

STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951



I dette blad kan man bl.a. læse:

Tag med på COPA-weekend
.....se side 4.

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

Så blev det endeligt forår – dog med startproblemer efter blot et par dage med solskin i starten af april. Nu er det tid til at nyde synet af den lysegrønne farve på træerne og alle blomsterne, der titter frem af jorden. Selvfølgelig er der også noget havearbejde, der skal klares. Det kan være en udfordring, men til gengæld giver det afbrænding af kalorier og en naturlig træthed

i kroppen. Der skal selvfølgelig være tid til pauser under arbejdet. Så kan man nyde en kold øl, noget kaffe og måske lidt sødt. Kroppen skal jo have noget energi for at klare arbejdet?

Gentagelsen fra 2017 med et sommerophold på hotel i Aalborg, blev også i år fint modtaget af COPA medlemmerne. Alle pladserne er nu besat. Da der altid kommer et par afbud, skal det ikke afholde nogen fra at tilmelde sig.

Ibladet er der et tilbud den 24.- 26. august med et weekendophold på Hotel Søpark i Maribo. Her har COPA tidligere afholdt et meget vellykket sommerophold.

På hjemmesiden "Stomiguiden" vil der blive lagt historie med de unges ønsker om moderne tøj til stomiopererede. De unge med stomi vil også have tilbud om køb af noget "lækert" og måske tilmed også lidt sexet lingerie og noget smart dagligdags tøj.

Jacob Nossell og Sophie Due har sammen med Anja Westberg lavet 3 videoer til Stomiguiden og beklædning til unge med stomi.

COPA Facebookgruppen vokser stille og roligt hele tiden. Både Facebookgruppen og COPA hjemmesiden bliver nu også ofte brugt som en efterlysningsplatform for studerende, der har projekter og opgaver om stomi, m.m.

Tak til alle jer, der har bidraget med hjælp til de studerende.

Der har i år været flere møder om kommende udbud af stomihjælpemidler. Stomiforeningen COPA prøver altid at få den bedst mulige løsning med stomiopereredes ønsker til en god leverandøraftale. Det skal være muligt, at alle kan få deres behov dækket med det bedst egnede stomihjælpemiddel til den enkeltes behov.

Der er også positive nyheder. Forældregruppen i COPA har modtaget en stor donation på 235.000 kr. fra Støtteforeningen Bingo Banko, Fredericia. Formand i gruppen, Morten Holmgaard modtog donationen i Fredericia 2. påskedag. COPA Forældregruppen har i flere år modtaget flotte donationer fra Støtteforeningen. Den økonomiske støtte er med til at tilbyde gode og indholdsrigt arrangementer for både børn og forældre.

Landsforeningen har modtaget en arv på 165.000 kr. fra et medlem, der i et testamente havde fået indskrevet, at COPA skulle arve 2/12 af afdødes formue.

Tak til alle der hjælper vores projekt med at indsamle stomihjælpemidler til vores venner i Ukraine. Nu kan der igen snart sendes mange kasser til Ukraine. I er alle med til at gøre en kæmpe forskel, så livet og dagligdagen bliver meget lettere for mange stomiopererede i Odessa området.

Der bliver i år afholdt en temadag for urostomiopererede. Sæt kryds i kalenderen lørdag den 29. september. Der kommer mere information i Copa-bladet.

Lige nu arbejdes der på at få lavet de sidste aftaler til afholdelsen af Verdens Stomidag i Odense lørdag den 6. oktober.

Ibladet har mange lokalforeninger et tilbud om en udflugt ud i det dejlige danske sommerland. Husk, det er tilladt at tilmelde sig til et arrangement i en anden lokalforening.

Sommertiden nærmer sig med festivals rundt i landet. KB Lokalforeningen i Skanderborg og Stomiforeningen COPA er i et samarbejde med Skanderborg Festival i gang med at lave en fælles information om adgang til handicaptoiletterne ved de mange festivals rundt i hele landet.

Når opslaget er færdigt, bliver det lagt på COPA hjemmesiden og på Facebook. Stomiopererede skal kunne fremvise et Stomikort for at kunne låne en toiletnøgle (det koster et depositum).

Husk at nyde foråret og de ekstra fridage, der kommer i de næste måneder. Vi har kun fået et liv, så husk at nyde det i fulde drag, når og hvis det er muligt.

Stor varm forårshilsen, Henning Granslev

MobilePay til COPA

Da der har været flere forespørgsler om en nem og nutidig mulighed for at kunne give et tilskud til Stomiforeningen COPA, er der nu oprettet et nummer til overførsel af betaling via MobilePay.



Indsamlingsnævnet har givet tilladelsen. Der er oplyst i ansøgningen at støtten er til bl.a. udvikling af hjemmesiden Stomiguiden. **MobilePay nummeret er 67873.**

På forhånd tak for støtten.

h.g.

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

Det vil 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.

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.

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 sekretariatet. Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som selvstændige påhæftede filer (jpg), **højest 5 MB pr. fil** - (men prøv dig evt. frem); opløsning trykvalitet. Færdige højtopløselige-CMYK-pdf i trykvalitet 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 10/6.

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 10/6.**

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes til mail@copabladet.dk. Andet materiale modtages også - efter aftale. Reprøklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde **senest: 18/6**.

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

Foto forsiden

Reventlow-Museet Pederstrup. Foto akkrediteret Museum Lolland-Falster.

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 3/2018 (maj - juni) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 262].**Indhold:**

Leder (Henning Granslev).....	2
COPA weekendophold 2018 (Hanne Westergaard og Svend Larsen).....	4
Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2017 (Henning Granslev).....	6
COPA regnskab 2017.....	16
Ny viden gør os klogere på cellernes ældning og sundhed.....	18
Mænd glemmer at tjekke huden for tegn på kræft.....	24
Kræft og sukker (Ole Vestergaard).....	25
Flere unge ryger og flere unge er stressede.....	43
Nyt fra lokalforeningerne / grupper.....	26

**COPA-kontingent 2018**

Almindelige medlemmer: 275,-kr. / år. Pensionist- og støttemedlemmer: 175,- kr. / år.
HUSK at melde flytning og overgang til pensionistmedlemskab direkte til COPA's sekretariat.

PLANLAGT OMDELING

Copa-blad 1	januar uge 3
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

Hvis bladet ikke er modtaget i efterfølgende uge, skal man kontakte sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller send en mail til: sekretariatet@copa.dk

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.

COPA weekendophold 2018

fredag den 24. august – søndag 26. august

Hotel Søpark, Vestergade 29, Maribo

Hotel Søpark.



Vil du med til Maribo? Vi skal udforske den vest lollandske muld.

Vi skal bo på:

Hotel Søpark, Vestergade 29, 4930 Maribo

Tilbuddet er for stomi/reservoriopererede og deres ægtefælle/samlever.

Prisen er:

1200 kr pr. deltager i dobbeltværelse.

1750 kr. pr. deltager i enkeltværelse

Betalingen dækker:

Udflugt og entreer lørdag, fortæring fra fredag til søndag frokost.

Fredag

Fredag er der ankomst efter kl. 14.00.

Kl. 17.30 er der kaffe med lidt sødt.

Kl. 19.00 To retters dagens menu, drikkevarer for egen regning.

Kl. 20.30 Kage, kaffe og te.

Lørdag

Morgenmad, frokost på udflugt.

Kl. 19.00 Tre-retters festmenu og

½ flaske husets vin

herefter kaffe/te og sødt.

Søndag

Morgenbuffet.

Kl. 12.00 Frokost.

P.v.a. COPA,

Hanne Westergaard og Svend Larsen

Planlagt program

Fredag den 24.08

Kl. 17.30 vil Dansac/Hollister fortælle om deres produkter.

Kl. 19.00 er der middag. Herefter vil vi igen være sammen med Dansac/Hollister og der vil være mulighed for at stille spørgsmål.

Lørdag den 25. 08

Kl. 09.15 afgår bussen fra hotellet. Vi kører mod Torrig, hvor der vil være rundvisning af Dodekalitten.

Herfra går turen til Reventlow-Museet, hvor vi i parken vil nyde vores frokost.

Så kører vi til den lollandske botanisk have, Peter Hansens Have, hvor vi på egen hånd kan gå rundt og nyde de mange smukke planter.

Så trænger vi vist til en kaffe/te tår. Den vil vi få på restaurant Fjorden, der ligger på Hestehovedet i Nakskov.

Turen går nu tilbage til hotellet, hvor der vil være tid til at slappe af inden aftenens festmåltid.

Efter middagen er der mulighed for at optræde på de skrå brædder, så hvis du har en historie eller andet du kan/vil underholde med, er du meget velkommen til dette. Ellers er der dømt hyggeligt samvær.

Søndag den 26.08

Søndag er du på egen hånd. Der vil være rig lejlighed til at opleve Maribo, gå en lille tur, besøge Domkirken eller tage en times sejltur på Sønder sø, med Anemonen. Kl. 12.00 er der frokost og herefter siger vi tak for denne gang.



Dodekalitten (græsk: Tolvsten) er 12 stenstøtter, hver 7-9 m høje og hver vejende 25- 45 tons, hvor de øverste 2 m er udhugget som hoveder, der alle vender mod centrum i en cirkel med 40 m i diameter.



Tilmelding

COPA weekend den 24. august – 26. august 2018

Hotel Søpark, Maribo

Navn/navne.....

Adresse.....

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

COPA medlemsnummer/numre.....

☐ Enkeltværelse ☐ Dobbeltværelse ☐ Kørestolsbruger Deltager i udflugten lørdag ☐ ja ☐ nej

Kost: ☐ diabetes ☐ vegetar ☐ glutenfri andet.....

Sendes - senest mandag den 18. juni 2018 – i lukket kuvert (gerne kopi): Sekretariatet COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted. Der kan også udfyldes et skema på hjemmesiden – under "Nyt fra COPA". Der sendes besked og girokort til deltagerne i juli måned uge 29.





Forebyg brok, styrk dine mavemusker, få styrken tilbage

Har du stomi – så er dette gratis træningsprogram noget for dig.

”

Jeg anede ikke hvordan jeg skulle styrke min krop og forebygge brok. Det ville have betydet meget for mig, at have haft et program som dette som nyopereret. Heldigvis er det aldrig for sent, og jeg er nu godt i gang med me+ Recovery.

John

Vi tilbyder dig helt gratis at deltage i dette program, som giver dig adgang til:

- Træningsaften med fysioterapeut, som er uddannet me+ Recovery instruktør
- Materialer og online træningsvideoer, så du kan træne videre hjemme
- Hjemmebesøg eller telefonisk kontakt med din egen sygeplejerske, som har stor erfaring i stomi

gratis tilmelding

Tilmeld dig dette program på telefon 4816 7475 eller convatec.danmark@convatec.com

me+ Recovery er et træningsprogram, som er skræddersyet til dig med stomi. Dette genoptræningsprogram er blevet udviklet i samarbejde med stomisygeplejersker, fysioterapeuter, træningsspecialister, kirurger, patienter og andre sundhedspersoner.

Dato	By	Hvor	Tid
28. maj	Odense	Kulturmaskinen, Farvergården 70, 5000 Odense C	kl. 19-21
7. juni	Hillerød	Hotel Hillerød, Milnersvej 41, 3400 Hillerød	kl. 19-21
11. juni	Esbjerg	Esbjerg Bibliotek, Nørregade 19, 6700 Esbjerg	kl. 19-21
6. september	København	Vartov, Farvergade 27, 1463 København K	kl. 19-21
11. september	Århus	Godsbanen, Skovgaardsgade 3, 8000 Århus C	kl. 19-21
27. September	Køge	Teaterbygningen, Bag Haverne 1, 4600 Køge	kl. 19-21
1. oktober	Aalborg	DGI Nordkraft, Teglårdsplads 1, 9000 Ålborg	kl. 14-16
25. oktober	Ringsted	Ringsted bibliotek, Tværalle 1-3, 4100 Ringsted	kl. 15-17

Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2017

Af: Henning Granslev, landsformand

Generelt

Medlemstallet har i mange år været ret stabilt med ca. 3700 medlemmer. Det gælder også for status den 31.12.2017 - dog med et meget lille minus på 12 medlemmer.

I et par år har Stomiforeningen COPA prøvet at være synlig med annoncering i relevante magasiner om sundhed og sygdom. Da det ikke havde den ønskede virkning med herved af nye medlemmer, valgte forretningsudvalget at drosle ned på denne udgift i 2017.

Fremadrettet bliver der kun annonceret, hvor det er absolut relevant, når der i et magasin f. eks. bringes en artikel om noget med relation om stomi.

Der er stadig aftaler om faste annonceringer i et par magasiner, der udgiver blade til foreninger, hvor der er medlemmer, der passer til COPA's målgruppe.

Vores to hjemmesider: Stomiforeningen COPA og Stomiguident bliver flittigt besøgt.

Det er her interesserede får deres viden om alt muligt mellem himmel og jord vedr. livet med stomi. Som forening må vi som mange andre patientforeninger lære at leve med følgende: Nogle ønsker kun



fakta/viden om noget helt bestemt vedr. det at have stomi. De kan sagtens undvære det personlige samvær med andre ligestillede, og ønsker ikke at blive medlem i COPA.

Det ville dog være rart, hvis flere tænkte lidt over, hvad Stomiforeningen gør for dem. Kommer stomihjælpemidlerne helt af sig selv? Ja, det gør de for det meste. Men i enkelte kommuner synes det, at være svært at finde forståelse fra det offentlige om, hvor vigtigt det er for borgeren at have en bevilling til det helt korrekte stomihjælpemiddel efter en individuel vurdering af den enkelte borger. Det er her COPA kommer ind i billedet.

Når kommunerne laver en ny udbudsrunder på levering af stomihjælpemidler, deltager COPA altid, når kommunen/kommunerne inviterer til et møde, hvor vi som patientforening fremlægger vores (medlemmernes) ønsker til en god leverandøraftale.

Vi er medlemmernes talerør overfor myndighederne vedr. dette problem. Altså en slags fagforening. (jeg ved, at alle ikke elsker fagforeninger). Men hvis ingen tog kampen for at stomiopererede kan have et næsten helt normalt liv med posen på maven, hvad så? Så skulle mange kæmpe deres helt egen personlige sag for at få tildelt det rette stomihjælpemiddel.

Derfor ønsker vi selvfølgelig flere medlemmer i Stomiforeningen COPA. Tak til alle jer, der er medlem – mange endda i rigtig mange år – flere siden de fik stomien.

Kræftens Bekæmpelse (KB)

Patientstøtteafdelingen i KB afholder kvartalsmøder for patientforeningerne. Møderne afholdes normalt på hovedkontoret på Strandboulevarden i København. Dog er der altid et møde uden for København. De sidste år har direktøren og formanden for KB

Forkortelser:	
FS	Faglig sammenslutning for sygeplejersker i Stomiplejen
CCF	Colitis Crohn foreningen
DH	Danske Handicaporganisationer
KB	Kræftens Bekæmpelse
NOA	Sammenslutningen af stomiforeninger i Norden
FAP	Familiær Adenomatøs Polypose
EOA	Sammenslutning af stomiforeninger i Europa

deltaget i et af møderne.

Her er det muligt at fremlægge ideer, negative og positive synspunkter til "cheferne" i KB. Alt i en god og sober tone. Vi kan ikke alle 22 foreninger være enige om alt, hvad der sker på Strandboulevarden.

Patientforeningerne bliver altid inviteret med til det årlige KB repræsentantskabsmøde. I 2017 havde flere af foreningerne en bemandet fællestand med information om de mange forskellige tilbud til kræftpatienterne og deres pårørende. Det var en positiv oplevelse, så det gentages også i de kommende år. Mange af de lokale kræftfrivillige får ved samme lejlighed mulighed for at mødes med repræsentanter fra patientforeningerne.

En nyhed er også, at til et af møderne, hvor repræsentantskabet i KB mødes, inviteres alle patientforeningerne. Her kan alle også fremlægge ønsker til kommende års KB aktiviteter.

Stomiforeningen COPA har et meget tæt samarbejde med Tarmkræftforeningen, da vi begge kæmper en fælles sag. Man kan sige, vi næsten er mere end gode venner. Måske kan det ende med et ægteskab, hvis (når) der er enighed om dette i begge foreninger.

Danske Handicaporganisationer (DH)

Et meget vigtigt punkt for alle foreninger, er at have økonomi til årets aktiviteter. Som en del af DH familien får COPA et ret pænt økonomisk tilskud til foreningens drift. I mange år kom tilskuddet i to portioner, et i starten af året og restbeløbet kom i slutningen af året. Men i de sidste år har der været rod i butikken fra Socialstyrelsen, der er ansvarlig for udlodningen af den økonomiske støtte, der kommer fra overskuddet i Tips-Lotto.

Heldigvis har COPA en sund økonomi og har klaret driften uden problemer. Men mange små foreninger har i et par år oplevet at stå næsten uden driftsmidler i starten af et nyt regnskabsår.

Nu skulle det problem være løst. Der er indgået en aftale om de næste års tildeling fra Tips-Lotto.

COPA vil årligt blive tildelt ca. 1.200.000 kr.

På DH repræsentantskabsmødet fremlagde Forretningsudvalget i DH en plan for de kommende års arbejde. Der er rigtig mange opgaver forude. Næsten for mange. Men som der blev sagt: Ja, vi har en plan med mange udfordringer, og alle opgaver bliver ikke nået lige hurtigt. Så det er fint med en stor plan, hvor vi kan afkrydse flere opgaver, der trods alt bliver løst.

Vi har vel selv hjemme, mere eller mindre, en "lille krukke" med sedler på opgaver. Nogle løses hurtigt og andre tager lidt mere tid, men er dermed ikke helt glemt.

Nogle udfordringer for DH er stadig at få tilskud til dækning af merudgifterne til tandbehandling ved kroniske mave/tarmsygdomme. Og det uendelige problem: hvordan kan man pludselig blive rask, når man bliver 65 eller 67 år. Det personlige handicaptillæg bortfalder ved den aldersgrænse. Nu må politikerne snart vågne op og erkende, at sådan er virkeligheden altså ikke.

(Fortsætter side 8)



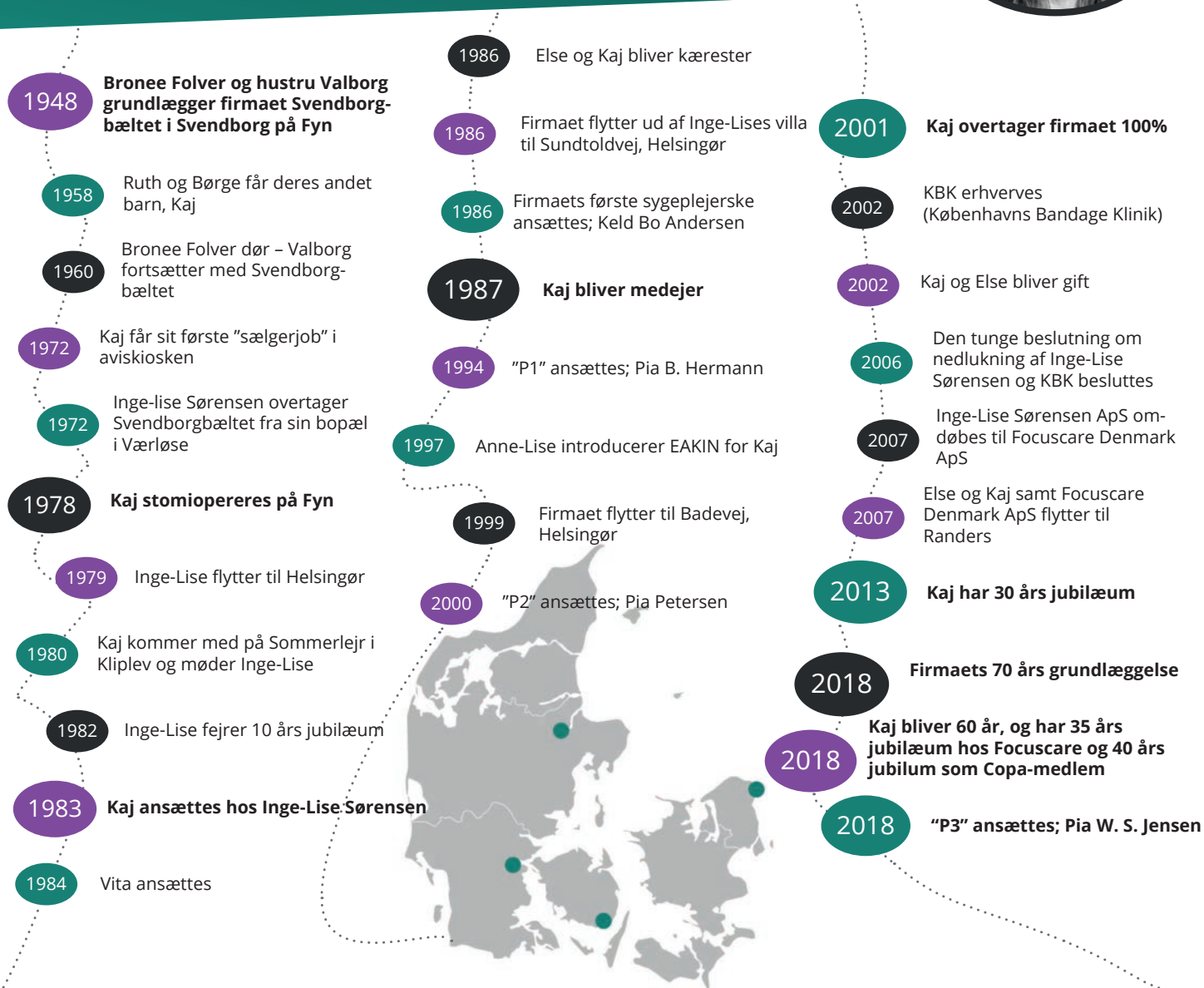
Focuscare



Vi inviterer brugere, kunder,
forretningsforbindelser og venner af huset

3 x jubilæum og 60 år fødselsdag

Fredag den 25. maj 2018 fra kl. 12-15
Sct. Peders Gade 38, Randers (i garagen)



Vi byder på lidt godt til både ganen og halsen, derfor ønskes tilmelding på else@focuscare.dk senest 17. maj

Gaver frabedes - der vil i stedet være muligt at støtte en donation (absolut ingen forpligtigelse),
der offentliggøres på dagen cirka kl. 14.00

Årsberetning 2017, fortsat:

Faglig selskab for sygeplejersker i stomiplejen (FS)

Det årlige fællesmøde mellem FS, CCF og COPA blev i 2017 arrangeret af CCF på deres sekretariat i Odense. På møderne, der holdes i en god og rigtig hyggelig stemning, udveksler vi informationer om årets gang i foreningerne.

Landskursus for stomisygeplejersker



I dagene den 1.-2. november deltog Hanne Westergaard, Helle Westergaard og landsformand i FS landskurset, der blev afholdt i Horsens. Her er det en god mulighed for at pleje sit netværk med repræsentanterne fra alle producenterne.

Oplæggene var denne gang bl.a. begrebet rehabilitering – information om Stomi app én (den findes også på COPA hjemmesiden), optimering af kvaliteten i patientforløbet på tværs af sektorer – et stigende antal personer med kroniske lidelser. Rapporten om ”Værdien af et bredt udvalg af stomihjælpemidler” blev præsenteret. Et forholdsvis nyt koncept: Telemedicin var også med i programmet. Det bliver helt sikkert mere og mere udbredt, hvor det er muligt. Nye virtuelle platforme som bl.a. Stomiguide fik en god præsentation fremført af Jacob Nossell. Sophie Due Rasmussen holdt oplæg om mentorrollen for andre unge på Facebook.

Det er altid meget givende at deltage i FS landskurserne. Man har altid nyt med hjem i bagagen, det kan bl.a. være om behandlinger, hjælpemidler eller at finde tilbage til dagligdagen efter en svær tid.

Et meget positiv tiltag er, at flere og flere kommuner sender medarbejdere fra deres sundhedssektor med på kurserne, både sagsbehandlere og fra hjemmeplejen. De kan på kurset se de mange stomiprodukter, der kan vælges mellem. Og ved samme lejlighed kan de også få information og pjecer om COPA.

Nordisk komitemøde i Finland (NOA)

I dagene den 31. marts til den 2. april var de nordiske stomiforeninger samlet til komitemøde i Helsingfors i Finland. Fra Danmark deltog Ida Engblom og Grith Roldsgaard og landsformanden.



Arrangementet starter altid fredag aften med aftenmenu og samvær inden det officielle møde.

Punkterne på lørdagens møde var bl.a. om et ”fællesproblem” for stomiopererede. I alle lande prøver det offentlige at finde besparelser på udgifterne til stomihjælpemidlerne. Her må foreningerne kæmpe de stomiopereredes sag om ret til frit valg af produkt efter en individuel og personlig vurdering.

I mange lande har der været en debat om patientforeningerne er økonomisk uafhængige af medicinalindustrien. Det er i Danmark ”tilladt” at modtage økonomisk støtte op til 5% af foreningens årlige omsætning. I COPA har vi intet problem med at overholde denne grænse.

Stomiforeningernes samarbejde med hospitalerne var også et emne til debat. Stomisygeplejerske Erika Uski fra sygehuset i

Turku fortalte om sit samarbejde med den finske stomiforening Finlco.

Det var meget positivt. Samarbejdet er heldigvis rigtig fint på langt de fleste sygehuse i alle de nordiske lande. Men, man må ikke glemme, at patientforeninger desværre ikke ønskes som en sparringspartner på enkelte sygehuse.

Søndag formiddag var der fra alle lande en informationsrunde om deres aktiviteter, fremtidsplaner, økonomi og samarbejdspartnerne m.m. Fastlæggelse af dato for afholdelse af det ordinære NOA møde 2018 var sidste punkt på mødet, inden frokost og afrejse.

European Ostomy Association (EOA)

Det var planlagt, at EOA mødet 2017 skulle afholdes i Holland. Men da der opstod problemer med kemien mellem værtslandet og EOA komiteen, blev COPA kontaktet, om vi kunne tilbyde at være værtsland for den 15. EOA kongres. Det var både en overraskelse og en ret stor opgave, der ikke var indregnet i COPA's budget for 2017.

Den 10. EOA kongres i 2001 blev også arrangeret i Danmark. Det var i forbindelse med COPA's 50 års fødselsdagsjubileum. Hovedbestyrelsen bakkede op om ”tilbuddet” at COPA skulle arrangere EOA kongressen 2017.

Vi kan som stomiforening være godt tilfredse. Der var deltagere fra 22 lande i Europa og 3 lande i Afrika, ca. 80 personer i alt. Arrangementer blev holdt på Quality Hotel i Høje Taastrup fra torsdag den 5. oktober til søndag den 8. oktober. Torsdag aften var alle samlet til velkomst aftenbuffet. Der var fra start en hyggelig og varm stemning ved alle bordene.

Hele fredag var afsat til oplæg bl.a. velkomst af EOA præsidenten Ria Smeijers. Gabriele Kroboth præsident for stomisygeplejerskerne i Europa fortalte om samarbejde med producenterne af stomihjælpemidler. Per Herlufsen havde et oplæg om irrigation, andre oplæg var om Twinning project i Zimbabwe, COPA filmen, oplæg om stomiopereredes situation i bl.a. Latinamerika.

Fredag aften var afsat til middag og socialt samvær.

Lørdag: Deltagerne var delt i to grupper: Stomisygeplejerske Gerd Friss Bille, Rigshospitalet holdt oplæg om sit arbejde med unge stomiopererede. Vi voksne var til EOA repræsentantskabsmøde. Der skulle aflægges rapporter, fremlægges og godkendes regnskab og budgetforslag. Sidste punkt var valg af personer til pladserne i EOA komiteen de næste 3 år.

Vejret havde været utrolig flot hele ugen, lige til lørdag formiddag, da det begyndte at øsregne.

Æv, vi skulle på sightseeing til København inkl. kanaltur. Heldigvis var båden overdækket, men det var en grå og ret våd tur. Hele arrangementet sluttede med afslutningsmiddag sponseret af Coloplast, Danmark. Også tak til økonomisk støtte fra Salts, Dansac/Hollister, og ConvaTec Europa/ Danmark.

Næste EOA kongres afholdes 2020 ved Gardasøen, Italien. Tiden vil vise om Stomiforeningen COPA også bliver bedt om at holde den 20. EOA kongres, hvem ved? Det må fremtiden vise, men det bliver forhåbentligt ikke aktuelt.

ECET meeting i Berlin

Coloplast have været så venlige at invitere COPA landsformanden med til Berlin som gæst til deltagelse i kongressen for de europæiske stomisygeplejersker.

På kongressen var der masser af mulighed for at høre om, hvorledes situationen er for stomiopererede rundt i Europa vedr.

(Fortsætter side 10)

NY STANDARD



Hvis du ønsker mere information om IryPump® S, kan du kontakte B. Braun kundeservice.

Irrigation med IryPump® S

GIVER OP TIL 48 TIMERS FRIHED

IryPump® S er en elektrisk pumpe, som sætter en helt ny standard for stomiirrigation. Pumpen skal ikke hænges op, den kan stilles og anvendes, hvor det er bejljligt, og den er nem at betjene. Derfor får frihed en helt ny betydning for personer, som irrigerer deres stomi med IryPump® S.

Årsberetning 2017, fortsat:

ret til stomihjælpemidler, hudpleje, konsultation ved en stomisyegeplejerske, og om operationsmetoder og meget andet.

Der er selvfølgelig også tid til at se nyheder af stomihjælpemidler. Alle

producenterne er til stede med store udstillingsstande. Her kan man også ofte møde "gamle" kendte repræsentanter fra tidligere stomiarrangementer afholdt både i Danmark og i Europa. Stor tak til Coloplast for sponsering af hotel og kongresgebyr.



Ukraine

Også i 2017 har COPA indsamlet mange stomihjælpemidler til vores venner i Odessa, Ukraine. I alt er der sendt 7 paller med ca. 140 flyttekasser. De indsamlede stomihjælpemidler er fra kommunernes hjemmepleje, sygehuse, leverandører og borgere, der har skiftet til andet produkt.

Oksana Møller, vores Odessa kontaktperson i Aarhus, har et par gange oversat artikler fra stomiforeningen i Odessa. Når man læser artiklerne gør det et dybt indtryk på en over, hvor taknemlige de er. Jeg er helt sikker på, at vi alle med stomi, har forståelse for, hvor meget denne hjælp betyder, når man ikke får økonomisk tilskud til sine hjælpemidler.

Hjemmesiden COPA

På COPA hjemmesiden er det nu muligt at læse alle COPA medlemsblade, helt tilbage til 1961. Fra de første 10 år i foreningens levetid, er der desværre ingen nyhedsbreve. Der blev kun udgivet ganske få i en dubleret udgave. Det har i mange år været et stort ønske, at alle vores blade kom på hjemmesiden. Det er lykkedes ved hjælp fra et COPA medlem (en tidligere grafiker), der som hobby har at arbejde med PC, scanning og alt muligt med grafik. Det er virkeligt et stort stykke arbejde, der er ydet til gavn for COPA.

Efter lokalforeningerne og interessegrupperne har været på kursus i selv at kunne lægge foto og tekst på deres egen side, er der kommet lidt gang i denne proces. Det er helt op til den enkelte at gøre brug af denne mulighed.

Copa-bladet

Desværre er der stadig få, der ikke modtager deres medlemsblade, der bliver omdelt via Bladkompagniet. Det er træls og irriterende, da man selvfølgelig forventer at få de blade, magasiner og aviser, man har abonnement på.

Jørgen Jensen på foreningens sekretariat fører statistik over manglende leveringer. Der er heldigvis kun en meget lille fejlmargen. Som tidligere oplyst i Copa-bladet, vil medlemmer, der ikke har modtaget Copa-bladet 3 gange, blive overflyttet til omdeling med PostNord.

Rådgiver/foreningskursus

Den sidste weekend i oktober måned afholdes der normalt kursus for frivillige i COPA. I 2017 var det besluttet på et HB møde, at holde et blandet kursus, både om bestyrelsesarbejdet og det at være COPA rådgiver. Kurset blev holdt på Best Western Plus Hotel Fredericia.

Lørdag formiddag startede arrangementet med fremvisning af nye stomihjælpemidler fra alle producenterne. Det er utroligt, der

stadig opfindes nye modeller. Bedst som man tror, nu er den helt perfekte pose kommet til verden, så sker der stadig en udvikling af stomihjælpemidlerne.

Konsulent Gitte Nielsen fra forhandler Kirsten Hardam klarede opgaven til ug, helt uden at være "firmaets mand". Tak. Efter en god frokost var det tid til at gennemgå COPA vedtægterne. Konsulent Torsten Højmark fra Frivilligt Socialt Arbejde i Odense, have fundet de punkter, hvor vores vedtægter kunne trænge til en justering. De var som udgangspunkt ikke dårlige, men ved enkelte punkter kunne der slettes noget og indsættes en mere nutidig tekst. Der var afsat hele eftermiddagen til denne seance, hvor der kom mange gode og nytænkende input fra mange af deltagerne.

Lørdag aften var der efter en super god aftenmenu med diverse tilbehør tid til samvær med nye og "gamle" COPA venner.

Søndagens første oplæg var om High output med ileostomi. Overlæge Christian Lodberg Hvas, afdeling V, Aarhus universitetshospital fortalte om, hvor vigtigt det er, at kroppen får tilført væske ved stort output fra stomien. Mange med ileostomi har gennem mange år haft den opfattelse at, hvis man bare drak vand, var det ok, NEJ, kroppen skal også have salte, en V-blanding: vand, salte, natron og lidt sukker. Opskriften findes på COPA hjemmesiden, under linket til afdeling V, Aarhus Universitetshospital.

Efter kaffepausen skulle vi høre om et populært stof – cannabis – der har været omtalt meget i medierne (især omkring årsskiftet 2017/2018).

Projektleder Nanna Cornelius fra Kræftens Bekæmpelse holdt et levende, alvorlig og spændende oplæg om cannabis. Efter at man i de par sidste år kun har talt om cannabis, så er Kræftens Bekæmpelse nu blevet åben overfor at bruge/teste cannabis som medicin for bl.a. kræft. Hurra for dette fremskridt.

Weekenden sluttede med frokost. Stor tak til hotellet for super god service og forplejning.

Landsarrangementer

Sommerophold



COPA sommerophold

Tilbuddet om sommeropholdet på Comwell Hotel Hvide Hus i Aalborg må betragtes som rimelig populært, da der var 23 på venteliste.

Halvdagsudflugterne var til Nordsømusset i Hirtshals og til Thorup Strand m.m. Skagen var målet for heldagsturen. Her var der tid til at soppe i vandet ved toppen af Danmark. Et besøg på Skagen museum og kaffe m.m. hører også til en rigtig Skagens tur. Og tænk, alle dage med udflugt var der masser af solskin – så der var da lidt sommervejr i 2017. Alt var perfekt denne uge. Hotel, gæsterne, udflugterne, vejret, forplejning og ikke mindst hele hotellets personale.

Weekendophold

Igen i år var Tornøes Hotel Kerteminde, målet for COPA weekenden. Vejret var også her fint til udflugten til bl.a. Nyborg Slot

(Fortsætter side 12)



Brug toilettet - det er helt naturligt

af med stofbetrækket | skyl opsamlingsposen med din afføring ud | færdig |

Med **Aurum Xtra** kan du nu igen bruge toilettet. Træk stofbetrækket af og skyl opsamlingsposen med din afføring ud i toilettet.

Helt væk er posen, lugten, og tanken om den.

Samtidig får du en en-dels lukket pose med en klæber, der indeholder **Manuka Honning**, og du får **Wellands Klæbefjernere** ilagt alle æsker - det betyder, at din hud får de allerbedste betingelser.



Kontakt os i dag og få tilsendt en gratis æske med 30 poser. Så kan du sammenligne med den kolostomipose, du bruger i dag.

Måske bliver du overrasket over, hvor **befriende let og hygiejnisk** det er.

Vi kommer gerne hjem til dig og viser dig, hvordan du gør, og **vi kan hjælpe dig** med at ansøge din kommune om en evt. bevilling.



| post@welland.dk | tlf.: 7584 1332 |

Årsberetning 2017, fortsat:

med rundvisning, videre til Svendborg med M/S Helge på en smuk sejltur rundt i det Sydfynske Øhav. Sidste stop var ved Forsorgshjemmet i Svendborg, hvor vi kunne fornemme lidt af den triste skæbne for de mennesker, der måtte tage til takke med at have bopæl her. Så var det nu godt at komme hjem til et hotel med gode senge og god mad.



Ungdomsgruppens årsberetning for året 2017

NOA

Den 31. marts til d. 2. april 2017 var ungdomsgruppen med i forberedelserne til nordisk møde, der denne gang blev afholdt i Finland, Helsinki. Hotellet var et forhenværende fængsel og opbygningen af hotellet holdt fast i dette.

Om lørdagen d. 1. april havde ungdommen fra de forskellige lande (Island, Norge, Finland og Danmark – Sverige havde kun en repræsentant, og kunne derfor ikke deltage i ungdomsmødet) et særskilt møde omkring ideer til hvad der skulle ske til det ordinære møde til næste år for ungdommen.

Vi snakkede om at temaet skulle være "body image". Da det er det som vi oplever unge har størst fokus på, herunder sexologi, fortrolighed og ændret kropsoptagelse. Der kunne både være forskellige oplæg, diskussioner og gruppeaktiviteter/workshops. Det bliver spændende at se hvad der kommer til at være på det ordinære møde d. 20. - 23. september 2018.

Efter det særskilte møde blev vi samlet igen og hørte et spændende oplæg fra en stomisygeplejerske fra universitetshospitalet i Turku, om deres behandling af stomipatienter – møde med andre stomipatienter.

Deltagelse i Norilcos Ungdomsarrangement

17.-20. august fik vi mulighed for at deltage i Norges Ungdomsarrangement med Norilco. Norge ville stå for hele arrangementet, hvor der ville være en egenbetaling på 1000 dkr. Dette valgte vi at ungdomsgruppen COPA ville betale for vores medlemmer, der var altså mulighed for en 100 % gratis tur til Norge. Desværre skulle der svares hurtigt og der var ingen der var interesseret, så vi måtte melde tilbage, at DK ikke kunne deltage med nogle repræsentanter.

EOA 5. - 8. oktober

EOA mødet skulle være afholdt i Holland, men man blev desværre nødt til at finde et nyt sted at holde det. COPA blev udpeget til at være tovholder, og det blev derved rykket til Danmark. Mødet havde temaet 'Caring – Sharing – Supporting' og der var mange spændende foredrag.

Mødet var også der vi for første gang skulle prøve at have et særskilt ungdomsmøde og derved skulle 20/40 Fokus Group genopstå. Vi havde forskellige foredrag:

Nicolaj Westring Brusendal, fra Danmark omkring at være ung med stomi og om at arbejde som turistguide. Stomisygeplejerske Gerd Friis Bille, fra Rigshospitalet Danmark omkring arbejdet med unge personer før og efter deres operation. Tereza Nagyova fra Tjekkiet, Czech ILCO omkring opstart af Ungdomsgruppen Tjekkiet. Alle foredrag var utrolig spændende og der kom gode debatter om forskellen på de forskellige lande, og hvordan vi kunne blive bedre til at samarbejde på tværs af landegrænser.

Børnepassere ved Forældregruppens familieweekend

13. – 15. oktober havde Forældregruppen foreningsweekend og vi var to fra Ungdomsgruppen der var med som børnepassere.

Ideer efterlyses

Vi i styregruppen gør hvad vi kan for at lave arrangementer, der interesserer og kan hjælpe vores medlemmer. Desværre mangler vi input og forslag til kommende arrangementer eller andre ideer. Vi arbejder alle sammen 100% frivilligt, så vi har brug for jeres indspark. Ideer og forslag kan sendes til copaungdom@gmail.com

På vegne af Styregruppen
Ida Engblom

Forældregruppens aktiviteter 2017

Forårstur i marts

Turens formål: De voksne kan erfaringsdele, hygge og skabe netværker. For "ungerne" er formålet at have rammer og tid for at de skaber nye og vedligeholder "gamle" relationer uden for Familieweekenden.

Aktiviteten blev igen i år holdt i Sønderjylland på "Jump a lot". Det er et gammelt DGI center, hvor der er mulighed for selv at lave egen forplejning.

I alt ca. 60 deltog i turen.

Der er ikke et fastlagt program for turen. Det er til afslapning, netværk, snakke om alt mellem himmel og jord - og vigtigst af alt: Børn og forældre oplever at være i samme båd med andre.

Junior COPA i Pinsen 3. - 5. juni

Ca. 15 juniorer var på tur uden far og mor, men 3 forældre deltog som fælleshjælpere på turen. Opholdet var på en klub i Greve. Her var underholdningen bl.a. en champions league fodbold aften.

Pigerne hyggede sig med at ordne buerne ved klubbens kaminer. I programmet var der også en tur til BonBon-Land i silende regnvej - det var ikke bestilt - og så ellers bare en masse hygge, snak, samvær, fnis og grin.

Familieweekend 13. – 16. oktober

120 personer deltog i det populære arrangement, også denne gang tæt ved Korsør på Klarskovgaard (for 5. år i træk). Underholdningen var bl.a. hospitalsklovn fredag aften og lørdag faglig undervisning for de voksne.

Der var vanen tro masser af aktiviteter; disco, klovn, lasergame. En overraskelse "Lastbiler for børn" kom forbi med 20 store lastbiler. Det var en fed oplevelse for alle, både børn og voksne.

Søndag formiddag kom en fotograf for at fotograferer deltagerne i deres fremstilling af "krops kunst". Deltagerne blev delt op i hold á 8 mand. Grupperne skulle vælge et kendt billede, som vi skulle efterligne med en opstilling af os selv. Ganske sjovt og noget man nemt kan sætte i gang ved andre arrangementer. Super weekend, med snakke, hygge, netværk, og erfaringsdeling. Og fedt, der kommer nye med hvert år.



På gruppens vegne
Morten Holmgård

(Fortsætter side 14)

50% af alle med stomi oplever på et tidspunkt hudproblemer*. Hollisters mål er at hjælpe med at bibeholde en sund peristomal hud fra begyndelsen.

CeraPlus serien - tilsat ceramid

En naturlig del af sund hud



CeraPlus og CeraRing

CeraPlus og CeraRing produkterne fra Hollister er tilsat ceramid, et fedtstof, som forekommer naturligt i det yderste hudlag. Ceramid binder cellerne sammen til en vandtæt og beskyttende barriere, hvilket hjælper til at opretholde hudens naturlige fugtbalance.

Ved at anvende produkter med ceramid holder du huden sund omkring stomien, samtidig med at ceramid kan modvirke kløe og tør hud.

Få mere information på www.hollister.dk eller bestil en vareprøve ved at kontakte kundeservice på tlf.: 4846 5100 eller maile til hollister.dk@hollister.com.

*Ratliff, 2010. Early peristomal skin complications reported by WOC nurses. Journal of Wound, Ostomy & Continence Nursing. 37(5): 505-510

Årsberetning 2017, fortsat:

FAP-beretning

FAP-gruppen var på en hyggelig weekend ved Lübker Golf Resort i starten af november 2017. Arrangementet var planlagt som en kombination mellem socialt samvær og fagligt indslag ved en af vores lægefaglige samarbejdspartnere. Desværre måtte vi aflyse sidstnævnte pga. for få deltagere, hvilket også blev drøftet i gruppen af deltagere den weekend. Hvordan når vi ud til flere FAP-medlemmer, og hvad skal der til for at opnå et større deltagerantal? Vi blev enige om at undersøge muligheder for et en-dagsarrangement i 2018.

Ellers var weekendarrangementet velsignet med rimeligt vejr, godt humør, godt selskab, gode oplevelser og skønt socialt samvær i et sommerhus, hvor der også blev talt meget om vores forskellige oplevelser med FAP.

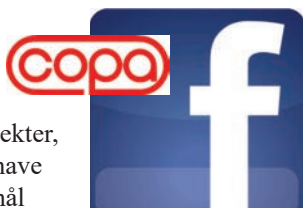
Derudover er der ikke så meget aktivitet eller sket noget nævneværdigt i FAP-gruppen i 2017.

*På gruppens vegne
Susanne Jakobsen*

Facebookgruppen

Gruppen er støt stigende, så der nu er over 1600 medlemmer.

Der har ved flere lejligheder været forespørgsler fra studerende ved projekter, der er stomirelateret. De ville gerne have hjælp til at få besvaret nogle spørgsmål vedr. deres projekt. Her har COPA valgt at være behjælpelig ved at lægge skemaer på COPA Facebookgruppen og/eller på hjemmesiden.



PR materiale

Stomiguiden

Dette projekt har været et meget positivt tiltag, som COPA kan takke Jacob Nossell for blev ført ud i livet. Jacob har fra start været ansvarlig for, at der kommer nye stomi-historier på hjemmesiden. Rigtig mange unge har haft stor glæde af de mange informationer, der er om livet med stomi. Livet går jo ikke i stå efter stomien titter frem på maveskindet. Efter at have været nede i det sorte hul, er det om at kravle op og se fremad. Så går det heldigvis ret godt for de fleste resten af livet.

Stomiguiden er kommet for at blive og Hovedbestyrelsen i COPA har vedtaget, at der fremadrettet afsættes midler til vedligeholdelse af siden.



Kostvejledningen



Klinisk diætist Mette Borre, lever- mave- og tarmafdelingen, Aarhus Universitetshospital har i samarbejde COPA udarbejdet en helt ny kostvejledning for stomiopererede.

Den har fået en positiv modtagelse af medlemmer og ikke mindst af mange sygehuse. Huset Venture har stået for det nye layout. Vores pjecer vil løbende blive opdateret og moderniseret med nyt layout.

Huset Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Der har i 2017 ikke været foretaget de store reparationer af huset. Efterisoleringen i 2016 viser sig allerede nu at have været en god investering. (den var også ret mangelfuld, grænsende til intet et par steder i murværket).

COPA ambassadører

På COPA hovedbestyrelsesmødet 2017 i Ringsted præsenterede Jacob Nossell sidste nyt fra Stomiguiden. Ved samme lejlighed takkede Jacob ja til at være COPA ambassadør. Det er COPA meget taknemlige for. Jacob har lavet et kæmpe PR for COPA, så derfor ønskede COPA, at Jacob skulle fortsætte den gode stil og gå videre op af stigen til trinnet som: COPA ambassadør.



Økonomi

Den største udgift til et enkelt arrangement var som værtsforening af den 15. EOA kongres, der kostede foreningen en udgift på ca. 120.000 kr.

Fremtiden

De største udfordringer er, når der fremover skal laves nye leverandøraftaler til stomihjælpemidler. Udbuddene bliver større og større, da flere kommuner indgår aftaler om fællesindkøb.

Stomiforeningen COPA vil altid kæmpe for, at den enkelte stomiopererede borger bliver bevilget det rette stomihjælpemiddel efter en konkret personlig vurdering.

Der kom i 2017 en ny flot kostvejledning. I 2018 vil det være den gamle kendte COPA brochure med træet, der skal kraftig revideres og trykkes i et lignende layout som kostvejledningen.

Tak til alle, der har bidraget aktivt med oplæg, støttet med annoncering i Copa-bladet, fremvist stomihjælpemidler ved COPA arrangementer rundt om i landet. Der er også en stor takt til alle frivillige i COPA regi, uden jeres hjælp er det svært at holde i gang lokalforeningerne/interessegrupperne.

Tak til jer alle der viser og har interesse for vore forening.

Henning Granslev, landsformand COPA

2018

Landsformand genvalgt

På COPA's hovedbestyrelsesmøde 21. april blev Henning Granslev genvalgt som landsformand.

I forretningsudvalget stoppede Jette Frederiksen (Roskilde/Køge) og Lars Elvig (Midt-/Vestjylland).

COPA's nye forretningsudvalg

- Henning Granslev (landsformand)
- Hanne Westergaard (vicelandsformand)
- Svend Larsen (FU medlem)
- Gisela Schjøtt (FU medlem)
- Bjarne Baarup (FU medlem)
- (Poul Erik Andersen (FU-suppl.)



*Henning Granslev
blev genvalgt som
landsformand .*



NY



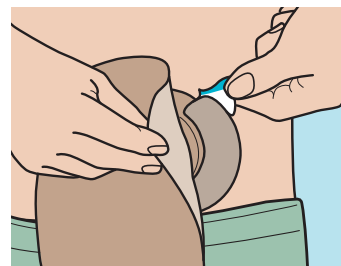
Brava® Elastisk Kantsikring passer til enhver klæberform og kropsfacon

Brava Elastisk Kantsikring er designet til at holde klæberen på plads, samtidig med at den følger kroppens naturlige bevægelser. Elastisk Kantsikring findes i flere former:

-  "Buet" passer til ovale eller runde klæbere.
-  "Buet XL" med større klæberareal.
-  "Rektangulær" passer til firkantede klæbere.
-  "Buet Extra" giver ekstra støtte.

Bestil en vareprøve:
Coloplast Kundeservice
Tlf.: **49 11 12 13**
www.coloplast.to/xlbestil

Sæt direkte på klæberen/huden



Sæt den Elastiske Kantsikring på den ønskede del af klæberen/huden. Undgå at trække i Kantsikringen under påsætning. Aftag derefter det sidste stykke beskyttelsespapir, og glat Kantsikringen ud.



Brava®

COPA REGNSKAB 2017

IND	kr.
Kontingenter.....	574.432
Gaver og arv.....	7.950
Støtte formålsbestemt.....	365.411
Diverse indtægter.....	500
Tips og lotto.....	1.284.447
Deltagerbetaling.....	276.025
Annonceindtægt.....	455.961
INDTÆGTER I ALT.....	2.964.726

UD	
Lønninger og honorarer.....	621.291
Lokaleomkostninger.....	37.422
Copa-bladet.....	475.647
Lejr- og weekendophold.....	783.125
Rådgiveruddannelse/Foreningskursus.....	97.091
Lokalforeninger.....	421.854
Møder og rejser.....	246.223
Administrationsomkostninger.....	220.067
Ukraine.....	40.139
Øvrige omkostninger.....	95.496
Udstillinger, PR incl. legater.....	188.044
OMKOSTNINGER I ALT.....	3.226.399

Resultat før finansielle poster.....	-261.673
Kursregulering og renter af arv.....	47.983
ÅRETS RESULTAT.....	-213.690
Årets resultat fordeles således:	
Overført til overført resultat.....	-213.690
I ALT.....	-213.690

AKTIVER

Anlægsaktiver

Ejendom.....	1.596.907
Kunst.....	20.000
Materielle anlægsaktiver i alt.....	1.616.907
Anlægsaktiver i alt.....	1.616.907

Omsætningsaktiver

Gave, Forældregruppen - bundne midler..	482.836
Arv - bundne midler.....	174.028
Arv 2008, obligationer - bundne midler...	1.522.696
Tilgodehavender.....	54.130
Andre tilgodehavender.....	0
Tilgodehavender i alt.....	2.233.690
Likvide beholdninger.....	656.169
Omsætningsaktiver i alt.....	2.889.859

AKTIVER I ALT.....	4.506.766
---------------------------	------------------

PASSIVER

Egenkapital

Overført resultat.....	2.291.012
Arv og gaver, formålsbestemt.....	2.045.096
Egenkapital i alt.....	4.336.108
Hensatte forpligtelser i alt.....	88.252
Gældsforpligtelser i alt.....	82.406
PASSIVER I ALT.....	4.506.766



COPA møde- og aktivitetsplan resten af 2018

18. - 21. maj	Junior COPA i Forældregruppen
26. - 27. maj	KB repræsentantskabsmøde i Kolding
30. maj	Fællesmøde med FS og CCF
14. - 17. juni	Evt. COPA repræsentanter til Folkemødet på Bornholm
Uge 26	COPA sommerophold i Aalborg
Sommer	Ungdomsarrangementer - Cafebesøg
August	Evt. DHL Stafet i København og Aarhus?
24. - 26. august	COPA weekendophold øst for Storebælt
20. - 23. sept.	NOA møde i Finland
29. september	Urostomimøde vest for Storebælt
6. oktober	Stomidag i Odense
12. - 14. oktober	Familiearrangement i Forældregruppen
27. - 28. oktober	Rådgiver/bestyrelseskursus øst for Storebælt
7. - 8. november	FS Landskursus for stomisygeplejersker afholdes i Korsør
17. november	Aktivitets- og Budgetmøde vest for Storebælt

Der bliver afholdt Temadage for mave/tarmkræft. Stomiforeningen COPA deltager gerne. Hvis der er behov, holdes et ekstra HB møde. Der er også afsat midler til møder i Interessegrupperne.

Forkortelser

FS	Faglig sammenslutning for sygeplejersker i Stomiplejen
CCF	Colitis Crohn Foreningen
DH	Danske Handicaporganisationer
KB	Kræftens Bekæmpelse
NOA	Sammenslutningen af stomiforeninger i Norden

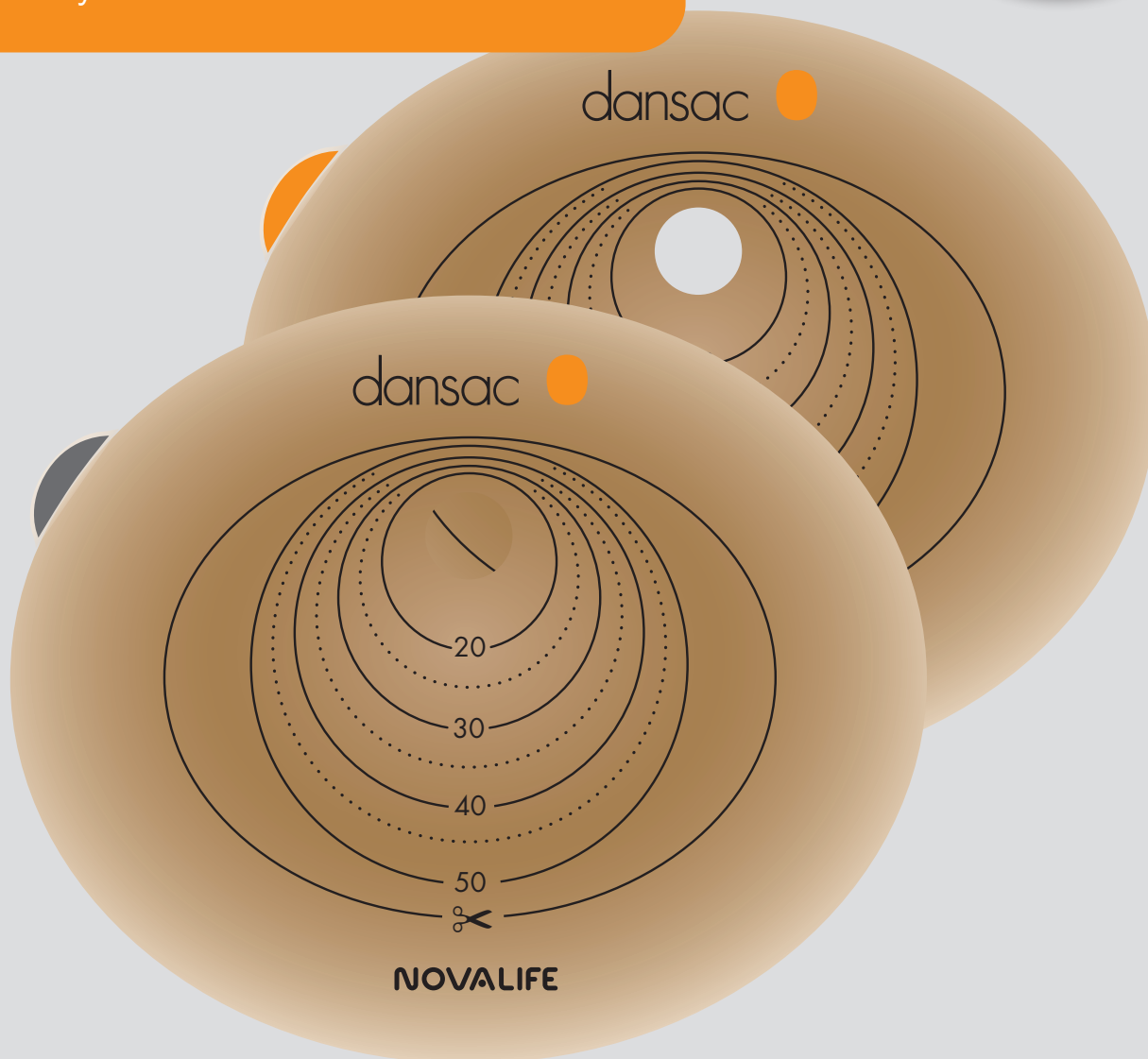


Dansac Novalife klæbere GX og GX+

Det **fleksible valg**

- til beskyttelse af din hud

Dansac NovaLife
En pose
To klæbere
Flere Muligheder



Et fleksibelt valg mellem naturligt hudvenlige klæbere. Snak med din stomisygeplejerske for at finde det bedste produkt til dine individuelle behov eller kontakt Dansac på tlf.: 48465100.



Den velkendte og pålidelige NovaLife GX klæber til alle typer stomier. NovaLife GX er især velegnet til mere fast output og ved hyppige bandageskift.



NovaLife GX+ klæberen er mere udvaskningsresistent. NovaLife GX+ er optimeret til mere flydende output og mindre hyppige bandageskift.

NOVALIFE

dansac 

Ny viden gør os klogere på cellernes ældning og sundhed

I takt med at vi bliver ældre, svækkes kroppen og risikoen for kræft og en række andre sygdomme stiger. Nu er forskere fra Kræftens Bekæmpelse kommet et skridt nærmere en forklaring på, hvorfor vores celler ældes.

For fire år siden flyttede en flok mus ind i laboratorierne i Kræftens Bekæmpelses Center for Kræftforskning.

Musene kom sammen med en gruppe forskere fra Italien, ledet af Giuseppe Filomeni, som gennem de foregående fire år havde studeret enzymet GSNOR og dets rolle i udviklingen af kræft. Og her var musene uundværlige. De var nemlig genetisk ændret, så de manglede enzymet GSNOR for at forskerne kunne studere, hvad det betød for musenes udvikling og sundhed.

– "Vi fandt ud af, at selv unge mus, der manglede GSNOR havde en række fysiske skavanker og defekter, som ellers er forbundet med gamle mus: De havde svækket muskelstyrke, særlige kemiske ændringer i hjernen relateret til demens, nervelidelser som er typiske for ældre dyr, et dårligere immunforsvar og en højere risiko for at udvikle kræft", siger Giuseppe Filomeni.

De følgende år brugte forskerne på at undersøge GSNORs virkning nærmere, blandt andet gennem forsøg med celler i laboratoriet. Her så de blandt andet, at efterhånden som cellerne ældedes, faldt mængden af GSNOR. Hvis man derimod ændrede cellernes gener, så de havde højere mængder af GSNOR, blev ældningen forsinket.

Forskerne undersøgte også vævsprøver fra en række normale dyr i forskellige aldre. Og også her aftog mængden af GSNOR med alderen. Det tydede altså på, at GSNOR gradvist blev slukket med alderen og på den måde repræsenterede en molekylær signatur ved ældning.

Konklusionerne fra de mange års arbejde er offentliggjort i det videnskabelige tidsskrift PNAS. Og foruden den nye viden, som kobler GSNOR til aldring og den øgede risiko for sygdomme, forklarer forskerne også for første gang den molekylære mekanisme, som ligger bag ændringerne i GSNOR.

Mister GSNOR med alderen

Foruden forsøgene på mus og celler undersøgte forskerne, sammen med en række internationale kolleger, niveauerne af GSNOR hos mennesker i forskellige aldre: Unge, ældre og så en gruppe af over hundrede år gamle, raske mennesker. Også her var der forskel på mængderne af GSNOR. De unge havde højt niveau af

enzymet, ældre et lavt niveau – og de, der levede længe nok til at blive over hundrede år, havde niveauer der var lige så høje som hos de unge.

– "Vi kan ikke konkludere noget endeligt ud fra disse resultater. Men de understøtter vores fund fra mus og celler, nemlig at mængden af GSNOR er forbundet med processer, der giver sig udtryk i kendetegn som vi ser ved forskellige aldre. De tyder tilsammen på, at GSNOR spiller en rolle i at holde celler unge og raske", siger post doc Salvatore Rizza, der har arbejdet sammen med Giuseppe Filomeni om den nye forskning.

Gener tændes og slukkes

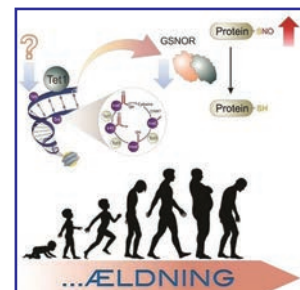
Den nye forskning viser, at ændringerne i mængderne af GSNOR er et resultat af såkaldt epigenetiske ændringer. Det er en naturlig proces, hvor funktionen af vores gener ændres ved, at kemiske grupper enten bliver sat på eller taget af. Om grupperne er på eller ej, har betydning for, om generne er aktive eller slukkede, og det er en serie af epigenetiske ændringer, som fører til en ændret mængde af GSNOR.

Enzymet vedligeholder cellernes energifabrikker

I den nye artikel viser forskerne også, hvordan GSNOR har betydning for cellernes ældning og sundhed. Svaret skal findes i cellernes indre, nærmere bestemt i mitochondrierne, der er cellernes energifabrikker. Her omdannes energi fra næringsstoffer i maden, så cellerne kan bruge den til en række livsvigtige kemiske processer. Og i den omdannelse er forbrugt af ilt uundværligt.

Men processen i mitochondrierne fører også til dannelsen af frie radikaler. Det er blandt andet iltmolekyler, der er kemisk ændret så de er ustabile og i stand til at reagere med andre molekyler. Og hvis det sker, kan det blandt andet give skader på DNAet, som kan føre til kræft.

GSNOR bidrog til at vedligeholde mitochondrierne, og den nye forskning viste, at i celler, der havde lave mængder af GSNOR, skete der to ting: For det første var cellerne dårligere til vedligeholde mitochondrierne og holde dem hele og raske. For det andet var cellerne dårligere til at skaffe sig af med de gamle



Det er epigenetiske ændringer af genet Tet1, som regulerer mængden af GSNOR. Mængden af GSNOR påvirker derefter den kemiske struktur af en række proteiner i cellerne, som har betydning for vedligeholdelse af mitochondrierne og som konsekvens deraf, at regulere kroppens ældning.

og skadede mitochondrier. Resultatet var en ophobning af skadede mitochondrier, der dannede forhøjede mængde af frie radikaler, som kunne skade cellerne og føre til eksempelvis kræft.

Arbejdet fortsætter

Forskerne fortsætter nu deres arbejde med at undersøge effekten af GSNOR og blive klogere på de mange andre faktorer, der spiller sammen med GSNOR.

Et af forskernes mål er at finde ud af, hvordan man kan modarbejde den proces, som lave mængder af GSNOR fører til, blandt andet ved at øge mængden af GSNOR i cellerne. En af måderne kunne være gennem genmodifikation, men der er flere muligheder.

Og selv om det kan være fristende at tro, at forskerne er på vej til at finde kilden til evig ungdom eller et evigt liv, er det ikke det, de nye resultater betyder. Men måske kan den nye viden i fremtiden bruges til at forebygge sygdomme:

– "Fordi man kender GSNOR enzymets kemiske struktur, kan man måske i fremtiden udvikle kemiske stoffer, der efterligner GSNORs funktion i cellerne og på den måde kompensere for de lavere mængder. En anden mulighed kan være et stof, der øger mængden af det naturlige GSNOR enzym. Dette vil i første omgang være interessant i forskningssammenhæng, men på længere sigt kan måske bruges til at forebygge sygdom så som kræft", siger Giuseppe Filomeni. ■

Rizza S. et al.: S-nitrosylation drives cell senescence and aging in mammals by controlling mitochondrial dynamics and mitophagy. Proc Natl Acad Sci U S A. 2018. 10,115(15); side E3388-E3397. doi: 10.1073/pnas.1722452115. Epub 2018 Mar 26.



Brok og buler kan være kompliceret. *Nu er der en NY løsning.*



Steve, SenSura® Mio Concave bruger

SenSura® Mio Concave

Steve fik større selvtillid, da han skiftede sit flade stomiprodukt ud med **SenSura® Mio Concave**.

Efter at Steve havde udviklet et brok, kunne han ikke få sine flade stomiprodukter til at passe over bulen, uden at klæberen dannede kanaler. SenSura Mio Concave var en bedre løsning, fordi den er specielt udviklet til brok og buler. Den stjerneformede klæber omfavner bulen og øger kontaktheden mellem klæber og hud.

Bestil en gratis vareprøve:

Kontakt Coloplast Kundeservice:

 **49 11 12 13** (mandag–fredag 8.30–15.00)

 dkmail@coloplast.com

 www.coloplast.to/mioconcave

SenSura Mio Concave er en del af SenSura Mio familien. Brug online værktøjet BodyCheck for at finde det SenSura Mio produkt, der passer bedst til dig. www.coloplast.dk/bodycheck

SenSura Mio Concave har flexzoner i midten og yderkanten af klæberen. De giver ekstra fleksibilitet og sikrer, at klæberen sidder sikkert, også ved bevægelse.



Der er en **Mio** til **alle**



OPLEV FORANDRINGEN med *perfekt* hudbeskyttelse

Dermacol®

stomikrave FOR MAKSIMAL SIKKERHED

Dermacol® er en unik stomikrave som skaber en fysisk barriere omkring stomien, og som forhindrer lækage.



SecuPlast®

Modellerbar Tætningsring

Den modellerbare tætningsring er let at forme samt beskytter mod rød og irriteret hud, forårsaget af lækage.

SecuPlast®

Aloe Ringe



Disse hudvenlige tætningsringe er meget lette at anvende. Ringene er tilsat Aloe Vera som hjælper til at blødgøre, fugte og beskytte den sarte hud omkring stomien.



SecuPlast®

Hydro & Hydro Aloe Vera

Disse hudvenlige hydrocolloide kantsikringer giver ekstra sikkerhed omkring bandagen. Findes også med Aloe Vera, kendt for sine lægende, blødgørende og fugtgivende egenskaber.

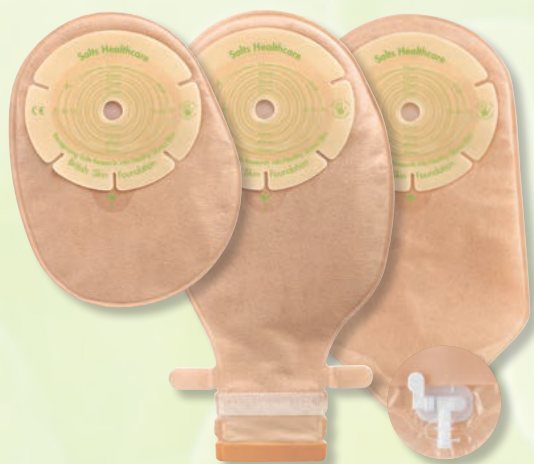
OPLEV FORANDRINGEN med *de seneste* nyheder

Confidence®
Natural Soft Convex



Denne unikke konvekse Flexifit® klæber med 5 slidser følger mavens konturer for bedre pasform og hjælper samtidig med at reducere lækage.

Klæberen indeholder Aloe Vera ekstrakt som blødgør huden og hjælper til at reducere rød og irriteret hud.



Confidence®
Natural
MED ALOE VERA



Denne unikke Flexifit® klæber med 5 slidser bøjes, formes og følger kroppens bevægelser for en bedre pasform. I forbindelse med stomibrok er denne klæber også et godt valg. Klæberen indeholder Aloe Vera ekstrakt som blødgør huden og hjælper til at reducere rød og irriteret hud.

Læs gerne mere på: www.hardam.dk eller www.hardam-shop.dk

Kirstine Hardam A/S • Måbjerg Skolevej 48 • 7500 Holstebro

Bestil vareprøve ved at ringe til vores kundeservice: 97 42 32 33 • Eller send en mail til: post@hardam.dk

Produktet kan også købes hos din nuværende forhandler

Kirstine
HARDAM
Livskvalitet efter operation

BRITISH SKIN
FOUNDATION
Recognising Salts research
into healthy stoma skin



SKIN HEALTH ALLIANCE
DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED

SALTS
HEALTHCARE



En sælsom rejse



Indbydelse til 3 x jubilæum og 60 år fødselsdag

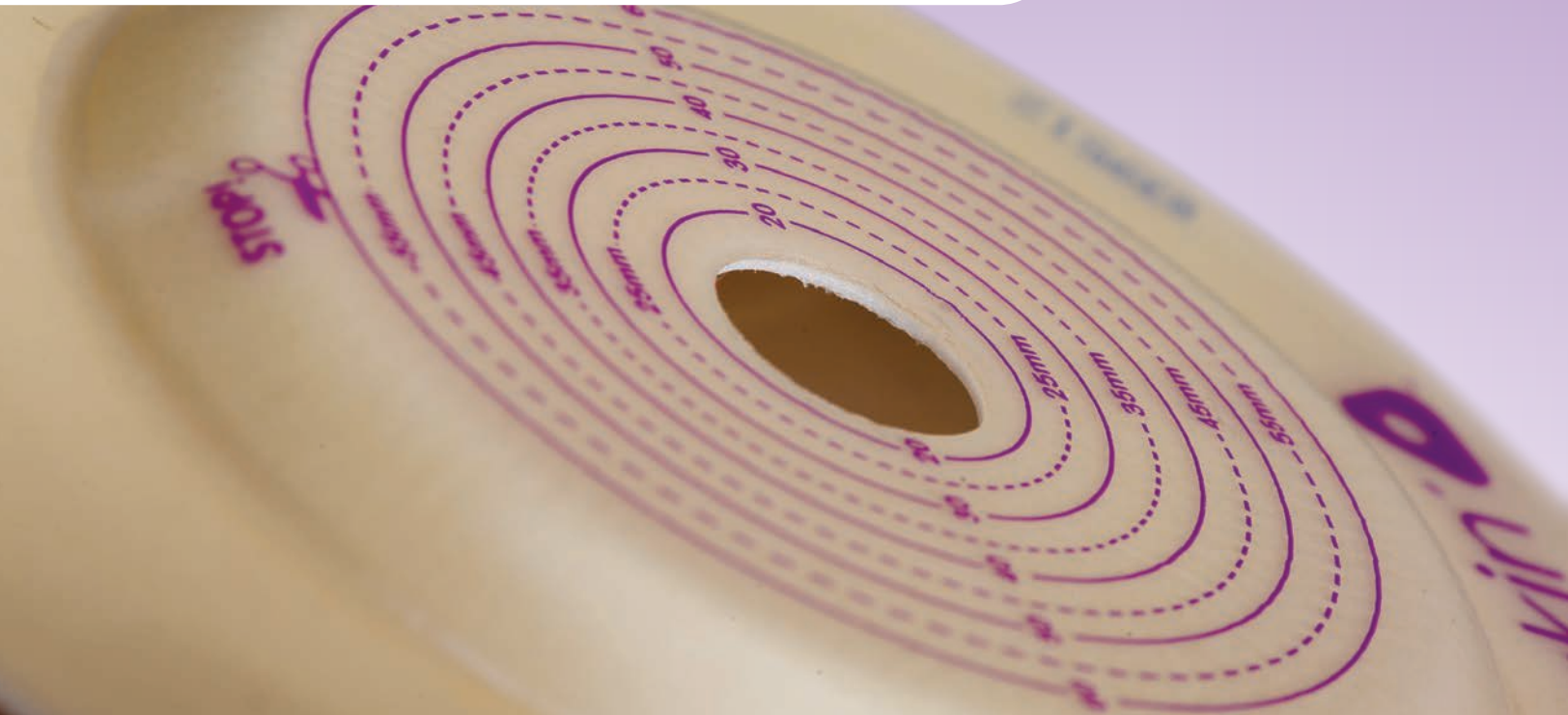
Fredag den 25. maj 2018 fra kl. 12-15
Sct. Peders Gade 38, Randers (i garagen)

Vi byder på lidt godt til både ganen og halsen,
derfor ønskes tilmelding på else@focuscare.dk senest 17. maj

Gaver frabedes – der vil i stedet være muligt at støtte en donation
(absolut ingen forpligtigelse), der offentliggøres på dagen cirka kl. 14.00



Pelican bløde convex poser



Sikkert valg til udfordrende stomier

Det sikre valg p.g.a:

- 1 Blødhed¹
- 2 Hudvenlighed²
- 3 Sikker tilhæftning^{1,2}

KONTAKT OS FOR GRATIS
VAREPRØVER PÅ: **49 26 13 99**



eakin® 

A SMALL PART
OF A BIGGER LIFE.

Kontakt os for gratis vareprøver/rådgivning:
49 26 13 99 | info@focuscare.dk



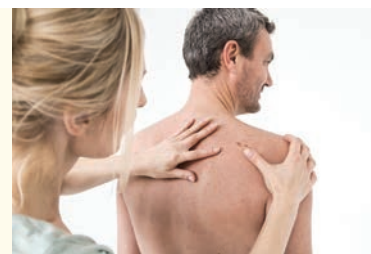
Vi er nu på Facebook: Følg os på : [focuscare.dk](https://www.facebook.com/focuscare.dk)

Focuscare



Mænd glemmer at tjekke huden for tegn på kræft

**Hver uge dør fem danskere af modernærkekræft – tre af dem er mænd.
Og det på trods af, at flere kvinder end mænd rammes af sygdommen.
En af årsagerne er, at mænd er dårligere til at tjekke deres hud end kvinder.**



Modernærkekræft er en alvorlig sygdom, men jo tidligere den opdages, jo større er chancerne for helbredelse. Derfor er det afgørende, at man tjekker sin hud regelmæssigt.

En undersøgelse fra Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne viser, at kun fire ud af 10 danske mænd tjekker deres hud halvårligt eller oftere for tegn på modernærkekræft. Blandt kvinder er det 54 pct.

At mænd er dårligere end kvinder til at tjekke deres hud, betyder, at de ofte kommer senere til læge og derfor opdager sygdommen i et mere fremskredent stadie.

Kræftens Bekæmpelse, TrygFonden og Dansk Dermatologisk Selskab er gået sammen om kampagnen 'Tjek din hud', der skal få danskerne – og især flere mænd – til at blive bedre til at holde øje med mistænkelige modernærker.

- "Vi vil gerne opfordre alle, både mænd og kvinder, til at tjekke deres hud regelmæssigt. Det er hverken svært eller tidskrævende, og det er enormt vigtigt, at vi husker hinanden på at få det gjort", siger Peter Dalum, projektchef i Kræftens Bekæmpelse og TrygFondens Solkampagne.

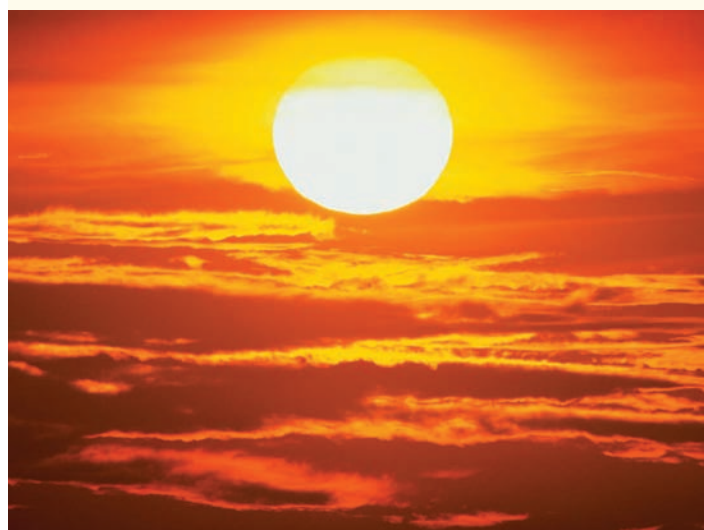
Grundtræning i modernærketjek

Ligesom bilen skal regelmæssigt til syn, skal din hud også ses efter i krogene engang imellem.

På 'Tjek din hud'-kampagnens side til mænd, guides mænd igennem 'Tjek-dig-selv'-manualen, der trin for trin kommer igennem al hud på kroppen. Her er også en guide til, hvilke forandringer i huden, man skal være opmærksom på, og myter, som at hårvækst i modernærker er farlige, bliver aflivet.

Ifølge professor og formand for Dansk Dermatologisk Selskab Lone Skov er det lettere at opdage forandringer i huden, hvis du kender din hud og dine modernærker godt, og det gør du, hvis du tjekker din hud regelmæssigt.

- "Det kan være en fordel at få en ven eller partner til at hjælpe dig med at tjekke for eksempel hårbunden, for modernærker kan sidde alle steder på din krop. Så kan du jo efterfølgende hjælpe ham eller hende med at tjekke sin hud", siger Lone Skov.



Hun opfordrer til, at man søger læge, hvis man opdager mistænkelige forandringer, når man tjekker sin hud. Det kan for eksempel være, hvis modernærket ændrer form, farve eller størrelse.

På kampagnens hjemmeside www.tjekdinhud.nu kan man finde gode råd til, hvordan man tjekker sin hud, og hvad man skal holde øje med.

Om undersøgelsen

Tallene for, hvor mange danskere, der tjekker deres hud, kommer fra rapporten 'Danskerne solvaner i sommerferien 2016'.

I rapporten belyses solvaner blandt 5.030 15-70-årige danskere, og de spørges også til, hvor ofte de enten selv tjekker deres hud eller får andre til at hjælpe med det.

Om modernærkekræft

Modernærkekræft opstår i både eksisterende og nye modernærker.

Ved udgangen af 2015 var der ca. 28.000 danskere, der på et tidspunkt i livet havde fået konstateret modernærkekræft. Hvert år konstateres ca. 2.250 nye tilfælde, hvoraf ca. 1.050 opstår hos mænd og 1.200 opstår hos kvinder. På trods af, at flere kvinder får sygdommen, er der flere mænd, der dør af den. Ca. 285 danskere dør årligt af modernærkekræft – og her er ca. 120 kvinder og ca. 165 mænd.

Modernærkekræft rammer både unge og gamle, og det er den hyppigste kræftform blandt danske unge i alderen 15-34 år.

Forebyggelse af modernærkekræft



Forebyg modernærkekræft

Solens uv-stråling er god for os i mindre doser, men der er samtidig evidens for, at for meget uv-stråling er kræftfremkaldende. Det anslås af WHO, at op mod 90 pct. af alle tilfælde af modernærkekræft skyldes uv-stråling fra den naturlige sol og solarier. Det betyder, at der er et stort forebyggelsespotentiale.

Man kan i høj grad forebygge modernærkekræft ved at nedsætte sin udsættelse for uv-stråling. Dette gøres ved at følge solrådene om skygge, solhat/tøj og solcreme, når man er udenfor i den naturlige sol om sommeren i Danmark og på solferie i udlandet. Derudover bør man undgå at gå i solarium.

Forebyg død af modernærkekræft

Ved at tjekke sin hud og reagere ved forandringer kan man ikke forebygge modernærkekræft, men man kan opdage kræften i et tidligt stadie, og dermed forbedre overlevelsen af modernærkekræft. ■

Kræft og sukker

Raffineret sukker og kræft

Nogle mener, at der er en sammenhæng mellem en kost rig på raffineret sukker (sukker i kager, slik, sodavand, m.m.) og kræft. Det forøger f.eks. risikoen for tyktarmskræft¹⁾.

Kræftens Bekæmpelse har denne holdning: "Man har i en række befolkningsundersøgelser undersøgt om der er en sammenhæng mellem sukker og risiko for at udvikle kræft i bl.a. tyk- og endetarm og bryst. Resultaterne har ikke været entydige, dvs. i nogle studier har man fundet at højt sukkerindtag øger risikoen for kræft, mens man i andre ikke har fundet nogen sammenhæng mellem sukkerindtag og udvikling af kræft. Der er derfor på nuværende tidspunkt ikke stærkt videnskabeligt belæg for at sige, at sukker i sig selv fører til kræft hos mennesker"²⁾.

Kræftens Bekæmpelse udtrykker sig også således: Både overvægt og sukkersyge, kan have betydning for udvikling af visse typer af kræft, så man kan sige at et stort forbrug af sukker og sukkerholdige fødevarer kan have en indirekte betydning i forhold til udvikling af kræft, når vi taler om forebyggelse".... "Sukker og sukkerholdige fødevarer i sig selv giver ikke kræft. Men, der er dog andre årsager til, at det kan være meget fornuftigt at begrænse sit sukkerindtag, for at holde normalvægten og undgå overvægt. Udover at studier har vist at overvægt og fedme kan øge risikoen for at udvikle kræft, så er der også studier som finder at overvægt kan føre til en højere risiko for at få tilbagefald efter en kræftsygdom, eksempelvis brystkræft"³⁾.

Sammenhængen mellem en kost rig på junk food (raffineret sukker) og høje niveauer af blodsukker er solidt funderet. Som det fremgår af ovenstående, er man ikke enig om betydningen af dette, med hensyn til udvikling af kræft. En svensk undersøgelse⁴⁾ viser, at forhøjet blodsukker kan forøge kvinders risiko for kræft i bugspytkirtel, urinveje, livmoder og bryst.



Blodsukker og kræft

Glukose er den bedste kilde til kemisk energi, som mennesket har. Alle celler kan optage glukose, der findes i det meste af den føde, vi indtager.

Når glukose er brændstof i mitokondrierne giver hvert glukose molekyle 30 ATP. (Adenosintriphosphat (eller ATP) er et energiholdigt molekyle, der bruges i langt størstedelen af kroppens energikrævende arbejde og kemiske reaktioner. Molekylet består i den ene ende af et adenosinmolekyle og i den anden ende af tre fosfatgrupper. Det er selve bindingerne mellem fosfatgrupperne, der er energiholdige).

Når glukose brændes af i mitokondrierne forgår det aerobt (med ilt). Glukose kan også nedbrydes uden ilt (anaerobt) i en såkaldt glykolyse, hvor glukose nedbrydes til mælkesyre under frigivelse af energi. I glykolysen giver hvert glukosemolekyle 2 ATP.

Glykolyse er altså mindre energigivende - alligevel er det den metode kræftceller især bruger. Det har været en gåde i 100 år; nu synes gåden at være løst.

Man har vidst⁴⁾, at kræftceller overproducerer et protein, SRC-3 (og SRC-1), der er forbundet med aflæsning af koder i gener, der giver unormal vækst og metastaser. SRC-3 fremmer tumorcellevækst ved at aktivere nukleære receptor og multiple vækstfaktor signalkaskader, der fører til ukontrolleret tumorcellevækst.

Hvad får en kræftcelle til at producere mere SRC-3? En ny undersøgelse⁵⁾ afslører, at den skyldige er et enzym - PFKFB4. Dette enzym findes på 'glykolysevejen' ("Wartburg pathway"). Hermed var det nærliggende at sige - derfor vælger kræftceller ofte glykolysen. I hvert fald tyder resultaterne i den nye undersøgelse på, at Warburg-pathway-enzymet PFKFB4 forbinder sukkermetabolisme med aflæsning af koder i generne ved at stimulere SRC-3 til at fremme aggressive metastaserende tumorer.

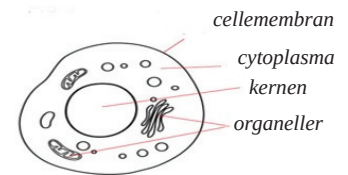
Fjerner man SRC-3 eller PFKFB4 undertrykkes brysttumorbækst hos mus. Forståelsen af sammenhæng mellem SRC-3 og PFKFB4 åbner døren for nye kræftterapier. Hvis man kunne eliminere PFKFB4 og SRC-3 fra kræftcellerne - var kræften væk.

o.v.

Referencer

- 1) Hill, MJ, Caygill, CP.: Sugar intake and the risk of colorectal cancer. Eur J Cancer Prev. 1999. 8; side 465-468.
- 2) <https://www.cancer.dk/hjaelp-viden/det-kan-du-selv-goere/kost-patienter/ofte-stillede-spoergsmål/kræft-og-sukker/>
- 3) https://kbnet3.cancer.dk/kb_letterbox/issue_view.aspx?id=2255.
- 4) David Gutierrez: Eating a diet of processed Foods Proven to Raise Cancer Risk in Women. Organic Consumers Association 9. nov 2007
- 5) Wang, Y. et al. Small molecule inhibition of the steroid receptor coactivators, SRC-3 and SRC-1. Mol Endocrinol. 2011. 25,12; side 2041-2053. doi: 10.1210/me.2011-1222. Epub 2011 Nov 3.
- 6) Subhamoy Dasgupta. Metabolic enzyme PFKFB4 activates transcriptional coactivator SRC-3 to drive breast cancer. Nature. 2018. 556; side 249-254. doi:10.1038/s41586-018-0018-1.

En celle i en flercellet organisme



Nobelpristager, fysiolog Otto Warburg observerede i 1920'erne - at kræftceller har brug for glukose - sukker i vores blod - for at trives og vokse. Det er deres primære brændstof, og alligevel vælger kræftceller en ekstrem in-effektiv måde at få deres energi.

Raske, normale celler bruger hovedsagelig mitokondrier - strukturer i cytoplasma/ en af organellerne - til at producere energi. Disse processer i mitokondrierne foregår fuldstændig aerobt (med ilt). Energien bliver kemisk bundet i ATP.

Mange kræftceller producerer energi ved gæring. Det foregår i cytosolen - ved glykolyse efterfulgt af mælke-syregæring.

[Cytosol er den væske der befinder sig inde i cellen, men uden for kernen og organellerne. Cytosolen er en del af cytoplasma].

Glykolyse er en anaerob (uden ilt) nedbrydning af glukose under frigivelse af energi, som bindes i ATP. Glykolysen alene producerer mindre energi pr. glukosemolekyle end ved en fuldstændig aerob oxidation. Kræftceller vælger altså en "besværlig" vej, der giver mindre energi. Kræftceller må derfor forbruge glukose i et langt højere tempo end normale celler.

Men hvorfor foretrækker kræftceller, der har brug for store mængder energi til at opretholde deres vækst, glykolysevejen (kaldet "Warburg-pathway"), når denne metode producerer mindre ATP? Det har været en gåde i 100 år. En gåde, der nu synes at være løst. Se her til venstre omtalen af en ny undersøgelse/artikel: 'Metabolic enzyme PFKFB4 activates transcriptional coactivator SRC-3 to drive breast cancer'.

Hvorfor foretrækker kræftceller, der har brug for store mængder energi til at opretholde deres vækst, at bruge en vej, der producerer mindre ATP end en anden tilgængelig vej?



Otto Heinrich Warburg (1883-1970)



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

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

Siden sidst

Det er hyggeligt og givende at mødes - referat fra generalforsamlingen 3/3 2018

Formanden berettede fra året der gik:

Det har været et år med nogle gode ture.

Vi har været i Cirkusrevyen på Bakken.

Vi har været på en dejlig juletur til Kragerup gods med efterfølgende julefrokost.

Havnerundfarten blev desværre aflyst på grund af manglende tilmeldinger.

Kommende aktiviteter:

Den 11. april var der et aftenmøde i Tåstrup arrangeret af Coloplast. Indbydelse var udsendt via brev.

Den 17. april var der arrangeret et møde med en diætist, se nærmere i COPA-bladet.

Den 26. maj er der rundvisning og spisning m.v. på Carlsberg, se mere i COPA-bladet.

Regnskabet blev fremlagt og godkendt.

I bestyrelsen erstattes Susanne Friis af suppleanten Niels Mikkelsen.

Vi er 155 medlemmer i vores lokalforening, men kun få af disse mødte op til generalforsamlingen. Der var tilmeldt 12 personer. Efter generalforsamlingen var der hyggeligt samvær over en dejlig buffet.

Vi håber at flere vil møde op til vores fremtidige arrangementer. Det er både hyggeligt og givende at mødes.

Kommende arrangement

Carlsberg rundvisning - samt fast føde og flydende

Lørdag d. 26. maj skal vi besøge Carlsberg.

Der vil være rundvisning og derefter et måltid i restauranten, med en øl eller vand til.

Det koster 150 kr for medlemmer og 250 kr for andre.

Vi mødes ved 'Visit Carlsberg-skiltet' på

Gamle Carlsbergvej 11, 1799 Kbh V. kl. 12.45.

Tilmelding foregår ved at indbetale beløbet på konto 0144 4386757769 **senest d. 20. maj.**

Det er vigtigt, at I husker at skrive, hvem der sender pengene.



P.b.v. Hjørdis Mikkelsen



COPA Storkøbenhavn

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

Kommende arrangement

Besøg på Christiansborg

Torsdag den 24. maj besøger vi Christiansborg og bliver vist rundt. Vi mødes ved indgangen kl 18.30. Her skal vi i gennem sikkerhedskontrollen.

Derefter kl. 19 er der dagens ret i Snapstinget med snak og kaffe. Og siden rundvisning. Aftenen slutter ca. 21.30.

Pris kr. 100 for medlemmer og kr. 200 for ikke medlemmer.

Tilmelding til Gethe enten på tlf. 40 95 09 53 eller pr mail copa.stkb@gmail.com **inden den 15. maj.** Max antal deltagere 30. ("først til mølle...").

Pengene skal indbetales på konto 2275 0747337721.

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.



Husk at følge med på vores hjemmeside
www.copa.dk

(klik mød andre, lokalforeninger, Storkøbenhavn)

Kommende arrangement

Udflugt søndag den 10. juni

Bustur til Næstved og sejltur med M/S Friheden til Karrebæksminde samt en dejlig frokost på "De Hvide Svaner"

Vi starter på Herlev Station kl 8.30 med opsamling ved Ballerup Station (hvis det er bestilt). Derefter kører vi til Næstved og stiger ombord på "M/S Friheden" der sejler kl 10.30 via Gavnø til Karrebæksminde, hvor bussen henter os og bringer os til "De Hvide Svaner", hvor det store kolde bord venter os. Derefter kører vi hjem til Ballerup/Herlev; ankomst ca. 16.30.

Pris. 200 for medlemmer og kr. 300 for ikke medlemmer. **Tilmelding** Gethe 40950953 eller. copa.stkb@gmail.com **senest 1. juni**. Pengene skal indsættes på konto 2275 0747337721. Skriv bustur.



Siden sidst

Generalforsamling den 10. marts

Efter dejlig smørrebrød holdt vi generalforsamlingen, hvor både formandens beretning og kassererens regnskab blev vedtaget med akklamation. Derefter kom vi til valget, hvor alle 3 blev genvalgt og det lykkes os at få 1 ny suppleant

Dagen sluttede med banko.

Efter generalforsamlingen konstituerede bestyrelsen sig som følger:

- Formand Gethe Jacobsen
- Næstformand Gunnar Andersen
- Kasserer Bent Bordin
- Sekretær Jytte Grøndahl
- Bestyrelsesmedlem Marina Berent
- Bestyrelsesmedlem Egon Christiansen



P.b.v. Gethe Jacobsen



COPA Bornholm

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

Kommende arrangementer COPA Bornholm: Kontakt venligst Inge Skovgaard Petersen.



COPA Frederiksborg

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

Kommende arrangement

Sommerudflugt lørdag den 9. juni - udflugt til Egeskov Slot på Fyn

Ved generalforsamlingen blev der stemt om, hvor sommerturen skulle gå hen i år. Flertallet stemte for en tur til Sprogø. Desværre var alle ture for i år udsolgt. Bestyrelsen får besked, når der åbnes for næste års salg. Desværre må vi nok stryge Sprogø af listen, for turen er ikke egnet for kørestole, rollatorer, krykker eller klapvogne. Der er heller ikke toiletfaciliteter på øen.

Næstflest stemmer fik Egeskov Slot, så det er blevet valgt. Vi forventer at være på Egeskov lidt før kl. 12.00. Så vil der være tid til at gå lidt rundt inden frokost. Vi skal spise på Cafe Jomfru Ringborg kl. 13.00. Med i frokosten er der en almindelig øl eller vand og til sidst er der kaffe. Vi har afsat en times tid til frokosten, så der skulle være rigelig tid til at bese slottet og udstillingerne inden turen går hjemad igen. Ønskes der yderligere drikkevarer, bliver det for egen regning. Vi satser på at være tilbage i Ølstykke kl. 18.30 og i Hillerød kl. 19.00.

Pris for denne spændende tur er 200 kr. for medlemmer/støttemedlemmer. Man kan tage en gæst med og pris for gæsten er 300 kr. Tilmelding til turen er bindende.

Man kan betale i bussen eller betale ved at overføre beløbet på lokalforeningens konto: 4820 365313. Der er også mulighed for at betale med mobilpay på turen. Indbetaling til bank senest ved tilmeldingsfristens udløb den 1. juni 2018.

Husk ved betaling til bank, at skrive navn og deltagerantal.

Opsamling:

- Hillerød Station på parkeringspladsen på Carlsbergvej (bag stationen) kl. 08.30.
- Egedal Station i Ølstykke kl. 09.00.

Opsamlingen er altså de sædvanlige steder.

Tilmelding til turen senest fredag den 1. juni til Karna Jørgensen tlf. 47 17 46 58 eller til Gisela Schjøtt tlf. 47 33 44 34 eller mail: schjoett@webspeed.dk

Bonus information: COPA afholder International Stomidag i Odense lørdag den 6. oktober 2018. Hvis vi får tilslutning nok til denne tur vil vi leje en bus, så vi kan køre samlet derover. Deltager man i lokalforeningens tur til Egeskov Slot vil turen til stomidagen være gratis, ellers er prisen kr. 100,00 pr. person.



Siden sidst

Generalforsamling den 18. marts

Vi begyndte eftermiddagen med fælles spisning.

Herefter fortalte formand Svend Larsen fra København/Frederiksborg Lokalforening om dagligdagen som korttarmsopereret. Han havde alle de ting med, som der skal bruges til intravenøs næring, og viste os, hvordan der skulle hænges 4 forskellige poser op på et stativ, som så i den sidste ende skulle blandes. Svend bruger 8 timer hver dag/nat med denne procedure, og kan kun sove 1½ time ad gangen siddende i en stol. Skal han på ferie, kan han gå rundt med de færdigblandede væsker i en speciel rygsæk, som vejer 5 kg. Det var meget interessant at se og høre om, og man følte sig som "almindelig" stomist utrolig heldig. Mange tak til Svend for det gode foredrag - og tak fordi han ville bruge en lørdag eftermiddag på os.

Generalforsamlingen foregik i den sædvanlige gode og hyggelige atmosfære. Den nuværende bestyrelse blev genvalgt uden modkandidater.

P.b.v. Gisela Schjøtt

**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



COPA Vestsjælland

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

Kære medlemmer.

Kan vi tilrettelægge vore arrangementer så alle får en god oplevelse

Vi er i bestyrelsen nået til punkt 7. Kommende arrangementer. Arrangementsudvalgets to medlemmer deler forventningsfuld de indhentede brochure ud fra de forskellige busselskabers arrangementer og ture.

Det ser godt ud, snakken går rundt om bordet, hvor skal vi hen, skal vi af sted hele dagen. Hvad med en bustur ud i det blå, den er ikke så dyr, der skal også være kulturelle oplevelser, hvad skal vi besøge, hvad skal vi spise. Tankerne og forventningerne går højt, der er mange ønsker, museer, forlystelser, sejlture på de store søer. Det bliver nok for dyrt siger formanden og kikker hen til kassereren. Kan vi så skære det ned til en eftermiddag, bruge vore private biler, så kan vi udbyde turen til en fornuftig pris, hvor alle kan være med.

Vi skal arrangere ture der er tilgængelige, da vi har medlemmer der er afhængig af, at kunne få sit hjælpemiddel med. Hvorfor arrangere vi ikke nogle aftenmøder med underholdning, en stomisygeplejerske og socialt samvær, sekretæren der er ingen der gider og vi bor også lang fra hinanden osv.

Vi kender alle melodien vi vil gøre det godt men hvordan.

Som I kan læse, er debatten nok velkendt I jeres bestyrelse, vi vil gerne arrangere en spændene og god tur for vore medlemmer, give en oplevelse og styre det sociale samvær.

Vi må finde på nye initiativer ellers ender vi med år efter år at arrangere den traditionelle sommerudflugt og julefrokost. Dette er ikke et angreb på disse 2 arrangementer som mange steder er både festlige og vellykkede og som mange medlemmer er glade for.

Vi vil nu prøve med et beskedent spørgeskema, at få medlemmernes synspunkter frem til fremtidige arrangementer. Hvilken, ugedag skal det arrangeres.

På vores næste generalforsamling uddeles vores spørgeskema til samtlige deltagere; alle der udfylder skemaet deltager i en konkurrence om en flaske vin.

Vi håber på denne måde at få et værktøj vi kan bruge, når vi næste gang skal planlægge vore arrangementer.

Vi vil selvfølgelig offentliggøre resultatet i næste nummer af Copa-bladet.

P.b.v. Stig Erichsen



Der findes mange modeller og valgmuligheder.

Ring og hør nærmere!



NYHED!
Nu har vi også
lyskebrokbælter



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 Roskilde / Køge

Lokalformand: Marianne R. Bodi, Ved Store Dyrehave 44 st. th., 3400 Hillerød

Tlf. 2343 0353 E-mail: mariannebodi@outlook.com

Tilmelding arrangement: roskildekøge@copa.dk

Siden sidst

Ny lokalformand - referat generalforsamling

Søndag d. 25. februar 2018 afholdt COPA Roskilde/Køge generalforsamling på Hotel Niels Juel i Køge, der var tilmeldt 49 medlemmer som kl. 11:00 kunne sætte sig til bords og indtage en brunch hvor intet var glemt.

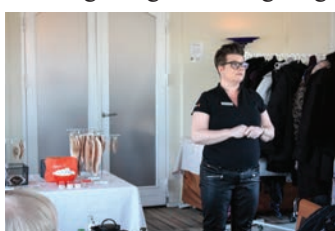
Kl. 12:00 bød formand Jette velkommen til årets generalforsamling.

Vagn Olsen blev valgt til dirigenten som kunne konstatere, at generalforsamlingen var lovlig indkaldt.

Dernæst fik formanden ordet som fremlagde sin beretning. Jette berettede bl.a. om hendes møde omkring Fællesudbud Sjælland i Slagelse, hendes møde sammen med Ea i Sorø omkring livet med stomi, der havde været 3 stomiskoler på Køge sygehus, Jette havde ligeledes deltaget på de lokale DH møder samt DH i Kolding samt FU's deltagelse hos KB vedr. en aftale omkring, hvad der skal ske med COPA's midler i tilfælde af ophør. Der afholdes 2 årlige HB møder og 4-5 FU møder hvor Jette deltager, bestyrelsen har også været på rådgiver/bestyrelseskursus i Fredericia. Jette orienterede om at sommerturen gik til Samsø med overnatning, samt vores sædvanlige arrangementer bowling og julekomsammen, til sidst takkede Jette for året og medlemmernes deltagelse. Herefter blev formandens beretning godkendt.

Jørgen gennemgik regnskabet som viste et underskud på 14.701 kr. Regnskabet blev herefter godkendt.

Efterfølgende bad Johnny Frederiksen om ordet. Han udtrykte utilfredshed med, at vi sidste sommer havde gennemført en 2-dages tur til Samsø – selvom formanden havde været imod det og dermed havde resten af bestyrelsen gået imod formanden. Utilfredsheden gik på, at turen havde kostet kr. 61.000 og foreningens penge skal være til gavn for alle medlemmer og det var en sådan tur ikke. Der kunne kun deltage 30 personer grundet hotellet, og for de samme penge kunne vi have fyldt 3 busser med 120 medlemmer og det havde været mere retfærdigt. Johnny Frederiksen talte også om, at sådanne ture havde vi aldrig tidligere foretaget og brugt så mange penge på en enkelt tur og han var meget spændt på, hvad bestyrelsen havde arrangeret af ture i 2018.



Jørgen rejste sig, og fortalte, at bestyrelsen ikke havde sagt nej til nogen – at der havde meldt sig 30 personer og havde der været et par stykker mere havde de også været med på turen.

Jacob orienterede om kommende aktiviteter i 2018, Sommertur til Dansac den 23. maj, International Stomidag den 6. oktober samt julefrokost den 22. november

Da vi kom til valg af formand, bad Jette om ordet og fortalte, at efter 14 år som formand havde hun valgt at stoppe. Jørgen bad om ordet, og fortalte, at bestyrelsen foreslog Marianne at stille op som formand. Marianne modtog valg, men inden da bad Johnny Frederiksen om ordet og ville gerne stille Marianne et

par spørgsmål. Nemlig om hun vil deltage i HB-møder uanset hvor de blev holdt i landet – om Marianne (hvis hun blev valgt til FU) ville deltage i FU-møder uanset hvor i landet de blev holdt – at Jette i mange år havde deltaget i Dansk Handicap i Roskilde – om Marianne ville deltage i disse.

Jette Lyngsgaard bad om ordet takkede formanden for et godt samarbejde og gav samtidig udtryk for, at hun godt kunne forstå Johnny, idet det var mange penge at bruge på sommerturen. Jette oplyste også at hun selv var tilmeldt turen til Samsø, men var blevet nødt til at melde fra.

Marianne blev valgt til formand for 2 år.

Så kom valget af 2 bestyrelsesmedlemmer for 2 år – på valg var Jørgen og Jacob og de modtog begge genvalg. Dirigenten spurgte om der var andre der stillede op – det gjorde Johnny Frederiksen. Dirigenten spurgte hvem han stillede op imod og det var mod Jacob. Dernæst var der skriftlig afstemning. Mens der blev talt stemmer bad Loa Johansen om ordet for at sige, at nok havde Samsø-turen kostet 61.060 kr. men der havde jo også været en medlemsindbetaling på kr. 26.200.

Resultat: 2 blanke – Johnny 6 - Jacob 40. Jacob blev herefter genvalgt.

Under valg til bestyrelsen blev Grethe Hansen valgt som bestyrelsesmedlem og Kurt M. Jensen som suppleant, begge for et år. Revisor Henning Johansen og revisorsuppleant Vagn Olsen blev ligeledes genvalgt for et år.

Under evt. bad Grethe og Kurt om ordet og oplyste lidt om dem selv og deres virke samt takkede for valget.

Marianne bad om ordet for at fortælle, at hun havde været formand i Storkøbenhavn i mere end 18 år så det var ikke noget nyt. Dernæst takkede hun Jette for sit store arbejde som formand og overrakte foreningens gave til Jette.

Dirigenten nedlagde sit hverv og takkede for god ro og orden.

Herefter fremviste Anja Mathiesen fra Dansac/Hollister sine medbragte produkter hvor medlemmerne efterfølgende kunne se og føle samt stille spørgsmål.

Efter afsluttet generalforsamling samlede bestyrelsen sig og konstituerede sig som følger:

Formand:	Marianne R. Bodi
Næstformand:	Ea Jensen
Kasserer:	Grethe Hansen
Sekretær:	Jørgen Jensen
Bestyrelsesmedlem:	Jacob Bodi
Suppleant:	Kurt M. Jensen

P.b.v. Vagn Olsen (dirigent) og Jørgen Jensen (referent)

Kommende arrangement

Sommertur til Dansac 23. maj

Så er det blevet tid til vores årlige "sommertur" – vi skal på besøg hos Dansac i Nordsjælland, nærmere bestemt Fredensborg.



Vi skal rundt og se produktionen, hører lidt historie om Dansac og så får vi lidt at spise. Efter nogle timer køre vores chauffør Jacob os hjem igen, vi håber selvfølgelig på godt vejr.

Dato:

Onsdag d. 23. maj 2018.

Opsamlingssteder:

Ølby Station	kl. 8:00
Greve Svømmehal	kl. 8:30
Roskilde v/Astahjemmet	kl. 9:00

I tilfælde af få tilmeldinger til Ølby Station, henvises der til Greve Svømmehal.

Tilmelding skal ske til Ea Jensen **senest den 17. maj** på tlf. 5687 1371 eller pr. mail: roskildekoge@copa.dk med oplysning om navn samt opsamlingssted.

Pris (medlemmer) kr. 125 (ikke-medlemmer) kr. 225 som skal være indbetalt senest den 17. maj på reg.nr. 9570 konto nr. 001 233 7078.

Af hensyn til rundvisningen kan der max deltage 40 personer som bliver opdelt i to hold af 20. Tilmeldingen er efter "først til mølle" princippet og forbeholdt Roskilde/Køge Lokalforening.

Vi glæder os til at se Jer.

P.b.v. Marianne R. Bodi



COPA Storstrøm / Lolland / Falster

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

Siden sidst

Uændret bestyrelse

24. marts afholdt lokalforeningen generalforsamling i Karrebæksminde. Coloplast viste de sidste nye produkter hvorefter generalforsamlingen blev afviklet. Bestyrelsen er uændret.

Vi havde fået en forespørgsel fra et medlem, om det er muligt at etablere en samtalegruppe for mænd på samme måde som kræftpatienter har. Næstved frivillighedsråd stiller gerne lokale til.

Der var ikke rigtig nogen respons på det ved generalforsamlingen, derfor sætter vi det i bladet, hvor der formodentlig være en del, der læser det. Skulle der være interesserede, kan man melde tilbage til formanden.

Kommende arrangement

Mød Prins Henriks Kammertjener

Vores næste arrangement finder sted den 26. maj.

Her skal vi have besøg af Prins Henriks Kammertjener, der fortæller om sin tid i Kongehuset. Anker Andersen tog først vare på Kong Frederik, men da Margrethe blev gift, ønskede hun, at hendes ægtefælle skulle



overtage sin fars Kammertjener. Det er en spændende fortæller, og vi håber rigtig mange vil have lyst til at deltage i arrangementet.

Det kommer til at foregå på vores sekretariatskontor, Jyllandsgade 41 i Ringsted.

Tilmelding senest d. 18. maj på 4042 3044.

P.b.v. Helle Westergaard

En hilsen til vore medlemmer

Vær sand og ærlig
Vær god og kærlig
Så alle vil sige
At sådan en dreng og pige
Er værd at vinde
Men svær at finde.



COPA Fyn

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



Siden sidst

Dejlig aften

Onsdag den 21. marts var COPA Fyn igen værter for årets bowlingaften.

31 medlemmer var samlet i Bowl'n Fun hvor der blev spillet bowling i en time, hvorefter vi gik i restauranten. Vi hyggede os sammen i nogle timer med god mad og en masse snak. Det er altid en dejlig aften som vi glæder os til hver gang. Det er også dejligt at se, at der hver gang er nye medlemmer som støtter op om vores arrangementer.



P.b.v. Kirsten Kristiansen



Kommende arrangement

Sommerudflugt 2. - 3. juni



I år går udflugten til det skønne Als. På udturen vil der blive formiddagskaffe m/brød, og turen vil gå gennem Egersund, Broager Land og muligvis Kegnæs, alle smukke steder. Efter frokost på Fjordhotel Augustenborg skal vi opleve

udstillingscenteret på Dybbøl Banke. Middag og overnatning vil være på hotel Scandic i Sønderborg. Efter morgenmaden søndag vil der være udtjek og vi kører til Danfoss Univers i Havnbjerg. Når parken er set/oplevet kører vi til Nørherredhus i Nordborg, der serveres frokost. Efter frokosten kører vi stille og roligt rundt på Nordals inden vi vender snuden hjem over. Der vil være eftermiddagskaffe i bussen.

Påstigning i bussen på flg. steder:

- Gul indgang, Rosengårdscenteret kl. 8.00
- Dannebrogsgade (bag Banegården) kl. 8.15
- Afkørsel 55 kl. 8.35 (her kommer morgenbrødet med)
- Afkørsel 58A kl. 8.55.

I prisen er transport, kaffe, morgenbrød, 2 x frokost, middag, overnatning og entreer. Drikkevarer for egen regning alle steder. Ved overnatning i dobbeltværelse er prisen pr. person kr. 1.595,00 Tillæg for enkeltværelse er kr. 416,00.

Derudover betaler foreningen 1.000 kr. pr. deltager.

Tilmelding til Jørgen Rasmussen: joerner@outlook.dk el. tlf. 2924 1340 **senest d.15.maj kl. 18.00.** Ved tilmelding oplyses, hvor man står på bussen og dobbelt el. enkeltværelse.

Betaling sker ved tilmelding til reg. 1551 konto 4353247077 med oplysning om navn.

Turen gennemføres kun med minimum 20 deltagere.

Glæder os til en dejlig tur sammen med jer.

P.b.v. Jørgen Rasmussen og Nini Pedersen



ByMii

FEMININT UNDERTØJ

- til dig med stomi

ByMii er en helt ny eksklusiv undertøjsserie til dig, som ønsker feminint og klassisk undertøj.


Læs
mere på
bymii.dk



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

Alt i god ro og orden

Generalforsamling i COPA Sydvestjylland, afholdt den 12. april. Der var 22 tilmeldte til generalforsamlingen, hvor formand Anette Larsen bød velkommen.

På valg var formanden, Anette Larsen som modtog genvalg. Bestyrelsesmedlem Lis Saelberg modtog ligeledes genvalg. Bestyrelsesmedlem Holger Thomsen modtog ikke genvalg. I stedet blev Regnar Skelmose valgt. Suppleant Hanne Andersen modtog heller ikke genvalg. I stedet blev Aase Ibsen valgt.

Alt foregik i god ro og orden, og efter endt afstemning sluttede vi af med lækker smørrebrød, øl, vand samt kaffe.

Kommende arrangement

Kør selv tur

Kør selv tur i maj måned, datoen ikke helt fastlagt endnu. Invitation kommer særskilt.

P.b.v. Anette Larsen



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.

Kommende arrangement

Udflugt til Den Gamle By i Aarhus - tag med på en spændende tidsrejse fra 1500 tallet til 1970'erne.

Den 09.06.2018 inviterer vi dig på en tur til Den Gamle By i Aarhus.

Der er sket rigtig meget siden den første bygning blev anbragt her omkring 1900 tallet, i dag kan du komme på besøg, så at sige, i din barndomsgade, det bliver en rigtig spændende tur.

Vi kører fra Kolding Banegård	kl. 8.00
Fredericia Banegård	kl. 8.30
Vejle Banegård	kl. 9.30
Hedensted, ved tanken	kl. 9.15
Horsens Banegård	kl. 9.30

Inden vi når Aarhus er der et stop ved Ejer Bavnehøj, hvor der vil blive tanket op med kaffe, rundstykker og en lille en til halsen.

Der vil blive serveret en let frokost og eftermiddagskaffe inden turen går hjemad igen.

Vi forventer at være tilbage i Kolding ca. kl. 17.30.

Det er vores håb, at vi ses til denne udflugt og ser frem til at møde dig.

Pris for turen er for medlemmer/støttemedlemmer 200,00 kr; for ikke medlemmer 300,00 kr.

Tilmelding senest den 01.juni til

Hanne Westergaard mail h.westergaard@stofanet.dk eller tlf. 2978 0300.



P.b.v. Hanne Westergaard



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

Kommende arrangementer COPA Familiær Adenomatøs Polypose: Kontakt venligst Susanne Jakobsen.



COPA Sønderjylland

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

Kommende arrangement

Generalforsamling 25. maj kl. 12.00

Stomiforeningen Sønderjylland aflyste generalforsamlingen den 7. marts, der var dårligt vejr og meget få tilmeldinger. Vi har fundet en ny dato, hvor vi afholder vores generalforsamling. Det bliver den **25. maj 2018 kl. 12.00 på Røde-Kro.**

Dagsorden ifølge COPA's vedtægter:

1. Valg af dirigent
2. Formandens beretning
3. Kasserer fremlægger årsregnskab
4. Aktiviteter 2017/2018
5. Indkomne forslag
6. Valg til bestyrelsen
 - a. Bestyrelsesmedlemmer
Carl Christian Sørensen
Ellen Poulsen
Leif Reus
 - b. Valg af suppleant – Bjørg Klausen
 - c. Valg af revisor – Hans Phillipsen
 - d. Valg af revisorsuppleant – Lorenz Lorenzen
7. Evt.

Forslag der skal behandles på generalforsamlingen skal være formanden i hænde senest 8 dage før afholdelse, senest 17. maj. Alle medlemmer/støttemedlemmer er velkommen til spisning kl. 12.00. Efter middagen afholder vi generalforsamling kl. 13.00.

Åben rådgivning 2018 Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede.

Mandag d. 11. juni	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 06. august	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 01. oktober	kl. 10.00 til 12.30
Mandag d. 03. december	kl. 10.00 til 12.30

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

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

En repræsentant kommer og fortæller om hud og stomipleje.

Tilmelding til spisning senest d. 22. maj:

Carl Christian – 74 72 39 81/40 79 39 61

Christa – 74 47 33 70/41 57 33 70

På generalforsamlingen vil vi komme med forslag til ture. Vores medlemmer kan få medindflydelse, hvor vi skal hen. Bestyrelsen håber på god tilslutning til denne dag.

P.b.v. Christa Jensen



COPA Midt-/Vestjylland

Lokalformand:

Elin Bødker,

Granbakken 11 A, 7500 Holstebro
Tlf.: 4019 0160 E-mail: elin@os.dk

Siden sidst

Ny lokalformand

Referat fra generalforsamling den 06-03-2018

COPA Midt/Vestjylland hos Kirstine Hardam

16 deltagere tilmeldt. 3 meldte fra.

Aftenen startede med indlæg af sygeplejerske Heide Skydsgaard. Emnet var senkomplikationer ved stomioperationer: Brok, prolaps og granulom.

Derefter var der generalforsamling.

Formandens beretning ved Ulla pga. at Lars var stoppet pr. 1. januar, og Henrik havde meldt afbud.

Regnskab ved kassereren Gunnar.

Valg. Elin Bødker valgt til ny formand. Niels Smed Christensen valgt til bestyrelsesmedlem. Kaj Blok valgt til revisor.

Efter generalforsamlingen var firmaet Kirstine Hardam vært ved smørrebrød øl, vand og kaffe med lagkage.

En god aften for de fremmødte.

Kommende arrangement

Udflugt 16. juni til Tirpitz

COPA Midt/Vestjylland's udflugt 16. juni går til det nye museum Tirpitz.

Opsamling

- P-plads ved TV- Midtvest Holstebro kl. 7.45
- Markedspladsen Herning kl. 8.30.

Vi kører over Skjern Enge, Blåbjerg Plantage og til det nye naturområde ved Filsø. Stop ved den genskabte sø ved Filsø Gods. Undervejs kaffe og rundstykke.

Middag på Billum Kro. Drikke varer for egen regning. Derefter kører vi til museum Tirpitz der blev indviet i 2017.

Pris for turen: Medlemmer 150 kr. ikke medlemmer 300 kr.

Tilmelding senest den 27. maj til

Gunnar Andersen mail: gua@youmail.dk; tlf.: 9742 7376 / 2052 2743.

Kommende arrangement

Stomidag

6. oktober er der International Stomidag i Odense.

Kommende arrangement

Reserver dato for julefrokost 18. november

Julefrokost den 18. november på Gæstgivergården, Holstebro.



P.b.v. Ulla Andersen



COPA Gl. Viborg amt

Lokalformand:
Hans Breiner Henriksen, Fennebakken 9, 8800 Viborg.
Tlf.: 4070 0028 mail: sysoghans@youmail.dk

Yderligere kontaktperson:
Povl Jørgensen, Baldersvej 17A, 7800 Skive. Tlf.: 2481 2966 mail: lipo@youmail.dk

Siden sidst

Kaffen var så stærk, at teskeen kunne stå oprejst af sig selv Referat af generalforsamling 3. marts 2018 på Højslev Kro

Folk troppede op i god tid før klokkeslettet, de var inviteret til. Allerede før 11.30 var de fleste kommet. Det gjorde nu ikke så meget, for snakkelysten er stor i lokalforeningen COPA Gl. Viborg amt. Lidt i tolv meddelte køkkenet maden klar til servering, og retten bestod af gammeldags flæskkesteg med rødkål og brune kartofler – og selvfølgelig sovs. Flere medlemmer fik serveret en ekstra omgang.

Da der var slået lidt mave, var det tid til dessert. Og hvad var vel mere naturligt ovenpå en gang flæskkesteg end citronfromage. Den var populær, men her var der kun en portion pr. mand/kvinde.

I den oprindelige planlægning havde vi nu planlagt et professionelt underholdende indslag. Men – når nøden er størst, er hjælpen nærmest.

Vi har sådan en slags model blandt vore medlemmer. Henry Jensen fra Stoholm fortalte om sit "samarbejde" med Coloplast. Coloplast har været ude og lave optagelser af ham – både i hans hjem, og i forbindelse med hans store interesse, tennis, og sågar på hans arbejde ved Viborg Bryghus. Det blev til to dages intensivt samarbejde, hvor Henry selvfølgelig også skulle fortælle om sin oplevelse med Coloplast produkter, og prøve dem på. Det var nu mest prøver på hånden og ikke direkte på maven. Produktet, som Henry tester er Brava, en ring man kan forme efter behov.

Herefter fortalte Henry om sit liv – med diverse operationer og genvordigheder, men også en historie, som er et godt bevis på, at ens liv går videre, på trods. Det var et yderst relevant indslag, og bestyrelsen har kort talt om, at et sådant indslag fra et medlem er meget vedkommende og velkommen.

Det blev nu tid til kaffe og kage. Kaffen var så stærk, at teskeen kunne stå oprejst af sig selv.

Herefter gik vi til den lidt alvorligere del af arrangementer – afholdelse af generalforsamling.

1. Formanden tog ordet, og meddelte, at bestyrelsen ville pege på Povl Jørgensen som dirigent.
2. Dirigenten tog herefter ordet, og konstaterede, at generalforsamlingen var lovligt indvarslet. Dirigenten læste dagsordenens punkter op, og gav ordet til formanden.

3. **Formandens beretning.**

Formanden oplyste i sin beretning de møder, der havde været afholdt i bestyrelsen. Dertil fortalte formanden om de arrangementer, der havde været i årets løb. Formanden gjorde opmærksom på, at der var indsendt referat af alle arrangementer til Copa-bladet. Formanden nævnte også, at man kan se alle Copa-bladets udgivelser på www.copa.dk.

Til sidst nævnte formanden, at to bestyrelsesmedlemmer havde været på kursus. Hosstående referat vil være at læse i Copa-bladet, ligesom beretningen også vil. Beretningen blev godkendt med applaus.

4. **Regnskabsaflæggelse.**

Kassereren gennemgik regnskabet, hvortil der ikke var bemærkninger. Regnskabet blev godkendt med applaus.

5. **Aktivitetsplan.**

Formanden redegjorde for bestyrelsens overvejelser om en aktivitetsplan. Det ligger fast, at der skal finde et



sommer- og et julearrangement sted. Til sommerarrangementer fremlagde formanden 2 forslag. Udflugt med frokost til Mønsted Kalkgruber, eller til Jenle i Salling. Formanden appellerede til forsamlingen om yderligere forslag. Her blev foreslået Testcentret ved Østerild, og Hanstholm Bunkermuseum. Alle forslag vil blive drøftet i bestyrelsen, og der vil komme en invitation til et sommerarrangement, som vil finde sted d. 18. august. Der blev samtidig nævnt, at der bliver et julearrangement d. 24. november 2018. Sæt kryds i kalenderen ved begge datoer.

6. Valg.

Der skulle foretages flere valg. På valg til bestyrelsen var Kitte Engberg Nielsen og Povl Jørgensen. Begge kandidater var villige til genvalg. Begge blev valgt med applaus. På valg til revisor var Niels Peter Kirk. Niels Peter blev genvalgt med applaus. Som suppleant til bestyrelsen valgtes Henry Jensen, Stoholm. Henry var villig til at komme til bestyrelsens møder.

Som suppleant for revisor valgtes Thomas Tingggard, Kjeldbjergvej, Skive. Også disse to supleanter blev valgt med applaus.

7. Eventuelt.

Intet under eventuelt.

Herefter takkede dirigenten for god ro og orden, og Krista Bøg fra Vilsund foreslog, og gennemførte, at der blev klappet af bestyrelsen. Det var vi meget taknemlige for. Til slut klappede vi alle af dirigenten, som havde ledet slagets gang på betryggende vis.

COPA Gl. Viborg amt fortsætter næste side)



STOMOCUR®

Roland Healthcare

STOMOCUR
Kvalitet



Nyt blødt
CONVEX
System

COLO,
ILEO &
URO



Individuelt
tilpasset

Giver **bedre**
løsninger

Kontakt os for rådgivning og få tilsendt prøver

Roland Healthcare ApS

Tel: +45 4814 2080 Mail: info@roland1.dk

Hvidehusvej 34 3450 Allerød www.rolandhealthcare.dk

[COPA Gl. Viborg amt fortsat:](#)

Formandens beretning COPA Gl. Viborg amt, marts 2018

Kære medlemmer.

Hjertelig velkommen til denne generalforsamling – min første som formand for lokalforeningen.

Det er med stor ydmyghed, jeg står her, hvor det er min hensigt at give Jer et indblik i, hvad der er foregået i lokalforeningen gennem det seneste år.

Når jeg siger ydmyg skyldes det, at jeg kun er talerør for den siddende bestyrelse, da det kun en brøkdel af de opgaver, vi har haft gennem året, som jeg personligt har udført. Men – det fører for vidt, at fremhæve, det enkelte bestyrelsesmedlem. Jeg vil blot benytte lejligheden til at takke den for det store engagement, bestyrelsen har lagt for dagen.

Bestyrelsen har afholdt 5 bestyrelsesmøder siden sidste generalforsamling. Det første var d. 29. marts, hvor vi planlagde vores sommertur, på anbefaling af generalforsamlingen. Der blev besluttet en tur – først på sommeren - til Fur. Imidlertid kom der kun få tilmeldinger, så bestyrelsen aflyste.

Vi brugte også dette møde til at Knud Fauerskov kunne overdrage alt materiale og rutiner til den nye bestyrelse, og til at bestyrelsen kunne konstituere sig. Vi brugte også mødet på at yde Knud stor tak for det store arbejde, han havde lagt i foreningen gennem flere år.

Næste møde var 22. maj – igen med planlægning af sommerudflugt. Denne gang i august måned 2017. Her kom fint med tilmeldinger, og vi havde en ualmindelig hyggelig og god tur til Fur. Der var både spisning og guidning rundt på øen, men det skal jeg ikke trætte Jer med her, for arrangementet blev – når jeg selv skal sige det – godt beskrevet i bladet.

Bestyrelsen holdt igen møde d. 21. august og d. 13. september. Begge disse møder brugte vi til at tilrettelægge et meget hyggeligt julearrangement på Kongenshus Kro. Dette arrangement er ligeledes beskrevet i bladet.

Herefter har vi holdt møde såvel d. 30. november som d. 30. januar. Disse møder har haft til hensigt at arrangere dette års generalforsamling. Som et nyt indslag havde vi planer om en underholder, men denne var desværre optaget til anden side. Ham vil vi stedet hyre til et andet arrangement – evt. til julearrangement næste jul.

Bestyrelsen havde også planer om i løbet af foråret at lave et arrangement med en leverandør. Vi havde faktisk kontakt med Kristine Hardam før jul, og de var ikke afvisende. Men vi har ikke hørt mere fra dem. Vi går ud fra, at de har travlt med at arrangere sig med den store landsdækkende konference om stomi, som COPA er medarrangør af.

Af yderligere aktiviteter der skal nævnes, kan vi fortælle, at to bestyrelsesmedlemmer har været på bestyrelseskursus i Fredericia. Det var en blanding af organisationsting, og lægefaglige og forskningsmæssige input.

Sidst skal det nævnes, at bestyrelsen jo er deltagende i COPA's hovedbestyrelses møde, som afholdes hvert forår. Lokalformanden deltager, eller sender et andet bestyrelsesmedlem.

Dette var ordene, om året der gik i COPA Gl. Viborg amt. Spørgsmål besvares gerne.

P.b.v. Hans Breiner Henriksen



Urostomigruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:
Anne Lise Hansen, Gåskærgade 17 B, 1.tv., 6100 Haderslev
Tlf.: 2961 2776 E-mail: achansen@webspeed.dk

Kommende arrangement

Spændende dag - 29. september

Sæt kryds i kalender til en spændende dag - lørdag den 29. september 2018. Professor, overlæge, dr.med. Jørgen Bjerggaard Jensen vil komme med et oplæg. Mødet bliver på Harmonien i Haderslev. Program kommer i næste blad.

P.g.v. Anne Lise Hansen



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.



COPA Forældregruppen

Gruppens repræsentant og gruppens kontaktperson:
Morten Holmgaard, Amaliehaven 20, 7080 Børkop
Tlf.: 5047 5007 / 4021 1966 E-mail: perret-holmgaard@hotmail.com

Kommende arrangementer Forældregruppen: Kontakt venligst Morten Holmgaard.



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	17. maj	16 - 17.30
Torsdag	31. maj	16 - 17.30
Torsdag	14. juni	16 - 17.30
Torsdag	9. august	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.

Randersgruppen

**Vi skal hilse på bisonokserne,
den gamle kvægrace og fårene**

Tirsdag den 29. maj mødes vi på

Reberbanevej 12 st. th.

Vi samles og kører ud og siger godnat til bisonokserne ved deres stald. Der får vi lidt at vide om dyrene, og hvis vejret er til det, får vi kaffe/te og kage der, ellers kører vi tilbage og får det på Reberbanevej.

Husk tilmelding til:

kirsten.gjorup.hansen@gmail.com tlf. 22 16 21 40.

Kirsten Gjorup Hansen



Stomiposer til Ukraine

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

Aarhusklubben

Langt om længe kom foråret til Aarhusklubben i april måned. Vi brugte vores aprilsmøde til en gang omvendt banko samt at varme næserne ude i solskinnet. Herligt!

Jeg deltog i generalforsamlingen sidst i marts og fremlage vores snak om, at Rigmor og jeg ønsker at holde op efter ni år som "formand" for Aarhusklubben. Så nu håber vi, der er en, der har lyst til at overtage. Arbejdet er ikke krævende. Vigtigt er bestilling af lokale til mødedagene, indlæg til bladet samt lidt regnskab/indkøb.

Efter generalforsamlingen var der et godt foredrag om output ved ileostomi. Der var intet entydigt vedrørende et større output. Blot at sukkerholdige drikke giver større output. Men spørg evt. Niels Brund. Han er nok den i bestyrelsen, der ved mest om dette emne.

Maj-mødet onsdag d. 9. kl. 14-16 holder vi udendørs. Vi mødes dog som sædvanligt i lokale 06.

Efter en forhåbentlig lang og god sommer mødes vi igen **onsdag d. 12. august.**

Merethe Jastram Knudsen
tlf. 28188928

Siden sidst

Afholdelse af generalforsamling d. 21. marts 2018

Formanden Gitte Heide bød velkommen til de ca. 35 fremmødte medlemmer. Generalforsamlingen blev afholdt i Frivillighuset, Trøjborg i Aarhus.

Valg af dirigent

Niels Brund blev valgt som dirigent, og konstaterede at generalforsamlingen var lovligt indkaldt i henhold til vedtægterne.

Formandens beretning

Formanden Gitte Heide aflagde beretning om årets aktiviteter.

- Der var afholdt 7 bestyrelsesmøder med bl.a. planlægning af aktiviteter mm.
- Afholdte arrangementer i 2017 i Lokal afd. Aarhus omfatter 2 svømmeaftener, sommerudflugt til Thisted, Hjemløsetur (Poverty-walking) samt juleafslutning.
- Lokale arrangementer er afholdt i lokalklubberne i Aarhus og Randers.
- Rådgivergruppen, som består af 15 medlemmer, har gennemført såvel ad-hoc-rådgivning som faste rådgivningsvagter (hver 2. uge) på Aarhus Sygehus, Tage Hansens Gade. Rådgivergruppen afholder statusmøder hver 3. måned med bl.a. fordeling af vagter. Med udflytningen af Aarhus Sygehus til Skejby har bestyrelse og rådgivergruppe drøftet, hvorledes den fremtidige rådgivning skal/ kan foregå.

(COPA Aarhus fortsætter næste side)



I forbindelse med generalforsamlingen holdt forskningsassistent, Aarhus Universitetshospital, Charlotte Rud et spændende foredrag om high output. Flere COPA-medlemmer har deltaget i et forskningsprojekt for hende, om drikkevarers betydning for ileostomi-output.

COPA Aarhus fortsat:

Formandens beretning blev godkendt af de fremmødte på generalforsamlingen.

Aflæggelse af regnskab

Kassereren Ejvind Thorsen gennemgik indtægts- og udgiftsposterne i regnskabet.

- Indtægterne kommer primært fra COPA's Landsforening og en vis egenbetaling til de forskellige arrangementer. Udgifter kan henføres til bestyrelsesarbejde, rådgivermøder, klubmøder samt arrangementer afholdt i årets løb.
- Regnskabet viste et overskud på ca. kr. 4.000. Regnskabet blev af generalforsamlingen godkendt uden kommentarer.

Aktivitetsplan for 2018

Aktivitetsplan 2018 omfatter foreløbig:

- 2 svømmeaftener
- Sommerudflugt. Den er endnu ikke planlagt.
- Temadag med Coloplast
- Stomidag i Odense
- Juleafslutning
- Lokale arrangementer i Randers, Aarhus

Indkomne forslag

Der var ikke indkommet forslag til drøftelse på generalforsamlingen.

Valg af formand

- Gitte Heide blev genvalgt.

Valg af 2 bestyrelsesmedlemmer

På valg var Niels Brund og Ejvind Thorsen

- Niels Brund blev genvalgt
- Ejvind Thorsen ønskede ikke genvalg. John Noer blev nyvalgt.

Valg af suppleant

- Poul Andersen blev genvalgt

Valg af revisor og revisorsuppleant

- Revisor: Helle Jørgensen blev genvalgt.
- Revisorsuppleant: Else Marie Kraul blev genvalgt.

Eventuelt

Merethe Jarstram Knudsen, som i 8 år har været organisator for Aarhusklubbens arrangementer, vil stoppe efter sommerferien. Der skal derfor findes en person, som vil overtage arbejdet. Merethe bad generalforsamlingens deltagere om at overveje et emne.

Generalforsamlingen var hermed slut og dirigenten takkede for god ro og orden.

P.b.v. Ejvind Thorsen



Efter generalforsamlingen har bestyrelsen konstitueret sig således:

Formand:	Gitte Heide (valgt på generalforsamlingen d. 21. marts)
Sekretær:	John Noer
Kasserer:	Niels Brund
Bestyrelsesmedl.:	Bodil Andersen
Bestyrelsesmedl.:	Kirsten Gjørup Hansen
Suppleant:	Poul Andersen



Kommende arrangement

Den Gamle By med guide lørdag den 2. juni

Hermed indbydes der til en spændende omvisning i Den Gamle Bys nyeste afdeling, som hedder 'Aarhus fortæller'.

Program:

Vi mødes ved hovedindgangen kl. 10.00.

Guiden tager os med på omvisning af 1 times varighed. Herefter er der tid på egen hånd, hvor vi kan foreslå et besøg i Møntmestergården med udstillingen Fra dronningens garderobe.

Maksimalt deltagerantal: 20 pr. rundvisning - derfor først til mølle!!

Egenbetaling:

50 kr. for entré og omvisning. Hvis man selv har årskort til Den Gamle By er arrangementet gratis.

Tilmelding senest 16. maj til Bodil Andersen på tlf. 86161840 eller pr. mail b.g.andersen@stofanet.dk

P.b.v. Niels Brund

Siden sidst

Svømmeaften mandag d. 26. marts



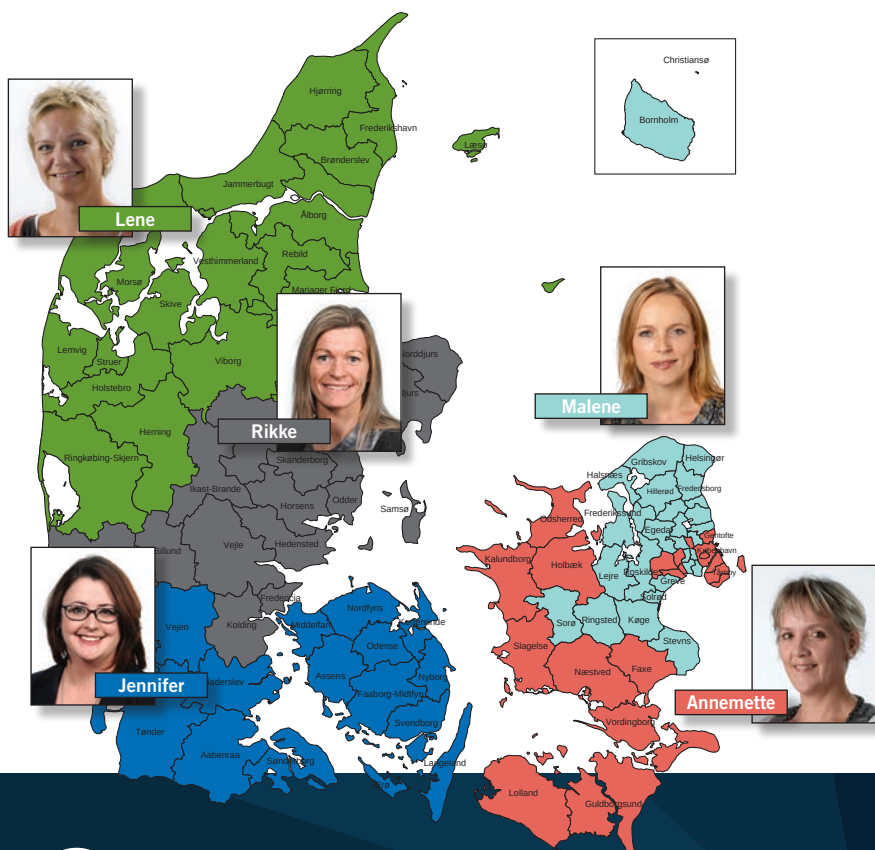
Så blev det igen tid til en tur i svømmehal for os der har pose på maven. Mandag d. 26. marts vi var 9 tilmeldte der mødtes i "Spanien" – badeanstalten. Der blandt en ny deltager som var parat til at prøve at gå i svømmehal med pose på maven. Det er lige præcis det, der er formålet med disse svømmeaftener, at man som stomist kan opdage, at man sagtens kan fortsætte med at gå i svømmehal selvom man har fået stomi. Der er altid erfarne "stomisvømmere" med sådan en aften, som man kan støtte sig til.

Det er slet ingen nødvendighed at man kan svømme for at tilmelde sig svømmeaftenen, man kan også bare hygge sig i boblebadet, det lave bassin med varmt vand og massagedysser eller i saunaen, med i omklædningsrummet og i vandet skal man dog. Vi var i vandet en god times tid, derefter gik vi vanen tro på restaurant med lækker buffet efterfulgt af nærmest en balje kaffe. Rigtig hyggeligt

Her i COPA Aarhus-region 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 mølle..."-princippet. 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

Totalleverandør af stomiprodukter og tilbehør



Hos OneMed har vi 5 sygeplejersker, der er klar til at rådgive dig i valg og anvendelse af produkter.

Vi markedsfører alle kendte stomiprodukter på markedet.

Se dine bevilligede produkter og bestil nemt og hurtigt via vores webshop eller ring til vores kundeservice.

Vi er der for dig.

Med OneMed som leverandør, kan du handle trygt, værdigt og sikkert.



Følg "OneMed Danmark" på Facebook. Find korte film og opslag om livet med en stomi.

ONEMED

OneMed A/S
P.O. Pedersens Vej 16
8200 Aarhus N

Tlf. 86 109 109
info.dk@onemed.com
www.onemed.dk
facebook.com/OneMedDanmark



COPA Nordjylland

Lokalformand:
Bjarne Baarup, Vester Altan 42, 9500 Hobro
Tlf.: 2143 3018 bjarnebaarup@gmail.com

Siden sidst

Bowlingaften den 9. marts

I disse influenztider kan man jo desværre ikke undgå afbud, men det lykkedes os da at samle 18 deltagere til vores traditionelle bowlingaften.

I år var der dog kun 7, der bowlede. Måske fordi vi havde givet mulighed for at deltage kun til spising. Eller også er det fordi vi bliver ældre. Der er trods alt kun 25 kr. til forskel.

Men vi bowlede på to baner, og vinderen af første spil på de to baner blev henholdsvis Lykke Larsen og Ejvind Pedersen, som hver kunne gå hjem med en flaske rødvin.

Efter anstrengelserne af nogle få hyggede vi os ovenpå med dejlig buffet, inden vi skiltes igen.

P.b.v.
Bjarne Baarup



Siden sidst

Generalforsamling

Søndag den 8. april afholdt COPA Nordjylland sin årlige generalforsamling på Skalborg Kro. 32 medlemmer var mødt op.

Inden generalforsamlingen fik vi kaffe og rundstykker.

Niels Larsen blev valgt som dirigent, derefter formanden Bjarne Baarups beretning. Kassereren fremlagde regnskabet, som blev godkendt.

Bjarne Baarup, Lise-Linda Nielsen og Lis Isgård Gregersen blev genvalgt til bestyrelsen. Suppleant Vinnie Christensen stoppede i bestyrelsen. Som ny suppleant blev Bent Bøjden Christensen valgt for et år.

Ronald Hyllested og Niels Larsen fortsatte som henholdsvis revisor og revisorsuppleant.

Der kom mange gode forslag til nye aktiviteter til det nye år, som vi i bestyrelsen vil arbejde videre på.

Dagen sluttede med buffet og kaffe.

P.b.v. Lise-Linda Nielsen

Kommende arrangement

Møde med Coloplast den 14. maj

Mandag den 14. maj inviterer COPA Nordjylland og Coloplast til et temamøde på **Helnan Phønix Hotel kl. 17:00 - 20:00** med følgende program:

17:00-18:00 Coloplast produktpræsentation af bl.a. SenSura Mio Concave.
18:00-19:00 Besøg ved udstillingsbordene.
19:00-20:00 Indlæg om rettigheder i.f.m. stomihjælpemidler ved Jeppe Kerckhoffs, DHF.
20:00 Afslutning.
Der serveres kaffe, te, kage, sandwich og vand. Ledsagere er velkomne.

Tilmelding til undertegnede på bjarne@baarup.dk eller tlf. 2143 3018 eller på hjemmesiden www.coloplast.dk/aalborg senest den 7. maj 2018. Den dato er jo sikkert passeret, når I modtager bladet, men alle medlemmer i Nordjylland har fået brev forinden.

P.b.v. Bjarne Baarup



Flere unge ryger og flere unge er stressede

Stor undersøgelse har taget temperaturen på danskernes sundhed og selvom vi generelt drikker mindre, så er vi mere usunde end tidligere. Særligt bekymrende er det, at flere unge ryger og er stressede nu end for fire år siden.

55.185 mennesker i Region Hovedstaden har i 'Sundhedsprofil for Region Hovedstaden og kommuner 2017' svaret på en række spørgsmål om kost, motion, alkoholforbrug, rygning, stress, ensomhed og meget mere.

Den mest bekymrende udvikling siden sidste undersøgelse i 2013 er desværre, at flere ryger, og at stigningen er markant hos unge. Samtidigt giver flere udtryk for at de er stressede og igen er stigningen mest markant hos unge. Samtidig føler godt hver tiende unge sig ensom og der er generelt blevet flere som har svage sociale relationer. Til gengæld drikker regionens borgere generelt mindre alkohol nu end tidligere - og dette gælder også blandt de unge.

Social ulighed uændret

Sundhedsprofil 2017 er den fjerde undersøgelse af danskernes helbredtstilstand i Region Hovedstaden, og der er foretaget lignende undersøgelser i 2007, 2010 og 2013. Jo højere uddannelse, jo bedre sundhed

– og omvendt. Statistiske analyser understreger, at der ikke er sket nogen nævneværdige ændringer i ulighed i sundhedsadfærd og trivsel siden 2010.

Sundhedsprofilen blev præsenteret på en konference den 19. marts.

- "Sundhedsprofil 2017 giver os en masse information. Den identificerer en række udfordringer i borgernes sundhed og i sundhedsvæsenet, og herunder i hvilke borgergrupper udfordringerne er særligt udtalte. Styrken ved rapporten er, at den giver indsigt i udvikling i sundheden over tid hos mange forskellige borgergrupper og i kommunerne. Fordelen ved rapporten er desuden at mange af resultaterne kan sammenlignes med resultater fra andre regioner, såvel som med andre relevante undersøgel-

ser. Hermed giver undersøgelsen et godt indblik i vores generelle sundhedstilstand og skaber grundlag for fremadrettet planlægning af indsatser i region og kommuner. Konferencen den 19. marts er første skridt til at bruge resultaterne konstruktivt", siger Ph.D., seniorforsker og projektleder for Region Hovedstadens Sundhedsprofil,

Cathrine Juel Lau. ■

Flere ryger dagligt - særligt unge mellem 16-24 år, hvor 16% ryger hver dag mod tidligere 13%.

Vi drikker generelt mindre alkohol - både det, der kategoriseres som 'storforbrug' og 'rusdrikkeri' og vi er samtidig blevet mere motiverede for at nedsætte vores alkoholforbrug.

Flere spiser usundt - samtlige aldersgrupper i undersøgelsen spiser mere usundt end for fire år siden.

Flere giver udtryk for søvnbesvær - i samtlige adspurgte aldersgrupper.

- Alle fem regioner, Sundhedsstyrelsen og Statens Institut for Folkesundhed, SDU står bag undersøgelsen. Den er gennemført på baggrund af en aftale mellem Danske Regioner, KL og Sundheds- og Ældreministeriet.
- Ca. 180.000 deltagere fra hele landet. Her omtale af resultat fra 55.185 i Region Hovedstaden.
- Formålet med undersøgelsen er at indhente viden, der kan bruges som grundlag til at planlægge og målrette sundhedsindsatsen kommunalt, regionalt og nationalt i Danmark
- 104.950 tilfældigt udvalgte mennesker i Region Hovedstaden har modtaget et spørgeskema, og af dem har ca. 52,6 procent svaret.
- Undersøgelsen gentages hvert fjerde år.

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

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

Fyn

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

Nordjylland

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

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 4095 0953

Sydøstjylland

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

Frederiksborg

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

Sønderjylland

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

Familiær Adenomatøs Polypose gruppen

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

Bornholm

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

Sydvestjylland

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

Forældregruppen

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

Roskilde/Køge

Marianne R. Bodi
Ved Store Dyrehave 44, st.t.h.
3400 Hillerød
Tlf.: 2343 0353

Midt-/Vestjylland

Elin Bødker
Granbakken 11A
7500 Holstebro
Tlf.: 4019 0160

Ungdom

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

Vestsjælland

Eddy Tersløse
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 6063 0747

Gl. Viborg amt

Hans Breiner Henriksen
Fennebakken 9
8800 Viborg
Tlf.: 4070 0028

Urostomigruppen

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

Storstrøm/Lolland Falster

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

Aarhus

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

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

