag den 22. september kl. 14. – 16 var der klubmøde i Århusklubben. Karina fra Dansac og Hollister kom og fortalte om pasning og pleje af stomi, særligt med henblik på hudplejen. Hun havde selvfølgelig også prøver med på diverse stomiprodukter.

(COPA-Århus fortsætter næste side)

Siden sidst

Oplevelsesrig Stomidag

Lørdag den 3. oktober blev den Internationale Stomidag afholdt på Skejby Sygehus, og vi havde en rigtig god dag. Ca. 100 mennesker deltog i løbet af eftermiddagen, og var på denne måde med til at gøre dagen rigtig festlig.

Dagen startede kl. 13.30 med de 8 udstillinger fra forhandlere og producenter. Mange kom i god tid, så helt fra starten var der livlig aktivitet ved standene.

Kl. 14.00 begyndte dagens foredrag i det store auditorium med, at regionsrådsformand for Region Midtjylland og Danske Regioner Bent Hansen holdt velkomst-talen. Han fortalte om det at leve med et handicap, og hvad man i regionerne gør for, at gøre livet lettere med et handicap, herunder som stomiopereret. Han bemærkede også, at det var vigtigt, at vi har mulighed for at samles i foreninger og derigennem har mulighed for at hjælpe og støtte hinanden igennem en ofte svær tid. Dette gælder både nationalt såvel som internationalt. På COPAs vegne fortalte Elsemarie Kraul også om årsagen til, at vi afholder den Internationale Stomidag, med årets tema: *"reaching out"*, at *"nå ud"*, at være med til at udbrede kendskabet til stomi, og være med til at hjælpe i de lande, hvor man lever en kummerlig tilværelse uden adgang til stomihjælpemidler m.v. Hun nævnte som eksempel Ukraine, hvor COPA støtter ILCO i Odessa med stomihjælpemidler og råd og vejledning.

Derefter var det tid til at tage hul på eftermiddagens foredrag.

Urinafledning

Det første foredrag i rækken var af afdelingslæge Kasper Ø. Olsen fra Skejby Sygehus. Han talte om urinafledning.

De hyppigste grunde til urinafledningsoperationer er: Blærekræft, rygmarvslidelser, bækkenancer og andre blære-lidelser.

Inden en operation sker der en vurdering af, om det rent teknisk er muligt, om der er konkurrerende lidelser eller fysisk handicap samt vurdering af den mentale tilstand.



Regionsrådsformand
Bent Hansen.

Der er 4 typer operationer:

- Våd stomi = Bricker stomi med posetømning
- Tør Stomi = Indiana Pouch med katetertømning
- Neoblære = en kunstig blære med katetertømning
- Mitrofanoff/monti operation = Indvendig reservoir af tyndtarm

Foredraget var krydret med masser af fotos, både før, under og efter en operation.

Sidst understregede Kasper Olsen, hvor VIGTIGT det er, at stomien sidder rigtigt. Det er altafgørende for patientens livskvalitet efterfølgende. Denne stomimarkering sker i samarbejde med stomisygeplejersken.

Et liv med urostomi

Andet foredrag blev holdt af Georg Christensen. Georg er 61 år og blev opereret i 2006 og fik en urostomi. Han fortalte meget spændende og levende om hele forløbet, fra før operationen og til i dag.

Forløbet før operation fungerede fint, da han altså lige var kommet sig over chokket, - det at gå rask til læge og gå rigtig syg ud derfra. Derefter var der samtalen med stomisygeplejerske om stomibøvl og posetyper. Georg følte, at en god forberedelse gør hurtig rask.

Efter operation var der genoptræning, og her er det meget vigtigt med overskuelige mål. Man skal lægge mærke til de små fremskridt og glæde sig over dem. Bare det at maden igen smager bedre. Man skal lytte til advarsler og ikke tage for hårdt fat. Man skal finde de poser, der passer til en.

I starten medbringer man den STORE sikkerhedspakke med ALT; poser, saks, papir og helt komplet sæt tøj. Efterhånden bliver sikkerhedspakken mindre og kun en pose medbringes. Nu er han der, hvor LIVET ER DEJLIGT.

Det gode fra før er bibeholdt, og livet går videre med de ting, der betyder noget:

Havkajakken er købt og bliver flittigt brugt, for, som han siger, det er en god måde at optræne mavemusklene.

Der er både sol- og skiferie på programmet.

Hans livsfilosofi er: Du skal selv skabe dine muligheder. RÆK UD - og ta' fat om dit liv.

Efter de første 2 spændende foredrag var det tid til en pause med kaffe/te og kage, og tid til igen at besøge alle standene med stomiprodukter. De mange benyttede lejligheden til at se på de seneste nyheder, få råd og vejledning, og til en snak med

COPAs udstilling.



Stande i forhallen: Besøg ved udstillingerne.



både dem man kendte, og dem man ikke kendte i forvejen. Efter pausen samledes vi atter i auditoriet og foredragene fortsatte.

Hvorfor skal man være glad?

Tredje foredrag blev holdt af overlæge Henrik Christensen, afd. P. Århus Sygehus, Tage Hansensgade.

Her hørte vi et interessant og humoristisk indslag. Han indledte foredraget med at fortælle om en nekrolog fra den kendte N.C. Petersen, hvis sidste ord ved sin død - 84 år gammel - var: "Er livet ikke skønt". Disse ord var inspirationen til overlæge H. Christensens foredrag, der omhandlede spørgsmålet: **HVORFOR SKAL MAN VÆRE GLAD?**

Det er jo egentlig ganske enkelt fordi:

- Mennesket er en overlever.
- Colitis ulcerosa, morbus Crohn, cancer, m.v. er sygdomme, hvor en stomi gør situationen lettere og prognosen (overlevelsen) er forbedret.
- Man lever.
- Kirurger og anæstesi-læger er blevet dygtigere.
- Åbenhed omkring stomier.
- 5 års prognosen for rectumcancer er på 12 år - forbedret med 14 %.

Han pointerede, at en god rådgivning både fra sygehusvæsenet og COPA-rådgivere er en meget væsentlig faktor til som patient at forstå, at livet overhovedet ikke er slut. At de rette personer er i stand til at give patienten viden, hjælp og støtte. Derudover mente han også, at det er en god ting at forholde sig humoristisk til sin stomi, og gav et par sjove eksempler om humor og selvironi fra bl.a. muskelsvindforeningen og blindeforeningen.

Henrik Christensen kom også ind på VÅD STOMI, som består af to "ledere" (tarmender) – en med urin og en med fæces (afføring). Disse ender begge ud i én stomiåbning. Dette kan til tider resultere i en infektion.

Alle med VÅD STOMI skal irrigere (skylle tarmen). Tiden ilede og afslutningsvis så vi fotos af heldige og uheldige stomier, (uheldige er ofte grundet ændring af krops"polstringen".)

Henrik Christensen roste COPA for vores indsats. Et interessant foredrag med alvor, humor og facts.

Et liv med J-pouch

Fjerde foredrag blev holdt af lektor, Søren Hilligsøe Outzen. Han ville fortælle om livet med J-pouch. Han fortalte levende om, at han 49 år gammel fik lavet en J-pouch efter at have haft stomi et år (pga. colitis ulcerosa); det er nu 9 år siden.

Starten på J-pouch gav problemer i form af kraftig diarré, som S.H.Outzen humoristisk sammenlignede med Niagara vandfaldene, og derfor et stort forbrug af Imodium (stoppende) tabletter.

Disse begyndervanskeligheder fik dog hurtigt ende og efterfølgende har Søren levet et helt normalt og velfungerende liv i hverdagen, i ferier, med tennis, og mange rejser i sit job. Et interessant og humoristisk indslag.

Bestyrelsesmedlem Elsemarie Kraul takkede alle de mange fremmødte, foredragsholderne og med en særlig tak til stomisygeplejerske Berit Kisbye for det store engagement ved tilrettelæggningen af denne Internationale Stomidag ved COPA Århus lokalforening, samt en særlig tak til de fremmødte forhandlere og producenter.

COPA-Århus fortsætter næste side)



*Foredragsholdere:
Søren Hilligsøe Outzen, overlæge Henrik Christensen, afslutningslæge Kasper Olsen og Georg Christensen; forrest stomisygeplejerske Berit Kisby.*



*Gaveoverrækkelse:
Helle Jorgensen overrækker en gavekurv til Søren Hilligsøe Outzen.*

Regionsrådsformand Bent Hansen og Elsemarie Kraul.



Om aftenen mødtes flere af eftermiddagens deltagere i restaurant Napa. Vi fik en rigtig lækker menu, og havde rig lejlighed til at snakke om eftermiddagens oplevelser. En festlig afslutning på en spændende og oplevelsesrig dag.

*Pb.v. Mariann Olesen, Helle Jorgensen
og Elsemarie Kraul*

Kommende arrangement

Silkeborgklubben

Vi mødes den 3. onsdag i hver måned i Medborgerhuset, Søvej til et par timers snak og hygge.

COPA er vært ved en kop kaffe og kage. Vi håber at se rigtig mange til behageligt samvær med andre stomister. Ring og hør nærmere, vi glæder os til at møde jer.

De næste møder er:

Onsdag den 18. november kl. 19.00.

Onsdag den 20. januar 2010 kl. 19.00.

Der er intet klubmøde i december måned.

Du kan kontakte Ingelise Lund Pedersen på tlf. 8682 5492 eller på mail ilp.kp@youmail.dk

Kommende arrangement

Medlemsmøde i Randers

tirsdag d. 24. november kl. 19.00

Så sker det igen, vi afholder møde i Randers, som mange har efterlyst. Mødet bliver på Patienthotellet på Regionshospitalet Randers, Skovlyvej 1, Indgang 23 kl. 19.

Emnet for aftenen vil være REJSELIV med stomi. Der vil være et oplæg fra en stomist med egne rejseerfaringer og et oplæg omkring alle de praktiske ting, der skal være i orden inden man rejser ud.

Stomisygeplejerske Dorte Volden, Randers Sygehus vil holde et indlæg om hendes arbejde i stomiambulatoriet m.v.

FOCUSCARE vil være til stede og vise deres mange spændende produkter frem og fortælle om stomihjælpemidler og produkter.

Der er som altid mulighed for at stille spørgsmål til alle indlæggene, og også gerne fortælle om egne erfaringer bl.a. med at rejse.

Under kaffen med kage til, vil der desuden være rig mulighed for at tale med de andre stomister og dele erfaringer om livet med stomi.

Vi glæder os til at se jer alle. Så mød op og støt op om arrangementet i Randers.

Tilmelding senest den 17. november:

Mariann Olsen 8696 3449 eller 2019 3449.

Kommende arrangement

Århusklubben

Næste møde i Århusklubben har vi valgt at holde sammen med hele Århus Lokalforenings Julehygge **den 2. december kl. 16.00**. Stedet er også her Langenæs Handicapcenter, Langenæshus. Se nærmere nedenfor.

Kommende arrangement

Julehygge i hele Århus Lokalforening

- med kåring af årets julenisse

**Langenæs Handicapcenter, Langenæs Allé 21
onsdag den 2. december kl. 16.00 – 19.00**

Hjerter og glimmer, gran og lys . . . , ingen kan vist være i tvivl om, at den dejlige JULETID atter står for døren, og også her er COPA på banen. . . FRA ALLE OS TIL ALLE JER . . . I år falder julehyggen igen på en onsdag, nemlig den 2. december. Vi åbner dørene kl. 16.00.

COPA byder på gløgg, æbleskiver og julegodter. Ifør dig nissehue og andet "julepynt", så vi kan frembringe den rette julestemning. Alle er jo medvirkende til hvor jule og hyggeligt vi får det, derfor: SOM FØRSTE ÅR (for anden gang) kårer vi den sjovest udklædte julede person. Alle kneb gælder, du kan f.eks. være et juletræ, julelys, julenisse, Rudolf med den røde tud, eller . . . ja mulighederne er uendelige. Bestyrelsen kan IKKE deltage i konkurrencen, for dommerpanelet består af bestyrelsen. Selvfølgelig må du komme, som du er, så kan du altså kun overvære kåringen.

Traditionen tro finder vi rallebægeret og stopuret frem og spiller pakkeleg. Her kæmper vi om alle de sjove, søde, idérige pakker I og vi medbringer til eftermiddagen. Derfor bedes alle deltagere medbringe en pakke til ca. 25 kr. Bestyrelsen vil sørge for lidt ekstra pakker. Som altid er der mulighed for at se stomiprodukter: Coloplast kommer - og har det sidste nye med.

Vi glæder os til at se dig/jer.

Da vi skal købe lidt ind, vil vi gerne have din/jeres tilmelding **senest mandag den 30. november** (og selvfølgelig gerne før): Mariann tlf.: 8696 3449, mobil tlf.: 2019 3449.

Julehilsen Mariann Olesen



Nordjylland

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

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

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

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

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

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

Hjemmesiden

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

Siden sidst

Den Internationale Stomidag

markerede vi i Nordjylland torsdag den 1. oktober i forhallen på Aalborg Sygehus Syd. Udover bestyrelsen i COPA-Nordjylland var der også repræsentanter fra Mediq (tidl. Kirudan) og fra Coloplast til stede. Vi havde annonceret, at der var en repræsentant fra Dansac; men en sygemelding forhindrede dette. Heldigvis kom der i stedet én fra Coloplast, så vi stadig

havde både brugere, fabrikanter og forhandlere repræsenteret. Der var også stomisygeplejersker på standen fra Stomiklinikken. Stomisygeplejerskerne fra Urologisk Ambulatorium havde desværre ikke tid, og var der kun ganske kort. Men vi klarede os på nogle ganske velbesøgte stande – i hvert fald indtil undertegnede måtte køre ved ettid for at nå færgen til Sjælland for at deltage i World Ostomy Day hos Coloplast i Hørsholm sammen med Lilly Voigt og Gisela Schjøtt. Det kan I læse om andetsteds i bladet. Sally er vores nye ”maskot”, som vi har fået foræret af Salling.



Sally

Kommende arrangement

Julefrokost

Søndag den 6. december kl. 12.00 afholder vi lige som sidste år julefrokost på **Skalborg Kro**. Der går bus lige til døren (Metrobus linie 1) og der er parkering i gården.

Vi har bestilt en menu bestående af:

*Marinerede sild med karrysalat • Fiskefilet med remoulade
Små frikadeller med stuvede lvidkål • Grønlangkål med flæsk, polse
og brunede kartofler. sennep og rødbeder • Herregårdsskinke med asparges • Brieost med druer og kiks • Risalamande med kirsebærsaube.*

Vi har ingen underholdning i år, udover at vi holder pakkespil, så HUSK AT medbringe en pakke til ca. 25 kr. – og indimellem skal vi vel også synge et par julesalmer. Det er jo kun jul én gang om året – heldigvis.

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

Tilmelding **senest lørdag den 28. november:**

Jørgen Dresfeldt tlf.: 4050 0990.

P.b.v. Bjarne Baarup

Ungdom



Kontaktperson:

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

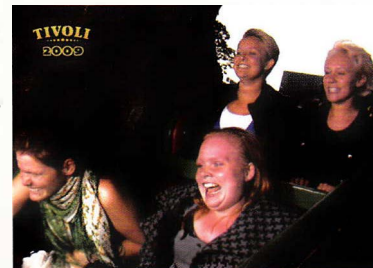


Siden sidst

Tivolitur i København

Den 15. august gik COPA-Ungdomsturen til Tivoli i henholdsvis København og Århus. Desværre var der ikke den store tilmelding, og det blev kun til en tur i København. Men jeg tør godt sige, at vi havde en hyggelig tur. Vi spiste på Wagamama og det smagte fantastisk. Vi fik bare så meget mad, at vi ikke engang kunne spise op. Vi var så heldige at have valgt at tage i Tivoli - på Tivolis fødselsdag, så den gamle rutsjebane var gratis. Så den skulle jo prøves, derfra det kønne billede. Senere blev der sørme også plads til en is. Vi snakkede godt sammen, selvom vi ikke kendte hinanden på forhånd.

Så til sidst vil jeg bare tilføje, at I alle skal holde øje med bladet/hjemmesiden om nye tiltag. For der vil stadig trylles hyggelige arrangementer frem, som jeg håber, I vil melde jer til.



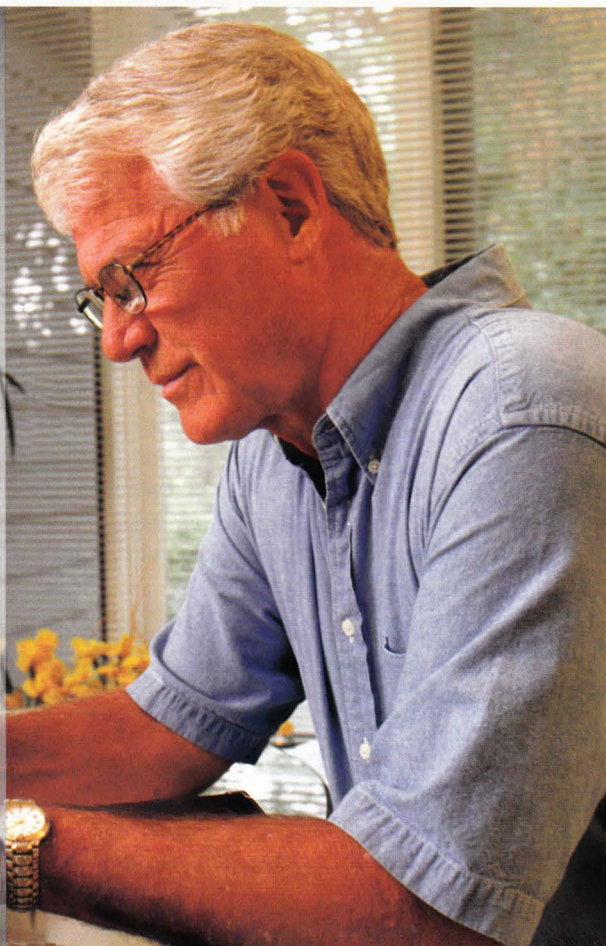
*P.g.v.
Ida Engblom*

Tænd computeren og
bestil uafhængigt af
åbningstider. Helt enkelt
- når det passer dig!

www.onemed.dk

Vor net-butik er åben 24 timer i døgnet!

DANPLEJE
ONEMED DENMARK A/S





Colitis-/Crohngruppen Vest

Kontaktperson:
Dorte Nyholm Jensen
Kragelund Tværvej 28B
8600 Silkeborg
Tlf.: 6615 1565
dortenj@inbox.com



Siden sidst

Spændende aften med Jørgen Agnholt

Den 6. oktober var vi 11, der var mødt op til Crohnaften, hvor overlæge Jørgen Agnholt fra Hepato-gastroenterologisk afd. V ved Århus Sygehus NBG var oplægsholder. Det var et meget spændende oplæg, hvor Jørgen Agnholt kom ind på mange forskellige emner vedrørende Crohns sygdom. Vi fik f.eks. at vide, at vi alle indeholder 5 gange så mange bakterier, som der er celler i kroppen, hvilket svarer til 1-2 kg. Han fortalte også om forskellige alternative naturlægemidler og deres blandede dokumenterede effekter. Derudover fremviste han nogle meget interessante endnu ikke offentliggjorte resultater, som jeg desværre ikke kan komme nærmere ind på her, men jeg kan kun råde folk til at følge med i pressen og Copa-bladet om et par måneder, så skulle der gerne være interessant nyt. Da vi jo er i en tid, hvor influenza bliver nævnt i tide og utide, kom spørgsmålet også til Jørgen Agnholt om man skal lade sig vaccinere, når man har Crohn? Hans holdning var, at hvis ens sygdom er under kontrol, så behøver man ikke at lade sig vaccinere.

På gruppens vegne vil jeg gerne takke Jørgen Agnholt og alle fremmødte for en rigtig spændende og interessant aften, og vi glæder os til at høre mere fra Jørgen Agnholt om et par år, når der forhåbentlig er nogle nye resultater. Vi vil også gerne takke COPA for tilskud til afholdelse af aftenen. Jeg håber, at alle havde en lærerig aften og vil komme igen næste år.

Kommende arrangement

Første møde i 2010

Sidste møde i 2009 er tirsdag d. 17. november kl. 19.00. Her skal vi bl.a. have planlagt mødedage og arrangementer for 2010.

Første møde i 2010 bliver tirsdag d. 19. januar kl. 19.00 på Langenæs Handicapcenter Langenæs Allé 21, Århus. De resterende mødedage for 2010 vil være at finde i næste COPA-blad.

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

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

Tilmelding nødvendig af hensyn til indkøb af lidt til kaffen. Tilmeld dig til Dorte Nyholm Jensen tlf.: 6615 1565 eller mail dortenj@inbox.com

Kommende arrangement

Sidste møde i 2009

Vi har årets sidste møde i Crohngruppen d. 17. november kl. 19.00. Vi skal bl.a. have fastsat datoer for næste års møder og arrangementer. Ellers skal vi bare hygge os, som vi plejer. Så hvis du er interesseret i at deltage, så kontakt Dorte Nyholm Jensen (kontaktoplysninger findes andet sted på siden).

Pg.v.

Dorte Nyholm Jensen



Urostomigruppen

Kontaktperson: VEST: Anne Lise Hansen Gåskærgade 17 B, 1.tv. 6100 Haderslev Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776	Kontaktperson: ØST: Lotte Andersen Brovænget 10 28390 Virum Tlf.: 4585 6456
--	--



Kommende arrangement

Urostomimøde

I sidste medlemsblad var der lidt information om mødet **lørdag den 28. november** i Urostomigruppen Øst. Denne dag er der en god mulighed for i hyggelige omgivelser at mødes med andre urostomiopererede, få en god frokost og få nyt med hjem om livet som urostomiopereret.

Mødet holdes på Hotel Jens Baggesen, Batterivej 3-5, 4220 Korsør • tlf. 5835 1000

Programmet er således:

- 12.00 - 13.00 Frokost incl. en øl eller vand.
- 13.00 - 14.30 Oplæg af overlæge Steen Walter fra Odense Universitetshospital om urostomi og Indiana Pouch og årsager til operation m.m.
- 14.30 - 15.00 Kaffe med brød.
- 15.00 - 17.00 Sygeplejerske Stine Klarnskou og Malene Bojer fra ConvaTec informere om hudpleje og pasning af stomien. Der er fremvisning af nye produkter fra ConvaTec. Under oplægget vil der være mulighed for, at deltagerne udveksler gode råd og erfaringer i dagligdagen med livet som urostomiopereret.

Prisen for arrangementet er gratis for COPA medlemmer. Prisen for ikke medlemmer er 300 kr.

Urostomigruppen håber på, at mange vil deltage i arrangementet, der målrettet henvender sig til de urostomiopererede. Tilmelding til sekretariatet tlf. 5767 3525 **senest den 20. november 2009.**

Yderligere oplysninger hos:

Lotte Andersen, tlf.: 4585 6456 eller
 Henning Granslev, tlf.: 7021 3525.

Pg.v.

Lotte Andersen og Henning Granslev



Forældre- gruppen

Interessegruppens repræsentant

Samt gruppens kontaktperson:

Hans Henrik Nielsen, Degnegyden 8

5690 Tommerup

Tlf.: 6475 1949

hanshenrik24@hotmail.com

Siden sidst

Serviceovens §100

Referat fra et møde om merudgifter efter serviceoven §100

Jeg var til møde om merudgifter d 22. september i Hvidovre. Jeg repræsenterede Forældregruppen i COPA. På mødet var der repræsentanter fra andre handicapgrupper.

Vi talte om, at en del slet ikke får hjælp til merudgifter, fordi man skal have en minimums udgift på 6000 kr. om året; så flere kan slet ikke komme ind og få dækket deres udgifter. Vi talte også om problemer omkring kurser, hvor familier og børn mødes for at udveksle erfaringer - og mødes med ligestillede, var svært at få bevilliget, hvis man tog flere kurser på et år. Og det er jo på disse ture vores børn mødes med deres ligestillede kammerater, og netop skaber netværker. Jeg - der selv har en voksen datter på 21 år - kan jo se hvilken glæde hun har haft af COPA-turene.

Flere talte om, at kommunen krævede dokumentation. Men at den handicappede kunne have svært ved det store arbejde det er at dokumentere medicin, tøj, vask, ledsagerhjælp m.m.

Henning Granslev - der også var med til mødet - skulle nå

toget til Jylland, da han skulle på aftenarbejde, så han nåede ikke at høre, at vi aftalte at holde et møde omkring hjælpemidler, hvor kommunerne er begyndt at sige, der pludselig er egenbetaling på nogle produkter.

Vi sluttede med at diskutere en fremtidig model som handicaporganisationen havde udarbejdet.

- 1) Langvarig funktionsnedsættelse.
- 2) Udgifter af en vis størrelse som skyldes den nedsatte funktionsevne.
- 3) Udgiften er nødvendig.
- 4) Merudgifter på grund af den nedsatte funktionsevne i forhold til andre på samme alder og i samme livssituation.
- 5) Ikke dækket af andre lovgivninger.

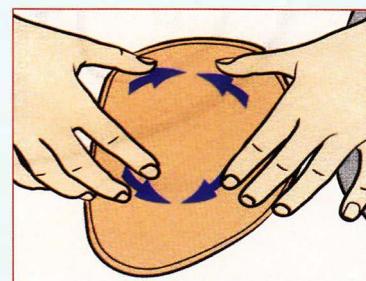
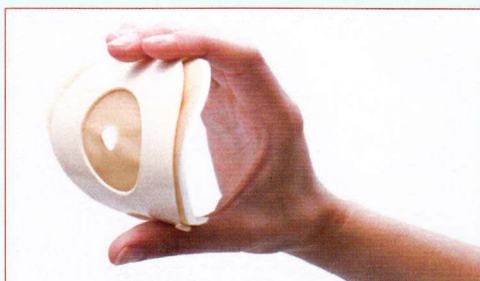
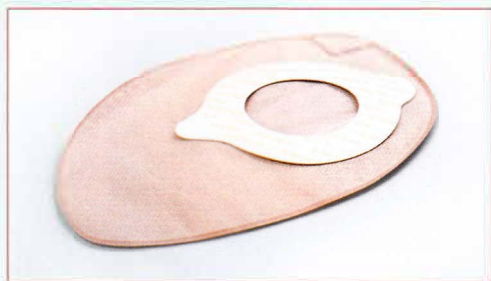
Det var et godt møde - og for min egen datters vedkommende er der fra Københavns kommune tidligere bevilget Nobatop, Deoderm, spøjter og saltvand til at skylle tarmen - men nu med egenbetaling. Det betyder hun skal betale ca. 150 kr. selv om måneden, og det er hårdt ud af en SU. Jeg syntes det er noget, vi her i COPA skal have fokus på. Jeg vil gerne opfordre andre COPA-medlemmer, hvis de oplever forringelser, til at skrive om det her i bladet. Så kan vi, der har overskud til at gå til debatmøder, komme med flere eksempler.

P.g.v. Vivian Nielsen

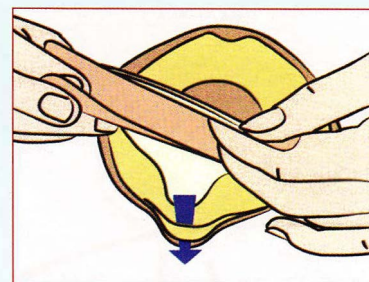
B|BRAUN
SHARING EXPERTISE

Softima® Key lukket

– Nøglen til at føle sig sikker



- Smidigt 2-dels system med enkel og lækagefri kobling
- Langt filter sikrer optimal lugtneutralisering og luftpassage
- Ergonomisk udformet, behagelig non-woven for- og bagside
- PVC-fri posemateriale
- Fås også til ileostomi- og urostomiopererede



For information og vareprøver kontakt B. Braun Kundeservice

B. Braun Medical A/S · Solbjergvej 3, 5. sal · 2000, Frederiksberg · Tlf. 3331 3141 · www.bbBraun.dk

UMM
Id.nr. 46539

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

LOKALFORENINGER / GRUPPER

(Landsforeningen: tlf. 57 67 35 25)

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

Undtaget herfra er København/Frederiksbergs, Storstrøm Nords og Lolland/Falsters lokalforeninger.

København / Frederiksberg

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

Storkøbenhavn

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

Frederiksborg

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

Bornholm

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

Roskilde

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

Vestsjælland

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

Storstrøm Nord

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

Lolland-Falster

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

Fyn

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

Syddøstjylland

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

Sønderjylland

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

Sydvestjylland

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

Ringkøbing

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

Viborg

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

Århus

Vakant.
Henvendelse
COPAs sekretariat eller
aarhus@copa.dk

Nordjylland

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

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

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

Forældregruppen

Hans Henrik Nielsen
Degnegyden 8
5690 Tommerup
Tlf.: 64 75 19 49

Ungdom

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

Colitis-/Crohngruppen

Østdanmark: Vakant.
Henvendelse COPAs sekretariat

Vestdanmark: Dorte Nyholm Jensen

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

Urostomigruppen

Vestdanmark: Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 74 52 00 91 / 29 61 27 76 (mobil)
Østdanmark: Lotte Andersen
Brovænget 10
2830 Virum
Tlf.: 45 85 64 56

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg.

**) Suppleant i COPAs forretningsudvalg.