



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

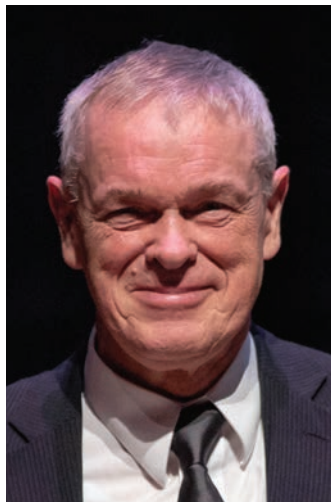


I dette blad kan man bl.a. læse:

Stomiopereret i Nepal.....se side 8

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

Dagene er blevet længere og foråret nærmer sig. Mange har allerede planlagt ferierejsen for 2020. I bladet er COPA's tilbud på et sommerhold. Også i år blev Fyn valgt til COPA landsarrangementet.

Solsikkesnor

Apropos at rejse. Som noget helt nyt er det nu muligt, at personer med usynlige handicap/ diagnoser kan komme lettere gennem sikkerhedscheck i Københavns Lufthavn. Man kan få en Solsikkesnor udleveret ved Terminal 3. Der stilles ikke spørgsmål. Læs mere i bladet om Solsikkesnoren.

KB Hædersprisen

Hvert år den 4. februar er det World Cancer Day. Kræftens Bekæmpelse i Danmark uddeler denne dag en Hæderspris til en person, en gruppe, en afdeling eller andre, som har gjort en særlig indsats inden for kræftområdet. I år blev prisen tildelt alle patientforeninger, der er en del af samarbejdet mellem Kræftens Bekæmpelse og patientforeningerne i KB regi. Det var en stor oplevelse at få prisen overrakt sammen med 19 andre patientforeninger.

Da mange stomiopererede har fået deres stomi på grund af cancer, har det gennem rigtig mange år været oplagt med et samarbejde mellem Stomiforeningen COPA og Kræftens Bekæmpelse.

Tak til alle i COPA, der har været med til at give information om vores forening, at give råd og vejledning til ligestillede, for jeres frivillige arbejde og medlemskab i COPA. Husk også, I er en del af Verdens ældste patientforening for stomiopererede, COPA blev stiftet i 1951.

Selvfølgelig også tak til alle i Kræftens Bekæmpelse for en rigtig god aften den 4. februar.



Øgede udgifter til tandpleje

Mange med mave/tarmsygdomme - diagnoserne morbus Crohn, colitis ulcerosa og Hirschsprung kan få problemer med tandskader ved medicinsk behandling. Der vil ofte være store udgifter til tandlægeregangen. Gennem mange år har COPA og flere andre patientforeninger, med samme problematik, prøvet at få hjælp fra politikere til at borgere med disse diagnoser også kan få dækket merudgifterne ved tandlægebesøg. Lige nu er der høringsfase om et lovforslag til ændringer vedr. tandpleje. Stomiforeningen COPA har skrevet til Danske Handicaporganisationer (DH), at lovforslaget fremover også bør dække omtalte diagnoser. DH er tovholder for patientforeningernes ønsker vedr. lovforslag. DH er en paraplyorganisation for 34 patientforeninger, herunder også for COPA.

Artikel fra Nepal

I bladet er der en artikel om livet som stomiopereret i Nepal. Per Herlufsen, stomisygeplejerske på Hvidovre Hospital, har siden 2015 arbejdet med et projekt, der skal være med til at forbedre forholdene for stomiopererede i Nepal - sygeplejersker skal også tilbydes undervisning i stomiopleje. Navnet på stomiforeningen i Nepal er Nepal Ostomy Association, der er forkortet til N.O.A. De nordiske stomiforeningers fælles navn er også NOA.

Hjælpemidler

Problematikken i Næstved Kommune vedr. at borgerne kunne få leveret deres hjælpemidler fra egen valgt leverandør, er nu løst. Jeg har fået oplyst fra stomiopererede i kommunen, at de nu har fået en bevilling til den leverandør, de selv ønsker.

Men ak, Nu er der problemer i Lejre Kommune. Her vil kommunen ikke bøje sig for borgerens ønsker om selv at vælge deres leverandør. Der er ved deadline for materiale til COPA's medlemsblad ikke fundet en løsning på problem. Kommunen har tænkt at sende sagen til Ankestyrelsen for at få en princip-afgørelse. COPA vil følge sagen nøje og afventer Lejre Kommunes næste skridt. Måske kommer de på andre tanker og bliver mindre bureaukratiske.

Inden næste COPA medlemsblad udkommer, har der været påske. Husk at nyde fridagene, forhåbentligt i dejligt vejr med masser af solskin.

Hilsen Henning Granslev

MobilePay

Er nem og nutidig mulighed for at give et tilskud til **COPA hjemmesiden. Stomiguiden.** Bemærk. Kontingent kan **IKKE** indbetales på Mobile Pay nummeret. Der er kun givet tilladelse for indbetaling af støtte til COPA hjemmesiderne.

MobilePay nummeret er 67873.



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.



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 10/04.

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 10/04.**

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes til mail@copabladet.dk. Andet materiale modtages også - efter afale. Reproklart annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde **senest: 17/04.**

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

Foto forsiden

Foto: Per Herlufsen.

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 2/2020 (marts-april) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 273].**Indhold:**

Leder (<i>Henning Granslev</i>).....	2
Patientforeninger får Kræftens Bekæmpelses Hæderspris for deres arbejde for kræftpatienter.....	4
Stomiopereret i Nepal (<i>Per Herlufsen</i>).....	8
Læserne skriver: Uheldet var ude (<i>Regnar Skelmose</i>).....	12
Sommerophold 2020 (<i>Henning Granslev</i>).....	14
Vær opmærksom, når du køber kosttilskud på nettet.....	15
Solsikkesnor til personer med usynlige handicap og diagnoser.....	16
Nyt fra lokalforeningerne	18

**COPA-kontingent**

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 2	marts uge 11
Copa-blad 3	maj uge 19
Copa-blad 4	juli uge 28
Copa-blad 5	september uge 37
Copa-blad 6	november uge 46

Hvis bladet ikke er modtaget i efterfølgende uge, skal man kontakte sekretariatet på tlf. 5767 3525 eller sende 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.



Foto: Tomus Bertelsen

Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020

Patientforeninger får Kræftens Bekæmpelses Hæderspris for deres arbejde for kræftpatienter

Helen Bernt Andersen (formand for Kræftens Bekæmpelse),
Henning Granslev (landsformand COPA) og Jesper Fisker
(administrerende direktør for Kræftens Bekæmpelse)
ved prisoverrækkelsen 4. februar 2020.

Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020 gik til 20 patientforeninger og -netværk, som både hver især og samlet set gør en stor og betydningsfuld indsats for kræftpatienter og pårørende i alle dele af kræftforløbet. Hædersprisen blev overrakt af formand for Kræftens Bekæmpelse Helen Bernt Andersen tirsdag den 4. februar på World Cancer Day.

Gøre en forskel

De 20 patientforeninger og -netværk arbejder for at gøre en forskel for patienter og pårørende inden for en bred vifte af specifikke kræftdiagnoser, mens andre har et bredere perspektiv, som f.eks. familier med cencerramte børn, senfølger eller motion. Alle samarbejder med Kræftens Bekæmpelse – nogle af foreningerne er store og landsdækkende med flere tusind medlemmer, mens andre er små netværk, der mødes med jævne mellemrum. Fælles for dem alle er, at de drives af ildsjæle,

som selv har haft en kræftsygdom inde på livet, og som brænder for at gøre en forskel for andre i samme situation.

Tirsdag den 4. februar fik de 20 patientforeninger og -netværk Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020 overrakt af formand for Kræftens Bekæmpelse Helen Bernt Andersen.

Det skete ved et arrangement i Skuespilhuset i København, som også var en markering af World Cancer Day.

Helen Bernt Andersen, formand for Kræftens Bekæmpelse, begrundet valget således:

- "Patientforeningerne modtager i år Kræftens Bekæmpelses Hæderspris for det store og helt unikke arbejde, de hver dag gør for kræftpatienter og pårørende i Danmark. Det er imponerende, hvordan disse mennesker bruger deres fritid på at engagere sig sundhedspolitisk, på at

deltage i arbejdsgrupper og udvalg, på at besvare telefonopkald fra bekymrede patienter og deres pårørende, på vidensdeling, på pressearbejde og på konstant at være opdateret med en enorm detailviden på netop deres specifikke område".

Kræftpatienter finder trøst hos ligesindede

På trods af at man som kræftpatient kan være omgivet af et stort netværk af familie og venner, føler nogle sig alene med deres tanker, følelser og erfaringer igennem kræftforløbet. Mange patienter og pårørende har derfor stor glæde af at møde andre mennesker, som står i en lignende situation, eller som har gennemlevet et lignende forløb. I mødet med ligestillede beskriver mange patienter og pårørende at opleve en helt særlig forståelse for det, de gennemgår.

(fortsætter side 6)

GIV STOMIEN ET LØFT

Med **eakin dot® 2-dels blød convex**
kan du føle dig mere sikker, så du trygt kan
leve som du vil.



BLØD, FLEKSIBEL, SIKKER

eakin dot® 2-dels blød convex

Ring til os efter gratis vareprøver på 49261399
eller besøg os på www@focuscare.dk

Focuscare



Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020, fortsat:

- Det betyder virkelig noget at kunne tale med andre i samme situation. Nogen der forstår, præcis hvordan det er. Nogen der kan fortælle, hvordan de har håndteret deres oplevelser under en kræftsygdom. Ildsjælene bag de 20 patientforeninger og -netværk har selv gået vejen og kan med deres erfaringer gøre en kæmpe forskel for kræftpatienter og deres pårørende ved at give håb, styrke og sammenhold, siger Helen Bernt Andersen.

Kræftens Bekæmpelses Hæderspris

Det er 10. gang, at Kræftens Bekæmpelse uddeler sin hæderspris på 50.000 kr. Med prisen ønsker Kræftens Bekæmpelse at påskønne en person eller gruppe, som har gjort en særlig indsats inden for kræftområdet, herunder også forebyggelse af kræft.

Se tidligere vindere på cancer.dk. ■

De 20 patientforeninger og -netværk, der modtog Kræftens Bekæmpelses Hæderspris 2020

- Blærekræftforeningen
- Dansk Brystkræft Organisation - DBO
- Dansk Landsforening for Hals- og Mundhuleopererede - DLHM
- Dansk Lymfødeme Forening - DALYFO
- Dansk Myelomatose Forening
- Dansk Nyrecancer Forening - Danyca
- Foreningen Cancerramte Børn
- Foreningen Netpa Danmark
- Hjernetumorföreningen
- Kræft I Underlivet - KIU
- Landsforeningen Bryd Grænser
- Netværk for Kræftbehandling i Udlandet - Netku
- Netværk for patienter med hals- og mundhulekræft
- Pancreasnetværket i Danmark
- Patientforeningen Modernmærkekræft
- Proof of Life
- Prostatakræftforeningen - PROPA
- Senfølgerforeningen
- Stomiforeningen COPA
- Tarmkræftforeningen

World Cancer Day
World Cancer Day markeres verden over hvert år den 4. februar. Formålet med dagen er at gøre opmærksom på kræft og opfordre til bedre forebyggelse, opdagelse og behandling af sygdommen med det mål, at færre mennesker rammes af kræft, og at færre dør af sygdommen.



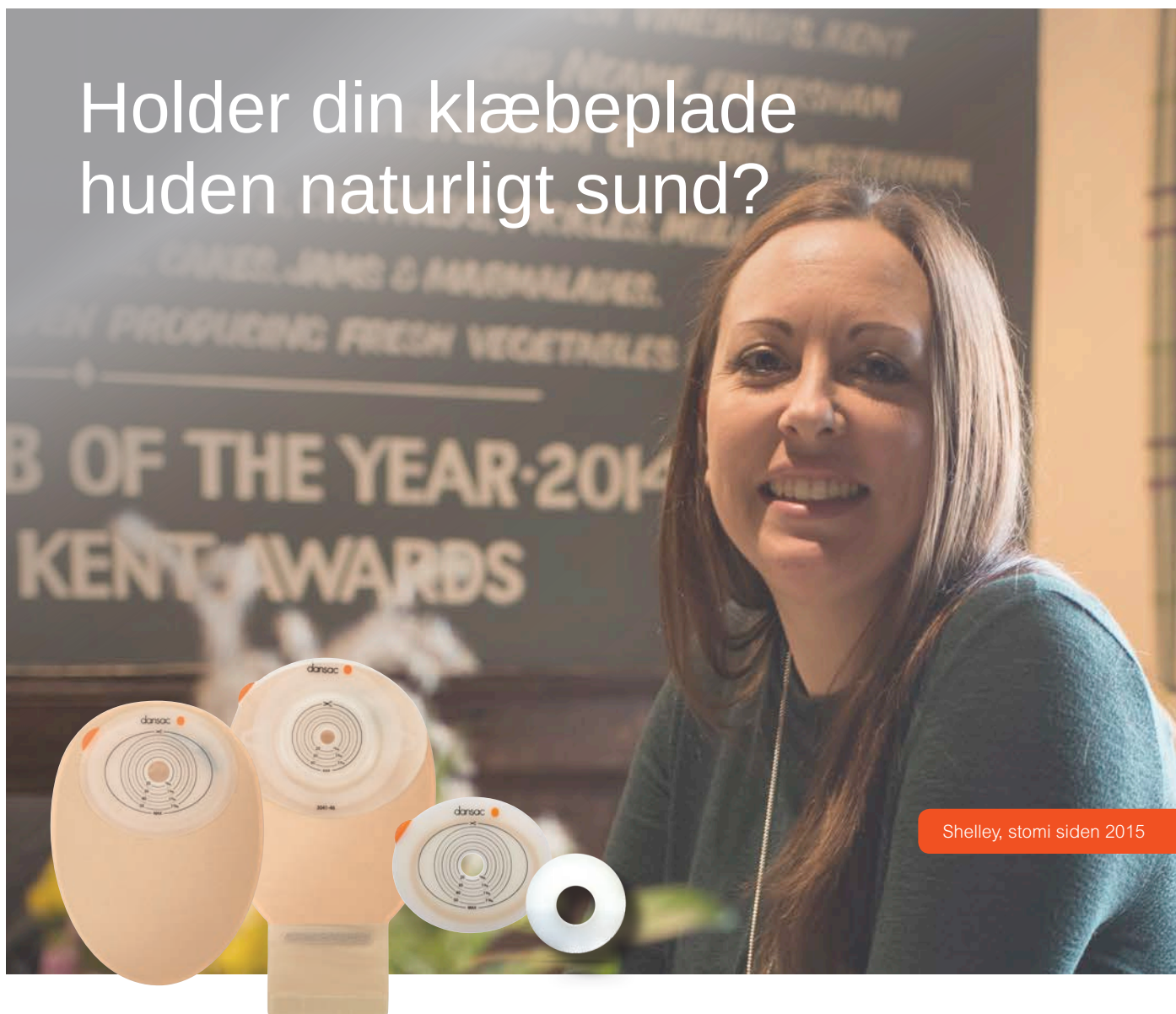
Foto: Tomas Berntsen

**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

Holder din klæbeplade huden naturligt sund?



Shelley, stomi siden 2015

Hvis du er bekymret for huden omkring din stomi eller ønsker at vide mere om, hvordan du kan minimere hudproblemerne, kan NovaLife TRE klæberen være det rigtige valg for dig.

Den inkluderer tre niveauer af hudbeskyttelse og er designet til at:

- Opretholde hudens naturlige pH-niveau, hvilket er med til at reducere fordøjelsesenzymernes skadelige aktivitet på huden og dermed **minimere dine hudproblemer**
- Absorbere fugt og output uden at miste sammenholdskraften, hvilket er med til at **beskytte din hud**
- Give en sikker vedhæftning samtidig med, at den er fleksibel og let at aftage, hvilket gør den **nænsom mod din hud**

TRE klæberen fås som 2-dels og 1-dels lukket og tømbar bandage med flad, konveks eller soft konveks plade.

Få mere at vide på www.dansac.dk, hvor du også kan bestille vareprøver.

Alternativt kan du altid kontakte kundeservice på **tlf. 4846 5100** eller maile til dk.salg@dansac.com.





Stomiopereret i Nepal

*Af Per Herlufsen, stomisygeplejerske,
Gastroenheden, Hvidovre Hospital.
Medlem af bestyrelsen i NepaliMed Denmark.
Engagementet i Nepal er primært af frivillig karakter.*

Inddragelse af de stomiopererede på Dhulikhel Hospital, deling af deres viden og erfaringer som led i at skabe størst mulig sammenhæng i det enkelte patientforløb, er en måde at gøre noget nyt på i Nepal. Ønsket om at gøre noget nyt, og dermed skabe værdi i form af bedre kvalitet og effektivitet, er en af baggrundene for, at Dhulikhel Hospital og Gastroenheden på Hvidovre Hospital har indgået en partnerskabsaftale omkring bl.a. stomipleje. Dhulikhel Hospitals ønske om at genbruge Gastroenhedens løsninger og oversætte innovation fra en kontekst til en anden, er sund fornuft. Ved at komme hurtigere frem til effekt, springe blindgyder over og spare udviklingsomkostninger er det muligt at tilbyde de nyopererede med stomi på Dhulikhel Hospital en høj kvalitet indenfor stomipleje. Dette partnerskab har nu eksisteret gennem nogle år.

Efteråret 2019 besøgte jeg Dhulikhel Hospital. Dette besøg var mit tredje besøg på hospitalet siden 2015. Formålet med besøget denne gang var at hjælpe med at tilrettelægge og afvikle en workshop omkring stomipleje, aflægge et besøg hos den nepalesiske stomiforening, og deltage i den kliniske praksis med pleje af stomiopererede på hospitalet.

Stort set alle faggrupper på Dhulikhel Hospital taler og forstår engelsk, hvilket gør det nemt at tale sammen. Imødekommenhed og venlighed er ligeledes det der møder en, hos alle på hospitalet, hvilket er yderst befordrende for et ligeværdigt samarbejde.

Antallet af stomiopererede i Nepal kendes ikke nøjagtigt. Stomibandager som vi kender dem her i Danmark, er ikke noget som er tilgængeligt for den stomiopererede nepaleser, enten på grund af økonomi eller tilgængelighed. Den mest almindelige stomibandage i Nepal, er den som ses på billedet nederst næste side. Det er den bandage der som ofte benyttes når den stomiopererede forlader hospitalet.

Stomibandager som vi kender dem i Danmark, er typisk kun tilgængelige via donationer fra tid til anden. Jeg medbragte bandager som blev doneret fra Hvidovre Hospital, bandager som hovedsageligt bestod af vareprøver som vores patienter havde fået tilsendt som de ikke kunne bruge, eller overskudsbandager efter et forløb med en midlertidig stomi.

De donerede bandager bliver brugt på hospitalet, samt udleveret til patienter

(fortsætter side 10)

NepaliMed Denmark



NepaliMed Denmark er en dansk, frivillig forening stiftet 12. juni 2012.

Formålet for foreningen NepaliMed Denmark er at finde og udvikle samarbejdsmuligheder mellem Dhulikhel Hospital og danske partnere. Danske partnere kan være hospitaler, faglige selskaber og foreninger, universiteter, virksomheder der vil formidle, afprøve eller udvikle produkter til markeder i Asien - Innovation on location.

NepaliMed Denmark arbejder aktivt med at dokumentere og udbrede kendskabet til Dhulikhel Hospitals arbejdsmåde og metoder. Dhulikhel Hospital er et levende og enestående eksempel på, at det er muligt at tilbyde sundhedsservice af god kvalitet med adgang for alle i et fattigt land som Nepal.

NepaliMed Denmark vil bidrage til, at erfaringerne fra Dhulikhel Hospital kan udbredes og nyttiggøres – også udover Nepals grænser.

NepaliMed Denmark arbejder samtidigt med fundraising til specifikke aktiviteter og projekter, som på forhånd er aftalt med Dhulikhel Hospital.

Oplysninger om medlemskab findes på www.nepalimed.dk

www.nepalimed.dk

Dhulikhel Hospital

Dhulikhel Hospital er en enestående, nepalesisk drevet, privat nonprofit sundhedsorganisation. Hospitalet virker i området omkring byen Dhulikhel, hvor der bor 2,7 millioner mennesker, og som er beliggende halvanden times kørsel øst for Kathmandu. Med sine 22 outreachcentre arbejder Dhulikhel Hospital med primær, sekundær og tertiær sundhedsindsats. Hospitalet arbejder også med forebyggende indsatser og udvikling i lokalsamfundene. Alt sammen for at forbedre den generelle sundhedstilstand i befolkningen.

Hospitalet har adgang for alle. De patienter, som ikke har midler, optages via et velgørenhedsprogram. Den fastsatte brugerbetaling ligger på et niveau, som langt de fleste har mulighed for at betale. Betalingen er ens for alle patienter. Visse velhavende patienter donerer penge til Dhulikhel Hospital. Hospitalets drifts- og vedligeholdelsesomkostninger finansieres af patientbetalinger. Større udbygninger og indkøb af udstyr finansieres ved donation og offentlige bevillinger.



Hospitalet råder over 370 sengepladser og har ca. 1.300 ansatte.

Dhulikhel Hospital er universitetshospital for Kathmandu University som uddanner læger, sygeplejersker, fysioterapeuter samt andre sundhedsprofessionelle. Studenternes betaling for uddannelse er en del af hospitalets samlede driftsøkonomi. Der er partnerskabsaftaler med universiteter og hospitaler i Asien, Europa og USA. Dhulikhel Hospital betragter sig som en del af sundhedsvæsenet i Nepal. Det offentlige sundhedsvæsen er en partner og ikke en konkurrent. Hospitalet indgår i partnerskaber med andre offentlige og private hospitaler og sundhedscentre i Nepal. Formålet er at bidrage med træning, samt at videregive opnåede erfaringer.

Se: www.dhulikhelhospital.org for mere information.

Præsentationsbrochure fra Nepalimed.dk



Klør huden

omkring din stomi?

Hvis du oplever kløe omkring din stomi, er du ikke alene

Et studie har vist, at 87% af de adspurgte oplevede kløe omkring stomien. Dette kan forekomme, selv om den omkringliggende hud ser fin ud*, men du behøver ikke at acceptere denne tilstand.

Hos Hollister mener vi, at huden omkring din stomi fortjener bedre, og at vores CeraPlus klæber kan være med til at afhjælpe din kløe.

Tør hud er den mest almindelige årsag til kløe omkring stomien. CeraPlus klæberen indeholder ceramid, som er hudens naturlige beskyttelse mod kløe.

- Ceramid findes i det yderste hudlag (stratum corneum)
- Ceramid består af voksagtige lipidmolekyler, som binder hudcellerne sammen, så de danner en vandtæt beskyttende barriere
- Ceramid hjælper med at forhindre vandtab, der kan føre til skader på huden samt tørhed

CeraPlus klæberen findes som komplet produktserie i både 1-dels og 2-dels bandager.

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

* Undersøgelse af 164 patients. Consumer Survey of Pruritus. 2016 Hollister data on file.



Læs vejledningen før brug for oplysninger om anvendelse, kontraindikationer, advarsler, forholdsregler og instruktioner. Hollister-logoet og CeraPlus er varemærker tilhørende Hollister Incorporated. ©2019 Hollister Incorporated

Stomiopereret i Nepal. fortsat:



når det er muligt. Der er ingen tvivl om, at disse donationer desværre kun virker som en dråbe i havet. Manglen på stomibandager og stomiartikler i det hele taget stiller ofte meget store krav til kreativiteten hos plejepersonalet og den stomiopererede selv. Kompetencerne indenfor stomipleje hos plejepersonalet er meget varierende, da en af de store udfordringer for nepalesiske hospitaler er at fastholde sine sygeplejersker i længere tid, ganske som vi kender det her fra Danmark.

Planlægningen af workshoppen omkring stomipleje startede flere måneder inden mit besøg. Dhulikhel Hospitals ønske om at invitere deltagere fra andre hospitaler og dermed sprede viden og erfaring til en større gruppe, samt mit ønske om at inddrage stomiopererede som en del af arbejdet med at udvikle de professionelles kompetencer indenfor stomipleje var vigtige områder at afklare i planlægningsgruppen. Enigheden om at præsen-

En typisk anvendt stomipose i Nepal.



tationer fra såvel forskere på Kathmandu University samt den nepalesiske stomiforening ville skabe stor værdi for deltagerne var ligeledes et af de områder som skulle afstemmes imellem de lokale arrangører og mig, så oplægsholdere kunne inviteres i god tid. Fordelingen mellem præsentationer og træningsstationer i mindre grupper, samt sikring af det faglige indhold og mulige oplægsholdere, så workshoppen havde kvalitet og vedkommenhed for alle skulle tillige sikres. Alt det praktiske i forbindelse med workshoppen stod Dhulikhel Hospital selv for.

Mit besøg hos den nepalesiske stomiforening, Nepal Ostomy Association (NOA), var en stor oplevelse.

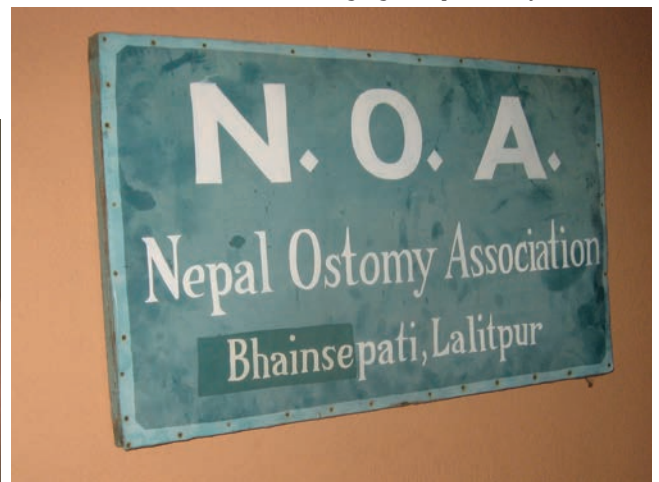
Foreningen er placeret i Nepals hovedstad Kathmandu. Drivkraften bag foreningen, Shanti Bajracharya, kendte jeg ganske lidt fra tidligere samtaler på diverse stomikongresser rundt om i verden. Vi havde talt om hendes arbejde med de stomiopererede i Nepal, de mange udfordringer for både hende og stomiplejen generelt i Nepal. Så jeg var vældig glad for hendes invitation, og havde set meget frem til at besøge

hende og den nepalesiske stomiforening. Foreningens formål er at drive en stomiklinik, informere offentligheden om denne klinik, fortælle om foreningen via møder samt undervise i stomibandagering. Selve den fysiske placering af foreningens stomiklinik, er i hendes eget hjem. Stomiklinikens lokaler er etableret i halvdelen af hendes garage.

Stomiklinkken konsulteres af stomioperede fra hele Nepal, og de besøgende har ofte rejst i mange timer/dage for at få en konsultation.

Ikraft af sin internationale anerkendte stomiuddannelse som stomiterapeut, er Shanti i stand til at rådgive og vejlede de stomioperede nepalesere med deres ofte meget komplekse bandageringsproblemer. Shanti hjælper så godt som det er muligt,

Indgang til Nepal Ostomy Association.



En stomiopereret fortæller om sine oplevelser med stomi.





men beskriver mange udfordringer i det daglige.

Shanti i Nepal Ostomy Associations lokale.

Besøg ved de tre træningsstationer omkring stomi på workshoppen.

De største udfordringer som foreningen har er ifølge hende, den store mangel på stomiuddannede sygeplejersker i Nepal, samt et ringe kendskab til klinikkens eksistens blandt sundhedsprofessionelle og stomiopererede i Nepal, ligesom økonomien til at holde klinikken og foreningen regelmæssigt kørende er udfordret.

Dog nævner hun her, at Dhulikhel Hospitals tiltagende engagement indenfor stomiplejen som noget meget positivt.

Tiltag som at uddanne egne sygeplejersker indenfor stomipleje, facilitere og afvikle kurser/workshops for andre hospitaler samt Dhulikhel hospitals opfølgning af egne patienter efter udskrivelsen nævner hun som noget meget opløftende.

Shanti er ligeledes bekendt med at Dhulikhel Hospital udleverer donerede stomibandager til deres stomiopererede i det omfang det er muligt. Hun oplyser at alt det stomimateriale som NOA har til rådighed, er doneret, primært fra USA og Australien, men at det kun kan hjælpe i begrænset omfang.

(fortsætter side 12)



Stomiopereret i Nepal. fortsat:



Hendes mand som er pensioneret, hjælper med sortere og få overblik over de donationer som foreningen modtager. En stor udfordring for dem som ønsker at donere

stomimateriale til NOA, er ofte at rejse økonomi til transportudgifterne, men ikke at fremskaffe selve bandagerne, siger Shanti. Det er mit indtryk, at såvel Shanti som sin ægtefælle, gør en kæmpe indsats for hjælpe NOA og dermed de stomiopererede i Nepal, selvom foreningens resourcer er meget begrænsede. Hun håber, at fremtiden bliver bedre for NOA, så kendskabet til foreningen bliver større og flere får mulighed for at blive hjulpet.

Efter nogle inspirerende dage i Nepal med besøg hos NOA, samt muligheden for at deltage i plejen af stomiopererede patienter sammen med de lokale sygeplejersker i kirurgisk afdeling på Dhulikhel Hospital er mængden af indtryk enorme. Ikke mindst afviklingen af workshoppen i stomiopleje med deltagere fra flere hospitaler har været fascinerende. Alle disse mange indtryk og oplevelser sætter gang i tankerne om hvilke aktiviteter som Gastroenheden og Dhulikhel Hospital kan dele i fremtiden.

Aktuelt er der planer om at træne 2 sygeplejersker fra Dhulikhel Hospital i stomiopleje i Gastroenheden på Hvidovre Hospital i løbet af 2020. ■

LÆSERNE SKRIVER

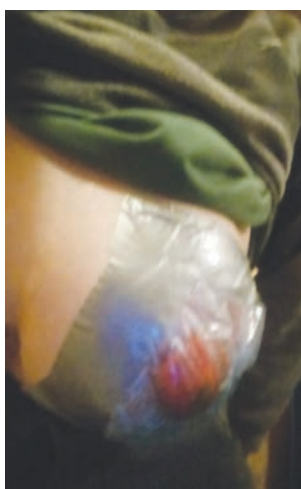
Uheldet var ude

Under en indkøbstur løb jeg tør for poser.



Gode råd var dyre.

Ind til Biltema og købe nogle fryseposer og en rulle gaffatape, så var dagen redet.



Regnar Skelmose

Immunterapi – wonder drug med udfordringer

Immunterapi er den nyeste gruppe af 'Wonder Drugs' i kræftbehandlingen – udfordringen er de immunudløste bivirkninger. Hvorfor opstår bivirkningerne, hvad omfatter de, hvordan håndteres de, og hvad betyder de for patienten?

Tidspunkt

27. april, 2020

Tilmelding senest 3. april, 2020

Send en mail til

cecilie.loee.licht@regionh.dk

Sted

Kræftens Bekæmpelse,
lokale 5 S.BC
Strandboulevarden 49,
2100 København Ø

Arrangør

Nationalt Center for Cancer
Immunterapi, CCIT-DK

Læs mere her:

<https://www.herlevhospital.dk/ccit-denmark/about-ccit/Sider/Immunterapi---wonder-drug-med-udfordringer.aspx>

“Den imponerede mig lige med det samme. *Den passer lige til min bule.*”

For 47-årige Steve er SenSura® Mio Concave den løsning, han har ledt efter for at kunne føle sig sikker i løbet af alle hverdagens aktiviteter.

Efter otte års kamp med Colitis fik Steve en ileostomi i 2015. Næsten et år senere udviklede han et brok på størrelse med en grapefrugt omkring stomien.

De produkter, han brugte til at begynde med, var ubekvemme, og han oplevede lækage og hudproblemer. Han fik ofte kanaler i klæberen, og han bekymrede sig for, om den ville løsne sig - især når han trænede.

Da Steve blev introduceret til SenSura Mio Concave følte han, at det ville være det perfekte produkt til hans kropsfacon. Da han satte den på, mærkede han med det samme fordelene ved klæberens buede pasform. Den omfavner bulen uden at danne kanaler.

For Steve, der arbejder som fragtmand, er følelsen af sikkerhed og færre bekymringer omkring lækage vigtige faktorer, når han skal vælge stomiprodukt.

“Jeg følte mig sikker på, at den ville blive siddende, hvor den skulle.”

Uanset om han er på arbejde, i motionscenter eller til svømning med sine børn giver SenSura Mio Concave ham den følelse af sikkerhed og tryghed, han har brug for.

NYHED

SenSura® Mio Concave

- Specielt udviklet til brok og buler
- Omfavner bulen uden at krølle og danne kanaler
- Forbliver sikker, når du bevæger dig
- Findes i både 1-dels og 2-dels varianter



Læs mere og bestil en gratis vareprøve på www.coloplast.dk/concave eller ring til Coloplast Kundeservice på 49 11 12 13

COPA sommerophold 2020

mandag 6. juli - lørdag 11. juli

COPA sommerophold i Middelfart

Også i år har vi valgt Fyn som base til COPA sommeropholdet. I 2019 var på sommerarrangementet flere deltagere, der gerne ville et tilbud om et sommerophold i Esbjerg. Priserne i Esbjerg var for høje til at overholde vores budget i COPA. Derfor blev valget af byen, Middelfart.

Tilbuddet er for stomi/reservoriopere-rede samt deres ægtefælle/samlever.

Opholdet er i uge 28 fra

mandag den 6. juli til lørdag den 11. juli.

Hotellet er røgfrit og ligger tæt ved baggården. Der er ca. 100 meter til hotellet, der har egen P. plads (gratis). Hotellet har også flere handicapværelser.

Prisen er pr. person 3500 kr. i dobbeltværelse og 4000 kr. i enkeltværelse.

Betalingen dækker følgende: alle udflugter og entreer, mandag frokost og aftensmenu, tirsdag til fredag alle måltider, onsdag madpakke til heldagsudflugten, mandag – tirsdag - torsdag og fredag en øl/vand til frokost, aftenkaffe alle dage, fredag aften festmiddag incl. ½ fl. vin, kaffe og frugt og slutter lørdag med morgenbuffet.

Ekstra tilbud:

Ønskes en ekstra overnatning søndag den 5. juli eller lørdag den 11. juli:

Enkeltværelse

inkl. morgenbuffet 549 kr.

Dobbeltværelse

inkl. morgenbuffet 699 kr.

Ekstra overnatning afregnes direkte med hotellet – priserne er efter aftale.

Oplys venligst, det er i forbindelse med COPA sommeropholdet. **h.g.**



Hotel Park er beliggende 100 m fra togstationen i Middelfart og omkring 1,5 km fra havnen. Det tilbydes gratis trådløs internetadgang, fri parkering og en restaurant på selve ejendommen, der byder på traditionelle danske retter.

Planlagt program

Mandag den 6. juli

Ankomst og indkvartering. Frokost fra kl. 12 til 14. Om aftenen fremvisning af nye stomihjælpemidler.

Tirsdag den 7. juli

Eftermiddagstur rundt i det gamle grænseland. Guide kører med til flere historiske steder. Kaffe med brød på Den Gamle Grænseskro.

Onsdag den 8. juli

Heldagstur til Esbjerg. Sightseeing med guide rundt på Esbjerg Havn. Besøg i Fiskeri- & Søfartsmuseet. Her indtages de medbragte madpakker fra hotellet. Kaffe og brød.

Torsdag den 9. juli

Eftermiddagstur til Harritslevgård Slot. Rundvisning på slottet. Kaffe og brød i på slottet.

Fredag den 10. juli

Hele dagen er til egen disposition. Der er muligheder for en tur til Bogense, eller et besøg i Odense. Book evt. selv en billet til Bridge Walking. Man kan også bare slappe af og nyde dagen i Middelfart. Om aftenen serveres en 3 retters festmiddag incl. ½ fl. vin, kaffe og sødt.

Lørdag den 11. juli

Morgenbuffet og afrejse.

Tilmelding til

COPA sommerophold 6. juli til 11. juli 2020

Hotel Park, Viaduktvej 28, 5500 Middelfart

Tlf. 63 43 63 63 www.millinghotels.dk

Medlemsnummer/-numre.....

Telefon.....

Navn(e).....

Adresse.....

Postnummer.....By.....

☐ Bruger almindelig kørestol eller elkørestol ☐ Speciel kost.....

Sæt kryds ved ja til udflugterne:

☐ JA. Deltager i udflugten tirsdag den 7. juli til rundt i det gamle grænseland.

☐ JA. Deltager i udflugten onsdag den 8. juli til Esbjerg.

☐ JA. Deltager i udflugten torsdag den 9. juli til Harritslevgård.

Tilmeldingsblanketten sendes i lukket kuvert (gerne kopi) til Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted.

Eller udfyld blanketten på COPA hjemmesiden: www.copa.dk

Tilmeldingen skal være fremme senest 16. maj 2019.

I uge 22 sendes svar, om du / I har fået plads på sommeropholdet.



Den Gamle Grænseskro.



Fiskeri- & Søfartsmuseet.



Harritslevgård.



Sankt Nikolai kirke, Middelfart.

Vær opmærksom, når du køber kosttilskud på nettet

Knap hver fjerde dansker køber vitaminpiller, fiskeolie og andet kosttilskud på nettet.

De fleste tjekker, hvem der står bag hjemmesiden, inden de handler.

Men kun hver tredje tjekker, om kosttilskuddene indeholder farlige stoffer.

Det er nemt at handle på nettet – og nogle gange kan kosttilskud købes billigere end i de fysiske butikker. Derfor har knap hver fjerde dansker inden for de seneste to år købt kosttilskud som vitaminpiller, fiskeoliekapsler og urtekapsler på nettet.

Det viser en undersøgelse blandt 1.000 forbrugere, som Fødevarestyrelsen og Konkurrence- og Forbrugerstyrelsen har fået lavet af Wilke.

Ifølge undersøgelsen tjekker 69% af forbrugerne, som køber kosttilskud på nettet, hvem der står bag hjemmesiden, inden de handler. Men kun 35% tjekker, om kosttilskuddet indeholder farlige stoffer.

-"Jeg er glad for at se, at de fleste forbrugere er opmærksomme, når de køber via nettet. For de, der ikke er, og som blindt køber ulovlige produkter på en udenlandsk eller dansk hjemmeside, risikerer, at de køber og spiser kosttilskud, som skader deres helbred," fortæller Henrik Dammand Nielsen, kontorchef i Fødevarestyrelsen.

Han understreger, at forbrugerne oftest kan være trygge, når de handler kosttilskud hos danske netvirksomheder. Når det kommer til udenlandske hjemmesider, så kan Fødevarestyrelsen dog ikke kontrollere produkterne – heller ikke selvom firmaerne markedsfører sig til den danske forbruger.

Og de sociale medier har kun gjort det nemmere for private og forhandlere at sælge ulovlige kosttilskud.

-"Vi har desværre set eksempler på, at privatpersoner og forhandlere uden Fødevarestyrelsens kendskab sælger ulovlige og farlige kosttilskud i lukkede Facebook-grupper. Hvis man køber disse kosttilskud, så løber man derfor også en risiko," siger Henrik Dammand Nielsen.

Undersøgelsen er lavet som led i samarbejdet Nethandel #heltsikkert, der samler

forbrugerinformation om sikker nethandel fra 13 myndigheder. Nethandel #heltsikkert bor på den offentlige forbrugerportal, forbrug.dk.

-"Generelt er det sikkert at handle på nettet, men det sker desværre, at forbrugere bliver snydt. Det er nemt at træffe et hurtigt valg på nettet og blive forblændet af et godt tilbud. Her er det vigtigt, at man altid har sin sunde fornuft med," siger forbrugerjuridisk chef i Konkurrence- og Forbrugerstyrelsen, Susanne Aamann. Heldigvis kan du som forbruger nemt

gøre sin handel på nettet mere sikker ved at følge Fødevarestyrelsens fem råd.

Kosttilskud hører under fødevarelovgivningen. Derfor skal kosttilskud, der forhandles i Danmark, anmeldes til Fødevarestyrelsen senest samtidig med markedsføring. Det er altid de ansvarlige fødevarevirksomheder, som skal sikre sig, at deres produkter lever op til de gældende regler. ■



Fem råd til dig som køber kosttilskud på nettet

- 1. Overvej, inden du køber kosttilskud på en udenlandsk hjemmeside.** Fødevarestyrelsen har ikke mulighed for at kontrollere udenlandske hjemmesider. Hvis du køber kosttilskud fra en udenlandsk hjemmeside, kan du derfor ikke være sikker på, om de er kontrolleret, og om de indeholder farlige stoffer.
- 2. Tjek, om Fødevarestyrelsen fører kontrol med virksomheden.** På Fødevarestyrelsens findsmiley.dk kan du se, om virksomheden er registreret hos Fødevarestyrelsen, og dermed er underlagt Fødevarestyrelsens stikprøvekontrol (gælder kun for danske virksomheder).
- 3. Tjek indholdet i kosttilskuddet** Kosttilskud skal anmeldes til Fødevarestyrelsen, inden det bliver solgt. De kosttilskud, som er underlagt Fødevarestyrelsens stikprøvekontrol, kan du finde i kosttilskudsportalen.
- 4. Tjek hjemmesiden** En hjemmeside kan se ud, som om den er dansk, selvom den i virkeligheden er udenlandsk. Tjek hjemmesiden for stavfejl og skæve og/eller meget billige priser. Find og læs altid kontaktoplysningerne og handelsbetingelserne. Det kan give dig et indtryk af virksomheden.
- 5. Tjek, hvem der står bag hjemmesiden** Netbutikker i EU skal oplyse telefonnummer, mail, adresse og navn. Du kan også bruge CVR-registret, dk-hostmaster.dk og who.is til at tjekke, hvem der står bag netbutikken.

Solsikkesnor til personer med usynlige handicap og diagnoser

Det kan være hektisk at skulle gennem lufthavnen for alle, men har man et usynligt handicap eller en skjult diagnose som f.eks. autisme, demens, angst, ADHD eller lignende, kan udfordringen være ekstra stor. Københavns Lufthavn indfører derfor, som første virksomhed i Danmark, ”solsikkesnoren”. Det er et internationalt symbol på usynlige handicap / diagnoser i form af en grøn nøglesnor med solsikker på.

Service Excellence Director, Stine Ringvig Marsal fortæller: -”Formålet med Solsikkesnoren er, at sikre lige rejsevilkår for alle. Snoren sikrer at medarbejderne genkender, at du har et usynligt handicap eller en skjult diagnose, uden at du behøver fortælle om det eller forklare dig”.

Solsikkesnoren benyttes allerede i flere andre internationale lufthavne og i England er den også udbredt til stormagasiner og større togstationer.

Snoren giver tid, hensyn og tålmodighed. Hent den i Informationen eller ved check-in skranken

Solsikkesnoren fortæller medarbejderne, at du kan have behov for mere tid, tålmodighed eller hensyn på turen gennem lufthavnen.

Snoren er for dem, der har usynlige handicap eller diagnoser, og som af forskellige årsager kan have sværere end andre ved at komme gennem lufthavnen. Snoren kan bæres gennem hele turen i lufthavnen eller blot når man skal gennem f.eks. sikkerhedskontrollen, hvis det er den del af turen, der stresser mest. Lufthavnen udleverer Solsikkesnoren fra Informationen i Terminal 3 og den ligger også klar til udlevering i de fleste check in skranke. Beder du om ”Solsikkesnoren” udleveres den uden spørgsmål.

Bærer du Solsikkesnoren får du adgang til et særligt spor i Sikkerhedskontrollen

I sikkerhedskontrollen skal alle scane deres boarding kort for at komme ind. Hvis du bærer solsikkesnoren og henvender dig til medarbejderen i sikkerhedskontrollen, bliver du tilbudt at komme i et særligt spor for personer med reduceret mobilitet.

Sporet er for alle, der af synlige eller usynlige årsager har sværere end andre ved at komme gennem lufthavnen og sikkerhedskontrollen. Man kommer ikke nødvendigvis hurtigere igennem kontrollen her; det afhænger af tidspunktet på dagen. Medarbejderne her ved, at de



kunder de møder har forskellige forudsætninger eller særlige behov. Det giver mindre stress og pres – også fra de andre rejsende.

Hvis du bærer solsikkesnoren, men ikke ønsker at komme ind i det særlige spor, scanner du blot dit boardingkort uden at rette henvendelse til medarbejderne.

Hvis tid, hensyn og ekstra tålmodighed ikke er nok for dig

Hvis du har en diagnose eller et handicap, og assistance gennem lufthavnen gør din rejse nemmere, kan du booke assistance når du køber din flybillet. Uanset om du har udfordringer med mobilitet eller et usynlig handicap / diagnose, har du mulighed for at få assistance.

Du kan booke assistance ved at kontakte dit flyselskab senest 48 timer inden afgang

Har du brug for hjælp til at komme gennem lufthavnen og ønsker at vente mindst muligt, skal du på forhånd booke assistance via dit flyselskab. Det gør

du enten når du køber din flybillet eller ved at kontakte dit luftfartsselskab minimum 48 timer før afgang. Har du booket assistance, får du kontakt med Falck - der er CPHs leverandør af Assistance Service - ved at ringe efter Falck fra et af de mørkeblå mødesteder/callpoints, der er placeret i lufthavnen eller ved at gå til din check-in skranke.

Oversigt over Falck mødesteder:
<https://www.cph.dk/praktisk/for-rejsende-med-handicap/modesteder>

Assistance uden forudbestilling

Du kan godt få assistance i lufthavnen uden at have forudbestilt. Ønsker du det, går du til et af de mørkeblå Falck mødesteder og ringer efter Falck her. Du kan også henvende dig til check-in agenten og bede om ”PRM assistance”. Når man ikke har forudbestilt, gør vi alt hvad vi kan for, at en Falck medarbejder møder dig inden for 25 minutter. Har Falck meget

travlt, kan der dog gå op til 45 minutter, når man ikke har bestilt assistancen på forhånd.

Et af de mørkeblå mødesteder/callpoints i lufthavnen.





gratis tilmelding

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

Reducér risikoen for brok og styrk din krop med simple øvelser

Bevægelsesprogram specielt tilpasset dig med stomi.

PROGRAMMET GIVER DIG ADGANG TIL:

- Træningsaften med fysioterapeut, som er uddannet me+ recovery instruktør
- Materialer og online træningsvideoer, så du kan træne videre hjemme
- Hjemmebesøg, Skype eller telefonisk kontakt med din egen sygeplejerske, som har stor erfaring i stomi
- Dette program er implementeret på Herlev hospital for alle stomiopererede

Skal du også være med?

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
5. marts	Thisted	Dragsbækcentret, Simons Bakke 37, 7700 Thisted	Kl. 15:00-17.00 Kl. 17:30-19:30
25. marts	Ballerup	Kontakt os	
16. april	Svendborg	Kulturhus Svendborg, Spejlsalen, Ramsherred 4, 5700 Svendborg, Tlf. 62222321	Kl. 18:00-20:00
29. april	Ballerup	Kontakt os	
5. maj	Aalborg	Haraldslund Vand og Kulturhus, Kastetvej 83, 9000 Aalborg, Tlf. 99316750	Kl. 18:00-20:00
27. maj	Ballerup	Kontakt os	



ConvaTec Danmark A/S Laurtuphøj 1-3 • 2750 Ballerup
Telefon +45 4816 7475 • www.convatec.dk

facebook.com/ConvaTecDK



NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

Lokalformand: Svend Larsen, Iselund 14, 1.tv., 2610 Rødovre
Tlf.: 2057 6809 E-mail: copakbh@gmail.com

Kommende arrangement

Generalforsamling 28. marts 2020 kl. 12

Så er det blevet tid til vores generalforsamling.

Vi glæder os til at se jer, og håber vi bliver mange. Der er altid brug for nye impulser i foreningen.

Vi mødes lørdag d. 28. marts kl. 12 på Café Ciré, Valby Langgade 58, 2500 Valby. Det er vigtigt, at I **melder jer til** hos Svend Larsen på telefon 20576809 **senest d. 23. marts**, da der bliver bestilt brunch. (Alle medlemmer kan møde op til en generalforsamling uden tilmelding - men ønsker du at deltage i spisningen, er tilmelding nødvendig).

Generalforsamling efter vedtægterne. Der er 2 medlemmer på valg, og der skal vælges ny kasserer.

Café Ciré.



P.b.v. Hjørdis Mikkelsen



COPA Storkøbenhavn

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

Husk at følge med på vores hjemmeside

www.copa.dk

(klik mød andre, lokalforeninger, Storkøbenhavn)

Siden sidst

Stille tid efter julefrokosten

Det har været en stille tid siden vores julefrokost.

Der har været et arrangement i Herlev Medborgerhus den 16. januar arrangeret af Coloplast. Jeg ved at mange af jer har deltaget i det, og jeg synes det var godt og håber I fik noget ud af det.

Der har også, når I læser dette, været generalforsamling (8/3). I må vente til næste blad med referat eller gå ind på vores hjemmeside.

Kommende arrangement

Sommerudflugt

Vi planlægger en bustur i løbet af sommeren - men dato og sted er ikke fastlagt p.t.

Kunne du tænke dig at hjælpe til med rådgivning?

Husk vi har stadig rådgivning, hvordan lever man med stomi på Herlev Hospital 13. etage den 1. tirsdag i hver måned. Kunne du tænke dig at hjælpe til??

Måske har du gode ideer til arrangementer, men kunne ikke komme til generalforsamling - så skriv eller ring.

Mød en stomiopereret

Husk at den 1. tirsdag i hver måned er der rådgivning på Herlev Hospital 13. etage mellem kl 17 og kl 19. Her er alle velkommen til at komme og få en snak angående stomi, og hvordan det er at leve med det.



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

P.b.v. Gethe Jacobsen



COPA Bornholm

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

[Siden sidst](#)

Generalforsamling med pænt fremmøde

Årets generalforsamling løb af stablen den 27. januar 2020, og sædvanen tro blev der budt på gule ærter, flæsk og pølse og lidt af de gyldne dråber - som jo hører sig til.

Der var pænt fremmøde til generalforsamlingen, 25 personer var tilmeldt.

Inden generalforsamlingen gik i gang mindes vi de 4 medlemmer vi havde mistet i løbet af året.

Dagsorden jf. foreningens vedtægter, og revisor Anders Mortensen blev udpeget som dirigent.

Formanden lagde ud med beretningen som blev godkendt.

På valg var formand Inge Skovgaard Petersen, der blev genvalgt.

I bestyrelsen blev der byttet om på et par poster. Bestyrelsesmedlem Birgit Rasmussen ville fortsat gerne give en hånd med i bestyrelsen, men som suppleant, og Renate, som har haft suppleantposten var villig til at indgå som bestyrelsesmedlem.

Anders Mortensen blev genvalgt som revisor.

Harald Lund blev valgt som revisorsuppleant.

Regnskab og budget blev fremlagt af kasserer Frank Jensen, og blev også godkendt.

Foreningen har ikke modtaget penge fra kommunen i 2017, og fejlen kan ikke findes.

For 2018 vil vi troppe op på kommunen så vi kan sikre os at det er som det skal være, og at vi får hvad vi skal have.

Kl. 16.30 kunne jeg sige tak for et godt fremmøde.

I.S.P.

Velkommen

Her fra solskinsøen byder vi Susanne velkommen. Held og lykke med jobbet i sekretariatet.

Kontortid: Mandag – torsdag kl 10-14 og fredag kl 10-13.

P.b.v. Inge Skovgaard Petersen, COPA Bornholm

AKTIVITETER 2020 COPA BORNHOLM

1. Uge 24. Søndag den 14. juni 2020.

COPA Bornholm har 40 års jubilæum. Sted og tidspunkt er endnu ikke fastlagt.

Sådan et jubilæum skal selvfølgelig fejres, og bestyrelsen er i fuld sving med at tænke tanker. Vi vil dog gerne høre jer medlemmer, om I har nogle forslag vi kan arbejde videre med. Kontakt venligst bestyrelsen.

2. Uge 31. Lørdag den 1. august 2020 kl 14.

Emne Petanque. Mødested Petanquebanerne i Aarsdale.

Vi tager egen kaffekurv med og drikker en kop kaffe medens vi spiller. Efter spillet tænder Renate og Tage op for grillen, og vi griller selv vores medbragte kød, fjerkræ, pølser eller fisk. Foreningen sørger for salat og drikke.

3. Uge 35. Onsdag den 26. august 2020 KL. 19.

Medlemsmøde. Mødested Sagahuset kl. 19.

Vi får besøg af Hollister, der kommer og viser og fortæller om deres produkter. Kaffe, te og brød sørger foreningen for.

4. Uge 44. Lørdag den 31. oktober 2020 kl. 17.

Emne: Mortensand med pakkebanko i Sagahuset*).

Så er det nu vi skal smovse os med dejlig andesteg. Efter spisningen spiller vi pakkebanko. Husk at du/I skal have en pakke med af værdi 25-30 kr.

5. Uge 49. Lørdag den 5. december 2020 kl. 13.00.

Emne: Julefrokost i Sagahuset*).

Nu er det snart jul, og vi mødes forhåbentlig til en dejlig julefrokost med alt hvad der tilhører.

6. Uge ?. Januar 2021.

Generalforsamling i Sagahuset.

Sædvanen tro vil der være gule ærter med flæsk og pølse og lidt til ganen også. Vil man spise med skal der ske tilmelding en senest dato. Denne dato og dato og klokkeslæt for generalforsamlingen vil komme i bladet, når det falder på plads.

***) Ved andestegen med pakkebanko samt ved julefrokosten vil der være en egenbetaling.**

Foreningen sørger for drikkevarer til diverse arrangementer.

P.b.v. Inge Skovgaard Petersen



COPA Frederiksborg

Lokalformand: Michael Petersen, Engbuen 12, 3450 Allerød
Tlf.: 3113 0547 micpet@post12.tele.dk

Åben rådgivning på Hillerød Sygehus Mød en COPA-rådgiver

Åben rådgivning på Hillerød Sygehus hver den første onsdag i måneden kl. 14.00 - 15.30 i stomiambulatoriet, 4. sal (AO142).

Kommende arrangement

Generalforsamling søndag 15. marts Frederiksborg Sognegård, Frederiksværksgade 2B, 3400 Hillerød.

Det blev ved afstemning til julearrangementet vedtaget, at generalforsamlingen afholdes i Frederiksborg Sognegård.

Vi mødes kl. 13.00 til frokost og forventer at være færdige kl. 17.00 senest. Ønsker man ikke at deltage i frokosten, kan man møde op kl. 14.00.

Ifølge vedtægterne §18 Lokalforeninger skal der vælges 2 bestyrelsesmedlemmer og en suppleant for 2 år. Desuden skal der vælges en revisor og en revisorsuppleant for 1 år. Vil man gerne have indflydelse på lokalforeningens arbejde og med-

lemsarrangementer, er det en god ide, at stille op til bestyrelsen. Man kan henvende sig til formanden i forvejen og tilbyde sit kandidatur eller stille op på selve generalforsamlingen.

Vi ved allerede, at der bliver en ledig plads i bestyrelsen. Et bestyrelsesmedlem der har været med i rigtig mange år ønsker at trække sig tilbage.

Husk, at der er gratis parkering på slottets parkeringsplads om søndagen. Det er mest praktisk, at parkere nederst, da der er en sti derfra ind til sognegården. Der må ikke parkeres på sognegårdens græs.

Tilmelding for deltagelse i frokosten forud for selve generalforsamlingen er til formand Michael Petersen enten på tlf. 31 13 05 47 eller på mail micpet@post12.tele.dk.

Kommende arrangement

To dages sommerudflugt Frederiksborg Lokalforening afholder sommerudflugt til Sønderjylland den 6. - 7. juni 2020

Vi kører en tur til Sønderjylland på vores årlige udflugt, og denne gang skal vi besøge to historiske seværdigheder, nemlig Sønderborg Slot og Frøslevlejren. Inden vi begiver os hjemad, bliver der mulighed for en tur over grænsen., hvor der vil blive mulighed for at købe lidt toldfrit på turen. Husk pas, hvis man vil med på indkøbsturen. I tilfælde af at vi bliver stoppet ved grænsen, kan et manglende pas udløse en afgift på 1.000.- kr.

Vi starter med at køre fra Hillerød P-pladsen ved Teglgårdssøen, kl. 7.30 og videre til Egedal station kl. 8.00 herfra går turen videre ned over Sjælland til Fyn, med en kort pause ved Storebæltsbroen, inden det går mod Jylland. Vi holder en pause ved kroen i Rødekro, hvor vi skal havde en hyggelig frokost med en vand/øl til. Her efter går turen til Sønderborg Slot, hvor vi kan gå rundt på slottet i nogle timer. Turen fortsætter til vores hotel, hvor vi ved 19-tiden vil få vores aftensmad, der er en 2-retters menu med et glas vin til. Herefter er det op til en selv, om man skal hygge med de andre eller hellere vil i seng, vi har jo været tidligt oppe.

Om søndagen vil der naturligvis være morgenmad, og kl. 9.15 vil turen gå til Frøslevlejren og ved 12-tiden kører vi til

Frøslev Kro, hvor der vil være frokost. Drikkevarer vil denne dag være på egen regning. Efter frokosten går turen videre ned over grænsen til lidt indkøb i en grænsebutik i en times tid, og her efter kører vi hjem ad til Sjælland.

Hvis du ikke har pas eller lyst til at tage med over grænsen, så vil der være mulighed for at blive på Frøslev Kro, nyde en kop kaffe/te, eller andet, dog på egen regning.

Turens pris er kun 950,-kr. pr. person.

Max antal tilmeldinger er 40 personer.

Hvis man vil havde et enkeltværelse er der et tillæg på 200.-kr. Gæster koster 400,-kr. extra.

Tilmelding er bindende, og der skal betales 200.-kr. i depositum senest 14 dage efter at man har tilmeldt sig til Michael. Der vil være mulighed for at betale turen over flere gange efter aftale med kassereren.

Beløbet bedes indbetalt til foreningens konto: Reg.nr. 4820 konto 4820365313. Husk at skrive hvem du er ved betaling. Man bliver registreret som tilmeldt, når betalingen er foregået.

Tilmelding og betaling af det fulde beløb skal ske inden 1. maj.

Man kan ringe til Michael Petersen tlf. 31130547 eller på mail: micpet@post12.tele.dk.

Opsamling

- Hillerød på parkeringspladsen ved Teglgårdssøen kl. 07.30.
- Egedal Station i Ølstykke kl. 08.00.

Alle kan tilmelde sig til turen.



Frøslevlejren.

P.b.v.
Gisela Schjøtt

Kære Alle

Så er COPA Frederiksborg kommet med på vognen med at havde en rådgiver siddende på et sygehus. Vi kommer til at sidde på Hillerød Sygehus hver den første onsdag i måneden.

Vi starter onsdag d. 6 maj og Michael vil være tilstede den dag. Rådgivningen er på 4. sal i (A0142) Stomiambulatorium, hvor vi vil være tilstede fra kl. 14.00 til 15.30 og alle vil være velkommen.

Vel mødt til alle der måtte havde lyst til at komme forbi til et besøg.

P.b.v. Gisela Schjøtt



COPA Roskilde / Køge

Lokalformand: Ea Jensen, Fyrrevej 33, 4632 Bjæverskov
Tlf. 5687 1371 E-mail: Eajensen1303@gmail.com Hjemmeside: <https://copa.dk/roskilde-koege/>
Tilmelding arrangement: roskildekoege@copa.dk

[Kommende arrangementer](#)

Læs i næste blad

Vi har desværre ikke noget at tilføje i dette blad denne gang. Mere information kommer i Copa-blad 3/2020.

Vi beklager dette.

P.b.v. Annie Saaby og Ea Jensen

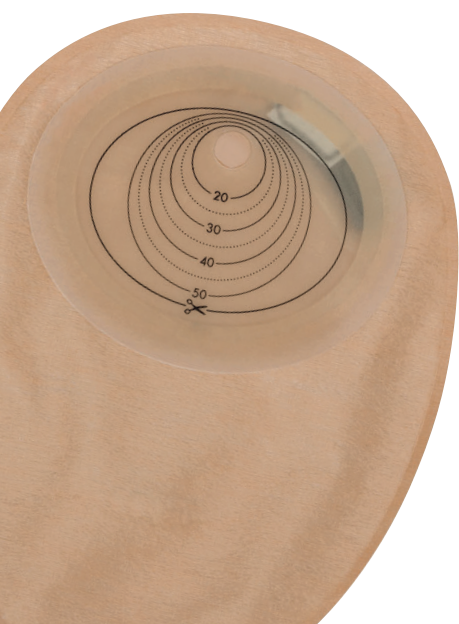


COPA Familiær Adenomatøs Polypose

Gruppens repræsentant
og kontaktperson Vestdanmark:
Susanne Jakobsen,
Elsdyrvej 15, Strandhuse 6000 Kolding
Tlf.: 2165 9460 E-mail: FAP.COPA@gmail.com

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

Totalleverandør af stomiprodukter og tilbehør



Bestil nemt på
www.onemed.dk
døgnet rundt

Er du stomikunde hos os...
Kan du købe andre produkter, som du selv
betaler for, og du får dem leveret fragtfrit.
Vi har f.eks. mange hygiejneprodukter!

Bestil dine stomiprodukter hos OneMed

Vi markedsfører alle kendte stomiprodukter på markedet.

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

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

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

Vi er der for dig!

ONEMED

OneMed A/S
P.O. Pedersens Vej 16
8200 Aarhus N
CVR 19846679

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



COPA Storstrøm / Lolland / Falster

Næstformand: Erna Kristoffersen, Elmevej 45, 4171 Glumsø Tlf.: 2763 6990 E-mail: ervichr@gmail.com
Kontaktperson: Bjarne Vissing, Lyngbakken 13, 4700 Næstved Tlf.: 2226 6013 E-mail: bevis@stofanet.dk

Kommende arrangement

Generalforsamling lørdag 28. marts

Generalforsamling lørdag den 28. marts kl. 12.00

på: Hotel Falster, Stubbekøbingvej 150, 4800 Nykøbing Falster.

P-pladser ved hotellet og det er handicap venligt.

Der startes med generalforsamling, derefter er bestyrelsen vært ved en varm ret og en genstand, isvand, samt kaffe, det hele er **gratis!** For ikke medlemmer er prisen 250 kr.

Alle medlemmer kan komme til generalforsamlingen uden tilmelding. Vil man deltage i spisningen er **tilmelding senest den 20. marts til Edith Vissing på mail: bevis@stofanet.dk eller tlf.: 2279 1813.**

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af stemmetæller.
3. Bestyrelsens beretning.
4. Fremlæggelse af regnskab.
5. Indkomne forslag, senest 8 dage før.
6. Valg til bestyrelsen; på valg er:
Formand: Forslag: Erna Kristoffersen, er villig til genvalg;
Bestyrelsesmedlem Bjarne Vissing, modtager ikke genvalg;
7. Valg af revisor, Nina Jensen modtager genvalg.
8. Valg af suppleanter, emner modtages.
9. Evt.

P.b.v. Erna Kristoffersen



COPA Vestsjælland

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

Siden sidst

Fællesmøde for Patientforeninger og Handicaporganisationer

Vi deltog med 3. repræsentanter fra COPA Vestsjælland. Hensigten med fællesmødet er, at styrke fællesskabet mellem foreningerne.

Borgerrådgivere fortalte om arbejdet som borgerrådgiver og hvordan borgerrådgiveren kunne hjælpe borgerne og sikre deres retssikkerhed.

Så hvis der sidder nogle og tænker, at de godt kunne have brug for hjælp omkring deres sag i kommunen, så er det bare om, at en snak med borgerrådgiveren.

Borgerrådgiveren er uafhængig af den offentlig forvaltning i kommunen og kan derfor gå lige til den person eller dens chef hvor man har sin sag. Sidder der nu nogle og tænker, hvad er det for en størrelse og mund det er noget jeg kan bruge, jeg kunne godt tænke mig nogle flere oplysninger eller råd, inden jeg ringer. Så er i velkommen til, at ringe eller skrive til mig (lokalformanden COPA Vestsjælland).

Der var mange relevante emner og mange gode forslag.

Vi sluttede af med, at der blev nedsat et udvalg, som arbejder videre med at planlægge nye fællesmøder og emner der skal arbejdes med.

Kommende arrangement

Sommertur, m.m.

Arrangementudvalget, arbejder på højtryk med planlægning af sommertur samt medlemsarrangementer m.m.

De vil blive slået op på lokalforeningens hjemmeside samt i Copa-bladet.

Kommende arrangement

Generalforsamling lørdag 7. marts

Generalforsamlingen bliver afholdt

Vommevad Forsamlingshus. Søstrupvej 82, 4420 Regstrup lørdag d. 7.3.2020 kl. 13-16. Spisning kl. 13-14.

Alle medlemmer kan deltage i en generalforsamling uden tilmelding - men **tilmelding til spisning** skal ske **senest mandag d. 2. marts** til Eddy Tersløse på tlf. 60 63 07 47 eller pr. mail: e.t@mail123.dk

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Valg af referent.
3. Godkendelse af dagsorden.
4. Optælling af stemmeberettigede.
5. Valg af stemmetællere.
6. Formandens beretning.
7. Regnskab og budget til godkendelse.
8. Aktivitetsplan for det kommende år.
9. Indkommende forslag. Senest 8 dage før til formanden.
10. Valg til bestyrelsen ifølge COPAs vedtægter.
 - a. Valg af Lokalformand for 2. år.
Eddy Tersløse ønsker genvalg.
 - b. Valg af 2. Bestyrelsesmedlemmer for 2. år.
Lise Nielsen ønsker genvalg.
Vinni Tersløse ønsker genvalg.
 - c. Valg af 2. suppleanter for 2. år.
Carlo Jensen ønsker genvalg.
Anne Marie Johansen ønsker genvalg.
 - d. Valg af revisor for 1. år.
Carlo Jensen ønsker genvalg.
 - e. Valg af revisorsuppleant for 1. år.
11. Eventuelt.

P.b.v. Eddy Tersløse



COPA Fyn

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

Kommende arrangement

Bowling eller gokart 25. marts

Copa Fyn inviterer alle medlemmer og støttemedlemmer til en hyggelig aften i **Bowl' Fun, Grønløkkevej 3, 5000 Odense C**



Man kan ved tilmelding vælge mellem bowling og gokart-kørsel.

Der er betalingsparkering, hvor nummer-pladen skal oplyses senest 5 min. efter ankomst.

Mødetidspunkt er kl. 16.30, herefter bowling el. gokart-kørsel mellem 17 og 18.

Efter dysterne bliver der serveret en dejlig buffet. Drikkevarer er for egen regning under hele arrangementet.

Der er tilgængeligt for kørestole.

Deltagerpris er 150 kr. pr. person, som indbetales til 1551 4353247077 ved tilmelding.

Tilmelding senest den 9. marts til tlf. 2924 1340 eller joerner@outlook.dk

Håber at se dig/er til en rigtig hyggeaften

*P.b.v.
Jørgen Rasmussen*

Kommende arrangement

Sommerudflugt 16. maj

Sommerudflugt den 16. maj går til Langelandsfortet, hvor der vil være guidet rundvisning og efterfølgende middag på Restaurant Kædeby.

Turen vil blive en køre-sammen-tur, forstået på den måde, at der melder sig et antal chauffører, der vil lægge bil til og oplyse antal passagerer, der er plads til - selvfølgelig mod udbetaling af kørepenge fra opsamlingsstedet.

Ud fra tilmeldingslisten vil der den 11. maj komme besked ud om, hvilke biler, der er behov for og hvem, der skal køre med hvem.

Ankomst til Langelandsfortet, Vognsbjergvej 4, 5935 Bagenkop er kl. 10, og ved ankomst er COPA Fyn vært ved formiddagskaffe.

Efter middagen vil der være en lille tur til Dovns Klint, hvor der er mulighed for en lille gåtur i det grønne.

Pris pr person er 500 kr. for kaffe, entre, guide og middag, dog drikkevarer for egen regning.

Tilmelding senest den 4. maj til 51156503 eller ninipedersen@hotmail.com

med oplysning om der lægges bil til.

P.b.v. Tina L. Poulsen, Jørgen Rasmussen og Nini Pedersen



COPA Sønderjylland

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

Kommende arrangement

Tur til Egeskov Slot 19. juni

Stomiforeningen COPA Sønderjylland prøver igen at arrangere en tur til Egeskov Slot d. 19. juni 2020 med samlet kørsel i bus.

Turen blev aflyst i 2019 pga. manglende tilslutning, så vi håber at gennemføre denne gang. Håber mange tager med på denne tur, så vi kan få bussen fyldt.

Nærmere info i Copa-bladet maj 2020.

*P.b.v.
Christa Jensen*



Åben rådgivning 2020 Sygehus Sønderjylland, Aabenraa Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver til stede følgende dage:

Mandag	d. 6. april	kl.	10.00 til 12.30
Mandag	d. 8. juni	kl.	10.00 til 12.30
Mandag	d. 3. august	kl.	10.00 til 12.30
Mandag	d. 5. oktober	kl.	10.00 til 12.30
Mandag	d. 7. 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
COPA's sekretariat	tlf. 5767 3525
Anne Lise Hansen	tlf. 2961 2776

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



COPA Sydøstjylland

Lokalformand: Hanne Westergaard, Konsul Jensensgade 16, 2.th., 8700 Horsens
Tlf.: 2078 0300 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

Generalforsamling lørdag

14. marts kl. 11.00

Der indkaldes til generalforsamling den 14. marts kl. 11.00

Domus Vista

Ved Sønderåen 1

7100 Vejle

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger bestyrelsens beretning.
3. Kassereren forelægger revideret regnskab.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
5. Indkomne forslag.
6. Valg.
På valg er 2 bestyrelsesmedlemmer
1 suppleant
revisor og
revisorsuppleant.
7. Evt.

Alle medlemmer kan deltage i en generalforsamling uden tilmelding. Efter generalforsamlingen er der et let traktement;

tilmelding til dette straks:

h.westergaard@stofanet.dk eller
tlf. 20780300.

P.b.v. Hanne Westergaard

Temamøde for stomiopererede

Stomiforeningen COPA, Colitis-Crohn Foreningen og Coloplast Danmark A/S har hermed fornøjelsen af at invitere dig til et spændende temamøde.
Arrangementet er gratis og finder sted:

Mandag den 16. marts 2020 - kl. 17.00 til kl. 20.00
på Hotel Fuglsangcentret, Søndermarksvej 150, 7000 Fredericia

Få mere at vide om:

De nyeste produkter og services fra Coloplast.
Forebyggelse af hudproblemer.

Det bedst egnede produkt for dig, i forhold til

- o ujævnheder
- o brok og buler
- o stomiens placering.

Rådgivning fra erfarne sygeplejersker og produktspecialister.
Mød andre stomiopererede og få tips og idéer.

Program

17.00	Velkomst v/COPA og Colitis-Crohn Foreningen og Coloplast.
17.10-18.00	Coloplast produktpræsentation – bl.a. om vores nyeste stomiprodukter og services.
18.00-19.00	Besøg Coloplast udstillingsbordene - se de forskellige produkter - og få en snak med sygeplejerskerne. Besøg udstillingsbordene hos COPA og Colitis-Crohn og tal med deres rådgivere.
19.00-20.00	Forebyggelse af hudproblemer v/stomisygeplejerske Grethe Vendelbo, Hospitalenheden Vest i Herning.
20.00	Tak for i dag.

Der serveres kaffe, te, og kage fra kl. 16.30 - og sandwich og vand ca. kl. 18.00.

Tilmelding

Tilmelding bedes ske til Hanne Westergaard, COPA lokalforening Sydøstjylland på mail h.westergaard@stofanet.dk eller mobil 20780300 eller via hjemmesiden: www.coloplast.to/bmstomi - **senest den 9. marts 2020.**



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

Kommende arrangementer COPA Sydvestjylland: Kontakt venligst Anette Larsen.



COPA Gl. Viborg amt

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

Kommende arrangementer COPA Gl. Viborg amt: Kontakt venligst Hans Breiner Henriksen.



COPA Midt-/Vestjylland

Lokalformand:

Kai Blok

Vestergade 102, st., 7400 Herning

Tlf.: 2028 7446 E-mail: kai@kaiblok.dk

[Siden sidst](#)

Generalforsamling

Der var generalforsamling hos firmaet Kirstine Hardam tirsdag den 10 marts. Læs i næste blad.

[Siden sidst](#)

Stomiambulatoriet i Herning fejrede 25 år

Mandag den 3. februar var der markering af at det var 25 år siden at stomiambulatoriet på sygehuset i Herning blev oprettet.

TV Midtvest havde et indslag fra markeringen.

P.b.v. Ulla Andersen



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.



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 arrangementer Urostomigruppen: Kontakt venligst Anne Lise Hansen.

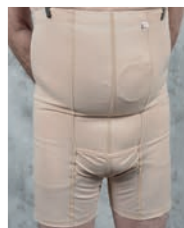
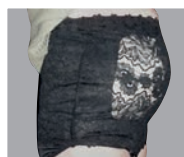
Velvære og komfort til dit brok



Hverdagen bliver bedre og mere normal med en brok-bandage fra ETO Garments. Bandagen bliver syet specielt ud fra dine mål og det sikrer maksimal funktionalitet og den bedste pasform.

- Brokbukser og -bodystockings, heldragter og veste
- Brokbælter og lyske-brokbælter
- Perinealbrok-bandager

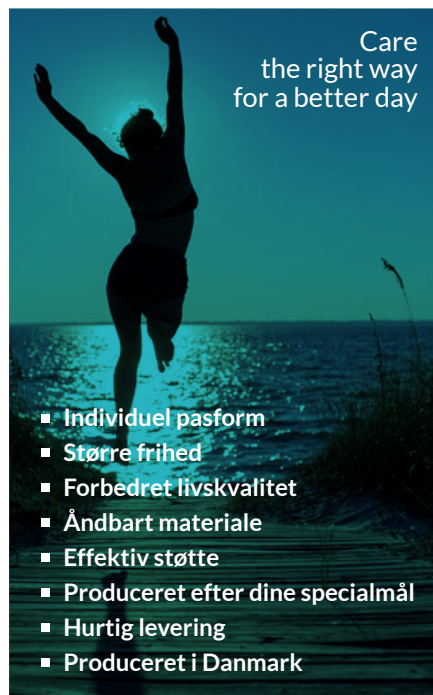
Ring og hør nærmere
på tlf. 64 46 13 30



Lyskebrok-bælter
til højre, venstre
og dobbeltsidet
lyskebrok



Care
the right way
for a better day



- Individuel pasform
- Større frihed
- Forbedret livskvalitet
- Åndbart materiale
- Effektiv støtte
- Produceret efter dine specialmål
- Hurtig levering
- Produceret i Danmark

etogarments

eto-garments.com

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



COPA Aarhus / Østjylland

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

Stomiposer til Ukraine

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

Randers klubben

Kommende arrangement

Street Food

Den 31. marts skal vi besøge den nyåbnede STREET FOOD på havnen i Randers. Den ligger ved siden af fiskehandler Telling, adressen er **Kulholmsvej 2**.

Den er endnu ikke åbnet i skrivende stund, første dag var sidst i februar, så jeg kan

ikke få enkeltheder om besøget, men vi **mødes kl 19**, som vi plejer. Jeg har fået fortalt, at der er seks, syv forskellige boder med mad.

Egenbetaling er 25 kr. og så skal I selv betale for drikkeelse.

Jeg håber, I er med på at prøve noget nyt. Husk gerne tilmelding til Kirsten Gjørup Hansen
Kirsten.gjorup.hansen@gmail.com eller tlf. 22 16 21 40



Kulholmsvej.

Siden sidst

Bowling

I januar bowlede vi hos Master Bowl på Mariagervej, vi fik først en Cafe burger, så vi havde noget at stå imod med, til en hel times bowling. Det gik lystigt, vi havde et par gode timer sammen.

P.k.v. Kirsten Gjørup Hansen

COPA Rådgivning Aarhus / Østjylland

(den geografiske udstrækning svarer til det tidligere Aarhus Amt)

Hvis du lige er blevet stomiopereret, er pårørende, eller hvis du skal opereres i nærmeste fremtid, kan der være mange spørgsmål, der trænger sig på, så som.

- Kan jeg leve et normalt liv som før jeg blev opereret?
- Hvad kan jeg spise? • Kan jeg rejse når jeg har stomi?
- Hvordan træner jeg min krop/mavemuskler?
- Kan jeg dyrke sport eller gå i svømmehal?

Har du behov for at tale med en, der har levet med stomi (eller Pauch) i mange år, er der mulighed for dette, blot du kontakter COPA Aarhus / Østjylland rådgivning på tlf. 6127 2125 (helst mellem kl. 17 og 18.) Hvis telefonen ikke bliver taget, kan du indtale en besked, og du bliver du kontaktet af en af vores rådgivere.

Du kan også kontakte COPAs sekretariat på tlf. 5767 3525.
Telefontider: Man-tirs-ons-tors: kl. 10-14. Fredag kl. 10-13.



Datoer for vores rådgiverarrangementer 2020

- 31. marts kl. 17.00 - 21.30.
- 2. juni kl. 17.00 - 21.30.
- 18. august kl. 17.00 - 21.30.
- 6. oktober kl. 17.00 - 21.30.

Huset Trøjborg, Kirkegårdsvej 53, 8000 Aarhus C

Informationer om arrangementerne kommer løbende i Copa-bladet og på COPA.dk

Gitte Heide



Huset Trøjborg.

Kommende arrangement

Generalforsamling 17. marts kl. 17.00

Frivillighuset Trøjborg, Kirkegårdsvej 53, 8000 Aarhus C

Program:

- 17.00 Åbner vi dørene for gæster.
- 17.15 Oplæg fra Marianne Riis om "Livet som kortarmspatient og HPN".
Marianne er selv kortarmspatient og arbejder som præst. (HPN står for hjemmeparenteral ernæring).
- 18.30 Generalforsamling
 1. Valg af dirigent.
 2. Formanden fremlægger beretning.
 3. Kassereren fremlægger lokalforeningens reviderede regnskab fra sidste kalenderår.
 4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år
 5. Behandling af indkomne forslag.
 6. Valg.
På valg:
 - Formanden (modtager genvalg)
 - 2 bestyrelsesmedlemmer (1 medlem modtager genvalg)
 - 1 suppleant (modtager genvalg)
 - Revisor (modtager genvalg)
 - Revisorsuppleant (modtager genvalg)

19.30 Smørrebrød med 1 øl/vand.

20.00 Kaffe/te og kage.

Hollister kommer på besøg og viser nyeste produkter.

21.00 Tak for i aften.

P.b.v. Gitte Heide



SÆT X I KALENDEREN VED D. 31. MARTS

SÆRARRANGEMENT FOR OS, DER HAR 2 TING TIL FÆLLES: STOMI OG STRIKKETØJ.

COPA Aarhus/Østjylland inviterer til møde for stomiopererede,
pouch- og reservoir-opererede
tirsdag d. 31. marts kl. 18 – 21.30
i Huset Trøjborg, Kirkegaardsvej 53 Aarhus.

Tag dit strikketøj/hækletøj med og få en god snak med en ligesindet, en COPA rådgiver eller med en, du måske har chattet med i facebookgruppen. Medbring desuden ekstra strikkepinde og lidt restegarn til et lille strikkeprojekt. Er du ikke strikker, er du stadig velkommen til en god snak og til at se den aktuelle udstilling.

Firmaet MEDIQ deltager med præsentation af deres undertøjs kollektion for stomiopererede, herunder lækkert linge og praktisk undertøj til hverdagsbrug samt brokbælter.

Firmaet SPORTY LIVING udstiller smart og aktuelt badetøj og strandtøj specielt udviklet til stomiopererede. Du får her mulighed for at se og prøve, hvad der passer til dig inden feriesæsonen for alvor starter. Hvis du kommer langvejs fra, så benyt eftermiddagen til en shoppetur i Aarhus, et besøg i Den Gamle By, Aros eller Moesgaard Museum. Du er hjertelig velkommen selvom du ikke er medlem af COPA.

Der vil være COPA rådgivere tilstede hvor du kan få de sidste aktuelle brochurer og vejledninger vedr. kost, rejser m.m. Du har også mulighed for at melde dig ind i COPA.

Indgangen er lukket, så hvis du kommer efter kl. 18 er der et tlf. nr. på døren, du kan ringe til for at komme ind.

Af hensyn til beværtning er **tilmelding nødvendig senest d. 25 marts.**

Tilmelding til Signe eller Lilly:

Lilly.Voigt@stofanet.dk tlf: 8615 8167

Signe@fiberboks.dk tlf: 6185 6313



COPA Nordjylland

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

Kommende arrangement

Generalforsamling søndag den 5. april kl. 10.00

Der indkaldes til ordinær generalforsamling i lokalforeningen COPA Nordjylland søndag den 5. april 2020 kl. 10.00 på:

Motel Europa, Hobrovej 890, Ellidshøj, 9230 Svenstrup.

Bus 52 kører fra Aalborg Rutebilstation. Skulle der være nogen, der har brug for transport, er I velkommen til at kontakte en fra bestyrelsen:

• Bjarne Baarup, Hobro	2143 3018	• Jens Nielsen, Visse	2946 6765
• Randi Hansen, Vadum	2224 2173	• Lis Isgaard Gregersen, Øster Hornum	2986 5041
• Lise-Linda Nielsen, Visse	2332 5390	• Bent Bøjden Christensen, Storvorde	4053 1849

Dagsorden:

1. Valg af dirigent.
2. Formanden aflægger beretning til godkendelse.
3. Kassereren forelægger lokalforeningens reviderede regnskab for kalenderåret 2019 til godkendelse.
4. Bestyrelsen fremlægger aktivitetsplan for det kommende år.
5. Behandling af indkomne forslag.
6. Valg af formand og 2 bestyrelsesmedlemmer:
Formand: (Bjarne Baarup er villig til genvalg).
Bestyrelsesmedlem: (Lise-Linda Nielsen er villig til genvalg).
Bestyrelsesmedlem: (Lis Isgaard Gregersen er villig til genvalg).
7. Valg af revisor og revisorsuppleant (Pt Ronald Hyllested og Niels Larsen).
8. Eventuelt.



Motel Europa.

Efter generalforsamlingen hygger vi os med lidt mad fra motellens buffet.

Tilmelding til selve generalforsamlingen er ikke nødvendig.

Men hvis du ønsker at deltage i **spisningen** efterfølgende bedes du **tilmelde dig senest fredag den 27. marts** til:

Bjarne Baarup på tlf. 2143 3018 eller e-mail bjarnebaarup@gmail.com.

P.b.v. Bjarne Baarup

Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA

NYT MEDLEM

☒ Ja tak - jeg vil gerne være medlem af COPA.

NAVN.....

ADRESSE.....

POSTNR.....BY.....

MAIL.....

TLF.....

Fødselsår.....Stomitype.....

Uden ekstraudgift vil jeg gerne være medlem af

(sæt kryds):

☐ Ungdomsgruppen

☐ Colitis/Crohn-gruppen

☐ Urostomigruppen

☐ Forældregruppen

☐ Familiær Polypose-gruppen

☐ Almindeligt medlem (kr. 275,00 pr. år)

☐ Pensionistmedlem
(kr. 175,00 pr. år)

☐ Støttemedlem
(kr. 175,00 pr. år)

Ønsker medlemsblad tilsendt: Ja: ☐ Nej: ☐
(medlemsbladet sendes gratis)

Sendes (gerne i kopi) til:
COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted





COPA Forældregruppen



Kommende arrangement

Forårstur med Forældregruppen

Forældregruppen inviterer på forårstur i weekenden 17. - 19. april - Vesterborg, Torø.

Weekenden er flyttet ift. info på familieweekenden både hvad angår sted og hvornår.

Det har ikke været muligt for os at finde et sted på Sjælland (plads, faciliteter og ikke mindst pris), samtidig har vi også måtte flytte weekend da stedet vi gerne ville leje, ikke var frit i den oplyste weekend.

Så i 2020 skal vi..

...til Sydfyn ved Assens, hvor vi har vi lejet en koloni. Der er familieværelser og gode fælles faciliteter – og så får ”Vesterborg”, som stedet hedder, på Torø stor ros for flot beliggenhed på halvø, skøn natur, masser af vand og strand.

Konceptet er som tidligere år

Man ankommer i løbet af fredag eftermiddag / henunder aften. Vi planlægger nok nogle fælles aktiviteter i løbet af lørdagen (nogle der gerne vil arrangere?) – eller også er vi bare på stedet og nyder omgivelserne. Søndag skal vi være ude kl. 1000 – og så er weekenden; hygge – lege – snakke – spille - dele erfaringer – måske fnise - spise god mad m.v. Hvis I har nogle gode familiespil, fodbolde / volleyball må I meget gerne tage dem med.

Som sædvanligt hjælpes vi ad med de daglige gøremål mht. madlavning, oprydning m.v. Vi laver en arbejdsplan.

I kan se mere om stedet på

<https://kolonierne.dk/koloni/vesterborg/>

Tilmelding senest mandag d. 1 april

Der er begrænset antal pladser og tilmelding er efter først til mølle princippet. Er turen overtegnet vil plads til nye familier blive prioriteret. Hvis dette sker, vil det være sidst tilmeldte der afgiver pladsen.

1. Send mail med angivelse af medlemsnummer, navne på alle deltagere og børnenes alder. sekretariatet@copa.dk
2. Overfør egenbetalingen via bankoverførsel til COPA: Reg.nr. 4955 Konto nr. 0007090331. Husk at påføre medlemmets navn og medlemsnummer i bemærkningsfeltet.

Egenbetaling pr. deltager:

- 0-3 år: 0 kr.
- 4-12 år: 75 kr.
- 13 år >: 100 kr.

Vi håber at se rigtig mange familier – både de ”gamle” og nye til en hyggelig weekend.

Har I spørgsmål er I velkommen til at ringe eller skrive til Morten Holmgaard på tlf: 5047 5007 eller mail: perret-holmgaard@hotmail.com

Husk

I kan søge jeres kommune om tilskud jf. serviceloven.

På styrergruppens vegne Morten



Huskeseddel

- I skal selv medbringe sovepose / dyne og pude + sengelinned, håndklæde m.v. Alle bedes medbringe 2 viskestykker og 2 klude.
- Har man særlige behov med hensyn til maden, medbringes dette selv.
- Husk påklædning der passer til vejret, og evt. badebukser for de helt friske – og måske fiskestang?
- Er der barnlige sjæle som gerne vil sove i telt er der gode muligheder for det.

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



LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: tlf. 5767 3525)

København / Frederiksberg

Svend Larsen *)
Iselund 14, 1.tv.
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

Syddøstjylland

Hanne Westergaard *)
Konsul Jensensgade 16 ^{2. th.}
8700 Horsens
Tlf.: 20780300

Frederiksborg

Michael Petersen *)
Engbuen 12
3450 Allerød
Tlf.: 3113 0547

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

Roskilde/Køge

Ea Jensen
Fyrrevej 33
4632 Bjæverskov
Tlf.: 5687 1371

Midt-/Vestjylland

Kai Blok
.Vestergade 102 st.
7400 Herning
Tlf. 2028 7446

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

Erna Kristoffersen
Elmevej 45
4171 Glumsø
Tlf.: 2763 6990

Aarhus / Østjylland

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

*) Medlem af COPAs forretningsudvalg.

