



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

A large, three-dimensional number '2017' is the central focus of the page. The numbers are rendered in a translucent, metallic-looking material with a blue and purple gradient. They are positioned in the center of the page, overlapping the fireworks background. The background itself is a vibrant display of fireworks exploding in the night sky, with streaks of light in various colors including white, yellow, orange, and red. The overall effect is festive and celebratory.

2017

I dette blad kan man bl.a. læse:

**COPA lokalforeninger og - grupper ønsker jer alle et godt nytår
.....se side 16-35.**

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landformand

Siden sidst har der den 8. november været premiere på projektet Stomiguiden. Det har været et fantastisk positivt projekt, hvor der virkelig, efter premieren, blev sat fokus på det at leve med en stomi. Både TV 2 i Go`aften Danmark og DR i Aftenshowet havde indslag med unge, der har stomi. De to tv kanaler har et samlet seertal på 600.000 personer. Der kom også et interview i Radio24syv, hvor landsformanden havde lejlighed til at fortælle kanalens lyttere om et langt liv med stomi.

Det store trækplaster på Stomiguiden har uden tvivl været videoklippen med Frank Hvam. Det var allerede den 13. november blevet set af over 40.000 personer. Stomiguiden var set på Facebook over 140.000 gange. 12.000 personer havde interageret med opslag på Facebook (alle tal er fra den 13. november – 5 dage efter premieren). Det er da super flot.

Tak til alle der har medvirket til projektet.

Hovedbestyrelsen i Stomiforeningen COPA har besluttet, at der fremadrettet afsættes økonomi til at "Stomiguiden" bliver opdateret med nye historier fra unge med stomi. Det er aftalt, at Jacob Nossell og journalist Leif Petersen klarer denne opgave. Der kan læses mere om dette her i bladet.

Nyt om den nye COPA hjemmeside. Alle lokalforeninger har nu haft mulighed for, at personer fra deres bestyrelser kunne deltage i kurser med undervisning om, hvorledes de selv kan lægge deres nyheder m.m. på hjemmesiden.

Morten Holmgaard, formand i COPA Forældregruppen har stået for alle undervisningerne rundt i landet. Webmaster Gitte Kynde fra Huset Venture var desuden så venlig at stå stand by alle 4 gange, der var undervisning. Tak til begge for denne store hjælp.

I hele efteråret var der en del presseomtale om ændringer i den Servicelovens § 112. Heldigvis kom der mange positive ændringer til gavn for borgere med andre problemer end at have en stomi. Formand Thorkild Olesen, Danske Handicaporganisationer var tilfreds med resultatet af de ændringer, der er i den nye tekst. Der er ikke sket ændringer med hensyn til bevillinger på stomihjælpmidler.

I det kommende år vil der blive indkaldt til dialogmøder i flere kommuner, der skal have en ny leverandøraftale fra 2018. Nogle af indkøbsaftalerne vil blive meget store, da flere kommuner laver fællesudbud. Derved håber de selvfølgelig at opnå en større rabat. Men på et tidspunkt må de kunne indse, at prisen ikke

kan presses mere. Leverandørerne skal have en fortjeneste for at kunne betale personale, porto og yde en god service som tilbud om besøg af en stomisygeplejerske m.m.

Der sker helt klart et pres på alle leverandører af ydelser og salg til landets kommuner.

Stomiforeningen COPA bliver i langt de fleste tilfælde inviteret med til bordet, når kommunerne ønsker at indgå nye leverandøraftaler. Ifølge loven skal der også inddrages brugerrepræsentanter, når der laves leverandøraftaler.

Heldigvis har mange kommuners indkøbsansvarlige stor forståelse for, hvor vigtigt det er at have en bevilling til det korrekte stomihjælpermiddel.

Nyheden for 2017 vil være, at der startes med at COPA bladene bliver lagt på hjemmesiden. Det skal være et opslagværk for vores forenings historie siden 1951. På sekretariatet i Ringsted er gemt eksemplarer af næsten alle udgaver af COPA bladene.

Første skridt er at lægge de nyeste blade på siden, da alle gamle først skal scannes. Desuden er det en stor udgift, der skal indregnes i budgettet. Det vigtigste er at få startet processen.

Nu må alle vi se, hvad der kommer i det nye år. Forhåbentligt sker der en masse positive oplevelser for og sammen med familien og vennerne. Når man ser og hører om al den ufred der er rundt i verden, er jeg meget glad og tilfreds med at være her i Danmark. Så må jeg tage de små bump, der kommer på livets vej.

Godt nytår til jer alle. ■



Er du blevet pensionist?

Af hensyn til dit COPA-kontingent:

Husk at meddele COPA's sekretariat, hvis du er blevet pensionist.



Send din mail-adresse til sekretariatet

Post Danmark har meddelt, at al post fremover kun vil blive omdelt 2 gange om ugen, og der kommer desuden portostigninger, så det bliver ikke billigere at sende et brev. Derfor vil det være en stor hjælp samt en besparelse, hvis man sender sin mail adresse til COPA.

Send en mail til: sekretariatet@copa.dk med oplysning om navn samt medlemsnummer, og skriv "mail" i emne.

Hjemmeside (www.copa.dk)

Skulle du opleve nogle fejl eller mangler ved COPA's hjemmeside, er du meget velkommen til at skrive til webmaster@copa.dk

Med venlig hilsen Jørgen Jensen



ISSN 0901 - 3849

Stomiforeningen COPA**Sekretariatet****Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted**

Tlf.: 5767 3525

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

COPA bankkonto:

Reg.nr.: 4955, kontonr.: 7090331.

Hjemmeside(r): www.copa.dkwww.stomiguiden.dkWebmaster: webmaster@copa.dkCOPA e-mail: sekretariatet@copa.dk• **Landsformand:**

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 7021 3525

(KUN hverdage: bedst 14.00-18.00)

e-mail: h.granslev@gmail.com• **Vicelandsformand:**

Hanne Westergaard

Konsul Jensensgade 16, 2.th.

8700 Horsens

e-mail: h.westergaard@stofanet.dk

Tlf.: 7564 1086

• **Lokalformænd og -grupper:**

Se bagsiden.

COPA medlemsblad

Copa-bladet udkommer 6 gange om året

- i uge 3, 10, 19, 28, 37 og 45.

Oplag: 4500 stk.

Tryk: LaserTryk A/S, Aarhus.

• **Ansvarshavende redaktør:**

Cand.scient. Ole Vestergaard,

tlf: 9849 9888 • mail: mail@copabladet.dk• **Læserbreve, indlæg og artikler:**

COPA forbeholder sig ret til at afvise/for-
korte eller udskyde indlæg. Manuskripter
sendes via mail@copabladet.dk (tekst som
tekstfil i word) eller med PostNord til sekre-
tariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail,
skal det være som selvstændige påhæftede
filer (jpg), *højest 5 MB pr. fil*; opløsning tryk-
kvalitet. Færdige højtopløselige-CMYK-pdf
i tryk kvalitet og farve modtages også efter
aftale. At pdf-filer opfylder krav til tryk er
indsenderens ansvar.

**Sidste frist for indlevering af tekst
til næste nummer er 10/02.**

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

• **Illustrationsannoncer:****Næste blad: Tilsagn senest 10/02.**

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
til mail@copabladet.dk. Andet materiale
modtages også - efter aftale. Reproklart
annoncemateriale til næste nummer skal
være Copa-bladet i hænde **senest: 17/02.**

• **Indstik:** Med forbehold. Nærmere
oplysninger: COPA's sekretariat.**Foto forsiden**

Colourbox.

Foreningens formål:**Vedtægternes § 4:**

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

Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

Copa-blad 1/2017 (januar - februar) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 254].**Indhold:**

Leder (Henning Granslev).....	2
Rådgiverkursus 2016 (Hanne Westergaard).....	4
Ung med stomi - velkommen til Stomiguiden.dk (Henning Granslev & Jacob Nosell).....	8
FS landskursus for stomisygeplejersker (Henning Granslev).....	10
Læserne skriver	
Med stomi på Camino (Ole Krarup).....	14
En personlig oplevelse om hverdagen med stomi (Bjarne Hansen).....	14
Nyt fra lokalforeningerne	16
Gaver og arv	35

**COPA-kontingent 2017****Almindelige medlemmer: 250,- kr. / år. Pensionist- og støttemedlemmer: 150,- kr. / år.****HUSK at melde flytning og overgang til pensionistmedlemskab direkte til COPA's sekretariat.
Vedrørende gavebidrag: se side 39.****PLANLAGT OMDELING**

Copa-blad 1	januar uge 3	Hvis bladet ikke er mod- taget i efterfølgende uge, skal man kontakte sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller send en mail til: sekretariatet@copa.dk
Copa-blad 2	marts uge 10	
Copa-blad 3	maj uge 19	
Copa-blad 4	juli uge 28	
Copa-blad 5	september uge 37	
Copa-blad 6	november uge 45	

www.copa.dk**Rådgivning****Tilbud om rådgivning:
Se også under lokalforeningerne.**

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

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

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

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

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

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

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

Rådgiverkursus 2016

Der blev afholdt COPA rådgiverkursus i Korsør i weekenden 27.- 28. oktober. Det var dejligt at se en del nye rådgivere. Lokalforeningerne ”råber” jo på nye rådgivere.

Lørdag var der fremvisning af nye stomihjælpemidler. Sygeplejerske Annemette Busk fra OneMed fortalte også om firmaet og om, hvordan medarbejderne klarer opgaverne, når stomioopererede ringer/mailer efter produkter. Firmaet ligger i Skejby, Aarhus Nord. Der er konsulenter over hele landet, og de tager gerne til arrangementer, hvor de kan møde brugerne, hvilket kan være meget givtigt, både for firmaet og brugerne. Det er altid rart at mødes face to face.

Herefter var der et oplæg fra stomisygeplejerske Gerd Friis Bille, Rigshospitalet.

Gerd fortalte om stomier set fra det faglige synspunkt, om sårbehandling, hvordan undgår man hudproblemer, og hvad kan der gøres, når der opstår problemer. Gerd holdt et meget spændende oplæg. Det var rart, at hun kaldte en skovl for en skovl, og talte i et sprog, der kunne forstås af ”almindelige” mennesker.

Efter kaffepausen fik vi besøg af COPA ambassadør Kirsten Olesen. Kirsten fortalte om sin vej til skuespillerfaget, og om hvordan det var at være skuespiller med en stomi. Der var ikke noget, hun ikke kunne deltage i. Og dog, nøgenscener ville hun ikke være med til, og det er forståeligt. Kirstens oplæg var en frisk og positiv oplevelse. Det var også spændende at høre om optagelserne til Matador serien.

(fortsætter side 6)



Gerd Friis Bille.



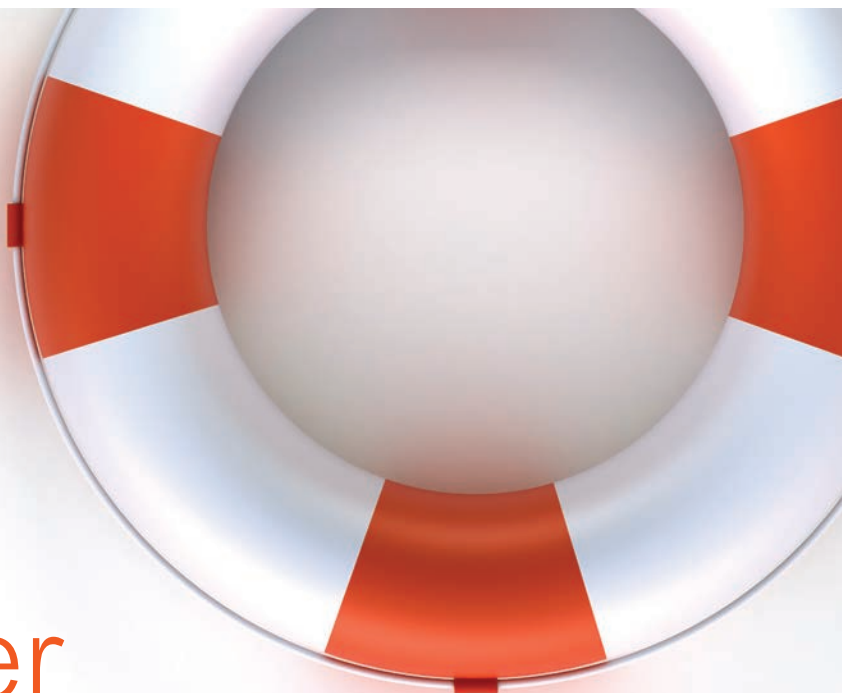
Kirsten Olesen.

Der lyttes til Kirsten Olesen.



NYHED

Dansac X-tra Strips elastiske kantsikringer



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

- Hudvenlig og blød
- Elastisk og fleksibel
- Passer til enhver stomiplade

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

Ønsker du vareprøver tilsendt, kan du også benytte kuponen
nederst på siden.



dansac 

KLIP

Lille Kongevej 304, 3480 Fredensborg

☒ **Ja tak**, send mig gratis vareprøver
på de nye Dansac X-tra Strips
elastiske kantsikringer

Navn _____

Adresse _____

Postnr. _____ By _____

Mail _____

Tlf. _____



POST

Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen



Dansac & Hollister Danmark
+ + + 25854 + + +
0893 Sjælland USF B

Søndag startede med et oplæg om tilbagelægning af en stomi. Gunnar Munck Jørgensen, der har været igennem processen, fortalte om fordele og ulemper. Konklusionen er, at det selvfølgelig altid vil være forskelligt fra person til person, og der kan derfor ikke generaliseres.

Svend Larsen gav os en opvisning i dagligdagen i at leve med korttarm. Det viste sig, at man næsten skulle være kemikyndig for at klare denne opgave. Alt skulle blandes og forberedes til natten, hvor det så ikke blev til meget søvn. Alle kunne konstatere, at have en god fungerende stomi er ingenting ved siden af et liv med korttarm som bl.a. Svend.

Grith Rolfsgaard fortalte om COPA facebook siden. Der er nu over 1000 brugere af gruppen, der administreres af Grith. Det var spændende at høre om, hvad der sker på dette medie. Der kommer mange spørgsmål om alt muligt. Men desværre er der også nogle sure opstød indimellem.

Det sidste indslag var fremvisning af et nyt stomihjælpemiddel, som nogle af COPA rådgiverne havde set starten på. Det var på et tidligere rådgiverkursus, hvor der blev vist, hvordan man kunne "indbygge" en plastikpose i stomiposen. Dette skulle vedvirke til at minimere lugtgener ved poseskift. Nu var posen blevet lavet, den var dog ikke kommet i produktion endnu.

Nyheden var et aggregat, der skulle kunne dæmpe eller helt borteliminere lyde fra stomien. Mange af deltagerne var positive for nyheden og villige til at afprøve det nye produkt, der får navnet StomaNoise. Ulrik Brandt, der er opfinderen, stod for fremvisningen.

Sidste punkt på programmet var frokostbuffet inden farvel og tak for en god weekend.

Hanne Westergaard, referent

Svend underviser om korttarmlivet.



Aftenhygge.



Grith Rolfsgaard.



Flexima® 3S

Et komplet sortiment til kolo-, ileo- og urostomi



Styret påsætning –
sikrer korrekt og nem
påsætning.



Diskret og sikker –
høj komfort og meget
fleksibel.



Ekstra tryghed i hverdagen

Vi har mere end 40 års erfaring i stomi, den har vi brugt til at udvikle Flexima® 3S. Et unikt 2-dels system med en fleksibel og sikker kobling. Med den styrede påsætning behøver du ikke længere at være nervøs for, om posen er korrekt placeret.

Flexima® 3S består af poser til alle stomityper i forskellige størrelser samt både flade og konvekse basisplader. De lukkede og tømbare poser er forsynet med et effektivt og sikkert filter. Den tømbare pose har fået et nyt Roll'Up udløb, som er endnu mere sikkert, hygiejnisk og diskret.

Den hudvenlige og resistente klæber er medvirkende til, at du med Flexima® 3S kan føle dig sikker – dag og nat.

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

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

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

Ung med stomi? Velkommen til Stomiguiden.dk

Af: **Henning Granslev, landsformand** (blandt unge kaldet *mr. COPA*)
og **Jacob Nossell, journalist**

Stomiguiden
www.stomiguiden.dk

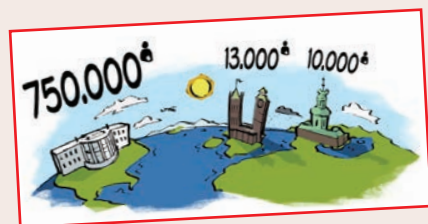
HURRA!
- YOU MADE IT!

Der var en festlig stemning på Hvidovre Hospital den 27. oktober 2016, da Stomiforeningen COPA afholdte en lille, men hyggelig reception for **Stomiguiden.dk** - den nye stomiguide for unge med stomi.

Her var der bl.a. inviteret de læger og sygeplejersker, der havde hjulpet til med guiden. Stomiforeningen COPA havde også inviteret en række af de unge mennesker, der til den nye net-guide har fortalt deres historie og oplevelsen med stomien.

en fornøjelse at samarbejde med COPA, og så tror jeg også, at jeg personligt betragter guiden som en lille bidrag til det hospitalsvæsen, der har hjulpet mig så meget med min mave gennem årene," sluttede Jacob Nossell.

Stomiguiden.dk er en ny web-baseret guide for unge, der lige har fået stomi. Guiden består af artikler og videoer omkring forskellige emner og udfordringer, som unge kan have med stomien. En del af artiklerne er portrætter med unge, der har stomi.



Henning Granslev, landsformand i COPA, rettede en særlig tak til stomisygeplejerske Per Herlufsen Hvidovre Hospital, journalist og projektlederen af Stomiguiden Jacob Nossell, journalist Leif Pedersen og ikke mindst til alle de unge mennesker, der har fortalt deres historier - og gav udtryk for, at der i mange år havde manglet et tilbud for unge til stomi. Nu har **Stomiguiden.dk** fyldt det tomrum ud. -"Jeg glæder mig til at vise guiden frem for omverdenen - og ikke mindst for de unge," sagde landsformanden og gav talestafetten videre til projektlederen på Stomiguiden.dk, iværksætteren Jacob Nossell. Efter Jacob fortalte journalist Leif Pedersen om sine interview med de unge.

-"Jeg har selv haft en midlertidig stomi på grund af min colitis ulcerosa, da jeg var yngre. Jeg fandt selv hurtigt ud af, at der manglede noget konkret information om livet med stomi, når man er ung," sagde Jacob Nossell og takkede efterfølgende COPA for den massive opbakning til projektet. -"Det har været



Patienter med stomi kan nu komme i telemedicinsk behandling

De første patienter fra Horsens, Hedensted, Odder og Skanderborg får nu tjekket deres stomi hjemme fra egen stue. Nyopererede stomi-patienter har brug for at indføre nye rutiner og gå til en del kontroller, så de ikke får unødvendige komplikationer.

Derfor har Hospitalsenheden Horsens i samarbejde med Horsens, Hedensted, Odder og Skanderborg kommuner etableret en telemedicinsk stomi-vurdering, så patienten i et større omfang end tidligere kan få hjælp i eget hjem.

Indtil videre er 30 stomipatienter koblet op på ordningen. De fleste håndterer deres stomi hjemmefra eventuelt i samarbejde med en hjemmesygeplejerske. Hospitalspersonalet følger forløbet på distancen og kontaktes, hvis patienten eller hjemmesygeplejersken har brug for en mere specialiseret vurdering f.eks. i forbindelse med sår eller rødme, som kan opstå omkring stomien.

Ekspertise på distancen

Alle nyopererede patienter, som kommer hjem efter at have fået en stomi på Hospitalsenheden Horsens, kan få besøg af en hjemmesygeplejerske. De fleste patienter tager imod tilbuddet. Mange bliver dog hurtigt selvkørende og håndterer herefter selv den løbende pleje såsom bandageskift.

Telemedicin-løsningen giver patienten eller hjemmesygeplejersken mulighed for at tage et billede af stomien og sende ind. Omvendt kan trinvis vejledning med billeder sendes retur til hjemmet.

Teamet på Sår- og Stomiklinikken vil i fremtiden gerne have oprettet alle stomipatienter som brugere af telemedicin-systemet. Det er ikke alle patienter, som vil kunne bruge løsningen i praksis, men det vil give personalet muligheden for at bruge billeder af stomierne til eksempelvis at forberede et kontrolbesøg.

Kilde: www.rm.dk/om-os/aktuelt/news-2016/november/patienter-med-stomi-kan-nu-komme-i-telemedicinsk-behandling

“Ikke at skulle bekymre sig om lækage gør livet så meget lettere”

For 65-årige Henry var den NYE Brava® Beskyttende Tætningsring lige, hvad han manglede. Den giver ham en følelse af sikkerhed, og hjælper ham med at leve et liv uden begrænsninger.

Henry vænnede sig hurtigt til livet med en stomi efter sin operation i 2008. “Det har været meget nemt at leve med - lettere end jeg troede”.

Jeg har altid været utrolig aktiv, så faktisk var den største udfordring for mig at tage det roligt under genoptræningen.

Men efter et stykke tid begyndte han lejlighedsvis at opleve lækage. Lækagerne påvirkede huden omkring stomien. Huden blev rød og irriteret. Henrys stomisygeplejerske anbefalede ham at afhjælpe problemet med en tætningsring. Henry afprøvede flere forskellige ringe, men foretrak den NYE Brava Beskyttende Tætningsring.

Henry er også imponeret over de fordele, der yderligere er ved tætningsringen. Han forklarer: “Den er let at påsætte og aftage, og efterlader ikke mange klæberester på huden.” Det, at Tætningsringen ikke efterlader mange klæberester, gør det også lettere at opretholde en sund hud.

For Henry, der arbejder på et bryggeri, er den største fordel følelse af, at han kan gøre, hvad han vil, når han vil: “Det at bekymre sig mindre om lækage, gør tingene så meget

“Jeg skænker ikke min stomi mange tanker”

lettere. Jeg er en meget aktiv person, og jeg tror, at det holder mig ung.”

Uanset om han arbejder eller dyrker en af sine mange sportsgrene, som han nyder, så siger Henry, at Brava Beskyttende Tætningsring giver ham den følelse af sikkerhed og tryghed, han har brug for: “Jeg kan rejse, jeg kan køre bil, og jeg kan leve et normalt liv ligesom alle andre. Jeg skænker ikke min stomi mange tanker.”

Henry anvender Brava Beskyttende Tætningsring sammen med en SenSura® Mio stomipose.



Dobbelt beskyttelse

Beskytter mod lækage og absorberer fugt fra hudoverfladen.



Let at håndtere

Let at forme, så den passer nøjagtig omkring stomien. Anvendes på huden, hvor der er fordybninger, folder og rynker.

NYHED



Brava Beskyttende Tætningsring består af en NY opskrift.

FS landskursus for stomisygeplejersker

I dagene den 2.-3. november deltog Susanne Jacobsen, Gisela Schjøtt og Henning Granslev som repræsentanter fra Stomiforeningen COPA i det årlige landskursus for stomisygeplejersker.

Her var der rigtig god mulighed for at mødes med repræsentanter fra producenter og leverandører af stomihjælpemidler, og mange af stomisygeplejerskerne der arbejder på stomiambulatorierne. Her mødte vi også andre patientforeningers repræsentanter bl.a. Søren Mortensen og Morten Friis Hansen fra CCF (tak for hyggeligt samvær).

På årets kursus var der onsdag oplæg om bl.a. definition hos patienter med high output og tarmsvigt, livet med hjemmeparenteralernæring.

Korttarmssyndrom kan være: Morbus Crohn, colitis ulcerosa, nedsat iltforsyning til tarmen, stråleskader, komplikationer ved kirurgiske procedurer og en medfødt sygdom.

Et ønske med retningslinjer for det faglige personale til korttarmspatienter er: Alle skal tilbydes oplæring, at følge "Dropbogen", stomi-bandageskift på faste ugedage og hjemmesygeplejen skal oplæres.

Ønsker til patienten: Først oplæring når de er modtagelige, oplæringen tager udgangspunkt i patientens ressourcer, det tager

den tid det tager og patienten udskrives først, når alt er klar.

Dagens sidste oplæg var: Mindfulness, og det ikke at have lyst til at være der, hvor man er.

Om aftenen var der festmiddag og social samvær med tid til at tale om alt muligt vedr. stomipleje, hjælpemidler og ikke mindst om livet udenfor hospitalsverdenen. Her var indlagt underholdning med besøg af en meget fyldig sygeplejerske.

Torsdagens første oplæg var: Patientinvolvering og hvordan virker det?

Det nye sundhedsvæsen vil være: Patienter og pårørende er samfundsaktiver, Sundhedsfremme og forebyggelse, Borgernære sundhedsydelser, Telemedicin løsninger, Sundhedsprofessionelle temaer med mange forskellige kompetencer - der tilsammen bidrager til opgaveløsningen; værdibaserede incitamenter.

Der er 4 principper for personcentreret sygepleje: Tilkende patienten værdighed, medfølelse og respekt. Tilbyde koordineret sygepleje, støtte og behandling. Tilbyde personlig tilpasset sygepleje, støtte og behandling. Støtte patienten i at se og udvikle egne styrker og muligheder for at opnå en personlig tilfredsstillende livsførelse.

(fortsætter side 12)



Hvorfor ikke starte det nye år med mere tryghed ?

eakin Cohesive® Seals

FOR AT UNDGÅ UHELD
OG BESKYTTE DIN HUD.

OG HUSK, DEN FÅS I 4 STØRRELSER - SOM DÆKKER
ETHVERT BEHOV.



Cohesive SLIMS®

Daglig Beskyttelse

- Daglig hudbeskyttelse og sikkerhed
- Til hyppige poseskift

Vareprøven du modtog

REF 839005

Small Cohesive® Seals

Extra Beskyttelse

- Maximal hudbeskyttelse
- Til dig med high-output

REF 839002

Large Cohesive® Seals

Dækker størst overflade

- Dækker et stort hudområde omkring stomien
- Til komplekse hudproblemer eller ujævn overflade

REF 839001

Cohesive StomaWrap™

Sparer tid

- Til store, ovale eller loop stomier
- Til dig med nedsat fingermotorik

REF 839006

Kontakt os for et godt råd eller du ønsker
at prøve en anden størrelse ring

49 26 13 99

info@focuscare.dk

Huskede du, at tilmelde dig
nyhedsbrevet på www.focuscare.dk

eakin® 

A SMALL PART
OF A BIGGER LIFE.



tgeakin



tgeakin



eakin.eu | eakincohesiveseals.com

Focuscare



FS landskursus for stomisygeplejersker fortsat:

Inden frokost var der oplæg om et varmt emne: Bevillinger til kropsbårne hjælpemidler. Her var det i debatten ret tydeligt, at ikke alt fungerer tilfredsstillende rundt i flere kommuner.

FS og Stomiforeningen COPA vil stå sammen for at få ændret denne forskellighed om, hvad man kan få bevilget, alt efter hvilken kommune der udsteder bevillingen.

Kursets sidste oplæg var workshop: CCF foreningen (Colitis Crohn Foreningen) og Stomiforeningen COPA var i samme workshop om: Patientforeningerne – tilbud til patienterne.

Morten Friis Hansen CCF og Henning Granslev COPA gav deltagerne informationer om deres foreningers tilbud og aktiviteter m.m. Det var en rigtig god ide til at få gode ideer - begge veje.

Stor tak til FS for at være med til deres landskurser.

Henning Granslev





ConvaTec

MODELLÉRBARE HUDPLADER

Drop saksen! Modellér dig til bedre tæthed...



Oplev forskellen med ConvaTec's modellérbare hudplader:

- Hullet formes nemt med fingrene, så du undgår at skulle bruge saks for at tilklippe din stomiklæber
- Materialet svulmer op og absorberer fugt rundt om din stomi, så du oplever bedre tæthed og færre lækager⁽¹⁾
- Fås i mange varianter, i både 1-dels og 2-dels stomisystemer

Tilmeld dig **me+**
og få en
GRATIS vareprøve

me+ giver dig støtte og support
til livet med en stomi.

Se mere på **www.convatec.dk**
under me+ eller ring til
os på **48 16 74 75**

me+



95,6 %

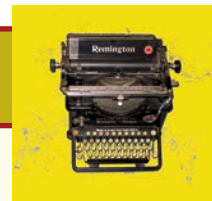
af alle patienter, der
bruger modellérbare
produkter, bevarer
en sund hud⁽¹⁾



⁽¹⁾ Osmose study: Szewczyk et al. The Effects of Using a Moldable Skin Barrier on Peristomal Skin Conditions in Persons with an Ostomy, Ostomy Wound Man., 2014;60(12):16-26

ESTEEM™+

LÆSERNE SKRIVER



Med stomi på Camino

Læste meget mere i bladet end jeg plejer!

Artiklen fra Magasinet Rask om at "gå sig rask" af Hanne Har-toft handlede om at gå på Caminoen fangede min interesse. Jeg glædede mig til at læse om andre stomipatienters oplevelser fra Caminoen, men den handlede om to madglade pigers vandring fra hotel til hotel, hvor de "slap for sovesale". Godt for dem at de også havde en god oplevelse.

Jeg gik ca 260 km fra Astorga til Santiago de Compostella på 10 dage i september opfordret af min 44-årige søn. Jeg er lige blevet 70 og har haft stomi i 3 år.

Efter at have fundet en rygsæk, hvor hofteremmen ikke gene-rede min kolostomi trænede jeg med 10 kg på ryggen og mine lette vandrestøvler (fra en ørkenvandring i Jordan før jeg blev opereret) gik næsten dagligt op til 3 timer på det flade Lolland. På vandreturen vejede rygsækken 7,5 kg, 750 g var mit stomi-udstyr - havde med, så jeg kunne skifte 2 gange dagligt - ville ikke stå og mangle!

Vi boede på herberger, bestilte kun plads i Santiago, og oplevede fællesskabet og hyggede med andre pilgrimme fra hele verden.

Jeg trak kun "handikap-kortet" da vi fik anvist plads yderst i en kæmpe sovesal, i en kælderetage uden toilet, (jeg skal op og lade vandet 1-3 gange). Fik så en seng på "sygestuen" til svage og ældre - tæt på toilettet.

Vi gik 20-34 km om dagen, stod op før solen og nød morgene-nes ro og oplevede lyset bryde frem. Vi nåede frem så tidligt, at jeg næsten hver dag fik den middagslur, jeg har haft behov for siden kemo-kuren. Vi gik kun forgæves een dag, hvor vi opsogte et lille herberg med kun 15 senge (anbefalet i Henrik Tarps camino-guide) men hér var alt optaget kl 12 af vandrere, der fik bagagen transporteret!

Stomien skal jeg skifte i et rum, hvor jeg kan ligge ned og trykke mit store brok ind, før pladen klæbes på. Det var lidt svært undervejs, een gang sad sønnen vagt foran døren!

Jeg havde en enkelt stor uventet lækage midt på turen, og måtte skifte på en mark. Heldigvis var der brusebad alle steder og mulighed for at vaske og tørre tøj.

Vi havde 2 overnatninger i Santiago de Compostella, oplevede at de svingede det store røgelseskar (for at overdøve pilgrimme-nes dårlige lugt) både til aftenmessen kl 19 og pilgrimsmessen kl 12. Der var et menneskemylder i byen i stor kontrast til de relativt få mennesker ude på ruten.

Vi spiste godt på ruten, både "pilgrimsmenu" til 11 euro inkl. enten en flaske vand eller vin, men også spændende lokale retter. Jeg tabte ca. 10 overflødige kg under træningen og vandreturen.

**Ole Krarup
4900 Nakskov**



En personlig oplevelse om hverdagen med stomi

Må det være mig tilladt at oplyse alle om min hverdag med stomi, specielt til nye stomiopererede.

Jeg har haft ileostomi siden 1982 pga. kronisk tarmbetændelse (colitis ulcerosa).

Jeg er meget tilfreds med stomiposen SenSura 15733 fra Colo-plast. Den sidder fantastisk p.g.a. den koniske klæbering. Ja, den sidder faktisk så godt og tæt, at jeg tit glemmer at skifte den, og først efter en uge bliver opmærksom på, at den skal skiftes. Ikke p.g.a. utæthed, men p.g.a. lidt hudirritation!

Jeg bruger renseservietter fra Coloplast Comfeel Cleanser nr. 4715 og Dansac SkinLotion samt Brava hudbeskyttelsesfilm i form af spray fra Coloplast. At skifte pose tager mig 5-7 minuter, som før nævnt max to gange ugentligt.

Trods stomien er jeg meget aktiv løber, svømmer og golfspil-ler uden problemer!

Jeg skriver dette fordi jeg ved at mange nyopererede tit fortvivler over lækager og hudirritation i den første tid efter operationen.

Ring eller skriv gerne til mig, hvis I ønsker en snak om ovenstående.

**Bjarne Hansen, Bragesvej 55, 6100 Haderslev
telf. 74-532727 • mail: riaogbjarne@gmail.com**

Susanne Johansen gør Copa-bladet opmærksom på en artikel på dr.dk²:

Grisefoder kan måske lindre kroniske mavelidelser - hos mennesker

Et nyt 4-årigt forsøg skal vise om grisefoder kan fjerne eller mindske symptomer på mave-tarm-sygdomme.

Foderets oprindelige formål er at virke på grisenes maver, så de ikke får diarre, smerter og lidelser, som de ellers ville dø af.

Nu bliver et 4-årigt forsøg sat i gang, hvor patienter med mave-tarm-lidelser skal spise grisefoderet.

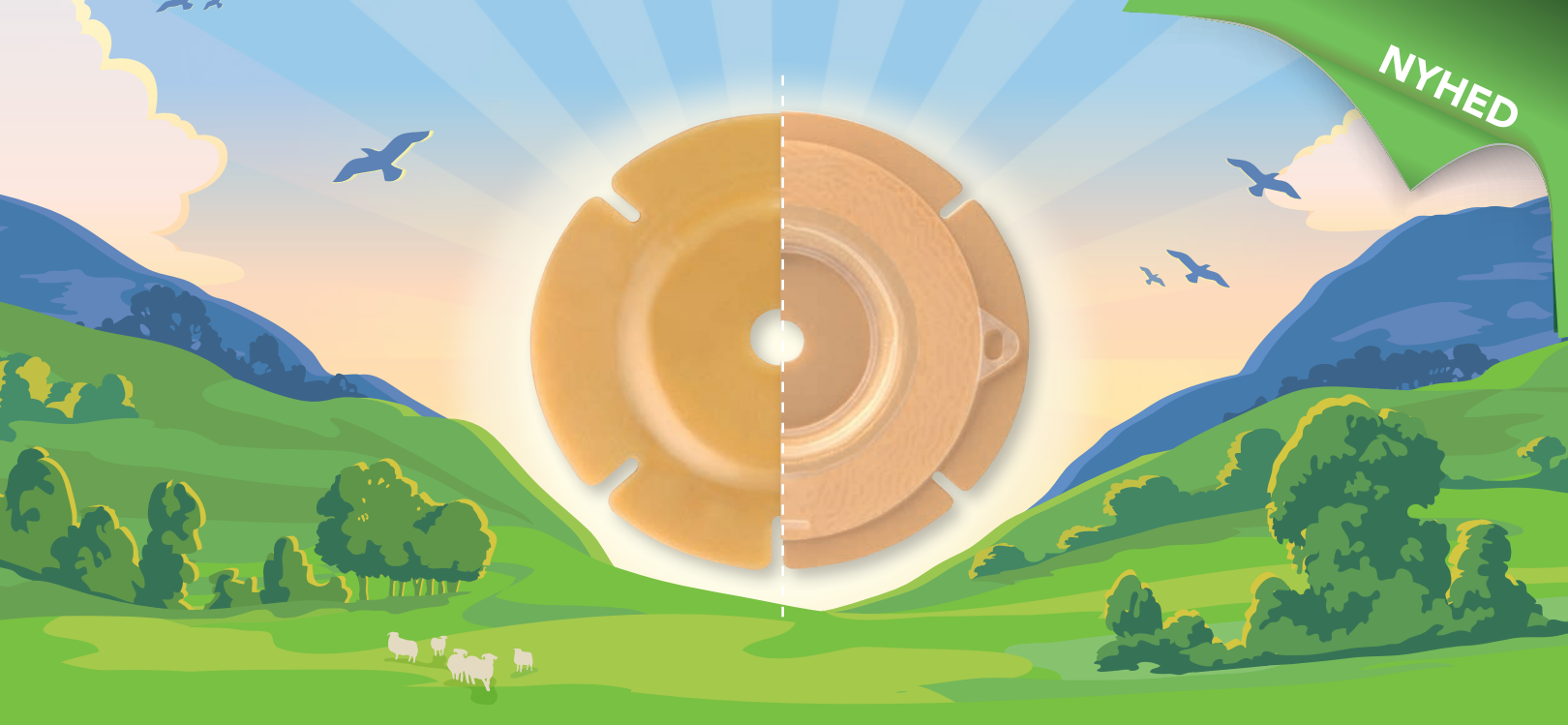
Foderprojektet har fået 35 millioner i støtte til forskning og udvikling. 75 procent af pengene er betalt af store europæiske virksomheder, blandt andre danske NovoZymes.

Af de 35 millioner kroner går ca. 2,5 millioner til forsøget på Silkeborg Sygehus, hvor 60 patienter skal deltage. Forsøget er et blindforsøg, det vil sige, at halvdelen af forsøgspersonerne får grisefoderet og resten får et placebo-produkt, uden virksomt stof.

Forsøget på sygehuset starter i efteråret 2017 og skal vare fire år.

**) www.dr.dk/nyheder/regionale/trekanten/syge-skal-spise-grisefoder-kan-maaske-lindre-kroniske-mavelidelser*





En ny Soft Convex ser dagens lys

Meget kan ændres med 1. klasses hydrocolloide klæbere

Introduktion af en ny konvex hydrocolloid klæber specielt designet til stomier i og under hudniveau. Hydrocolloider til konvekse produkter giver særlige udfordringer, da de ofte anvendes i komplekse situationer. Salts forskning indenfor den hydrocolloide videnskab har resulteret i ydeligere forbedringer, som viser sig specielt velegnet til konvekse plader.

30%*
MERE KLÆ-
BENDE

40%*
MERE
FLEKSIBEL

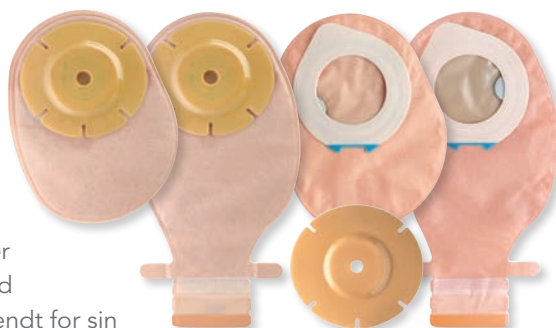
20%*
TYNDERE

* end standard Confidence® Convex Supersoft

Confidence®
Natural Soft Convex

En-dels brugere vil elske vores nye blødere, hurtigklæbende og mere fleksible soft convex plade. Perfekt formet til stomier i eller under hudniveau, og med indhold af Aloe Vera, som er kendt for sin evne til at blødgøre og genopbygge.

- Blød soft convex skål for fleksibilitet og komfort
- Stærkere og mere klæbende plade for øget sikkerhed
- Stærke, bløde og fleksible bælteører
- Meget holdbart og blødt stofmateriale som tørrer hurtigt



Harmony® Duo
convex med Flexifit® og Aloe Vera

Harmony® Duo kommer nu med vores unikke konvekse Flexifit® plade. Samtidig med at give en tættere pasform, er det også verdens første konvekse to-dels system med Aloe Vera, som hjælper med at blødgøre og beskytte huden.



- Stærkere og mere klæbende hydrocolloid for ekstra sikkerhed
- Let at montere ved hjælp af en lille forhøjning på pladen
- Stærke og alligevel bløde bælteører
- Fungerer med et stort sortiment af lukkede og tømbare poser

For yderligere information eller prøver, kontakt venligst Kirstine Hardam A/S • Tlf: 97 42 32 33,
E-mail: post@hardam.dk • www.hardam.dk • www.hardam-shop.dk

Kirstine
HARDAM
Livskvalitet efter operation

BRITISH SKIN
FOUNDATION
Recognising Salts research
into healthy stoma skin



SKIN HEALTH ALLIANCE
DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED

SALTS
HEALTHCARE



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

Lokalformand: Svend Larsen, Brandstrupvej 99, 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809 E-mail: copakbh@gmail.com

Kommende arrangement

Generalforsamling 18. februar

Generalforsamlingen afholdes lørdag den 18. februar 2017 kl. 12. Adressen er B. Braun, Dirch Passers Allé 27, 2000 Frederiksberg. Der vil blive serveret frokost, så det er vigtigt at I **melder** jer til **frokost** hos Svend Larsen på 20576809 **senest mandag den 13. februar**. Vi håber på et stort fremmøde. Dagsorden ifølge vedtægterne.

Kommende arrangement

Cirkusrevyen 16. maj

Vi har enkelte billetter tilbage til Cirkusrevyens forpremiere 16. maj 2017. Før forestillingen mødes vi kl. 18 til en omgang stegt flæsk og socialt samvær i Bondestuen, Dyrehavsbakken 49, 2930 Klampenborg. Prisen for det hele er 300 kr. for medlemmer og 350 kr. for ledsagere. Drikkevarer er for egen regning. Maks. 2 billetter pr. husstand. **Tilmelding** sker ved indbetaling til formand Svend Larsen på konto nr. 0144-4386757769 eller via MobilePay på telefon 20576809.

P.b.v. Hjordis Mikkelsen



COPA Storkøbenhavn

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

Godt nytår til jer alle. Jeg håber I er kommet godt ind i det nye år, og at I får lyst til at deltage i nogle af vores aktiviteter.

Siden sidst

Julefrokost

Den sidste lørdag i november holdt vi en dejlig julefrokost med 33 deltagere. Alle mødte glade til det festlig dækkede julebord.



Mød en stomiopereret

1. tirsdag i måneden på Herlev Hospital

Der kan opstå mange spørgsmål, når man har stomi. Kom og mød en stomiopereret fra COPA på Herlev Hospital 13. etage den

1. tirsdag i hver måned fra kl. 17.00 til 19.00.



Efter velkomsten gik vi alle i gang med den lækre julemad med tilhørende øl og snaps. Snakken gik lystig kun afbrudt af fællessang.

Da vi var mætte kom "Den syngende Jordmoder" lig en af bakkangerinderne og underholdt os ad 2 omgange. I pausen fik vi kaffe og småkager/ slik samt en lille overraskelse idet der var numre under nogle af tallerkenene. De heldige fik en julegave.

Vi skiltes efter en dejlig eftermiddag med ønsket om en god jul.



Kommende arrangement

Generalforsamling 12. marts

Generalforsamling lørdag den 12. marts kl 13 på

plejehjemmet

(Kørestolsvenlig adresse)

Rosenlund, Mørkhøjvej 336, 2860 Søborg.

Vi starter med at spise et par stykker mad kl 12 (gratis).

Derefter generalforsamling og kaffe.

Derefter kommer "Seniorene" og spiller for os

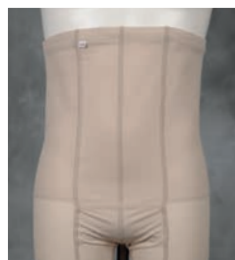
Tilmelding til spisningen til Gunnar 2063 4326 eller pr. mail: copa.stkb@gmail.com.

Kunne du ikke tænke dig at komme med i bestyrelsen? Tænk over det.

Dagsorden ifølge lovene:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af stemmetællere.
3. Valg af referent.
4. Bestyrelsens beretning ved formanden.
5. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab til godkendelse.
6. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
7. Behandling af indkomne forslag.
8. Valg til bestyrelsen (på valg er Gethe Jacobsen, Birthe Klammer og Bent Bodin) og suppleanter.
9. Valg af revisor og suppleant.
10. Evt.

P.b.v. Gethe Jacobsen



Der findes mange modeller og valgmuligheder.

Ring og hør nærmere!



Care
the right way
for a better day

- Perfekt pasform
- Ingen generende sømme
- Større frihed
- Optimal tryk
- Blødt og åndbart materiale
- Effektiv støtte
- Produceret efter dine specialmål
- Hurtig levering
- Produceret i Danmark

Støttebandager og medicinsk beklædning til stomi/brok, udviklet og produceret efter specialmål – for ultimativ komfort!

etogarments

stomibandager.dk

Eto Garments ApS • Bredgade 16 • 5592 Ejby • +45 64 46 13 30
sales@eto-garments.com • eto-garments.com



COPA Bornholm

Lokalformand: Inge Skovgaard Petersen,
Storegade 15 D, 3700 Rønne
Tlf.: 3028 6530
ingeskovgaard@live.dk

Kommende arrangementer COPA Bornholm: Kontakt venligst lokalformanden.



COPA Frederiksborg

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

Har du lyst til at have indflydelse på aktiviteter i din lokalforening og tage del i bestyrelsesarbejdet?

Vi skal sikre os, at vores lokalforening kan fungere mange år endnu, og det er ved at være tid til fornyelse med yngre eller nye kræfter i bestyrelsen. Som bestyrelsesmedlem i vores forening vil du opleve et godt og hyggeligt samarbejde. Vi har ikke mere end fire årlige møder, hvor vi drøfter nye tiltag og planlægger foreningens arbejde. Har du lyst til at være med, er du meget velkommen til at kontakte mig for at høre nærmere.

Venlig hilsen Gisela Schjøtt, tlf. 47 33 44 34.

Kommende arrangement

Generalforsamling 18. marts

Frederiksborg Lokalforening afholder generalforsamling lørdag den 18. marts 2017 fra kl. 13.00 til kl. 17.00. Hvis man ønsker at deltage i spisningen, er tilmelding nødvendig.

Ligesom de andre år er lokalforeningen sponsor for frokosten. Hvis man ikke ønsker at deltage i denne, kan man bare møde op kl. 14.00, hvor selve generalforsamlingen begynder.

Generalforsamlingen afholdes i overensstemmelse med vedtægternes §18, stk. 4.

I år skal der vælges:

Formand og to bestyrelsesmedlemmer samt en revisor og en revisorsuppleant.

Er der nogen, der ønsker at stille op til nogle af de nævnte poster, kan man meddele dette til den nuværende bestyrelse, eller man kan stille op til valget på selve generalforsamlingen. Den der stiller op til formandsposten skal selv have stomi eller reservoir, ellers er der ingen krav.

Generalforsamlingen finder sted i **Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød**. Bestyrelsen håber på samme tilslutning, som der sædvanligvis er til julearrangementet.

Tilmelding til spisning senest fredag den 10. marts til Karna Jørgensen tlf. 47 17 46 58 eller til Gisela Schjøtt tlf. 47 33 44 34.

Siden sidst

Hyggelig juleafslutning

Foreningen havde en rigtig hyggelig juleafslutning med mange glade medlemmer. Maden var i år fra Ølstykke Kro og den var rigtig lækker. Som sædvanlig blev der også lodtrækning på indgangsbilletten om den flotte "julekurv", som Linda havde lavet i år. Sidste punkt på programmet er det traditionsrige andespil, hvor hovedgevinsten var en dejlig stor and. Der var tre glade personer, der nu vidste, hvad menuen skulle være juleaften. Alle medlemmer i Frederiksborg Lokalforening ønskes et godt nytår, og bestyrelsen håber på stor deltagelse til årets medlemsarrangementer.

P.b.v.

Gisela Schjøtt

Linda overrækker gavekurven til Ingerlise.



At bevare
hudens naturlige
fugtbalance
gør hele forskellen



NYHED - Hollister introducerer CeraPlus

En sund peristomal hud har afgørende betydning for den daglige pleje af din stomi.

Hollister introducerer nu den nye CeraPlus klæber med Remois technology*. Klæberen indeholder ceramid som forekommer naturligt i det yderste hudlag, hvor den hjælper til at forhindre udtørring af huden samt beskytter den mod ydre påvirkninger. Den nye CeraPlus klæber er tilgængelig i de fleste varianter som henholdsvis 1- delts og 2- delts bandage.

Oplev selv den nye CeraPlus klæber eller ring og hør mere ved at kontakte Hollister Danmark på telefon 48 46 51 00 eller send en mail til hollister.dk@hollister.com, eller benyt kuponen herunder.



Hollister Ostomy. **Details Matter.**™



* Remois er en teknologi fra Alcare Co., Ltd.

KLIP

Lille Kongevej 304, 3480 Fredensborg

Ja tak, send mig en gratis vareprøve på den nye CeraPlus klæber

Min stomidiameter: _____ mm

Jeg bruger: ☐ 2-dels flad plade ☐ 2-dels konveks plade
☐ 1-dels lukket pose ☐ 1-dels tømbar pose
☐ Flad plade ☐ Konveks ☐ Soft Konveks

Jeg bruger et stomiprodukt fra: ☐ Hollister ☐ Andet: _____

☐ Kontakt mig gerne for yderligere information om Hollister produkter

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr. _____ By: _____

Email: _____

Telefon: _____



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen



Dansac & Hollister Danmark
+++ 25854 +++
0893 Sjælland USF B



COPA Roskilde / Køge

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

Siden sidst

Julefrokost

Jette bød velkommen og glædede sig igen over den store tilslutning af gamle og nye medlemmer, 45 havde i år tilmeldt sig den årlige julefrokost på Hotel Niels Juel som med sin beliggenhed i Køge havn havde sammensat en buffet der skulle indtages. Der var især rift om de lune fiskefileter som var så populære at der ikke var nok til alle, så kokken måtte stege flere selv om han allerede havde lavet 60 fileter. Så fulgte de lune retter med diverse tilbehør, samt forskellige oste og druer. Herefter var det tid for risalamande. De fire mandler der var placeret i skålene fandt deres ejermænd, som hver vandt et gavekort der igen i år kunne benyttes i Kop og Kande. Før kaffen som blev serveret med to fade fyldt med diverse søde sager, havde alle fået udleveret en bankoplade, der var blevet udfyldt med fem lykkenumre. Gevinsterne var en af de pakker som man skulle medbringe til arrangementet. Igen i år var alle så heldige at vinde en gave, der efter udpakning bragte mere eller mindre lykke. Tjeneren mente at julefrokosten var gået så hurtigt at nogle havde glemt at betale for deres ekstra drikkevarer.

Bestyrelsen var enig om, at det havde været et godt arrangement og ønsker alle

medlemmer
et rigtig
godt nytår.

*P.b.v.
Jørgen
Jensen*



Kommende arrangement

Generalforsamling 5. marts

Generalforsamling søndag den 5. marts 2017

Odd Fellow Palæet, Skolegade 13, 4000 Roskilde

Program:

Kl. 10.45 Vi mødes på Odd Fellow Palæet

Kl. 11.00 Brunch

Kl. 12.00 Generalforsamling

1. Valg af dirigent
2. Formanden fremlægger beretning
3. Kassereren fremlægger revideret regnskab
4. Aktiviteter for det kommende år
5. Behandling af indkomne forslag. Forslag skal være bestyrelsen i hende senest den 23. februar
6. Valg til bestyrelsen for to år
 - a. Ea modtager genvalg
 - b. Marianne modtager genvalg
7. Valg af revisor for et år
8. Valg af revisorsuppleant for et år
9. Eventuelt

Kl. 13.00 Foredrag

Kl. 14.30 Afslutning

Der er mulighed for langtidsparkering på Gustav Wieds Plads, tæt på kirken eller på Odd Fellow Palæet, så længe der plads.

Tilmelding vedrørende deltagelse i brunch til Ea Jensen kan ske **fra mandag den 13. februar til tirsdag den 26. februar** på tlf. 56 87 13 71 eller pr. mail eajeanty@gmail.com med oplysning om navn og tlf.nr.


Odd Fellow Palæet, Skolegade 13, 4000 Roskilde

Kommende arrangement

Sommerarrangement

Sommerarrangement bliver afholdt i uge 23. Nærmere oplysninger følger i næste blad.

Nyt

Ny hjemmeside

Bestyrelsen har nu mulighed for at lægge meddelelser på vores nye hjemmeside.

I skal logge ind på www.copa.dk / klik på "mød andre" / klik på "lokalforeningen" og klik herefter på "Roskilde/Køge".

Her kan du finde oplysninger om evt. kommende arrangementer, ændringer m.m. før de kommer i bladet.

**P.b.v.
Jørgen Jensen**

Bestil dine varer fra Mediq på din mobil

Med den nye app fra Mediq Danmark bliver det nemmere at bestille varer fra iPhone og iPad.

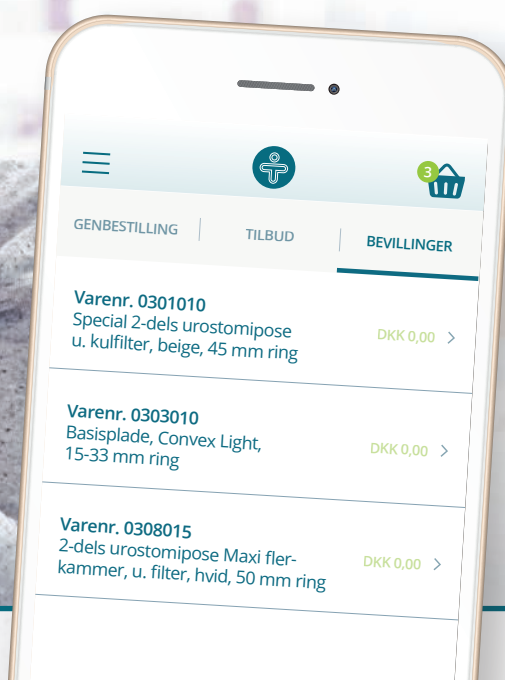
Få påmindelse om genbestilling

Overblik over dine bevillinger

Forbedret ordreflow

App Store

Hent appen i App store gratis, eller scan QR-koden for mere information.


Mediq Danmark A/S, Kornmarksvej 15-19, 2605 Brøndby
Tlf. 3637 9200, www.mediqdanmark.dk



COPA Storstrøm/Lolland / Falster

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

Vi skal nu skrive 2017. Atter er et år gået på hæld, og vi vil derfor ønske alle vore medlemmer et rigtig godt og lykkebringende Nytår.

Siden sidst

Dejligt at se nye medlemmer

Vores sidste arrangement i 2016 var vores julefrokost, som fandt sted i Hollænderhaven i Vordingborg. Her havde vi en rigtig hyggelig sammenkomst, med lækker mad, gode sange og et flot lotterispil. Der var mange fine præmier og vi sender vore sponsorer en stor tak.

Det var rigtig dejligt at se nye medlemmer, der med det samme faldt ind og fik snakken i gang. Aftaler om samkørsel faldt på plads, så vi håber på flere deltagere næste gang.

Kommende arrangement

Generalforsamling 11. marts

Det første arrangement i det nye år bliver generalforsamling for medlemmer og støttemedlemmer.

Det bliver lørdag d. 11. marts 2017 kl. 12.00 på kursus ejendommen **Smålandshavet, Alleen 1 i Karrebæksminde**.

Der vil blive serveret frokost kl. 12.00 - hvorefter vi går over til generalforsamling, og slutter af med et lille bankospil. **Tilmelding** er nødvendig **til frokosten - senest onsdag d. 1. marts 2017** på tlf. 40 42 30 44 eller 59 50 82 43.

P.b.v. Helle Westergaard



COPA Vestsjælland

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

Kære medlemmer

Rigtig godt nytår.

Vi fik afholdt vores årlige julefrokost, desværre med nogle afbud pga. sygdom, håber I er blevet raske samt, at I alle alligevel har haft en god jul og godt nytår.

Vores kasserer måtte meddele mig, at hun desværre er blevet langtidssyg og derfor ikke kan varetage sin post som kasserer. Jeg har derfor været nødt til, at indkalde til generalforsamling noget før end planlagt. Lige efter generalforsamlingen vil der blive afholdt et kort bestyrelsesmøde for at få konstituere den nye bestyrelse.

Bestyrelsen har længe diskuteret hvad vi kan gøre for de af vore medlemmer som har en udfordring når vi skal på tur, da det for nogle kan være en udfordring, at skulle gå for langt. Den udfordring har vi været så heldige at kunne løse nu, hvor vi har modtaget 50.000 kr. fra en Fond. Løsningen gik ud på både at kunne transportere en person uden det skulle være besværligt, at få den med i bussen, da der som regel ikke er så højt i de opbevaringsrum en bus har. Så er det jo utrolig dejligt, at der er en der har sklerose og som både flyver, køre med bus og tog, der satte sig det mål, at det skulle være nemt, at kunne bevæge sig rund på samme måde som alle andre mennesker gør det. Han opfandt en mini- el-scooter som er på størrelse på en kuffert og ikke nok med det. Den er blevet godkendt til at kunne tages med i fly, bus og tog. Der er lavet et EU godkendt certifikat, så den er godkendt til at medbringes i fly, bus og tog.

Den er blevet afprøvet af medlemmer af bestyrelsen for at sikker, den kunne holde til forskellige vægtklasser samt forskellige højder og længder på personer. Der var ingen der havde problemer med at køre den. Den officielle pris er lige omkring 30.000 kr. på styk. Men med lidt forhandlingstaktik fik vi 2 styk. for 50.000 kr. og på den måde, overholder vi



Fondens betingelser. Jeg skal på vegne af hele bestyrelsen takke Fondation JUCHUM bestyrelsen samt advokat Niels E. Valdal for, at have tilgodeset COPA-Vestsjællands ønske om støtte til formålet med at få de af vore medlemmer, der er udfordret - med på tur, m.m.

Jeg vil på vegne af COPA-Vestsjælland, sende et takkekort til Fondation Juchum bestyrelse og advokat Niels E. Valdal, hvori jeg takker for, at have tilgodeset vores lokalforening med 50.000 kr.

P.b.v. Eddy Tersløse

OBS

Angående generalforsamlingen d. 6. april 2017:

Generalforsamlingen er aflyst denne dato, der indkaldes i stedet til generalforsamling

torsdag d. 26. januar 2017 fra kl. 18 til 22.

Af hensyn til madbestilling er der bindende tilmelding til den del. Hvis man kun ønsker, at deltage i selve generalforsamlingen er der ingen tilmeldingspligt og det er fra kl. 19. Fra kl. 18 til 19 vil vi få en præsentation af firmaet, hvor vi har indkøbt de 2 scooter.

Generalforsamlingen starter kl. 20

Kommende arrangement

Generalforsamling 26. januar

Hermed indkaldes til generalforsamling i COPA-Vestsjælland torsdag d. 26. januar 2017 kl. 18.00 til ca. 22 i

Vommevad Forsamlingshus, Søstrupvej 82, 4420 Regstrup.

Dagsorden

1. Valg af dirigent.
2. Valg af referent.
3. Godkendelse af dagsorden.
4. Optælling af stemmeberettigede.
5. Valg af stemmetællere.
6. Formandens beretning.
7. Regnskab og budget til godkendelse.
8. Aktivitetsplan for det kommende år.
9. Indkomne forslag. Senest 8 dage før til formanden.
10. Valg til bestyrelsen ifølge COPA's vedtægter.
 - a. Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer for 2 år
 - b. Valg af 1 suppleant for 2 år.
 - c. Valg af 1 suppleant for 2 år.
 - d. Valg af revisor for 1 år.
 - e. Valg af revisor suppleant for 1 år.
11. Eventuelt.

Forslag der ønskes behandlet under punkt 9, skal sendes til lokalformanden Eddy Tersløse, Rolighedsvej 15, 4571 Grevinge eller på e-mail: e.t@mail123.dk senest 8 dage før generalforsamlingen afholdes.

Til generalforsamlingen kan der stemmes ved fuldmagt. Hvert medlem må medbringe 1 fuldmagt.

Tilmelding med hensyn til at deltage i **spisning** **senest søndag d. 22. januar 2017** til:

• Jan Nielsen på tlf. 29 45 40 08 eller pr. mail:

ASLJ47@mail.dk

• Vinni Tersløse på tlf. 71 78 42 50

eller pr. mail: morsrodolfo@gmail.com

P.b.v. Eddy Tersløse



COPA Fyn

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

Kommende arrangement

Generalforsamling COPA Fyn

Du indkaldes hermed til generalforsamling søndag den 12. februar. kl. 16.00 i Hjallese Forsamlingshus, Hjallesegade 31, 5260 Odense S.

Foreningen er vært ved den efterfølgende spisning, tilmelding til spisning hos: Poul E. Andersen
tlf. 66158512
mob: 30114296 eller e-mail: ipea@webspeed.dk

Sidste frist for tilmelding til spisning er mandag den 6-2-2017 kl. 20.00.

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Beretning v/ formanden
3. Regnskab v/ kasseren.
4. Aktivitetsplan.
5. Indkomne forslag.
6. Valg af bestyrelse.

På valg er:
Formand. Poul E. Andersen.
Bestyrelsesmedlem Jørgen Rasmussen.
Bestyrelsesmedlem Kirsten Kristiansen.
7. Valg af suppleant.

På valg er: Anna Kirstine Haugaard.
8. Valg af revisor.

På valg er: Dorte Hansen
Valg af revisorsuppleant.
På valg er: Vagn Madsen.
9. Eventuelt.

Indkomne forslag skal være formanden i hænde senest 8 dage før mødet.

Siden sidst

Dejlig julefrokost med 58 deltagere

Julefrokosten blev igen i år en succes. Vi var samlet 58 til dejlig mad i Hjallese forsamlingshus. Der var alt hvad der hører til en julefrokost. Der blev serveret ris a la mande, hvor der blev uddelt mandelgaver, vi sluttede af med kaffe og lidt sødt.

Bestyrelsen vil gerne ønske alle vores medlemmer en rigtig glædelig jul samt et godt nytår. Glæder os til gode stunder i 2017.

*P.b.v.
Kirsten Kristiansen*





COPA Sydøstjylland

Lokalformand: Hanne Westergaard, Konsul Jensensgade 16, 2.th., 8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086 E-mail: h.westergaard@stofanet.dk

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

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

Håber alle har haft en rigtig glædelig jul og I ønskes et forrygende nytår hvor jeres lokalforening har følgende arrangementer i 2017 som forhåbentlig kan være til interesse for jer.

Kommende arrangement

Tøj til stomister og foredrag

Kom til et spændende tøjshow og andet

- lørdag den 11 marts kl. 14.00

Sct. Jørgensgård, kirkesalen
Hospitalsgade 4
6000 Kolding

Det sker 2017

Der vil blive vist tøj fra forskellige firmaer - tøj specielt for stomister. Jørgen Selling Rasmussen vil fortælle om kriterier for tilbagelæggelse af stomi.

Der vil blive serveret kaffe og brød, hvorfor vi gerne vil

have en **tilmelding senest den 1. marts.**

tilmelding til Hanne på tlf 75641086 eller

mail h.westergaard@stofanet.dk

Kommende arrangement

Sommerudflugt 24. juni

Sommerudflugten

den 24. juni går til

Korsbæk på Bakken

Vi har valgt at tage til

Sjælland så det bliver en

lidt længere tur i år.



Der vil blive opsamling:

- Horsens ved banegården kl. 7.00
- Hedensted ved servicestationen på Vejlevej kl. 17.20
- Vejle ved banegården kl. 7.45
- Kolding ved banegården kl. 8.15
- Fredericia ved banegården kl. 8.45.

Det sker 2017

Vi opfordrer til, at man kommer i god tid, da bussen kører på de opgivne tidspunkter.

Der vil blive et stop i Middelfart, hvor vi vil få kaffe og

rundstykker. I Korsbæk skal vi spise på Postgården kl. 13.00 og der vil være rundvisning kl. 15.30.

Herefter går turen hjem mod Jylland. På hjemturen vil der være sandwich.

Turen koster for medlemmer 250 kr. for ikke medlemmer 500 kr. Derudover skal man selv betale drikkevarer til maden på Postgården.

Der kan købes drikkevarer i bussen på turen over og hjem.

Tilmelding kan ske til Gunnar Munck Jørgensen på tlf.: 75 64 75 20 eller mail: gmj.int@mail.dk

Samtidig med tilmelding skal betales et depositum på 100 kr. det kan indsætte på konto:

Reg.4727 konto 5385619660.

Tilmelding er IKKE gyldig før indbetaling er registreret.

Der skal være **tilmelding senest den 01.03.2017**, da vi skal betale allerede i marts for det antal, der personer er tilmeldt. Der er plads til 52 personer i bussen, og det er først til mølle der er gældende og kun for medlemmer af COPA Sydøstjyllands Lokalforening.

Aktivitetsplan for 2017

COPA Sydøstjylland Lokalforening

Det sker 2017

- **11.03.17** Fremvisning af tøj for stomister samt kriterier for tilbagelæggelse af stomi.
- **24.06.17** Sommerudflugt til Korsbæk på Bakken.
- **September** Dato kommer senere.
Tur til Kræftens Bekæmpelse i Vejle; kørselv tur.
- **25.11.17** Generalforsamling og julefrokost i Horsens.

P.b.v. Hanne Westergaard

Siden sidst

Generalforsamling

Den 19. november 2016 afholdt vi generalforsamling i Bygningen i Vejle. Vi var 40 tilmeldte. Vores formand Hanne Westergaard startede med at byde velkommen og vi valgte tidligere stomisygeplejerske på Horsens Sygehus – Kirsten Bach – til dirigent. Et arbejde hun udførte til UG med kryds og slange.

Så aflagde Hanne Westergaard beretning om de ting der er sket i vor forening siden sidste generalforsamling og det var ikke så lidt: 'ConvaTec-arrangement' • 'National Frivilligdag i Horsens gamle fængsel med ca. 300 gæster' • 'Regionsmesterskabet i SOSU-skills 2016'

- 'Præsentation af COPA Ungdoms Stomiguide.dk på Hvidovre Sygehus' • 'Rådgiverweekend'
- 'Kursus i administration af det nye copa.dk'.

Beretningen blev godkendt med klapsalver.

Så kom turen til økonomien og godkendelse af regnskabet. Bestyrelsen vil arbejde for at få



bragt formuen ned da den er alt for stor til en forening som vores. Revisor Preben Meyer Petersen uddybede regnskabet med oplysningen om at hvert bestyrelsesmedlem får 500 kroner om året for at varetage deres post. Det gælder også suppleanterne. Derudover får værten for det enkelte bestyrelsesmøde 200 kroner.

Efter fremlæggelse af økonomien var turen kommet til en præsentation af næste års arrangementer som er følgende:

11. marts 2017 vil der blive afholdt forårsarrangement i **Kirkesalen, Hospitalsgade 4, 6000 Kolding**.

Sommerudflugten går til forlystelsesparken Bakken med rundvisning og frokost i "Korsbæk". Udflugten finder sted lørdag den 24. juni. Da foreningen skal betale depositum til stedet vil vi være nødt til at opkræve et depositum på 100, ved tilmelding. Sidste frist for indbetaling/tilmelding og kontonummeret hvortil indbetalingen skal ske vil fremgå andetsteds i bladet.

Efterårsarrangementet bliver en tur til Kræftens Bekæmpelses Hus i Vejle. Datoen er endnu ikke fastsat men bliver sandsynligvis en fredag i september. Huset har ikke åbent i weekenden så derfor bliver det en fredag.

Næste års generalforsamling/julefrokost afholdes lørdag den 25. november. I 2017 skal den afholdes i Horsens.

Vi vil informere yderligere om de enkelte arrangementer i COPA-bladene efterhånden som deres afholdelse nærmer sig.

Der var ikke indkommet nogle forslag til årets generalforsamling.

Valg af bestyrelsesmedlemmer, -suppleanter, revisor og revisorsuppleant var næste punkt på dagsordenen. Resultatet af valgene blev:

Til bestyrelsen: Grethe Petersen. Lone Nørtoft Ravn. Grith Roldsgaard.

Suppleanter: Bente Jensen. Jørgen Kragh Jørgensen.

Revisor: Preben Meyer Petersen.

Revisorsuppleant: Kirsten Pedersen.

Ud af bestyrelsen trådte Niels Jørgen Dixen og Eli Bie Andersen efter eget ønske. Det samme var tilfældet for revisorsuppleant Børge Fanth som heller ikke ønskede genvalg.

Under punktet "Eventuelt" fortalte Hanne bl.a. at størrelsen på foreningens formue skyldes salg af smykker. Bl.a. er de 350 kæder vi for nogle år siden fik lavet udsolgt. Det kniber til gengæld med at få udsolgt vores andel af armbåndene.

Derudover har vi søgt og fået nogle tilskud. Bl.a. til vort madarrangement i Fredericia. Der var desværre ikke særlig stor tilslutning hertil trods mails sendt direkte til alle COPA-medlemmer i Fredericia Kommune, da det var dem, der havde fortrinsret.

Vi håber på større tilslutning til fremtidens arrangementer.

Kirsten Bach fortalte om SMILfonden. Den er stiftet af tidligere håndboldspiller og TV-vært Sisse Fisker som også er fondens bestyrelsesformand. Foreningen er "til for at sprede smil hos børn i behandling på danske hospitaler" (kilde: <https://www.smilfonden.dk/om-smilfonden>).

De er p.t. i gang med at samle gaver og oplevelser ind til en fest på Skejby Sygehus for disse børn.

Vores landsformand Henning Granslev nåede lige forbi generalforsamlingen og fortalte om den succes vor nye hjemmeside stomiguiden.dk har fået: 2 unge stomister var i Go'aften Danmark på åbningsdagen og der var også en af de unge i Aftenshowet på DR1. Derudover har Henning givet interview i Radio 24/7 og Jakob Nossell var i TV torsdag før generalforsamlingen (17/11).

Den nye hjemmeside er kommet op at køre og hver lokalforening har fået en side, hvorpå de kan lægge oplysninger om foreningens aktiviteter.

Indtil næste generalforsamling skal vi arbejde for at udbrede kendskabet til stomi.

Kirsten lukkede generalforsamlingen kl. 11:52 hvorefter der var julefrokost og underholdning ved en tryllekunstner som også uddelte gaver til os.

Da julefrokosten og den efterfølgende kaffe var indtaget satte den nye bestyrelse sig sammen og konstituerede sig som følger:

Hanne Westergaard:	Formand
Grethe Petersen:	Næstformand
Gunnar Munch Jørgensen:	Kasserer
Grith Roldskov:	Hjemmeside- og Facebookansvarlig.
Lone Nørtoft Ravn:	Referent/sekretær.
Jørgen Krag Jørgensen:	Suppleant.
Bente Jensen:	Suppleant.

P.b.v. Lone Nørtoft Ravn





COPA Gl. Viborg amt

Lokalformand:
Knud Fauerby, Hagenstrupparken 34, 8860 Ulstrup
Tlf.: 5046 8434

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

Siden sidst

Fantastisk eftermiddag med 30 deltagere Så blev det tid til årets julefrokost.

Årets julefrokost blev afholdt på den skønne Hjarbæk kro, der ligger helt ud til den smukke Hjarbæk fjord. Her mødte 30 lokalmedlemmer og landsformanden op til en fantastisk eftermiddag, men masser af snak og masser af hygge i flotte omgivelser.

Vi startede med en fantastisk julebuffet, hvor der absolut ikke manglede noget.

Efter vi havde spist os mætte i alle juleretterne, havde Povl Jørgensen lavet en quiz om lokalområdet. Vi fik udleveret en "tipskupon" med 13 spørgsmål. Da spørgsmålene, var meget lokale, lykkedes det kun 3 personer at opnå 9 rigtige, hvilket udløste flotte præmier.

Efter quizen, fortalte landsformand Henning Granslev om COPA, og om de aktiviteter og tiltag der foregår i COPA lige nu.

Efter landsformandens indlæg, var det tid til amerikansk lotteri, kaffe og kage. Vi havde 25 gevinster, hvor ca. halvdelen var sponsoreret fra lokale virksomheder, og resten var flotte juledekorationer, der var lavet af Tove Nystrup Larsen. Så en stor tak til Tove for det store arbejde.

Vi hyggede os resten af eftermiddagen med snak og hyggeligt samvær og sagde farvel efter en dejlig dag.



Kommende arrangement

Generalforsamling 4. marts

Husk at sætte X i kalenderen den 04.03.2017, hvor vi afholder vores lokale generalforsamling. Nærmere vil blive udsendt. Hvis man ønsker indbydelser m.v. via e-mail, kan man tilmelde sig på fauerby@pc.dk. Husk at skrive navn og adresse i mailen.

P.b.v. Knud Fauerby



COPA Søndersjylland

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

Åben rådgivning 2017 Sygehus Søndersjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede

Mandag d. 6. februar	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 3. april	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 12. juni	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 7. august	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 2. oktober	kl. 10.00 til 13.00
Mandag d. 4. december	kl. 10.00 til 13.00

Uden for denne tid vil der altid være mulighed for at ringe til:
Lokalformand Christa Jensen tlf. 7447 3370
COPAs sekretariat tlf. 5767 3525.

Anne Lise Hansen
tlf. 2961 2776 • achansen@webspeed.dk

Siden sidst

Super julefrokost på Røde-Kro

Nu nærmer julen sig og den mørke tid er over os. Året rinder ud og vi tager fat på et nyt. Julekomsammen er altid hyggeligt, julestemning har vores medlemmer, når de kommer.

Julefrokosten, der blev serveret på Røde-Kro var bare super, alle blev mætte og klar til banko. Pakkerne blev hurtigt bragt til de forskellige borde, nogen skraber jo en del pakker sammen. Tak til alle som medbragte en pakke denne eftermiddag - en rigtig hyggelig dag. Tak til alle medlemmer som bakker op omkring vores arrangementer. Vi ses.



Kommende arrangement

Generalforsamling 8. marts

COPA Søndersjylland holder generalforsamling på Røde-Kro onsdag d. 8. marts 2017 kl. 18.00

Dagsorden:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kassereren fremlægger regnskab
4. Aktiviteter 2016
5. Indkomne forslag
6. Valg til bestyrelsen
 - a. Formand Christa Jensen, 2 år
 - b. Kasserer Günther Hansen, 2 år
 - c. Valg af suppleant Bjørn Klausen, 1 år
 - d. Valg af revisor Hans Phillipsen, 1 år
 - e. Valg af revisorsuppleant Lorenz Lorenzen, 1 år

Forslag der skal behandles på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest 8 dage før afholdelse, dvs. **senest d. 1. marts 2017.**

Alle medlemmer/støttemedlemmer er velkommen til spisning kl. 18.00.

Efter middagen afholder vi generalforsamling kl. 19.00.

Alle COPA Søndersjyllands medlemmer kan deltage i selve generalforsamlingen uden tilmelding.

På besøg kommer en repræsentant, der fortæller om hud- og stompleje.

Tilmelding til spisning senest d. 3. marts 2017 til:

Carl Christian – tlf. 74 72 39 81

Christa – tlf. 74 47 33 70 / 41 57 33 70.

Alle ønskes godt nytår P.b.v. Christa Jensen



COPA Sydvestjylland

Lokalformand:

Anette Larsen,

Bryndumvej 200, Bryndum, 6715 Esbjerg N

Tlf.: 2785 5978 (bedst hverdage efter kl. 14.00).

E-mail: s.a@bbsyd.dk

Siden sidst

Juleafslutning i COPA

I lighed med tidligere år afholdt COPA julefrokost på restaurant Sydvesten på havnen i Esbjerg.

Mange forventningsfulde gæster - 44 i alt - mødte i god tid torsdag den 24. november. Hver gæst medbragte en pakke som skulle bruges i "pakkeleg".

Som sædvanlig var der dækket flot op, og et stort bord var tæt besat med lækre retter, som alle hurtigt gik i gang med.

Da den værste sult var stillet, var der underholdning af Ole Pedersen, som fortalte små sjove historier samt underholdte os med sang og guitarspil.

Vi fik rørt sang- og lattermusklerne godt og grundigt.

Aftenen gik videre med pakkeleg, og her var der også højt humør, alle morede sig godt.

Aftenen sluttede af med ost og ris ala mande, som satte punktum for en virkelig god og festlig aften.

P.b.v. Anette Larsen



COPA Urostomigruppen

Vestdanmark:

Anne Lise Hansen, Gåskærgade 17 B, 1.tv., 6100 Haderslev

Tlf.: 7452 0091 / 2961 2776 E-mail: achansen@webspeed.dk

Østdanmark:

Kirsten Cederlund, Bymarken 4 D, st.tv., 4000 Roskilde Tlf.: 2093 2159 E-mail: kacederlund@webspeed.dk

Siden sidst

Frivillighedsdag 2016

3. november blev alle patientforeninger inviteret til at stille en stand op i forhallen på sygehuset i Sønderborg. Hvor der blev lagt op til en god og værdifuld dag (de frivillige skaber en helt særlig værdi for patienterne med deres støtte og omsorg).

Der kom 15 foreninger. Jeg var der for Urostomigruppen Vestdanmark COPA.

Der kom mange forskellige forbi til en snak - blandt andre sygehusets personale.

Jeg havde 2 rådgivninger.

Venlig hilsen Anne Lise Hansen





COPA Familiær Adenomatøs Polypose

Gruppens repræsentant
og kontaktperson Vestdanmark:

Susanne Jakobsen,
Elsdyrvej 15, Strandhuse 6000 Kolding

Tlf.: 2165 9460 E-mail: susanne.elsdyrvej@gmail.com

Kontaktperson Østdanmark: Vakant



Så skriver vi 2017 og FAP-gruppen ønsker alle medlemmer et godt nytår. Der er i skrivende stund ikke planlagt nogle arrangementer, men det er hensigten, at der bliver et arrangement i efteråret. FAP-gruppen tager gerne imod forslag. Så har du en ide til et arrangement halvdags, heldags eller over en weekend, kan du skrive en mail til susanne.elsdyrvej@gmail.com eller et brev til Stomiforeningen

COPA med att. FAP-gruppen.

Har I for øvrigt set vores nye hjemmeside.

Til nye FAP-medlemmer vil jeg også gøre opmærksom på vores gruppe på Facebook. Den hedder COPA FAP. Vi glæder os også til at møde dig der.



Mød FAP
på Facebook.

På FAP-gruppens vegne Susanne Jakobsen



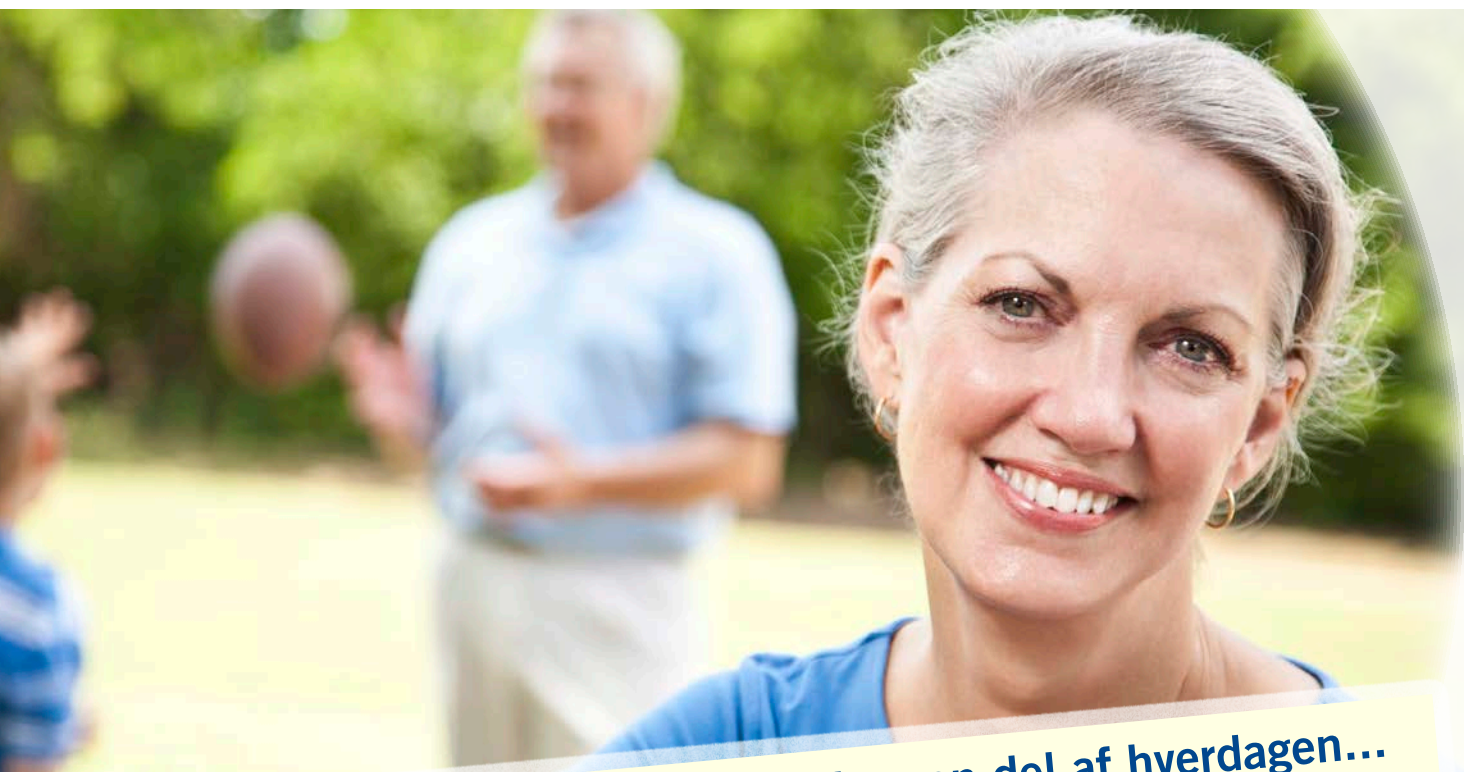
COPA Ungdom

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

Ida Engblom, Stærevej 16, 1.tv., 2400 København NV

Tlf.: 5136 3063 E-mail: ida.j.engblom@gmail.com

Kommende arrangementer COPA Ungdom: Kontakt venligst Ida Engblom.



ONEMED

www.onemed.dk • 86 109 109

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

Faglig indsigt - menneskeligt fokus

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

Vi kender produkterne, og vi forstår den virkelighed, der er din hverdag.

Derfor kan vi tilbyde dig det, du har brug for - oprigtig opmærksomhed og fleksibel rådgivning.



COPA Midt/Vestjylland

Lokalformand:

Lars Elvig,

Banegårdspladsen 4A ^{4. dør 1}, 7400 Herning

Tlf.: 2052 1771 E-mail: elvig@privat.dk

Siden sidst

Hyggelig aften

Lørdag den 19. november havde COPA Midt/Vestjylland julefrokost på Westergaards Hotel i Videbæk.

Det var en rigtig hyggelig aften med specialiteter fra Vestjylland. Fisk fra Hvide Sande, and og kød fra Borris og Økogårdene og grønkål og kartofler fra Kloster.

Der var pakkespil og alle fik lidt motion med at hente pakker hos hinanden.

Kommende arrangement

Generalforsamling 7. marts

Generalforsamling den 07.03.2017 kl. 18.00 hos

Kirstine Hardam, Måbjerg Skolevej 46-48. Holstebro

Aftenen starter med indlæg ved stomisygeplejeske Iben Frellesvig og Uffe Hardam om nye produkter.

Dagsorden ifølge vedtægter.

1. Valg af dirigent.
2. Formandens beretning.
3. Kassererens fremlæggelse af regnskab.
4. Behandling af indkomne forslag.
5. Valg til bestyrelsen
På valg er: Gunnar Andersen, Berg, Kristian Kjeldgaard
Berg ønsker ikke genvalg.
6. Valg af suppleanter. På valg er:
Ulla Andersen og Jonna Hedegaard
7. Valg af revisor: Elin Bødker
9. Valg af revisorsuppleant. Helle Aagaard
10. Eventuelt.

Efter generalforsamlingen er Kirstine Hardam vært ved lidt mad, øl og vand.

Tilmelding til spisning:

Gunnar Andersen **senest den 26-02-2017.**

mail: gua@youmail.dk • telefon 97427376 eller mobil 20522743.

P.b.v.

Ulla Andersen



COPA Aarhus

Lokalformand: Gitte Heide, Engdraget 29A, 8381 Tilst

Tlf.: 2778 2894 (bedst efter kl. 16.30) E-mail: copa_aarhus@icloud.com

Rådgivning på Aarhus Sygehus THG

indgang 1 A, 2. Sal

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

Mulighed for en samtale med en ligestillet.

Torsdag	12. januar	16 - 17.30
Torsdag	26. januar	16 - 17.30
Torsdag	09. februar	16 - 17.30
Torsdag	23. februar	16 - 17.30
Torsdag	09. marts	16 - 17.30
Torsdag	23. marts	16 - 17.30

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

Bestyrelsesarbejde i COPA Aarhus - er det noget for dig?

Siden sidste års generalforsamling er der desværre sket 2 frafald i bestyrelsen, dels på grund af flytning og dels på grund af sygdom. Vi er således kun Eivind, Niels og Gitte i bestyrelsen, og det er alt for lidt til at udføre bestyrelsesarbejdet tilfredsstillende. Desuden har Eivind meddelt, at han ønsker at udtræde af bestyrelsen efter den kommende generalforsamling. Det er derfor meget vigtigt, at der er nogen, som ønsker at gøre et aktiv indsats som bestyrelsesmedlem. Der gøres opmærksom på, at bestyrelsen ikke kan fortsætte, hvis det ikke lykkes at få valgt et tilstrækkeligt antal bestyrelsesmedlemmer.

Ligger der en ildsjæl gemt i dig, og vil du være med til at forme retningen for COPA Aarhus Lokalforening i bestyrelse?

Stomiposer til Ukraine

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

sesarbejde, så vil vi rigtig herne høre fra dig. Som bestyrelsesmedlem vil du opleve at vi har et super godt samarbejde. Vi mødes ca. 4x årligt og drøfter foreningens arbejde og lægger planer for fremtiden.

Du behøver ikke selv være stomi-opereret, men dog pårørende for at du kan komme med.

Hvis du gerne vil med i bestyrelsen og lave frivilligt arbejde, til glæde og gavn for mange, så ring til mig og lad os få en snak om det. Jeg glæder mig til at høre fra dig.

Med venlig hilsen Gitte Heide

Mail: copa_aarhus@icloud.dk Telf: 2778 2894 efter kl. 17.

Kommende arrangement

Generalforsamling 7. marts

Der afholdes generalforsamling den 7. marts 2017 kl. 17.30 på **Huset Trøjborg lokale 1.4, Kirkegårdsvej 53, 8000 Aarhus C**
Aftenens program er:

17.30 Generalforsamling

18.15 Foreningen er vært ved et lettere traktament

19.15 Indlæg ved diætist Mette Borre med emnet:

"Spis godt livet igennem også med en stomi"

Mette Borre er klinisk diætist på Aarhus Universitetshospital på en afdeling, der beskæftiger sig med sygdomme i mave-tarm-kanalen. Mette vil i sit foredrag fortælle om de vigtigste principper for hvad man skal spise, når man lever med en stomi uanset om outputtet er normalt eller stort og komme

ind på, hvad der er vigtigt for at holde en god væskebalance med en stomi. Desuden vil Mette fortælle om, hvad der er godt at spise ved nedsat appetit og efter en operation, og hvordan vi med stigende alder kan sørge for at få de rigtige næringsstoffer, så vi kan få en god hverdag med et højt funktionsniveau hele livet. Mette er forfatter og medforfatter til en række lærebøger om ernæring og har for nyligt udgivet en helt ny bog med titlen: "Rigtig god fordøjelse".

20.00 Spørgsmål til diatist Mette Borre.

20.15 Kaffe og indlæg ved en af vore samarbejdspartnere, der er leverandør. Hvem der bliver er ikke afklaret endnu.

21.00 Tak for i aften.

Af hensyn til **traktementet** beder vi om din **tilmelding senest den 1.3.2017** på mail til foreningens formand Gitte Heide på: copa_aarhus@icloud.dk eller telefon 2778 2894 efter kl. 17.

Siden sidst

God svømmeaften

Svømmeaftenen i dette efterår var d. 27. sept. Vi var 14 friske badende, som mødtes i badeanstalten Spanien i Aarhus her iblandt 2 nye ansigter – dejligt at se jer. Vi nød alle vandet, nogle svømmede baner og andre sad i boblebadet eller ved massagedyserne i det lave bassin, senere blev nogle af os varmet godt igennem i saunaen. Pyt med om man kan svømme eller ej, for man kan altid bare nyde velværen i de gode faciliteter i svømmehallen. Nyvaskede, glade og sultne gik vi til Restaurant Flammen og nød den store buffet med 17 forskellige slags kød og 50 forskelligt slags tilbehør.

Går man som stomiopereret og gerne vil til at svømme igen, men ved ikke rigtig om man skal vise sig i en svømmehal med pose på, er sådan en aften sammen med COPA-lokalforeningen i Aarhus et godt sted at begynde. Der er altid rådgivere med til at støtte efter behov.

Her i COPA Aarhus Lokalforening har vi 2 årlige svømmeaftener – én i foråret og én i efteråret. De bliver altid annonceret både i medlemsbladet og på hjemmesiden. Så hold øje. Der er begrænset deltagerantal, derfor er det først til mølleprincippet. Medlemmer som er nye stomister eller bare ikke har været med før har 1. prioritet. Eneste krav er et medlemskab af COPA. Der er en egenbetaling på 50 kr ellers står COPA for resten både svømmebad og restaurantbesøg.

Signe Hachenberger

Siden sidst

Hyggelig eftermiddag

Juleafslutning på Folkestedet 26. november fra 13.00 til 18.00. COPA Aarhus vil gerne sige tak til dem som deltog i juleafslutningen på Folkestedet den 26. november. Vi havde en hyggelig eftermiddag med julehygge og dejlig mad og pakkespil. Vi vil også gerne takke Jeppe fra Hammel som sørgede for at vi fik musik til julesangene.

P.b.v. Gitte Heide

Randersgruppen Stomi og hudproblemer

Tirsdag den 31. januar Husk den 31. januar der kommer vores stomisygeplejerske Dorte Volten og fortæller om især hudproblemer. Det er i lokale 3 på Randers Sundhedscenter, Thors Bakke kl. 19.

Vi serverer kaffe/te og kage.

Meld jer gerne til på tlf. nummer 22 16 21 40 eller mail kirsten.gjorup.hansen@gmail.com

Siden sidst

Julefrokost i Randersgruppen. Den 29. november holdt vi i Randersklubben en dejlig julefrokost. Vi bød velkommen til en nyopereret.

Vi nød maden, snakkede og spillede pakkespil.

Jeg vil sige tak for året der er gået, jeg føler vi har god støtte i hinanden, og der er plads til flere.

Godt nytår til jer alle.

Kirsten Gjorup Hansen

Aarhusklubben

Jeg håber, at I alle er kommet godt igennem julen og ind i det nye år. Første arrangement i 2017 er generalforsamlingen, der i år ikke afholdes på Folkestedet. Se andetsteds på siden.

Aarhusklubben mødes som sædvanligt den 2. onsdag i måneden. Første gang bliver

onsdag den 8. marts kl.14-16 på Folkestedet.

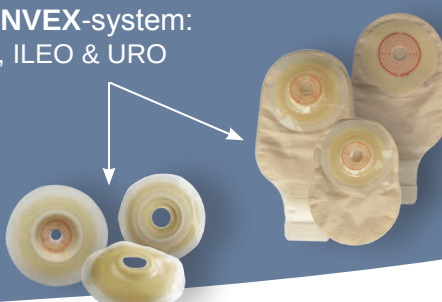
I april ligger mødet dog allerede **onsdag den 5.** på grund af påsken.

Venlig hilsen Merethe Jastram Knudsen tlf. 2818 8928

Kontakt os
for rådgivning
og STOMOCUR-
prøver

STOMOCUR – et bredt sortiment
„også til dig med individuelle behov“

Soft CONVEX-system:
COLO, ILEO & URO





COPA Nordjylland

Lokalformand:

Bjarne Baarup, Vester Altan 42, 9500 Hobro

Tlf.: 2143 3018 bjarnebaarup@gmail.com
Yderligere kontaktperson: Kim Sass Lund, Foldageren 5, 9400 Nørresundby Tlf.: 2211 3331

Siden sidst

Julefrokost med 29 deltagere

Søndag den 4. december mødtes 29 medlemmer fra COPA Nordjylland til julefrokost, som denne gang blev afholdt på "Hotel Søparken Aabybro". Efter vi havde spist en dejlig frokost, sang vi nogle julesange, deriblandt nogle nye og sjove sange, og Bjarne læste nogle historier. Imens vi spiste Ris á l'amande med kirsebærsauce, viste Flemming Schuler fra B. Braun deres stomiprodukter, blandt andet et nyt irrigationssæt med elektrisk pumpe, som gør irrigation nemmere. Pumpen kan tages med overalt og kan stå, hvor man ønsker det; fylder ikke mere end en stor toilettaske.

Derefter gik vi i gang med vores pakkespil, som i år var med terninger, og det så ud som en succes. Der var ikke meget stilhed under spillet, som der plejer at være.

Så kom tiden, hvor vi skulle have kaffe og småkager, som Flemming fra B. Braun havde sponseret. Efter vi havde ønsket hinanden en glædelig jul, drog vi hver til sit sidst på eftermiddagen.

P.b.v. Bjarne Baarup


Kommende arrangement

Bowlingaften 3. marts

I år bliver vores bowlingaften afholdt fredag den 3. marts 2017 kl. 17.00. Vi spiller som sædvanlig i **Løvvang Bowling Center, Løvbakken 8, 9400 Nørresundby kl. 17.30 - 18.30.**

Også denne gang er der:

- Velkomstdrink • Lækker buffet • 1 times bowling • Skoleje • Chipskurve under bowlingen • Scoreudskrift fra alle baner • Guldkegle til vinderen.

Pris for medlemmer/støttemedlemmer 150 kr. og for ikke-medlemmer 230 kr. Drikkevarer er for egen regning, dog ikke velkomstdrinken.

Tilmelding senest søndag den 27. februar til: Jørgen Dresfeldt på tlf. 4050 0990 eller på dresfeldt@webspeed.dk

P.b.v. Bjarne Baarup

Transport

Du kan køre selv eller tage toget til Nyborg Banegård.

Vi sørger for fællestransport fra Nyborg Banegård til REHPA og retur. Fællestransporten er gratis.

For yderligere oplysninger se www.rehpa.dk.

REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

Rehabiliteringsforløb 1. halvår 2017

Overnatning

Du bliver indlogeret på
Hotel Nyborg Strand
Østervej 2
5800 Nyborg
telefon 6531 3131

Rehabiliteringsindsats

Rehabiliteringen foregår på
REHPA Videncenter for Rehabilitering og Palliation:
OUH Sygehusenheden i Nyborg
Vestergade 17
5800 Nyborg

Telefon 3057 1059
rehpa@rsyd.dk
www.rehpa.dk



Et tilbud målrettet til dig, som er eller har været ramt af kræft og har brug for hjælp til at komme igang igen



Uge nr.	Dato	Dato for opfølgning
04	mandag til fredag den 23. - 27. januar 2017	onsdag og torsdag den 26. - 27. april 2017
06	mandag til fredag den 6. - 10. februar 2017	onsdag og torsdag den 10. - 11. maj 2017
10	mandag til fredag den 6. - 10. marts 2017	tirsdag og onsdag den 6. - 7. juni 2017

REHPA

Videncenter for
Rehabilitering og Palliation

Sæt dit liv i bevægelse

Overnatning

Du bliver indlogeret på
Hotel Nyborg Strand
Østervej 2
5800 Nyborg
telefon 6531 3131

Rehabiliteringsindsats

Rehabiliteringen foregår på
REHPA Videncenter for Rehabilitering og Palliation:
OUH Sygehusenheden i Nyborg
Vestergade 17
5800 Nyborg

Telefon 3057 1059
rehpa@rsyd.dk
www.rehpa.dk



Et tilbud målrettet til dig, som er ramt af kræft og har brug for hjælp til at håndtere hverdagen med eller efter en kræftdiagnose.





COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:

Morten Holmgaard, Amaliehaven 20, 7080 Børkop

Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966 E-mail: holmgaard@hotmail.com

Forkælelse og fordybelse på Klarskovgård

Af: Christina og Peter H. Gregersen, medlemmer

af Familiegruppen under COPA og deltagere på weekenden

Det er blevet efterår. Blæsten rusker godt i både Storebæltsbro samt træerne der smukt omslutter vejen til Klarskovgård i Korsør. Det er tid til at mødes med andre familier i Familiegruppen under COPA. Tid til forkælelse, vidensdeling og undervisning.

Endelig er det fredag i uge 41, og den fantastiske årlige familieweekend ligger forude. Tre dage fyldt med gode oplevelser og inspiration for store og små, voksne og børn der har tilknytning til Familiegruppen under COPA. En weekend alle i vores lille familie har set frem til længe.

Der er familier med fra hele landet, og nogle har længere transporttid end andre. Der er fælles velkomst og derefter dejlig aftensmad. Aftenen går med indkvartering på hotelværelserne, rystesammen-aktiviteter og hygge på tværs af aldre og familier. Kendetegnet for disse familieweekender, er en afslappet stemning hvor der er plads til alle.

Lørdag starter med en skøn morgenbuffet, hvorefter de unge der skal på tur til "Go-high" tager afsted. Go-high er en klatrepark hvor der klatres i træer i forskellige klartrebaner. Det blev en rigtig god tur og de unge bliver udfordret i deres klatreevner.

Mens de store børn er afsted på "Go-high" er lege- og krearummet åben for de mindste. Her er de fantastiske børnepassere, som leger og laver kreative fantasifulde ting sammen med børnene.

Alle børnene er optaget af leg på forskellig måde, og de voksne læner sig tilrette i kælderen og modtage undervisning fra Laila Felicia Vester Nielsen, pædagog i CFBB Ellehøj i Vejle, mor til en søn der kæmper med angst og med stor indsigt i mindfulness. Hun fortæller om mindfulness og hvordan det kan hjælpe i dagligdagen. Hun deler hendes erfaringer og hvordan mindfulness kan være et brugbart redskab i en svær tid og i dagligdagen. Vi er alle med i Familiegruppen under COPA, fordi vi har udfordringer med forskellige problematikker ifht. "drillemaver", som vi kalder det i vores familie. Derfor er det inspirerende og lærerigt at få brugbar undervisning, der giver konkrete handlingsmuligheder til dagligdagen.

Om aftenen er der festaften med "Halloween" tema, super lækker mad, børnedrinks, klovnen "Trampolina" underholder og der er diskotek for fuld udblæsning. Alle børn og danseglatte voksne får rørt sig og der er masser af præmier til de forskellige vindere i dansekurrencerne. Knæklys i massevis svinger rundt i børnenes hænder og lyser lokalene op. Bordene bugner af snacks, så tænderne løber i vand. Det er endnu en hyggelig og festlig aften med smil, latter og snakke om stort og småt.

Søndag starter også med et lækkert morgenmåltid i hotellets restaurant. Hvorefter der bliver vist to forskellige film i to lokaler, der er lavet om til biograf 1 og 2 for børnene. Børnene nyder at købe billetter, æsker med popcorn og en pose slik, med deres legepenge, som de fik da vi ankom. En fremragende måde at starte en søndag morgen på, ovenpå en festlig lørdag aften.

Imens bliver den årlige generalforsamling afholdt og forskellige informationer fra organisationen COPA givet videre.

Efter en lækker middagsbuffet takker de forskellige familier af og siger på gensyn til næste arrangement i Forældregruppen.

Det er dejligt og inspirerende at mødes med andre familier der står i en situation som vi kan genkende. De kender også de udfordringer, der kan være ved at have et barn med en kronisk handicap i maven. Gode erfaringer og ideer udveksles. Det er en weekend som er givende for alle i familien. Der er altid plads til flere familier på weekenden, og vi ser allerede frem til næste år. ■



Forældregruppen inviterer på forårstur 17.-19. marts

Vi gentager succesen fra sidste forår, hvor turen gik til "Jump A Lot" lidt uden for Rødekro. Stedet havde plads til os, der var aktiviteter for de mindste, plads til de større – og ja... os voksne hyggede os også gevaldigt. Alt i alt - et dejligt sted med god plads til hygge og leg. Det ligger tæt på motorvejen, så derfor nemt at komme til.

Som altid er der ikke planlagt program på turen, så der vil være tid til samvær, snakke, lege i legelandet, gå ture, tage en tur over grænsen eller andet sted hvis man har lyst.

Vi skal selv lave mad og rydde op, så som tidligere, hjælpes vi ad med at få mad og div. andre ting ordnet. Vi planlægger at sende en "det har vi brug for hjælp til" seddel rundt efter sidste tilmelding -så kan I se hvad der er i "udbud... og I kan melde jer til på de forskellige opgaver.

Har man specielle ønsker eller sidder I med noget, i tænker der kan bidrage til turen ... alt lige fra mad til underholdning så kontakt meget gerne Ditte Henriksen, som er tovholder på turen (kontaktinfo nederst på siden).

Dato 17.-19. marts 2017 ankomst fredag fra kl.16.00

og vi skal være ude af værelserne søndag kl. 10.00

Tilmelding senest 12. februar 2017.

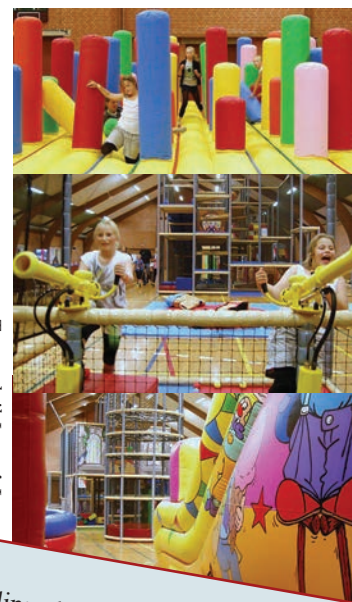
Tilmelding sådan:

1. Send mail med angivelse af medlemsnummer, navne på alle deltagere og børnenes alder til sekretariatet@copa.dk
2. Overfør egenbetalingen via bankoverførsel til COPA: Regnr. 4955 Konto nr. 0007090331. Husk at påføre medlemets navn og medlemsnummer i bemærkningsfeltet.
Egenbetaling pr. deltager.
0-3 år gratis.
4-12 år 75 kr. pr. pers.
< 13 år 100 kr. pr. pers.

Vi håber at se mange gamle som nye familier til en hyggelig weekend.

På styregruppens vegne Ditte Henriksen

Spørgsmål m.m.: Kontakt Ditte på tlf: 29928813 eller mail: Ditte-henriksen@live.dk



Huskeseddel

- Medbring sengelinned til jer alle.
- Medbring en klud og et viskestykke pr. familie.
- Vi sørger for drikkevarer til maden. Øvrige drikkevarer medbringes selv.
- Hvis der er behov for decideret specialkost, skal I påregne at medbringe selv.

Stomiforeningen COPA har fået en ny og mere moderne hjemmeside, som vi tror og håber på, at alle blive tilfredse og glade for. Adressen er stadigvæk www.copa.dk

Den nye hjemmeside bliver stadig "finpudset". Så skulle du opleve nogle fejl eller mangler, er du meget velkommen til at skrive til webmaster@copa.dk



Gaver og arv (Bogført 11/10- 22/11 2016)



Lene Madsen.....	1000,00 kr.
Ina Vilby.....	200,00 kr.

Hvis du ønsker at give et gavebidrag kan du lave en bankoverførsel til reg.nr.: 4955, kontonr.: 7090331. Skriv venligst i kommentarfeltet til overførslen, at det er en gave og oplys dit CPR nummer, hvis du ønsker fradrag. (Forudsætter at foreningen årligt modtager 100 gavebidrag a kr. 200,- eller mere).

COPA takker på det hjerteligste.

Læs mere www.copa.dk

**Fagligt Selskab
for sygeplejersker
i stomiplejen**

På hjemmesiden www.dsr.dk/fs22 kan du finde en opdateret oversigt over alle stomiklinikker i Danmark.

Kontaktperson til COPA er
Gerd Friis Bille gerd.friis.bille.01@regionh.dk

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

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

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Frederiksborg

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

Bornholm

Inge Skovgaard Petersen
Storegade 15 D
3700 Rønne
Tlf.: 3028 6530

Roskilde/Køge

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 6063 0747

Storstrøm/Lolland Falster

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

Fyn

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

Sydøstjylland

Hanne Westergaard *)
Konsul Jensensgade 16 ^{2.th.}
8700 Horsens
Tlf.: 7564 1086

Sønderjylland

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

Sydvestjylland

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

Midt/Vestjylland

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

Gl. Viborg amt

Knud Fauerby
Hagenstrupparken 34
8860 Ulstrup
Tlf.: 5046 8434

Aarhus

Gitte Heide
Engdraget 29A
8381 Tilst
Tlf.: 2778 2894
(bedst efter 16.30)

Nordjylland

Bjarne Baarup
Vester Altan 42
9500 Hobro
Tlf.: 2143 3018

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

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

Forældregruppen

Morten Holmgaard
Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966

Ungdom

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

Urostromigruppen

Vestdanmark:

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

Østdanmark:

Kirsten Cederlund
Bymarken 4 D, st.tv.
4000 Roskilde
Tlf.: 2093 2159

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

