



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

I dette blad kan man bl.a. læse:

Tag med på **COPA Weekendophold 2024**....se side 19

# Kære alle

## LEDER



Henning Granslev, landsformand

**Der er stadig** en del udfordringer med det store fællesudbud. Desværre er der i nogle kommuner problemer med fra start at få tildelt nogle af de produkter, der var i den gamle leverandøraftale. Det er ikke rimeligt. COPA medlemmer, der har deltaget i mange af regionsmøderne, er af den overbevisning, at der i den nye aftale ikke ville være problemer med at få tildelt de produkter, stomiopererede

hidtil havde på deres bevilling.

Flere kommuner har kreative tolkninger om, hvorledes bevillingerne skal håndteres til borgerne, der hidtil havde fået stomihjælpemidler, der nu ikke er med på den fællesindkøbslisten. I Aarhus kommune fungerer aftalen helt perfekt. Borgerne får en bevilling til de produkter, der var i deres "gamle" bevilling. Det er også blevet en mere smidig håndtering af bevillingerne i Odense kommune. Mange politikere taler om at der, uanset bopælskommune, ikke skal være ulighed i sundhedsvæsenet. Der er langt til at komme i mål.

Når COPA får information om problemer med bestilling af hjælpemidler, kontakter vi kommunens sagsbehandlere/indkøbsafdeling. Deres medarbejdere ønsker, at borgerne bliver betjent bedst muligt. Husk venligst, kommunens sagsbehandler/stomisygeplejerske er budbringer, der har fået ordre fra højere sted.

På COPA Facebook er der en del indlæg om problemet, både negative men heldigvis også positive. Da mange kommuner nu er med i aftalen kan det være svært at forklare, hvorfor det kan fungere i nogle kommuner og ikke i andre.

Det fælles Service Center er også en udfordring. Der arbejdes på sagen.

[Udpålluk fra pressemeddelelse udsendt fra de to regioner december 2022](#)

### Regioner og kommuner indgår banebrydende fælles udbud af stomi-produkter

"Borgeren sættes for alvor i centrum, når regioner og kommuner i Midtjylland og Syddanmark går sammen om et udbud, der sikrer borgerne adgang til de samme stomiprodukter på tværs af administrative grænser og pengekasser. Samtidig vil et fælles servicecenter, websystem og lagerløsning gøre det lettere for borgere med stomi at bestille de nødvendige produkter og få vejledning.

Som stomi-opereret er det afgørende, at produkterne passer til ens krop, så man undgår gener, lækage og har mulighed for at fungere mest optimalt i dagligdagen. Mange stomi-patienter oplever dog ofte, at de produkter, de har fået udleveret på hospitalet og er blevet fortrolige med, ikke er mulige at bestille, når de er udskrevet fra hospitalet og skal bestille produkterne igennem kommunen.

Årsagen er, at kommuner og regioner ikke køber stomi-produkterne fra samme leverandører og derfor ikke nødvendigvis har adgang til de samme produkter. Ofte bliver det starten på en

længere proces, hvor borgeren skal ansøge kommunen om et særligt – og måske væsentligt dyrere – produkt. Det kan skabe utryghed hos borgeren, som i forvejen er i en ny og sårbar situation efter at være blevet opereret med stomi.

Det bliver nu lavet om med det fælles udbud af stomi-produkter, hvor Region Midtjylland, Region Syddanmark og de fleste kommuner i de to regioner fremover vil tilbyde borgerne et fælles produktsortiment, fælles lagre og et fælles websystem at bestille igennem.

Samarbejdet mellem kommuner og regioner glæder i høj grad regionsrådsformanden i Region Midtjylland, Anders Kühnau: "Med det tværsektorielle samarbejde får vi løst flere udfordringer på én gang til gavn for borgeren, som vil opleve et mere sammenhængende sundhedsvæsen. Samtidig er der et kæmpe potentiale i at lave fælles udbud og optimere processer og borgerforløb på tværs af kommuner og regioner. Denne model kan skales til at omfatte endnu flere regioner og kommuner, ligesom løsningen med et fælles servicecenter og websystem kan bruges til sundhedsprodukter for andre borgergrupper. Det er noget, vi skal se nærmere på fremadrettet."

### Fremtiden

Om et par måneder er det et år siden, de første kommuner kom med i aftalen. Inden start blev der udsendt et spørgeskema med en tilfredshedsundersøgelse i den gamle leveringsaftale. Region Syddanmark og Region Midtjylland har lovet at sende et lignende skema efter et års implementering med den nye aftale. Det er vigtigt at flest muligt besvarer skemaet.

### Efterlysning

Unge og modne COPA rådgivere er en mangelvare. Vores forenings store udfordring er at få rekrutteret "yngre modeller": både kvinder og mænd. Derfor blev alle lokalforeninger bedt om at sende en liste med de rådgivere, der bliver brugt. På sekretariatet skal der være en opdateret liste.

Er der stomiopererede, der ønsker at være en del af COPA rådgiverkorpsset, kontakt da venligst sekretariatet eller din lokalforening. COPA ser frem til, at der kommer nye rådgivere på vores liste. I kan være med til at gøre en forskel for nuværende og kommende stomiopererede.

### Ukraine

I uge 17 ankom en transport med hjælp fra foreningen "Bevar Ukraine" frem til Odesa. Der var 16 EU paller med stomihjælpermidler m.m. På grund af, at udgifterne til transport er steget ret kraftigt, er COPA er nødsaget til at finde økonomisk støtte til at dække de stigende udgifter. Hvis COPA medlemmer har ideer eller kendskab til firmaer, COPA evt. kan ansøge om økonomisk støtte, vil COPA være taknemlig for at I sender en mail eller ringer til [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk) tlf. 57673525 eller [h.granslev@gmail.com](mailto:h.granslev@gmail.com) tlf. 70213525.

### Foråret er kommet – men er noget ustabil

Efter kalenderen er det blevet forår. Træer, buske og blomster har forstået budskabet. Stauder og blomsterløgene er i fuld gang med at vise deres farver. Dagene er blevet længere, selv om mange dage har været regnfulde med trist gråvejrs og ret blæsende.

Lad os se fremad – det må blive bedre. Nyd den kommende tid med sol, varme og hygge i udendørslivet og med tid til at slappe af efter en tur i skoven eller efter lidt havearbejde.

**h.g.**



ISSN 0901 - 3849

## Stomiforeningen COPA

### Sekretariatet

Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted

Tlf.: 57673525

Træffes mandag - torsdag: 10.00 - 14.00;

fredag: 10.00 - 13.00.

COPA bankkonto:

Reg.nr.: 9886; kontonr.: 0000483407.

Hjemmeside(r): [www.copa.dk](http://www.copa.dk)[www.stomiguiden.dk](http://www.stomiguiden.dk)Webmaster: [webmaster@copa.dk](mailto:webmaster@copa.dk)COPA e-mail: [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)

#### • Landsformand:

Henning Granslev

Bavnegårdsvej 110, Kolt

8361 Hasselager

Tlf.: 70213525

(KUN hverdage: bedst 14.00-18.00)

e-mail: [h.granslev@gmail.com](mailto:h.granslev@gmail.com)

#### • Vicelandsformand:

Michael Petersen

Engbuen 12

3450 Allerød

e-mail: [micpet@post12.tele.dk](mailto:micpet@post12.tele.dk)

Tlf.: 31130547

#### • Lokalformænd og -grupper:

Se bagsiden.

## COPA medlemsblad

Copa-bladet udkommer 6 gange om året.

Oplag: 3400 stk. Tryk: LaserTryk A/S.

#### • Ansvarshavende redaktør:

Cand.scient. Ole Vestergaard,

tlf: 98499888 • mail: [mail@copabladet.dk](mailto: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](mailto:mail@copabladet.dk) (tekst som tekstfil i word eller OpenOffice).

Sendes foto/illustrationer pr. mail, skal det være som selvstændige påhæftede filer (jpg). Materiale modtages også via WeTransfer, Færdige højtopløselige-CMYK-pdf i tryk-kvalitet og farve modtages efter aftale.

At pdf-filer opfylder krav til tryk er indsen-derens ansvar - også mht. annoncer.

#### Sidste frist for indlevering af tekst til næste nummer er 10/06-2024.

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 10/06-2024.

Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes til [mail@copabladet.dk](mailto:mail@copabladet.dk). Andet materiale modtages også - efter aftale. Reprøklart

annoncemateriale til næste nummer skal være Copa-bladet i hænde senest: 18/06-24.

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

## Foto forsiden

Colourbox, Faaborg gamle bydel.

## Foreningens formål:

Vedtægternes § 4:

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

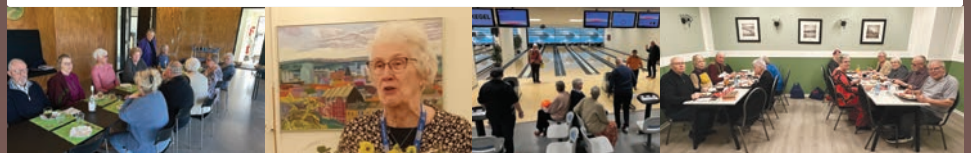
### Stk. 2. Dette søges gennemført ved:

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

## Copa-blad 3/2024 (maj-juni) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 298]

### Indhold:

	Side
Leder (Henning Granslev).....	2
Betændelsessygdomme i tarmen er knyttet til den vestlige livsstil (viderebragt fra HELSE 2/2024).....	5
Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2023 (Henning Granslev).....	8
COPA regnskab 2023.....	15
Ny viden om mavetarmsygdomme.....	16
Danskerne køber ligeså mange panodiller som bananer.....	17
COPA Sommerophold 2024 (Henning Granslev).....	18
COPA Weekendophold 2024 (Henning Granslev og Michael Petersen).....	19
Nyt fra Lokalforeninger og -grupper.....	20



### 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](mailto:sekretariatet@copa.dk) med oplysning om navn samt medlemsnummer, og skriv "mail" i emne.

### PLANLAGT OMDELING Copa-blad 2024

Blad 3 (uge 19) Omdeling 6. - 10. maj  
Blad 4 (uge 27) Omdeling 1. - 5. juli  
Blad 5 (uge 36) Omdeling 2. - 6. september  
Blad 6 (uge 45) Omdeling 4. - 8. november  
Omdeles af PostNord Danmark.

Hvis bladet ikke er modtaget, kan du kontakte sekretariatet på tlf. 57673525 eller sende en mail til: [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)

[www.copa.dk](http://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. 57673525 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 reservoieropererede 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 stomiambulatorium.

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: Shutterstock



# Betændelsessygdomme i tarmen er knyttet til den vestlige livsstil

*I dag er behandlingsmulighederne for tarmlidelserne, Crohns sygdom og colitis ulcerosa så gode, at 80 procent af de ramte kan leve et næsten helt normalt liv. Nogle af svarene på fremtidens forebyggelses- og behandlingsindsats skal måske findes i tarmbakterierne. Lige nu er en helt bestemt bakterie i søgelyset, fortæller ekspert.*

**Af: Jannie Iwankow Søgaard**

Artiklen har været bragt i HELSE 2/2024.

Viderebringes her - med tilladelse fra HELSE og Christian Lodberg Hvas.

Det er ikke engang 100 år siden, at man første gang stødte på sygdommen Crohns sygdom. Det var således i 1933, at den inflammatoriske tarmsygdom første gang blev beskrevet i den lægefaglige litteratur. De første tilfælde af sygdommen blev opdaget i storbyen New York, og i årtierne efter kunne man iagttage flere og flere tilfælde i de dele af verden, hvor den vestlige civilisation blev dominerende. Det er således næppe nogen tilfældighed, at sygdommen først for cirka 30 år siden kom til Kina. Det mønster, man har set både Crohns sygdom og den lignende tarmlidelse colitis ulcerosa brede sig i, er stærkt medvirkende til, at forskere i dag ved, at der er en eller anden sammenhæng mellem de to sygdomme og den måde, man lever på i den vestlige verden. Desværre er det endnu uklart, hvilke faktorer der mere præcist udløser sygdommen hos nogle mennesker. Det fortæller Christian Lodberg Hvas, klinisk professor, overlæge og ph.d. på Institut for Klinisk Medicin på Aarhus Universitet og Lever-, Mave- og Tarmsygdomme på Aarhus Universitetshospital.

Når vi kan knytte sygdommene til den vestlige civilisation, handler det om summen af livsstil på det kollektive niveau. Hvad angår det individuelle niveau, er det sværere. Hvad gør, at det ene menneske får sygdommen og ikke det andet, når nu deres

livsstil minder om hinanden? Det korte svar er endnu, at det ved vi ikke, siger han.

Man kender imidlertid til nogle af de risikofaktorer, der knytter sig til Crohns sygdom og colitis ulcerosa. Det drejer sig blandt andet om rygning og lavt indhold af D-vitamin i blodet. Derudover ved eksperterne også, at begge sygdomme kan fremmes af tilsætningsstoffer i maden. Det handler især om nogle af dem, der findes i højtforarbejdede madvarer. Men en sikker årsags-virkning-forklaring har man stadig ikke, pointerer Christian Lodberg Hvas.

## Crohns sygdom er mere lusket

Der er i Danmark cirka 35.000 mennesker, der lider af colitis ulcerosa og 15.000, der lider af Crohns sygdom. Symptomerne er betydelige – for begge sygdomme gælder det således, at de medfører diarré – ofte mange gange dagligt – risiko for blod i afføringen, nedsat appetit og også ofte vægttab.

Der er imidlertid også væsentlige forskelle på de to kroniske, inflammatoriske tarmsygdomme.

Crohns sygdom udskiller sig blandt andet ved, at nogle af patienterne udvikler små fistler, der er udførelsesgange, som opstår mellem huden og endetarmsåbningen.

(fortsætter side 6)

## Betændelsessygdomme i tarmen er knyttet til den vestlige livsstil, fortsat:

Det er en alvorlig tilstand, og det påvirker patienternes livskvalitet væsentligt, fordi fistlerne giver mange smerter og væsker fra tarmen direkte ud på huden. Man kan for eksempel være forhindret i at gå på arbejde. Fistelbehandlinger er desværre lidt underkendt, hvilket formentlig skyldes, at de fleste ikke kender nogen, der dør med dem – og patienterne selv går stille med dørene.

Kendte man mere til det, ville man vide, hvor afgørende en hurtig og effektiv behandling er. De kan behandles både medicinsk og kirurgisk, fortæller Christian Lodberg Hvas.

Ifølge ham er Crohns sygdom, hvad man kan kalde en mere lusket sygdom end colitis ulcerosa, idet den kan sætte ind alle steder i tarmsystemet og hos nogle i mund og mundhule. Colitis ulcerosa forefindes derimod udelukkende i tyktarmen, den nederste del af tarmen. Når man behandler de to tarmsygdomme kirurgisk, er der selvsagt også forskel. Ved colitis ulcerosa fjerner man hele tyktarmen, og man får en stomi, der kan producere en stor mængde tynd afføring. Senere får de fleste dannet et reservoir – en slags "pose" – som sys på endetarmen, så man slipper for at have stomi, men stadig har tynd afføring flere gange daglig. Ved Crohns sygdom kan det være nødvendigt at fjerne korte eller længere stykker af tyndtarmen eller tyktarmen, og nogle får stomi.

### De gode og de dårlige bakterier

Tidligere var Crohns sygdom og colitis ulcerosa sygdomme, som man risikerede at dø af. Sådan er det meget sjældent i dag, hvor behandlingsmulighederne er blevet markant bedre, og man har mere viden om sygdommene. Blandt andet findes der i dag antistofbaserede behandlinger, som har forbedret dagligdagen og langtidsudsigterne for især patienter med

Crohns sygdom. Tidligere kunne de være nødt til at få foretaget så mange tarmoperationer, at de mistede næsten al deres tarm og skulle have intravenøs ernæring – det er sjældnere i dag.

Det har selvfølgelig indvirkning på livskvaliteten at have en kronisk sygdom. Men vi ved, at 80 procent af dem, der har en af de to sygdomme, kan leve et stort set normalt liv, som de ønsker det. Desværre er der også 20 procent, hvor sygdommene er så indgribende, at det blandt andet forhindrer folk i at gå på arbejde eller medfører kronisk træthed, siger Christian Lodberg Hvas.

Der er imidlertid stadig meget, eksperterne inden for de inflammatoriske tarmsygdomme gerne vil blive klogere på. Og noget af det, der især optager dem i disse år, er de bakterier, der findes i tarmen. Man ved allerede, at der i tarmen hos patienter med Crohns sygdom og colitis ulcerosa forefindes færre af de såkaldt gode bakterier og flere af de såkaldt dårlige bakterier. Og når man nu ved, hvilke bakterier, der er gode, så burde man vel bare få patienter med de to sygdomme til at indtage ekstra mange af disse? Så simpelt er det desværre ikke, fortæller Christian Lodberg Hvas.

Vi ved, at mælkebakterier burde hjælpe til en sund tarm, men det gør de desværre ikke, hvis man indtager dem særskilt som et tilskud. De hjælper kun, når man spiser mad, som fremmer dannelsen af mælkebakterier i tarmen. Lige nu er en bakterie ved navn *Faecalibacterium prausnitzii* i søgelyset, fordi man kan se, at den er til stede i en sund tarm og meget sjældnere i en syg tarm, og at den vokser frem, når man spiser grove grøntsager. På samme måde hjælper kostfibre til dannelse af smørsyre, der beskytter tarmslimhinden. Desværre er smørsyre præcis det stof, der får sure tæer til at lugte, så ren smørsyre står ikke på supermarkedshylderne – det er lukket pænt inde i tyktarmen, siger han.

**"Lige nu er en bakterie ved navn *Faecalibacterium prausnitzii* i søgelyset, fordi man kan se, at den er til stede i en sund tarm og meget sjældnere i en syg tarm".**



Christian  
Lodberg Hvas

## Yoga og meditation er godt for dine tarme

Der er nogenlunde lige mange kvinder og mænd, der får colitis ulcerosa og Crohns sygdom – dog med en lille overvægt af kvinder ved Crohns sygdom. Begge sygdomme er kendetegnet ved oftest at debutere i ungdomsårene, men det sker, at også helt små børn rammes, ligesom der er eksempler på, at ældre mennesker over 80 pludselig får en af sygdommene. Uanset alder og køn er der dog noget udover lægelig behandling, som alle patienter med inflammatoriske tarmlidelser selv kan gøre for at forebygge de udbrud, som sygdommene ofte viser sig i.

Vi ved, at en sund kost og fysisk aktivitet er godt. Men nu kan vi også sige, at man kan gøre noget godt for sine tarme via vores tarm-hjernefunktion. Tarm og hjerne "taler" sammen. Vagusnerven har vi kendt i årtier. Tidligere troede man, at den kunne undværes og skar den over som behandling af f.eks. mavesår, men i dag ville man aldrig "afbryde strømmen" via vagusnerven. Derimod afprøves vagusnervestimulation som behandling af bl.a. tarmsygdomme. Vi kender også mange af de hormoner og andre signalstoffer, som produceres i tarmen og direkte påvirker hjernen. Det kan f.eks. handle om mæthed eller lykkefølelsen efter at have spist et stykke chokolade. Det er samme knapper, som fødevarerindustrien trykker på, når de producerer chips, hvor vi er nødt til at tømme hele posen, siger Christian Lodberg Hvas og forsætter:

Lykkefølelsen mærker vi med hjernen, men tit produceres den i tarmen. Det vil sige, at det at dyrke f.eks. yoga og meditation vil have en beroligende effekt på tarmen, siger Christian Hvas Lodberg, der særligt har et ønske for fremtiden for patienter med de kroniske inflammatoriske tarmlidelser.

Jeg håber, at der vil ske en aftabuisering af disse sygdomme og komme en opmærksomhed i befolkningen, så vi kan blive bedre til at skelne mellem irriterende tarm, som er ret almindeligt, og så de inflammatoriske tarmlidelser, som kan kræve omfattende behandlinger, hvis patienterne skal beholde deres tarm og arbejdsevne. På den måde vil vi hurtigere kunne sørge for, at patienterne sættes i den rette behandling, siger han. ■



Stoma  
Skin  
Soul



Holder din klæbeplade  
huden naturligt sund?



NovaLife TRE™ er designet til at **holde din hud naturligt sund** på tre måder:

- ET** Absorberer stomi-output og fugt fra huden
- TO** Klæber sikkert på din hud og er let at tage af igen
- TRE** Opretholder hudens naturlige pH-niveau. Det kan være med til at reducere fordøjelsesenzymernes skadelige virkning på din hud

Få mere at vide på [www.dansac.dk](http://www.dansac.dk), hvor du også kan bestille vareprøver eller du kan kontakte kundeservice på tlf. 8071 7240 eller maile til [dk.salg@dansac.com](mailto:dk.salg@dansac.com).



**CE** Læs vejledningen før brug for oplysninger om anvendelse, kontraindikationer, advarsler, forholdsregler og instruktioner. Dansac, Dansac-logoet, NovaLife og TRE er varemærker tilhørende Dansac A/S. ©2024 Dansac A/S

dansac

Af: Henning Granslev, landsformand

Året startede med en positiv oplevelse. Det lykkedes endelig at få foretræde for Folketingets Sundhedsudvalg vedr. problemerne med at få tildelt personlige hjælpemidler.

Den 26. januar 2023 fremlagde 4 repræsentanter fra KB netværket



deres budskab og synspunkter for Folketingets Social- og Sundhedsudvalg. De 4 personer var følgende: Pernille Slepsager, afdelingschef i KB Patientstøtteafdeling - Lene Tofteng, formand DALYFO - Marianne Nord, formand Senfølgerforeningen og Henning Granslev, formand Stomiforeningen COPA. Pernille Slepsager indledte mødet med en orientering om vores fælles budskab til udvalget:

## Focus på lighed og værdighed i bevilling af hjælpemidler.

Herefter fik vi alle nogle minutter til hver især at fremlægge vores udfordringer med at få tildelt de korrekte hjælpemidler. Udvalgte medlemmer var meget lydhøre og havde flere spørgsmål, om hvorledes "problemerne" blev løst ude i kommunerne her og nu. Heldigvis er der sket fremskridt de sidste år, men der er stadig en del huller på vejen til mål.

## Hjælpemidler. Projektet Tværsektionelle indkøb af stomihjælpemidler

Det har været et årelangt sejt træk for projektgruppen i Region Midtjylland og Region Syddanmark, inden den nye aftale kunne blive søsat den 1. juni 2023.

Stomiopererede i Aarhus og Odense fik deres bevilling overdraget til den nye leverandør i juni 2023. I startfasen har der dog været en del udfordringer for borgere til at komme i kontakt med det Fælles Service Center – næsten umuligt. Ved indgangen til 2024 var ca. halvdelen af kommunerne i de to regioner en del af aftalen. Desværre

er der stadig indkøringsproblemer med komme i kontakt med Servicecentret, m.m. Sådan er det ofte når flere offentlige IT-systemer skal kommunikere sammen.

## Kræftens Bekæmpelse (KB)

På det årlige fællesmøde med KB Hovedbestyrelsen og en repræsentant fra hver patientforening var hovedtemaet i 2023 bl.a. en debat til et holdningspapir om senfølger efter kræft. Senfølger er et vigtigt politisk fokusområde for Kræftens Bekæmpelse. Et holdningspapir om senfølger kan understøtte og danne rammer for den kræftpolitiske indsats i lokalforeninger, regionsudvalg og nationalt. Kræftens Bekæmpelses anbefalinger er bl.a.: Kræftpatienter skal have informationer om senfølger – både før, under og efter behandlingen samt løbende i opfølgingsforløbet. Ulighed på senfølgeområdet skal reduceres, og der skal etableres senfølgeklinikker i alle fem regioner.

COPA repræsentanter har deltaget i kvartalsmøderne hos KB på Strandboulevarden i København. På møderne kan der være oplæg om fælles aktiviteter, orientering om nyt fra patientforeningerne eller fra KB. Der har været oplæg om sundhedspolitiske indsatser ved: Rettidig diagnostik og behandling, Kræft og arbejdsliv og forslag til at udarbejde et beslutningsforslag til Sundhedsstrukturkommissionen om den fremtidige organisering af sundhedsvæsenet.

På Bornholm ved Folkemødet havde KB et stort telt, hvor der også var plads til en fællesstand med repræsentanter fra patientforeningerne. KB har også en standplads ved Lægedage i Bellacentret. Repræsentanter fra COPA og flere andre patientforeninger hjalp med at bemante standene.

Stomiforeningen COPA modtager økonomisk støtte fra KB. I 2023 modtog vi ekstra 100.000 kr. i støtte til afholdelse af Rådgiver/foreningskursen i Middelfart.

## Danske Handicaporganisationer (DH)

COPA har deltaget i DH møder, der har været relevante for stomiopererede. Det er naturligvis møder vedr. bevillinger til stomihjælpemidler. Ulighed i sundhedsvæsenet er også en af DH's mærkesager. Der skal IKKE, uanset bopælskommune, være forskel på hvilke hjælpemidler eller anden hjælp fra det offentlige, man kan få tildelt for at klare dagligdagen med et handicap. COPA er med i en lille netværksgruppe, der varetager alt vedr. tildeling af personlige hjælpemidler. Noget så basalt som en blindestok, skal man også søge om for at få en ny bevilget.



På COPA's hjemmeside kan man finde DH brochuren: '30 skridt mod mere lighed i sundhed'. (I Copa-blad 5.2023 er der på siderne 16 og 17 få informationer fra brochuren).



To gange årligt bliver der holdt møde i Handicap Politisk Råd. Der kan være pålæg om alt muligt vedr. handicappolitik: Adgang for kørestolsbrugere til offentlig transport, bofællesskaber, specialundervisning, inklusion i folkeskolen og uddannelse, m.m. DH arbejder ligeledes for, at der skal være større synlighed og vises resultater for at gøre hverdagen lettere for mennesker med handicap. Der er lang vej endnu.

Fredag den 27. oktober var der DH repræsentantskabsmøde. Michael Petersen og landsformand deltog i mødet, der afholdes hvert andet år. Socialminister Pernille Rosenkrantz-Theil holdt et oplæg om initiativet til et nyt forum med titlen "Sammen om handicap", hvor forskellige aktører inden for handicapbevægelsen blandt andet skal drøfte en specialplan på

(fortsætter side 10)





eakin  
**Cohesive**<sup>®</sup>  
eakin Cohesive og Freeseal tætningsringe

Tusindvis af brugere anvender hver dag  
en af **eakin's formbare ringe**,  
som gør hverdagen **tryggere**.



**eakin Cohesive<sup>®</sup> slim**  
Din lækagebeskytter

Vedvarende beskyttelse til stomier  
under 50mm

Tykkelse: **2,8mm**  
Diameter: **48mm**



**eakin Cohesive<sup>®</sup> small**  
Din ekstra beskytter

Til stomier under 50mm med hyppigt  
output eller urin

Tykkelse: **4,2mm**  
Diameter: **48mm**



**eakin Cohesive<sup>®</sup> stomawrap**  
Din tidssparer

Til større eller uregelmæssigt formede  
stomier over 50 mm

Tykkelse: **3,0mm**  
Diameter: **85mm**



**NY eakin freeseal<sup>®</sup>**

Til brugere af konvekse  
stomiposer

Tykkelse: **1,8mm**  
Diameter: **48mm**



**eakin Cohesive<sup>®</sup> large**  
Bedste "dækning"

Til udglatning af ujævne hudoverflader  
eller et større hudområde

Tykkelse: **2,1mm**  
Diameter: **98mm**

**Balsam for huden...**  
**Gør eakin tætningsringe til dit førstevalg...**

**Hver dag.**

Ring efter gratis vareprøver på  
**Tlf: 49 26 13 99**  
info@focuscare.dk  
www.focuscare.dk

**Focuscare**



Østervangsvej 21, 8900 Randers C

## Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2023, fortsat

handicapområdet. DH sidder med og er gået ind til drøftelserne med budskabet: At mennesker med handicap og deres pårørende har brug for snart at mærke forandringer.

Efter oplæget var der en del spørgsmål til DH formand Thorkild Olesen om forventningerne til initiativet: "Sammen om handicap". Flere af deltagerne gav udtryk for, at det kunne være en spareøvelse, så der skal tilføjes flere økonomiske midler, hvis inklusionen skal lykkes. Der var også en debat om, hvorledes flere med handicap tilbydes en uddannelse og senere får job. I dag er der for mange med handicap, der står uden for arbejdsmarkedet.

Stomiforeningen COPA har ved flere lejligheder fået stor hjælp fra Thorkild Olesen med skrivelse til de to regioner vedr. det store Fællesudbud. Det blev vedtaget, at inden aftalen blev "ført ud i livet", skulle der laves en tilfredshedsundersøgelse. Alle med en bevilling til stomihjælpemidler skulle have en mulighed for at besvare et skema. Skemaerne er blevet sendt.

## Ukraine

Der har været en del udfordringer med at få sendt paller med stomihjælpemidler m.m. til Odesa. De sidste to forsendelser blev fragtet til en lagerhal tæt ved grænsen til Ukraine. Herfra kom de videre til Odesa, med en ukrainsk transportør. Konsekvensen har været en stor udgift til transporten. Ved den sidste transport i foråret 2023, fandt vores venner i Odesa en lokal fond, der betalte transporten fra grænsen til Odesa. I slutningen af 2023 fik COPA kontakt til foreningen "Bevar Ukraine". Hjalmar Benediktson, bestyrelsesmedlem i COPA, Storkøbenhavn havde set og hørt om foreningen, der gennem lang tid har sendt mange transportere med alt muligt udstyr til Ukraine. COPA fik positiv feedback med svar på, at der sikkert kunne findes en løsning til at fragte vores paller med stomihjælpemidler til Odesa. Desværre er omkostningerne til afhentning og videre transport til Odesa steget ganske betydeligt. Derfor skal der findes en form for økonomisk støtte til vores Ukraineprojekt. Vi håber det bedste.

Stor tak til vicelandsformand Michael

Petersen for stor hjælp med indsamling af hjælpemidler fra sygehuse og kommuner. Efter afhentning bliver hjælpemidlerne kørt til sekretariatet i Ringsted. Her bliver alt sorteret og pakket omhyggeligt, så der kan være mest muligt i flyttekasserne. Også tak til STARK for flyttekasser og pakketape. Tak til Ringsted Pallelager for de rigtige engangspaller, som COPA har fået gennem mange år.

## Copa-bladet

Da der også i 2023 kun har været ganske få klager over Post Nord's omdeling af COPA's medlemsblad, fortsætter vi med aftalen i 2024. Heldigvis har der kun været en ganske lille prisstigning på trykning af bladet.



## COPA Facebook

Gruppen, der nu har ca. 3300 medlemmer, er en stor hjælp til at udveksle råd og erfaringer i dagligdagen med stomi. Husk, der er ingen dumme spørgsmål. Vi, der har haft stomi i mange år, har måske glemt, hvorledes vi selv i starten havde en del bekymringer om fremtiden, og gerne ville have råd fra de med en lang erfaring i dagligdagen med stomi.

De sidste år har COPA Facebook også været platformen, hvor studerende søger efter personer med stomi til at hjælpe med svar til deres afsluttende opgaver. Der er også opslag med ønsker om hjælp til forskningsprojekter vedr. stomi m.m.

P.g.v.  
Michael Petersen

## COPA Pårørende Facebook-gruppe

I 2022 blev det besluttet at oprette en Facebook-gruppe for pårørende til stomister. Gruppen blev en realitet i foråret 2023 og har pt. 39 medlemmer.

Gruppen henvender sig til voksne pårørende til en voksen stomist. Pårørende skal forstås i bred forstand og er derfor ikke kun tiltænkt for partnere til en stomist, men voksne børn, nære

venner, kollegaer mv. er velkomne. Gruppen er tænkt som et sted, hvor pårørende kan møde ligesindede og sparring om stort og småt i forbindelse med livet som pårørende til en stomist. Et sted hvor man kan lufte bekymringer og tanker om det at være pårørende, uden at problemerne og bekymringerne bliver negligeret af stomisterne.

For at blive medlem af gruppen skal man besvare to spørgsmål (om man er pårørende til en stomist og/eller om man har professionel interesse i pårørende til stomister). Gruppen kræver ikke støttemedlemskab af COPA, men der gøres reklame for COPA i gruppen.

I 2023 har fokus været at få gang i gruppen og øge kendskabet til dette tilbud til pårørende.

P.g.v.  
Helle Leth Lillelund

## Landsarrangementer

### Kursus for frivillige



I weekenden den 4. - 5. november deltog 46 COPA frivillige i oplæg om bl.a. stomihjælpemidler, stomipleje, en patientoplevelse om akut at få anlagt stomi helt uden varsel, senfølger efter operationen samt oplæg om frivilligt foreningsarbejde.

### Lørdag den 4. november

Dagens første oplæg blev holdt af stomisygeplejerske Jette Kundal, Odense Universitets Hospital.

Jette fortalte om stomisygeplejerskens arbejde/opgaver med patienter, der skal have anlagt en stomi. Det er bl.a. markering af den rigtige placering på maven til stomien. Efter udskrivning fra sygehuset tilbydes patienterne at komme til kontrol hos stomisygeplejersken, der ser og vurderer, om der evt. er hudproblemer, der skal klares. Det er uhyre vigtigt, at pose og plade m.m. passer helt perfekt. Jette havde en PowerPoint præsentation med pæne og "perfekte" stomier, uheldigt placerede stomier, hudproblemer og en del brokproblemer.

Efter Jette's optræden på scenen var det tid til at præsentere et helt

(fortsætter side 12)

“Det er en kæmpe lettelse for mig at have en leverandør, som har en oprigtig interesse for, hvordan jeg har det.”

- Brian, 59 år, Skibby



## Vil du også have dine stomiprodukter leveret direkte fra Coloplast?

Hurtig levering, de rette produkter og personlig service har gjort hverdagen lettere for den 59-årige lastbilchauffør, Brian Kresten Andersen. Som mange andre har Brian valgt at få sine produkter leveret gennem Fritvalgsordningen Coloplast® - et tilbud, som har eksisteret siden 2017. Alle SenSura® Mio poser er med filter 500, der reducerer lugtgener og luft i posen – naturligvis leveret i original dansk emballage.

- ✓ Fleksibel bestilling på telefon, mail eller online
- ✓ Hurtig levering inden for 1-2 hverdage
- ✓ Gratis lugtreducerende stomiaffaldsposer
- ✓ Din egen personlige rådgiver, hvis du får brug for hjælp
- ✓ Gratis levering til udvalgte lande i EU
- ✓ 50 % rabat på tilbehørsprodukter i Coloplast webshop

Ønsker du også at vælge Coloplast som leverandør og benytte dig af alle vores fordele, er der ingen meromkostninger – hverken for dig eller for din kommune – vi matcher altid din bevilling.

### Vil du vide mere

Ring til os på 49 11 12 20 og få en uforpligtigende snak om dine muligheder – vi sidder klar på telefonen alle hverdage mellem 8.30-16.00. Du er også velkommen til at læse mere på [coloplast.to/FritvalgCPstomi](https://coloplast.to/FritvalgCPstomi)



Ring  
til os på  
49 11 12 20

## Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2023, fortsat

nyt produkt – FLUSHHH. Hvad er FLUSHHH? Det er et fint hvidt pulver, man kommer i toiletkummen, lige før stomiposens indhold tømmes ned i toilettet. Pulveret består af bioned-brydelige ingredienser, der neutraliserer "duften" af stomiposens indhold. Tomas Gleesen, direktør for FLUSHHH fortalte om ideen med pulveret. Der var prøver til alle, der ønskede at teste produktet.

Om eftermiddag var første oplæg tidligere Journalist Eva Jørgensen, der fortalte sin personlige oplevelse, om pludselig at blive akut opereret og få anlagt en stomi. Oplægget var et udpluk fra Eva's bog: "Bevar mig vel", der er en personlig beretning om de mange aspekter i et akut og alvorligt sygdomsforløb. Stomien blev ingen hindring for et fysisk aktivt og socialt liv med vinterbadning på Helgoland i København. Flere deltagere købte bogen "Bevar mig vel" og fik en lille hilsen med i deres bog.

Lørdagens sidste oplæg var psykolog og rådgiver Julie Sigsgaard fra Kræftens Bekæmpelse, Vejle, der fortalte om de psykologiske reaktioner i livet efter kræftdiagnosen, en operation, lidt om senfølger til erkendelse og accept af det nye liv.

Det er vigtigt med forståelse for, at man reagerer forskelligt på alvorlig sygdom, også i et parforhold. Man skal partout ikke føle sådan og sådan eller agere på en bestemt måde. Nogle er tilbøjelige til at reagere på den lidt stille måde, gå med tankerne for sig selv og få noget af stressoplevelse ud ved at gøre noget fysisk fx. grave haven om eller noget lignende. Andre er tilbøjelige til at reagere mere emotionelt, tale om det med andre og få noget ud af oplevelsen ved at dele tanker og følelser med andre. Hos Kræftens Bekæmpelses Rådgivningscentre kan både patienter og pårørende få råd og vejledning til at tackle en svær tid i og efter sygdomsforløbet. Der tilbydes bl.a. individuelle samtaler, parsamtaler og familiesamtaler. Råd og vejledning om sociale spørgsmål, støtte i formulering af klagesager. Der er støttegrupper for mænd, pårørende og sorggrupper m.m.

Dagen sluttede med aftenbuffet og lidt vin, kaffe og sødt, tilsat socialt sam-

vær med COPA deltagerne fra lokalforeningerne og interessegrupperne.

### Søndag den 5. november

Dagens første opgave var at indtage en god morgenbuffet, inden vi skulle have føde til hjernecellerne. Formiddagen var afsat til oplæg om foreningsarbejde i en frivillig forening.

Marie Ingemann Sørensen fra Frivilligt Socialt Arbejde i Odense var bestilt til opgaven.

Marie gennemgik generationers andele af frivilligt arbejde. Det har været ret stabilt med ca. 30% af befolkningen. Men der er sket en ændring i flere faser. Tidligere var det ret normalt, at frivillige var drivkræfter i mange år i foreningerne. I dag ønsker nogle "kun" at have en ad hoc opgave, der kan løses forholdsvis hurtigt, og så er det slut. I dagens Danmark har rigtig mange frivillige foreninger en stor udfordring med at få besat bestyrelsesposterne. Et generationsskifte er et problem. Døren står åben for at lukke nye personer indenfor – men de står stadig udenfor. Det er desværre kendetegnende for mange foreninger.

Tak til alle COPA deltagerne i kursusweekenden. Og tak til Kræftens Bekæmpelse for 100.000 kr. i økonomisk støtte til arrangementet.

### COPA sommerophold

Montra Odder Parkhotel var base for sommeropholdet. Alt var i top. Personale, forplejning og værelserne. Udflugterne var til Silkeborg med rundvisning på Asger Jorn Museet og videre til Himmelbjeget, heldagstur til Samsø med en guided tur rundt til



øens seværdigheder - vejret var just ikke sommerligt. Der var også en lille tur til Aarhus med besøg i Generationernes Hus ude i det nye havnekarver. Fra Aarhus Ø fortsatte turen til et besøg på Moesgaard Museum. Her ventede et par guider for at fortælle lidt om de forskellige udstillinger. Sommeropholdet sluttede, som altid, med en god fredagsmenu tilsat vin, samvær og godt humør.



### COPA weekendophold

Opholdet var som sidste år på Hotel Norden i Haderslev. Inden aftenmenu fredag var der præsentation af stomihjælpemidler et nyt firma - Mediplast. Lørdag var der heldagstur med første stop i Kolding til rundvisning på Koldinghus, der havde en speciel udstilling om Kongeskibet med historien om skibet, livet ombord både for kongefamilien og besætningen. De medbragte madpakker blev nydt på den store legeplads i Kolding - her var der masser af borde, bænke og toiletter - tilmed gratis at benytte.

Turen fortsatte vestpå til Bryndum, tæt på Esbjerg. Her besøgte vi COPA lokalformand Annette Larsen og hendes mand, Søren. De har en hobby, der kræver en del plads - et museum med gamle biler, en tankstation, masser af cykler, knallerter, et par campingvogne, diverse værktøj fra autoværksteder og meget mere. Anette havde sørget for kaffe, te og masser af lagkage. Det var en god oplevelse at besøge Anette og Søren. Efter kaffe og et par stykker lagkage fortsatte vi mod vest - ud til de 4 hvide mænd ved havet. Dagen sluttede med aftenmenu og socialt samvær.

### Årsberetning 2023 Ungdomsgruppen i COPA

Vi brugte det meste af året på at samarbejde med Stomiguide og få den relanceret. Derudover planlagde vi hvordan Ungdomsgruppen skal køre fremadrettet og hvilke arrangementer vi gerne vil have/lave for vores medlemmer. Herunder hvordan vi bedst for flere aktive medlemmer. Vi arbejder også på, at Ungdomsgrup-

(fortsætter side 14)



## CeraPlus™ serien\* med ceramid med og uden klæberkant

CeraPlus™ klæberen **med** klæberkant kan følge hudens former og bidrage med ekstra sikkerhed og diskretion.

CeraPlus™ klæberen **uden** klæberkant er designet, så den bliver tyndere ud mod kanten. Det hjælper på fleksibiliteten og minimerer chancen for at kanten løsner sig.



Få mere information på [www.hollister.dk](http://www.hollister.dk) eller bestil en vareprøve ved at kontakte kundeservice på tlf.: 8071 7240 eller maile til [hollister.dk@hollister.com](mailto:hollister.dk@hollister.com).

Læs vejledningen før brug for oplysninger om anvendelse, kontraindikationer, advarsler, forholdsregler og instruktioner. Hollister-logoet og CeraPlus er varemærker tilhørende Hollister Incorporated. ©2024 Hollister Incorporated



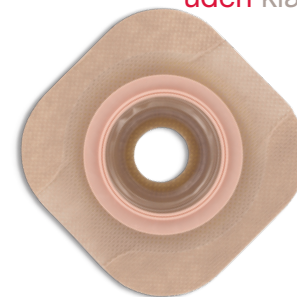
CeraPlus™  
Ostomy Products

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

med klæberkant



uden klæberkant



## Årsberetning for Stomiforeningen COPA 2023, fortsat

pen i fremtiden vil blive en del af FU.

Som altid var vi repræsenteret ved Forældregruppens weekend i november og ved det nordiske møde for stomiforeninger (NOA), som i år blev holdt i Island.

Vi ser frem til det fortsatte samarbejde med Stomiguiden i det nye år, hvor vi også vil føre nogle af de planlagte arrangementer ud i livet.

På styregruppens vegne  
Ida Engblom

## Årsberetning 2023 Forældregruppen

*Baboon City d. 23. februar*

Fem familier havde et par rigtig gode timer i Baboon City legeland.



Her havde Forældregruppen under COPA eget lokale til dagens arrangement, hvor det herved også var muligt at trække sig tilbage og få talt sammen og hygget i ro ind imellem de gode lege i legelandet. Til frokost var der behov for at fylde depoterne op og der blev bestilt dejlig pizza som alle nød godt af. Et endags arrangement, som betød meget for 'nye' medlemmer og hvor der var mulighed for at finde ud af, hvad 'Forældregruppen under COPA' var for en størrelse.

*Forårstur d. 24.-26. marts 2023*

Forældregruppen under COPA var på forårstur til Samsø. Her boede de 5 familierne som var med på Camping og feriecenter Samsø. Familierne oplevede bl.a. at besøge broen på



Samsø færgeren og Falkonerskolen på Samsø, hvor de lærte at flyve med en Harris høg. Weekenden bød også på masser af hygge, lange gode snakke, brætspil, bordtennis, PlayStation med VR-briller og en masse lækker mad til maven.

*Juniortur d. 4.-7. maj* blev desværre aflyst da kun tre piger og én dreng var tilmeldt. Vi ved der har været et stort generationsskifte og vi håber på bedre tilmelding næste år.

*Sports Car Event (Silkeborg d. 23/5, Odense d. 9/5 og*

*Sjællandsringen d. 29/8)*

Forældregruppen under COPA var



så heldige, at vi var inviteret til Sports Car Event - en dag med fede biler og glade børn! Det var de vildeste drømmebiler - Lamborghini, Porsche, Ferrari, McLaren.

De som havde lyst, fik ovenikøbet lov at køre en tur med Felix Smith i en Mercedes EQE amg! Det var en dag med masser af sjove og uforglemmelige oplevelser for store og små - og en dag hvor børnene for en stund kunne få et pusterum fra en "drillemave" som ellers i dagligdagen kan fylde meget!

*Fredag eftermiddag d. 13. oktober*

fandt 11 familier fra hele landet vejen til Milling Hotel Park i Middelfart, som igen i år dannede ramme om COPAs Familieweekend, der hvert år arrangeres af COPA-Forældregruppen i skolernes efterårsferie. Traditionen tro bød weekenden på gode samtaler, leg, sjove aktiviteter, faglige oplæg med familierådgiver og terapeut Lea Lykkegaard og lækker mad. Igen i år deltog både gamle kendinge og nye medlemmer sammen med deres familier.



Ved generalforsamlingen var der valg til Styregruppen. Dorthe Christiansen

fra Vejen (mor til Oliver 14 år) blev valgt ind, mens Kasper Vedderkop trådte ud.

På vegne af Forældregruppen  
under COPA  
Marie Louise Rødkjær Larsen

## FS landskursus



Repræsentanter fra COPA var i dagene den 1.-2. november inviteret med til landskursus for stomisygeplejersker. Michael Petersen, Jørgen Rasmussen og Henning Granslev deltog i kurset, hvor producenter og leverandører af stomihjælpemidler har udstillingsstande med alt vedr. poser, plader, hudplejeartikler og brokbind, m.m.

Oplæg på kurset var om stomipleje ude i kommunerne, E-læringsprogram i kommunerne, samt "Det nære sundhedsvæsen".

Forskningsprofessor Jacob Kjellbergs oplæg handlede om: Den nye Sundhedsstrukturkommission: Hvorledes bliver samarbejdet, organiseringen og økonomistyringen i fremtidens sundhedsvæsen?

Stomisygeplejerske Per Herlufsen, Hvidovre Hospital fortalte om et udviklingsprojekt målrettet kommuners personale, der kommer i kontakt med stomiopererede ude i hjemmeplejen m.m. I første omgang er tilbuddet desværre kun gældende for få kommuner i Hovedstadsregionen.

Aarhusgruppen: Lotte Jacobsen, stomisygeplejerske, Aarhus Kommune, Birthe Nissen og Pia Arensdorf, begge stomisygeplejersker på Skejby Sygehus holdt oplæg om et E-læringsprogram vedr. implementering i det daglige samarbejde ved kommuner og hospitaler for at forebygge evt. hudproblemer m.m.

Tak til bestyrelsens i FS for et par spændende og lærerige dage i Kolding.



## NOA

Isilco, Island var i dagene den 21.- 23. september vært for møde i de nordiske stomiforeninger (NOA).

Mødet blev holdt på Hotel Hilton Reykjavik Nordica. Torsdag aften var der velkomstmiddag og en kort præsentation mødedeltagerne.

Fredagens første oplæg var om problemer for korttarmspatienter med high output. Snorri Ölafsson fra Innlandet Hospatal, Gjøvik, Norge var oplægsholder. Snorri fortalte om sin tid som læge i 7-8 år på et Universitetshospital i Californien. Hvis der er mere end 1500 ml. output fra ileostomien, vil det ofte være et problem at holde en korrekt væskebalance incl. optagelse af vitaminer og mineraler. Det samlede antal ileostomioperationer i USA er årligt 40.000. Totalt er der mellem 165.000 – 265.000 personer med ileostomi i USA.

Kirurg Theodór Ásgeirsson fra Universitetshospitalet i Island havde også et oplæg vedr. stomioperationer. Det årlige antal stomioperationer i Island er ca. 120. I Island er der de samme problemer /udfordringer med stomien, som er generelle for stomiopererede i Europa – brok, hudproblemer, lav stomi m.m.

En "sej" kvinde med stomi fortalte om en svømmetur - et smut over Den Engelske Kanal. Titlen var: Stomiopererede kan alt.

Stomien var ingen hindring for hende.

Formand for Isilco, Jón Thorkelsson havde en præsentation om Twinning Projekter i Afrika - Zimbabwe, Zambia og et kommende i Uganda.

Begge dagen sluttede med aftenmenu inde i Reykjavik. Tak til vores værter i Island.

Fra Danmark deltog følgende COPA repræsentanter: Ida Engblom, Katrine Nielsen, Gethe Jacobsen, Gitte Heide, Michael Petersen og Henning Granslev.

## Årets Poseven

Stomisygeplejerske, Grete Vendelbo, Regionshospitalet i Herning blev tildelt prisen: Årets Poseven.

Titlen og legatet blev stiftet ved Stomidagen i 2021, der blev afholdt i forbindelse med COPA's 70 års jubilæum. Kaj Lund, Focuscare oprettede på festaften en legatpulje på 30.000 kr. der er delt i 10 legater på hver 3.000 kr. Prisen tildeles en person, der har ydet en særlig indsats til gavn for stomiopererede.



(fortsætter side 16)

## COPA REGNSKAB 2023

	2023	2022
	kr.	kr.
<b>IND</b>		
Kontingenter.....	591.469	600.700
Gaver og arv.....	3.354	1.069
Støtte formålsbestemt.....	602.083	628.708
Diverse indtægter.....	8.000	0
Tips og lotto.....	1.062.883	1.172.298
Deltagerbetaling.....	278.075	294.125
Annonceindtægt.....	318.549	225.968
<b>INDTÆGTER I ALT.....</b>	<b>2.864.413</b>	<b>2.922.868</b>
<b>UD</b>		
Personaleomkostninger.....	695.853	671.443
Lokaleomkostninger.....	89.354	151.909
Copa-bladet.....	440.492	513.314
Lejr- og weekendophold.....	568.566	731.976
Rådgiveruddannelse/Foreningskursus.....	166.340	109.927
Lokalforeninger.....	447.254	551.961
Møder og rejser.....	162.190	153.777
Administrationsomkostninger.....	443.701	363.490
Ukraine/Nepal.....	83.209	60.611
Øvrige omkostninger.....	82.894	31.733
Udstillinger, PR inkl. legater.....	111.784	171.062
<b>OMKOSTNINGER I ALT.....</b>	<b>2.957.022</b>	<b>3.511.203</b>
Finansielle indtægter.....	43.826	173.253
Finansielle omkostninger.....	23.784	21.370
<b>Finansielle poster i alt.....</b>	<b>20.042</b>	<b>194.623</b>
<b>ÅRETS RESULTAT.....</b>	<b>-72.567</b>	<b>-782.958</b>
Overført resultat.....	-72.567	-782.958
<b>I ALT.....</b>	<b>-72.567</b>	<b>-782.958</b>
<b>AKTIVER</b>		
Grunde og bygninger.....	2.057.299	2.067.095
Andre anlæg, driftsmateriel og inventar.....	20.000	20.000
<b>Materielle anlægsaktiver i alt.....</b>	<b>2.077.299</b>	<b>2.087.095</b>
<b>Anlægsaktiver i alt.....</b>	<b>2.077.299</b>	<b>2.087.095</b>
Tilgodehavender fra salg og tjenesteydelser.....	97.170	35.875
Andre tilgodehavender.....	28.649	54.031
<b>Tilgodehavender i alt.....</b>	<b>125.819</b>	<b>89.906</b>
Obligationer - bundne midler.....	824.751	780.926
<b>Værdipapirer og kapitalandele i alt.....</b>	<b>824.751</b>	<b>780.926</b>
Kontanter.....	3.000	3.000
Gæld i kreditinstitutter.....	0	297.780
Øvrige konti.....	342.685	116.993
<b>Likvide beholdninger i alt.....</b>	<b>345.685</b>	<b>417.773</b>
<b>Omsætningsaktiver i alt.....</b>	<b>1.296.255</b>	<b>1.288.605</b>
<b>AKTIVER I ALT.....</b>	<b>3.373.554</b>	<b>3.375.700</b>
<b>PASSIVER</b>		
Overført resultat.....	1.949.630	1.785.712
Arv og gaver, formålsbestemt.....	888.108	1.124.593
<b>Egenkapital i alt.....</b>	<b>2.837.738</b>	<b>2.910.305</b>
<b>Hensatte forpligtelser i alt.....</b>	<b>21.000</b>	<b>24.000</b>
<b>Gældsforpligtelser i alt.....</b>	<b>514.816</b>	<b>441.395</b>
<b>PASSIVER I ALT.....</b>	<b>3.373.554</b>	<b>3.375.700</b>

## Huset Jyllandsgade 42, 4100 Ringsted

I 2023 har der kun været udgifter til havemand for pasning af planterne ved terrassen og til saltning af fortovet. I foråret 2024 bliver murværket ved hoveddøren repareret og omfuget.

### Fremtiden

Stomiforeningen COPA har store udfordringer til et generationsskifte.

Det gælder desværre ikke kun i vores patientforening. Det er virkelig et stort problem, hvis der ikke kommer nye frivillige kræfter i foreningerne.

Kampen om lige ret til de korrekte stomihjælpemidler, uanset bopælskommune, er ikke løst endnu - den vil sikkert fortsætte i flere år. Men vi skal også være positive. Det går i den rigtige retning.

Som skrevet tidligere i beretningen, under Ukraine, skal COPA have sendt

ansøgninger til fonde, der kan støtte økonomisk til de øgede udgifter med transport og indsamling af den store mængde stomihjælpemidler m.m. til vores venner i Odesa.

Tak til alle i COPA, medlemmer, alle frivillige i lokalforeningerne, HB medlemmer, Susanne Moll på sekretariatet, revisor, oplægsholdere, redaktør, annoncører, producenter, leverandører, samarbejdspartnere, DH, KB og FS og I, der er glemt.

Henning Granslev

## Ny viden om mavetarmsygdomme

**Overgangen fra spiserøret til mavesækken er et ret sårbart område set ud fra et medicinsk synspunkt, som ofte er forbundet med sygdomme, der kan føre til kræft.**

**Et internationalt forskerhold har nu opnået ny viden om dette område, som kan bane vejen for nye forebyggelses- og behandlingsmuligheder.**

Området hvor mavesækken og spiserøret mødes, også kaldet den gastroøsofageale overgang, er ikke designet til vores moderne livsstil. Stress, alkohol, nikotin og svær overvægt udløser ofte patologiske forandringer i slimhindemembranen i dette område, som kan føre til kræft i spiserøret.

Ved hjælp af særligt dyrkede mini-organer, såkaldte organoider, og teknologier, der gør det muligt at spore og fremhæve enkelte celler, har forskere nu kunne følge udviklingen af den gastroøsofageale overgang fra fosterstadiet til voksenstadiet i en række forsøg på mus.

Forskernes resultater kaster lys på, hvor kompleks kommunikationen er

på celleniveau, samt på de specifikke veje, som cellerne bruger, når de kommunikerer med hinanden. Resultaterne giver ny viden om udviklingen af den gastroøsofageale overgang og har derfor stor betydning for forståelsen, forebyggelsen og behandlingen af mavetarmsygdomme. Samtidig giver de den medicinske forskning en ny indgangsvinkel samt nye muligheder for udvikling af nye behandlingsformer.

Lektor Cindrilla Chumduri, som er biolog med speciale i infektioner og kræft på Aarhus Universitet, står bag studiet. Hun har mange års erfaring med at bruge organoider i sin forskning. Hun har bl.a. brugt mini-organer til at undersøge, hvordan celler i liv-

moderhalsen degenererer og udvikler sig til kræftceller - et andet område, hvor forskellige typer af slimhindecellers veje krydses.

### Der hvor forskellige slags overfladevæv mødes

Spiserørets flerlagede overfladevæv og mavesækkens cylinderformede overfladevæv mødes i den gastroøsofageale overgang. Området er kendt som et 'hotspot for udvikling af metaplas', dvs. når en type celler erstatter en anden type celler.

Barretts øsofagus, som er forstadiet til kræft i spiserøret, udvikles ofte der. Antallet af tilfælde af Barretts er steget voldsomt i den vestlige verden igennem de sidste 40 år.

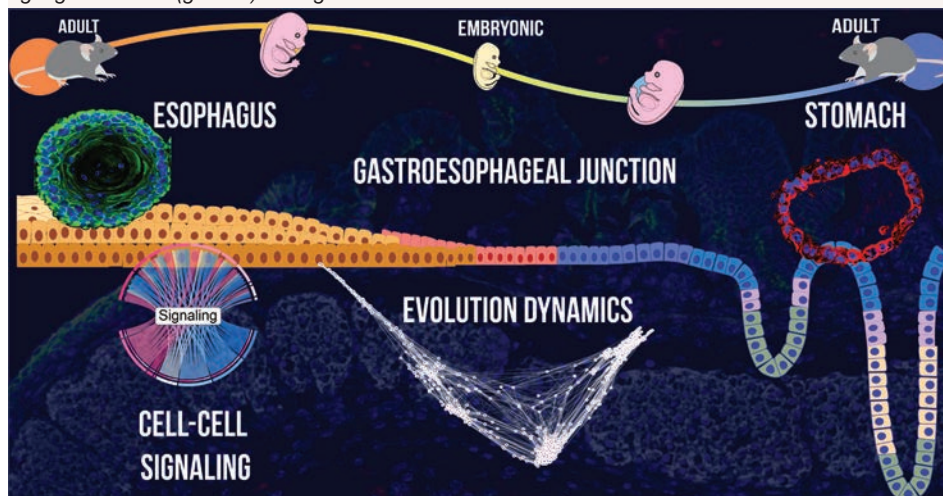
Barretts øsofagus er kendetegnet ved, at det flerlagede overfladevæv i spiserøret overtages af andre celletyper, der ikke normalt findes i vævet.

Det er dog stadig uklart, hvorfor lige præcis dette område er så udsat for denne proces. For at vi bedre kan forstå, hvad der ligger bag denne udskiftning af celler, skal vi først forstå den almindelige celledeling helt ned i detaljen - fra foster- til voksenstadiet.

Forskerne har i deres nye undersøgelse kastet lys på den komplekse udviklingsproces i den gastroøsofageale overgang - og opnået hidtil ukendt viden om de udviklingsprocesser, der sker i dette område, fra fosterstadiet til voksenstadiet. Det vil få stor betydning for, hvordan man tidligt i et sygdomsforløb kan opdage og behandle sygdomme i denne vigtige del af fordøjelsessystemet. ■

Kumar, N. et al. Decoding spatiotemporal transcriptional dynamics and epithelial fibroblast crosstalk during gastroesophageal junction development through single cell analysis. Nat Commun. 2024. 15; 3064. Doi.org/10.1038/s41467-024-47173-z.

Grafisk illustration af celleudviklingen fra lagdelte celler til cylinderformede celler i den gastroøsofageale overgang. Figuren viser overgangen fra fosterstadiet til voksenstadiet, spiserøret og mavesækken. Illustration af cylinderformede (røde) celler fra mavesækken og lagdelte celler (grønne) fra organoider. Illustration: Chumduri Lab Aarhus Universitet.

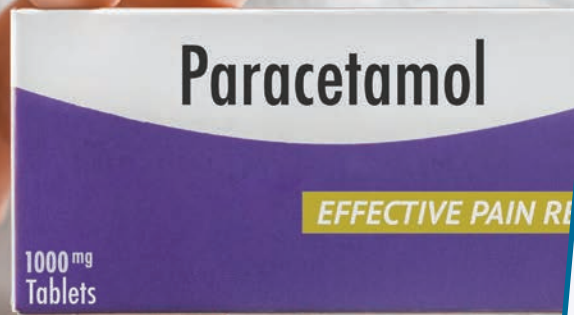




# Danskerne køber ligeså mange panodiller som bananer



I gennemsnit køber hver enkelt dansker, hvad der svarer til 183 paracetamol-tabletter om året.



Paracetamol - aktiv ingrediens **acetylmisophen** - bruges som et smertestillende middel og et febernedsættende middel. Det betragtes dog generelt ikke som et antiinflammatorisk middel (dæmpe inflammation/betændelse).  
Hvor effektiv paracetamol er, er der i dag nogle, der sætter stort spørgsmålstegn ved. Også bivirkninger bekymrer.

**Gitte Handberg**, overlæge på Bispebjerg Hospitals smerteklinik, har i over 20 år råbt op om, at paracetamol ikke viker på kroniske smerter. Hun oplever patienter, som bliver ved med at tage pillerne, selv om de siger, de ikke virker.

- "Når jeg så spørger hvorfor, svarer de, jeg er jo nødt til at gøre et eller andet".



## En milliard paracetamol tabletter

(handelsnavne: Panodil, Pamol og Pinex) køber danskerne om året på apotekerne. Hertil kommer salg via Brugsen, Føtex, Rema 1000, Min Købmand, Spar, 7-Eleven, Matas, tankstationer, websteder, m.m.

Du har hovedpine efter et glas vin for meget. Din ryg smerter fra en dag på en kontorstol bøjet over et tastatur. Den gamle skulderskade springer op igen. Hvad gør du? Tager en paracetamol.

Paracetamol er arbejdshestens smertestillende medicin. Men også andre - f.eks. børn der sendes i skole med småfeber eller hovedpine (42% af 11-15 årige tager medicin mod hovedpine hver måned - Vidensråd for Forebyggelse, 2020).

Forkølelse, slidgigt, migræne, menstruationssmerter, knæsmarter - er andre eksempler.

## Paracetamol er ikke uden bivirkninger

Paracetamol kom på markedet i 1950'erne, og blev betragtet som et uskyldigt, sikkert og mildt smertestillende middel - uden bivirkninger, hvis man ikke overdoserede.

I kølvandet på bekymringer om, at magnyl, Treo og andre ikke-steroid antiinflammatoriske lægemidler (NSAID'er) - såsom ibuprofen - kan forårsage maveblødninger og andre alvorlige

bivirkninger - blev paracetamol i 1960'erne det foretrukne smertestillende middel i håndkøb. Der blev dog rejst tvivl om muligheden for, at langvarig brug af paracetamol også kunne forårsage indre blødninger, men beviserne for det var blandede i mange år. I 2011 blev der offentliggjort en undersøgelse

(900 patienter på 40 år og ældre, der i 13 uger tog paracetamol, ibuprofen eller en kombination af begge for kroniske knæsmarter)

der viste, at paracetamol kan give lige så meget maveblødning som NSAID'erne

'Siden har beviser på paracetamols potentielle bivirkninger hobet sig op: *Paracetamol kan - også uden overdosering - være et meget farligt stof.*

## Paracetamol har ingen virkning

Inden for de sidste 15 år er det i flere undersøgelser påvist, at paracetamol ingen virkning har - eller kun har en virkning, der svarer til placebo eller ganske lidt over. Paracetamol's virkningsmekanisme er ikke forstået - hvilket jo egentlig er logik - når/hvis der ingen virkning er.

- <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2015/may/25/does-paracetamol-do-you-more-harm-than-good>
- <https://www.ox.ac.uk/research/what%E2%80%99s-point-paracetamol>
- <https://www.healthdirect.gov.au/paracetamol>
- <https://www.sydney.edu.au/news-opinion/news/2021/04/06/review-raises-questions-about-paracetamol-as-common-pain-reliever.html>
- <https://adf.org.au/drug-facts/paracetamol/>
- <https://www.openaccessgovernment.org/do-you-really-need-to-be-taking-paracetamol/146385/>

På nogen har paracetamol en lille virkning - og på andre ikke. Det er også logik - (hvis) den virkning nogle får skyldes ren placebo (kalktablet / troen på).

**Rigmor Højland Jensen**, professor og leder af Dansk Hovedpinecenter, ser jævnligt patienter med kronisk hovedpine. Noget af det første hun siger til dem er, at de skal **stoppe** med at tage Panodiller.

- "Hvis de tager dem 15 dage om måneden i tre måneder kan det give hovedpine i sig selv".

*Weekendavisen nr. 16 -19. april 2024.*

## Langtidseffekt på børn og fostre

Der er meget, vi stadig ikke ved. Der findes kun sparsomme data om effekterne på børn over tid. Zeyan Liew, *Weekendavisen nr. 16 -19. april 2024.*

## Den danske Lægemiddelstyrelse vurderer

(stadig), at paracetamol - hvis man læser indlægssedlen og overholder - er et sikkert middel for alle. Dog skal store pakninger (mere end 30 stk.) nu mærkes. ■



# COPA Sommerophold 2024

## mandag 1. juli - lørdag 6. juli

COPA deltagerne på sommeropholdet i Odder sidste år var meget tilfredse med værelserne, forplejning og ikke mindst det meget servicevenlige personale. Derfor har COPA også i år booket sommerophold på **Montra Odder Parkhotel**. De der ikke kunne deltage sidste år har så mulighed for at komme med i år.

Tilbuddet er for stomi/reservoireporedede samt deres ægtefælle/samlever. Hotellet har handicapværelser, er røg-frit og ligger ca. 1 km fra banegården. Der er gratis P-pladser.

Prisen er pr. person 4600 kr. i dobbeltværelse og 4600 kr. i enkeltværelse. Hotellet har valgt, det skal være samme pris pr. person.

Alle er helt sikkert bekendt med, at der har været prisstigninger på næsten alt. Det har derfor været nødvendigt at tilpasse prisen for opholdet.

Betalingen dækker følgende: Alle udflugter og entreer, mandag frokost og aftenmenu, tirsdag til fredag alle måltider, onsdag madpakke til hel-

dagsudflugten, 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 30. juni eller lørdag den 6. juli:

- **Enkeltværelse**  
incl. morgenbuffet 700 kr.
- **Dobbeltværelse**  
incl. morgenbuffet 800 kr.

Ekstra overnatning afregnes direkte med hotellet.

Oplys venligst, det er i forbindelse med COPA sommeropholdet.



Montra Odder Parkhotel.

## Planlagt program

### Mandag den 1. juli

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

### Tirsdag den 2. juli

Eftermiddagstur til Aarhus. Besøg på Dook1, i Domkirken, bustur til Universitetsparken og Mindeparken, kaffe og brød på AROS.

### Onsdag den 3. juli

Heldagstur til Samsø med guide rundt på øen: Besøg på Falkecenter Samsø, ekstra tid til at gå lidt rundt i Nordby med de små hyggelige butikker og cafeer og besøg på Samsø Gårdbutik. Medbragte madpakker indtages i SamBiosen (Tranebjerg Idrætscenter). Kaffe og brød på færgen retur.

### Torsdag den 4. juli

Eftermiddagstur til Industrimuseet i Horsens, Rundvisning med guider. Kaffe og lagkage på hjemturen.

### Fredag den 5. juli

Hele dagen er til egen disposition. Der er tid til en udflugt på egen hånd. Man kan også slappe af og nyde dagen, inden der om aftenen serveres en 3 retters festmiddag incl. ½ fl. vin kaffe og sødt.

### Lørdag den 6. juli

Morgenbuffet og afrejse.

## Tilmelding til

## COPA Sommerophold 1. juli til 6. juli 2024

Montra Odder Parkhotel, Torvald Køhlsvej 25, 8300 Odder Tlf. 86544744

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 2. juli til Aarhus. Bustur med guide rundt til seværdigheder.

JA. Deltager i heldagsudflugten onsdag den 3. juli til Samsø.

JA. Deltager i udflugten torsdag den 4. juli til Industrimuseet i Horsens. Kaffe og brød.

Tilmeldingsblanketten sendes i lukket kuvert (gerne kopi) til

Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted.

Eller send en mail til: [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk) med alle ovenstående informationer.

Eller udfyld blanketten på COPA's hjemmeside: [www.copa.dk](http://www.copa.dk)

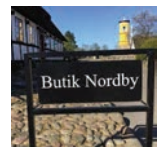
**Tilmeldingen skal være fremme senest onsdag den 22. maj 2024.**



Aros, Aarhus.



Industrimuseet, Horsens.



Nordby.



# COPA Weekend 2024

fredag den 23. august – søndag 25. august

## Hotel Faaborg Fjord, Faaborg



### Weekendarrangementet er til stomi/reservoir-opererede samt deres ægtefælle/samlever.

I weekenden tilbydes socialt samvær med ligestillede personer, man kan slappe af og få maden serveret, komme på heldagsudflugt og hygge sig med "gamle" og nye COPA deltagere.

Der er værelser til kørestolsbrugere – husk dog selv at sørge for hjælper.



Der er ikke tog direkte til Faaborg, men bus fra Odense til Faaborg.



Hotellet har gratis parkering.

### Hotelfinfo:

Hotel Faaborg Fjord, Svendborgvej 175, 5600 Faaborg  
Tlf. 62611010 [info@hotelfaabordfjord.dk](mailto:info@hotelfaabordfjord.dk)

### Tilmelding:

Tilmelding **senest fredag den 12. juli 2024** ved henvendelse til: Stomiforeningen COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted tlf. 57673525.

Alle deltagere skal være medlem/støttemedlem.

Oplys venligst telefonnummer, adresse og medlemsnummer. Der er reserveret plads til 44 personer. Fra sekretariatet bliver der sendt en deltagerliste med telefonnummer og bynavn, således at det evt. er muligt for samkørsel (det skal I dog selv sørge for).

### Pris:

Prisen for weekenden er pr. person 2100,00 kr. i dobbeltværelse og 2300,00 kr. i enkeltværelse.

### Ekstra:

Ekstra tilbud for egen regning. Betaling direkte til hotellet. Oplys til hotellet, at det er i forbindelse med COPA arrangementet. Ønskes ekstra overnatning(er) i forbindelse med opholdet er prisen pr. overnatning:

Dobbeltværelse 895 kr.

Enkeltværelse 1095 kr.

### Planlagt program

#### Fredag aften den 23.08

Stomisygeplejerske Ulla Ostenfeldt, fra Stotec, præsenterer nye stomihjælpemidler, brokbælter og bandager.

Aftenmenu og herefter er det muligt at få personlige råd og vejledning om brug af bandagerne m.m.

Der er også en god mulighed for at deltagerne kan udveksle erfaringer om dagliglivet med stomi/reservoir.

I lokalet vil der være kaffe og te med brød.

#### Lørdag den 24. 08

Kl. 09.00. Afgang fra hotellet på heldagstur til rundvisning på Jernbanemuseet i Odense. Her indtager vi de medbragte madpakker, der er borde, bænke og gode toiletforhold.

Næste stop er i Assens. Der er afsat god tid til - på egen hånd - at gå på opdagelse i den hyggelig by.

Inden vi kører mod Faaborg, er der kaffe og lagkage på Marcussens Hotel, der ligger tæt ved lystbådehavnen.

Lørdag aften serveres en 3 retters festmiddag, incl. ½ fl. vin kaffe og sødt.

#### Søndag den 25.08

Efter indtagelse af en god morgenbuffet er der god tid til, inden frokost, på egen hånd at gå en tur på ca. 3 km til Faaborg. Herefter er der afrejse fra hotellet.

### Forplejning

Fredag: Aftenmenu 2 retter og kaffe/te med kage.

Lørdag: Morgenbuffet, madpakker til udflugten, kaffe og kage, 3 retters festmenu incl. ½ fl. vin, kaffe/te med sødt.

Søndag: Morgenbuffet og frokost.

### Yderligere oplysninger

Ønskes yderligere oplysninger ring/skriv venligst til:

Michael Petersen tlf. 31130547 [micpet@privat.dk](mailto:micpet@privat.dk) eller  
Henning Granslev tlf. 70213525 [h.granslev@gmail.com](mailto:h.granslev@gmail.com).

**Michael Petersen og Henning Granslev**



Danmarks  
Jernbanemuseum,  
Odense.

Assens.



Faaborg.

## Tilmelding

**COPA Weekend den 23. august – 25. august 2024**

**Hotel Faaborg Fjord, Faaborg**

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 8. juli 2024 – i lukket kuvert (gerne kopi):**

Sekretariatet COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted. Eller send tilmeldingen via COPA hjemmesiden.

Der sendes besked til deltagerne senest uge 29.



# NYT FRA LOKALFORENINGERNE



## COPA København/Frederiksberg

**Lokalformand:**  
Svend Larsen  
Islelund 14, 1.tv., 2610 Rødovre  
tlf.: 20576809  
mail: copakbh@gmail.com



### Bestyrelsen 2024

- **Svend Larsen**, formand
- **Hjørdis Mikkelsen**, sekretær
- Margit Larsen afløses som kasserer af **Helle Leth Lillelund**
- **Margit Larsen** fortsætter som bestyrelsesmedlem
- **Christian Lillelund**, bestyrelsesmedlem
- **Jytte Rosenkvist**, suppleant

Siden sidst

### Referat: Generalforsamling 9. marts i Rødovre Centrums bowlinghal's mødelokale

- Vi var 13 tilstede.
- Svend bød velkommen og aflagde formandsberetning.
- Der er p.t. 178 medlemmer i København/Frederiksberg.
- Beretningen blev godkendt.
- Margit gennemgik regnskabet. Der er et underskud på 15.882,18 kr. Underskuddet skyldes, at vi kun har fået 5.000 kr. i tilskud i år på grund af det store underskud i hovedforeningen, men vi får mere til næste år. Regnskabet blev godkendt.
- Turen til Sofiero sammen med de andre lokalforeninger på Sjælland blev omtalt.
- Øvrige aktiviteter i det nye år:
  - Vi planlægger en tur til Carlsberg i august.
  - Og naturligvis julefrokost.
- Nini takkede bestyrelsen.
- Generalforsamlingen sluttede med frokost.

Kommende arrangement

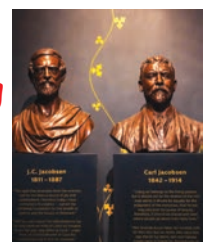
### Heldagstur til Sofiero d. 23. maj

Kontakt Jette Frederiksen,  
Roskilde/Køge lokalforening  
på tlf. 28827580 efter kl. 18 for at høre, om der stadig er ledige pladser.

Kommende arrangement

### Besøg på det nye Carlsberg besøgscenter "Home of Carlsberg"

Nærmere herom i næste nummer.



P.b.v. Hjørdis Mikkelsen



# COPA Storkøbenhavn

**Lokalformand:**  
**Gethe Jacobsen**  
 Topasvej 35, 2730 Herlev  
 tlf: 40950953  
 mail: copa.stkb@gmail.com



[Siden sidst](#)

## Generalforsamling

Traditionen tro startede vi vores generalforsamling med at spise nogle dejlige stykker smørrebrød sammen mens snakken gik godt.

Derefter startede generalforsamlingen med, at vi fik valgt en dirigent Hjalmar, der styrede resten af mødet. Regnskab og beretning blev godkendt med akklamation, hvorefter bestyrelsen fremlagde planerne for det nye år.

Der kom mange gode forslag ang. arrangementer i det kommende år og det blev bestemt man gerne ville have julefrokosten i foreningshuset i Herlev igen, det var hyggeligere end sidste år.

Der er jo busturen med de andre lokalforeninger her den 23. maj til Sverige, men man opfordrede os til at lave en selv.

Så kom valget til bestyrelsen:

Formanden var på valg for 2 år og Gethe modtog genvalg med akklamation.

Da vi det sidste år i bestyrelsen (bortset fra Gethe) kun har haft Jytte (der sidste år blev valgt for 2 år) og siden har fået 2 suppleanter ind (Gerti og Hjalmar) skulle vi gerne have valgt 3 medlemmer samt et par suppleanter.

Gerti, Hjalmar og Lis Vejby meldte sig og blev valgt ligeledes fik vi valgt 2 suppleanter Birthe Viuf og Inge Grundahl.

Bestyrelsen vil se på forslagene.

Mødet sluttede med kaffe og kage.

**Håber I alle får en god sommer.**  
**P.b.v. Gethe Jacobsen**



# COPA Nordsjælland



**Lokalformand:**  
**Michael Petersen**  
 Engbuen 12, 3450 Allerød  
 tlf.: 31130547  
 e-mail: copa.nsj@mail.dk

Siden sidst

## Referat: Generalforsamling 9. marts

Vi starter vores generalforsamling med at få en bid brød og her var det højt belagt smørrebrød fra vores lokale Menu. De fleste som var mødt op, kunne kun spise to stykker smørrebrød, men der var et par stykke der nåede det dobbelte antal. Der var også øl og sodavand til maden.

Efter vi havde spist, var der som sædvanligt lagt brochurer frem fra Hardam, Coloplast og COPA's egne brochurer - "Livet med en Stomi", "At Rejse", "Kostvejledning", "Hvad er COPA" - og ikke mindst kuglepennen både fra COPA og Hardam.

Da klokken var blevet 13 skulle vi mødes inde i det lokale, hvor vi skulle holde vores generalforsamling og her startede formanden med at byde velkommen.

### • Valg af dirigent:

Villy Schjøtt blev valgt. Dirigenten bekræftede, at generalforsamlingen var lovlig indkaldt.

• Formanden aflagde beretning for 2023.

Sommerturen til H.C. Andersens museum og julefrokosten i festlokalet i Engbuen 1, Allerød. Formanden berettede lidt om opgaverne som vicelandsformand og blandt andet NOA mødet i Island (møde mellem de nordiske stomiforeninger). Der blev også fortalt om udfordringerne vedrørende donationerne af stomiartikler til Ukraine. Michael indsamler stomiartikler på diverse hospitaler, som COPA derefter sorterer og sender til Ukraine. Beretningen blev godt modtaget

### • Kassereren fremlægger regnskab:

Fremlæggelse af regnskab skulle være gjort af vores kasserer men som omtalt i et tidligere nummer så døde vores kasserer i sommeren 2023, så det var formanden der fremlagde regnskabet for 2023, som blev godkendt af forsamlingen. Indtil der er funden en kasserer - vi vil prøve at finde en - vil det være formanden der kører regnskabet videre.

Vi har som flere andre lokalforeninger måtte bruge en del af lokalforeningens penge, da tilskuddet ikke var så stort som det plejer at være. Tilskuddet for det kommende år vil blive noget højere.

## Bestyrelsen 2024

- **Michael Petersen**, formand
- **Lene Økær Hansen**, bestyrelsesmedlem
- **Anne Marie Eilschou**, bestyrelsesmedlem
- **Kurt Hansen**, bestyrelsesmedlem
- **Per Kattrup**, bestyrelsesmedlem
- **Henrik Eilschou**, suppleant
- **Villy Schjøtt**, revisor
- **Jytte Andersen**, revisorsuppleant

### Aktivitetsplan for 2024-2025:

- Sommerturen går til Samlermuseet Thorsvang (DK4 har haft nogle udsendelser om stedet). Det bliver i september 2024 og dato meddeles i bladet.
- Julearrangementet afholdes lørdag den 30. november 2024.
- Generalforsamling lørdag den 15. marts 2025.

### • Indkomne forslag:

Der var ikke indkommet forslag.

### • Valg til bestyrelsen:

Bestyrelsesmedlem: Lene Økær Hansen, genvalgt.

Anne Marie Eilschou, nyt medlem.

Suppleant: Henrik Eilschou, nyt medlem.

Revisor: Villy Schjøtt, genvalgt.

Revisorsuppleant: Jytte Andersen, genvalgt.

### • Eventuelt:

Vi fik forevist nogle nye produkter fra firmaet Medioplast. Annette, som er repræsentant for firmaet, fortalte lidt om firmaet, der har hovedsæde i Malmø og det danske kontor ligger i Herlev. De forhandler bl. a. stomiprodukter fra Stomacare. Medioplast viste også produkter på weekendopholdet i Haderslev.

Stomisygeplejerskerne Lotte Voergaard fra Nordsjælland Hospital, og Belinda Freundt og Monica Pedersen fra Abena-Coloplast var inviteret.

**P.b.v. Gisela Schjøtt & Michael Petersen**



**MobilePay 277359**

Betaling af **COPA MEDLEMSKONTINGENT** kan fremover foregå til MOBILEPAY: 277359 *med medlemsnummer i reference.*

## MobilePay 67873

**IKKE TIL MEDLEMSKONTINGENT**



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



## COPA Roskilde / Køge

**Lokalformand:**  
**Jette Frederiksen**  
 Brombærvej 10, Gundsømagle, 4000 Roskilde  
 tlf.: 29241340  
 mail: jettebfrederiksen@hotmail.com

### Kommende arrangement

## Åben Have i Karise

**Åben Have i Karise lørdag**  
**d. 17. august 2024 kl. 11.00**

Vi er igen blevet inviteret til at besøge Kirstine og Oles "Åben have" i Karise.

Ole selv viser os rundt i den flotte have.

Undervejs serverer COPA sandwich, og der vil blive mulighed for at købe øl og vand (kontant el. MobilePay). Der bliver også tid til en kop kaffe og Kirstine har lovet at bage en kage til os.

Der vil være mulighed for at købe planter.

**Vi mødes i Karise kl. 11.00**; parkering hos naboen ved siden af.

### Adresse:

**Kirstine Haugaard, Tokkerupvej 40, 4653 Karise.**

Tlf.: 28837542.

### Tilmelding:

Jette Frederiksen **senest 1. august 2024** på tlf. 28827580 efter kl. 18.00 eller pr. mail: [jettebfrederiksen@hotmail.com](mailto:jettebfrederiksen@hotmail.com)



### Siden sidst

## Generalforsamling

Generalforsamling 2024 blev afholdt i Vor Frue Hallen.

- Bestyrelsen ser herefter således ud:
- Formand, *Jette Frederiksen*
- Næstformand, *Tove Christiansen*
- Kasserer, *Lynn Søfeldt*
- Best.medlem, *Jette Aarup*
- Best.medlem, *Inge Lise Jørgensen*
- Suppleant, *Ulla Fersling*.

Aftenen sluttede med en virkelig velsmagende skipperlabskovs.

**P.b.v. Tove Christiansen**

## Velvære og komfort til dit brok



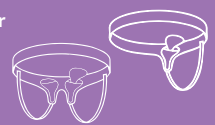
Hverdagen bliver bedre og mere normal med en brok-bandage fra ETO Garments. Bandagen bliver syet specielt ud fra dine mål og det sikrer maksimal funktionalitet og den bedste pasform.

- 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 Vestsjælland



**Lokalformand:**  
Eddy Tersløse  
Rolighedsvej 19, 4571 Grevinge  
tlf.: 60630747  
mail: e.t@mail123.dk

**Næstformand:**  
Jan Nielsen  
Strandvej 43, Gudmindstrup, 4573 Højby  
tlf.: 29454008  
mail: jannielsen1947@gmail.com

[Siden sidst](#)

### Fantastisk arrangement

Et temamøde, som Coloplast havde arrangeret den 4. marts 2024 på Hotel Scandic, Ringsted i samarbejde med lokalforeningerne Roskilde/Køge og Vestsjælland, var et fantastiske arrangement.

Stor tak til medlemmerne for at støtte op om arrangementet - uden jeres støtte var det ikke blevet den succes, som det blev.

Stor tak til Coloplast for dette arrangement og til de super engagerede og faglige dygtige medarbejdere/oplægholdere.

[Kommende arrangement](#)

### Sensommertur

Der arbejdes på at arrangerer en sensommertur til Oplevelsescenter Nyvang syd for Holbæk.

Der kommer nærmere i næste udgave af Copa-bladet.

[Kommende arrangement](#)

### Julefrokost

Årets julefrokost afholdes i **Vommevad Forsamlingshus**, **søndag d. 24. november 2024 kl. 13.**

**P.b.v. Eddy Tersløse**

## COPA Fyn



**Lokalformand:**  
Jørgen Rasmussen  
Moseholmvangen 23, 5672 Broby  
tlf.: 29241340  
mail: joerner@outlook.dk

**Næstformand (+sekretær):**  
Kirsten Kristiansen  
Fuglebakken 238, 5210 Odense NV  
tlf.: 53294620  
mail: kirstenbech54@gmail.com



COPA-Fyn efterlyser unge i bestyrelsen.

[Siden sidst](#)

### Generalforsamling

Vores generalforsamling den 11. februar forløb meget roligt og med en god spising.

Der var en rimelig tilslutning. Men da vi stadig mangler en suppleant til bestyrelsen, vil jeg gerne høre, om der ikke er nogen af vores ca. 340 medlemmer (pr. dags dato)

som kunne tænke sig at være med til at føre COPA-Fyn videre. Jeg kunne godt tænke mig, at vi kunne få nogle yngre med i bestyrelsens arbejde. Der bliver afholdt fem bestyrelsesmøder om året. Det er jo til at overkomme, selv om man stadig har et arbejde. Møderne tager ca. fire timer med en spisepause, hvor alt kan drøftes.

Jeg selv startede som suppleant i 2004, så det er godt nok blevet til nogle år, efter at jeg fik stomi, hvor jeg gerne ville være med til at hjælpe andre med at komme videre i livet med stomi.

Jeg kan kontaktes på mail [joerner@outlook.dk](mailto:joerner@outlook.dk) eller på tlf. 29241340.

**P.b.v. Jørgen Rasmussen**

### Rådgivning på OUH Odense og Svendborg Sygehus

I Odense er der rådgiver på afd. A 2 hver torsdag mellem kl. 14 00 og 16 00. Dog undtaget sommerferie.

Derudover er det muligt at få besøg af en rådgiver hjemme eller på OUH. Det er i venteværelset på A 2. Eller man kan ringe til sekretariatsleder Susanne Moll tlf. 57673525 eller Jørgen Rasmussen tlf. 29241340.

eller mail: [joerner@outlook.dk](mailto:joerner@outlook.dk).

På Svendborg Sygehus er det Charlotte Devantier som er rådgiver og hun har også hjemmebesøg. Hun kan træffes på tlf. 31136505 eller mail: [cldevantier@live.dk](mailto:cldevantier@live.dk).

### Betaling af kontingent

**Husk kontingentbetaling kan klares gennem Betalingsservice (BS)**

En lille bøn til Jer, der endnu ikke betaler COPA kontingent via betalingsservice (BS). Hvis det er muligt, I fremover klarer betalingen af kontingent via betalingsservice (BS), vil COPA være meget taknemlig. Vi er klar over at nogle evt. skal have hjælp til dette.

Der er stadig over 50% af medlemmerne, der får kontingentopkrævning sendt med post. De samlede årlige portoudgifter ligger over kr. 30.000. Det er bl.a. udgifter til udskrivning af girokort og porto ved udsendelse af girokort til medlemmer, som IKKE er tilmeldt betalingsservice.





# COPA Sønderjylland



**Lokalformand:**  
**Carl Christian Sørensen**  
 Åvej 6, 6270 Tønder  
 tlf. 40793961  
 mail: ccs@bbsyd.dk

Forår og sommer bringer med sig en fornyelse af naturen. Det er tiden, hvor solen varmer og dagene bliver længere. Det skaber en følelse af glæde og energi.

## Kære medlemmer

Du er medlem af en lokalforening, der virkelig mangler dig til vores arrangementer. Har du lyst til at stifte bekendtskab med andre med stomi, så vil vi meget gerne opfordre dig til at deltage i arrangementer, som der arrangeres.

Støt op om den lokalforening, du er medlem af. Ingen bliver yngre, men mange bliver ældre og ældre, og derfor er der et stort ønske om at flere af vores medlemmer støtter op om lokalforeningen. Uden jeres deltagelse og støtte, kan det blive udfordrende at opretholde arrangementer.

En bestyrelse skal sikre, at foreningen fungerer gnidningsløst og effektivt. Men igen vi bliver alle ældre og ingen bliver yngre. Har du lyst til at engagere dig i bestyrelsesarbejde, der kræver møde 3-4 gange om året, så er der allerede plads til dig NU.

Kontakt gerne Carl Christian på telefon 40793961 eller Tina på telefon 30235622.

## Åben rådgivning 2024

### Aabenraa Sygehus Sønderjylland Mød en COPA-rådgiver

Der vil være en rådgiver tilstede på afd. 200 Aabenraa Sygehus følgende mandage fra kl 10 og i det tidsrum, der er behov for

- Mandag d. 3. juni
- Mandag d. 5. august
- Mandag d. 7. oktober
- Mandag d. 2. december

**Uden for disse tider vil der altid være mulighed for at ringe til:**

- **Sekretariatsleder Susanne Moll tlf. 57673525.**
- **Anne Lise Hansen tlf. 29612776 [achansen@webspeed.dk](mailto:achansen@webspeed.dk)**

[Siden sidst](#)

## Generalforsamling

Generalforsamling 2024 blev afholdt den 16. marts på Folkehjem Aabenraa.

Det blev til nogen hyggelige timer med god mad, generalforsamling og besøg af Ulla fra Welland & Stotec. Hun fortalte om deres produkter, eks. stomibælter, kompressionsbælter og underbukser. Man kunne både mærke og se produkterne.

Der blev valgt et nyt medlem til bestyrelsen. Tusind tak til Tina Truelsen, at du vil hjælpe i bestyrelsen.

**P.b.v. Tina Jensen**

# Bliv støttemedlem eller almindeligt medlem af COPA

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
- Urostomigruppen  Forældregruppen
- Familiær Polypose-gruppen  Almindeligt medlem (kr. 300,00 pr. år)
- Pensionistmedlem (kr. 200,00 pr. år)  Støttemedlem (kr. 200,00 pr. år)

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

*Sendes (gerne i kopi) til: COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted eller giv oplysningerne på [sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)*

## COPA Sydøstjylland



**Lokalformand:**  
Steen Samuelson  
Håstrupgårdsvej 16, 7000 Fredericia  
tlf.: 30987594  
mail: steen.samuelson@gmail.com

### Kommende arrangement

## Vi mødes Fjordenhus, Havneøen 1, Vejle - søndag den 25. august kl. 11.30

Nedenstående gengivne opslag om udflugt til august er blevet udsendt til medlemmer af COPA Sydøstjylland på mail.

Hvis du som medlem af COPA Sydøstjylland IKKE har modtaget opslaget om udflugten, kan det skyldes, at vi mangler din mail-adresse.

Kontakt venligst formanden.



**Søndag den 25. august** inviterer COPA Sydøstjylland på besøg i **Fjordenhus i Vejle Havn** og efterfølgende ved **Kræftens Bekæmpelses hus i Vejle**.

Begge steder får vi rundvisning og forklaring om bygningernes historie, arkitektur og anvendelse. (Fjordenhus kun for personer, der kan gå på trapper.)

Ved ankomst til Kræftens Bekæmpelse, Beridderbakken 9, Vejle, kl. 13.00 bliver der serveret en let frokost. (Oplys om intolerance over for allergener ved tilmelding).

**Mødested:** Fjordenhus, Havneøen 1, 7100 Vejle.

**Mødetid:** Søndag den 25. august kl. 11.30 (kom i god tid af hensyn til parkering).

**Pris:** kr. 25,- som betales på Reg.nr.: 9880 Konto.nr.: 244562 (husk navn).



**Tilmelding** til: [steen.samuelson@gmail.com](mailto:steen.samuelson@gmail.com) **senest 26. juli.**

Har du spørgsmål, så ring til formanden 30987594.

P.b.v. Steen Samuelson

**Fagligt Selskab  
for sygeplejersker  
i stomiplejen (FS22)**

På hjemmesiden  
<https://dsr.dk/faglige-selskaber/sygeplejersker-i-stomiplejen/>  
kan du læse mere om sygeplejersker i stomiplejen.  
Kontaktperson COPA: Anette Nielsen, [anlyni@rn.dk](mailto:anlyni@rn.dk)  
Regionshospitalet Nordjylland, Hjørring

# COPA Sydvestjylland



**Lokalformand:**  
**Anette Larsen**  
 Bryndumvej 200, Bryndum, 6715 Esbjerg N  
 tlf.: 27855978 (hverdage kl. 14.00 - 17.00)  
 e-mail: s.a@bbsyd.dk

**Næstformand:**  
**Regnar Skelmose**  
 Solvænget 9, 6720 Nordby, Fanø  
 tlf.: 51391395  
 e-mail: marpecia3@gmail.com

Siden sidst

## Generalforsamling

Generalforsamling blev afholdt den 4. april mødestedet i Sædding Center.

Mødet foregik i god ro og orden.

En hyggelig aften som vi sluttede af med smørrebrød.



Kommende arrangement

## Kør selv tur til Essotanken i Balle

Næste arrangement er **5. maj** - vores 'kør selv tur'.

Turen går til Søren og Anettes nostalgiske tankstation, Essotanken i Balle, hvor **vi mødes kl 11.30**. Vi starter med at spise madpakke og derefter viser Søren rundt i museet og viser vores veteranbiler frem og hvis vejret tillader det er der også en campingudstilling. Derefter hygger vi med kaffe og kage.

Arrangementet er gratis for medlemmer og **der er udsendt mail med invitation**.



## Ny side på Facebook

Vi har oprettet en ny facebookside som hedder **Copa-sydvestjylland**.

Bliv ven med gruppen og følg med i nye tiltag.

Her vil der komme opslag om arrangementer og billeder af allerede afholdte arrangementer.



**P.b.v. Anette Larsen**

## COPA Midt- / Vestjylland



**Lokalformand:**  
 Hans Christian Jessen  
 Thujavej 11, 7400 Herning  
 tlf.: 20159085  
 mail: hans.jessen@3f.dk

Siden sidst

### Referat: Generalforsamling den 19. marts hos Kirstine Hardam

- Velkomst ved formand Hans Jessen.
  - Heidi Skydsgaard gav et oplæg om betydningen af, hvor vigtigt det er at holde huden omkring stomien i orden. Hun viste en billedserie, hvor der var tydeligt at se, hvad der var rigtig og forkert.
  - Efter dette indlæg spiste vi smørrebrød som firmaet Hardam stod for.
  - Derefter var der generalforsamling. Kai Blok blev valgt til dirigent.
  - Hans Jessen aflagde beretning om årets aktiviteter :
    - Herning kommune inviterede alle stomister til informationsmøde, hvor også COPA blev inviteret til at fortælle om foreningen.
    - Rigtig god og spændende udflugt til Nationalpark Thy med guide.
    - 4 personer har været på foreningskursus i Middelfart. Julefrokost på Østergaards Hotel i Herning, en hyggelig eftermiddag.
    - Efterlyste også: Hvad gør man for at tiltrække medlemmer til at deltage.
    - Beretningen godkendt.
  - Regnskab ved Gunnar Andersen som også blev godkendt.
  - Derefter valg til bestyrelsen og alle blev genvalgt.
- Efter generalforsamling fik vi kaffe og lagkage.

### Bestyrelsen 2024

<i>Formand:</i>	Hans Jessen
<i>Næstformand:</i>	Henrik Aagaard Jensen
<i>Kasserer:</i>	Gunnar Andersen
<i>Bestyrelsesmedlem:</i>	Jonna Hedegaard
<i>Bestyrelsesmedlem:</i>	Ulla Andersen
<i>Suppleanter:</i>	Niels Smed og Kai Blok
<i>Revisorer:</i>	Niels Smed og Helle Aagaard

P.b.v. Ulla Andersen

## COPA Aarhus / Østjylland



**Lokalformand:**  
 Gitte Heide  
 Engdraget 29A, 8381 Tilst  
 tlf.: 27782894 (kl. 17.00 - 19.00 alle hverdage)  
 mail: copa.aarhus@icloud.com

**Næstformand:**  
 Kirsten Gjørup Hansen  
 Reberbanevej 12, 8900 Randers  
 tlf.: 22162140  
 mail: kirsten.gjorup.hansen@gmail.com

Kommende arrangement

### Udflugt til Saltcentret i Mariager

Vi kører fra Randers **tirsdag den 4. juni kl 12.30**. Opsamling hos mig - Reberbanevej 12.  
 Vi samler os i private biler.



Der er meget at se og prøve, I kan få bad i "det døde hav" husk badetøj og håndklæde, hvis I ønsker det.  
 Der er også en "saltmine", laboratorie og udstilling.  
 Vi har te, kaffe og kage med, det nyder vi, når vi er mætte af indtryk, enten før eller efter lukketid, som er kl 16.  
 Pris 100 kr.

**Tilmelding** til Kirsten Gjørup Hansen på telefon 22162140 eller [kirsten.gjorup.hansen@gmail.com](mailto:kirsten.gjorup.hansen@gmail.com)

Randersgruppen

Siden sidst

### Møde i Randers den 19. marts

#### Hvis I ikke kontakter mig igen, så tror jeg problemet er løst!

Stomiansvarlig sygeplejerske ved Randers kommune Helle Frank kom og fortalte os om de nye bevillinger.

Helle måtte høre på vores mange problemer, og bølgene gik ind i mellem højt.

Der er især en lille håndfuld, der har store problemer, de var meget frustrerede og synes, deres sociale liv var gået i stå. Helle lovede dem at blive ved med at følge op på det, indtil de er tilfredse, men sagde også, som der står i overskriften, I skal henvende jer igen, ellers ved jeg ikke, at I stadig har problemer. Jeg håber meget, at der i fællesskab bliver fundet en løsning, som alle er tilfredse med.

Der er meget bureaukrati i det nye, og det skal vi vænne os til, gad vide om meget af det de sparer på produkterne bliver ædt op af bureaukratiet, det kan jeg godt være nervøs for.

Venlig hilsen Kirsten Gjørup Hansen

Kommende arrangement

### Foredrag med Ruth Brik Christensen 29. maj kl. 19.00

- En unik og anderledes vinkel på Danmarks militære engagement i verdens brændpunkter.
- En kombination af sjove anekdoter og vigtige budskaber, der berører en dybt
- Et foredrag fra fronten med alle dens virkeligheder.

Kom og oplev en inspirerende og sjov aften.

**Sted: FLOK**

**Dyrehaven 10 e**

**8660 Skanderborg**

29. maj kl. 19.00

Kaffe/te og kage.

Pris, 25 kr betales på aftenen.

**Tilmelding** til Else Kulas (bestyrelsesmedlem COPA Aarhus)

Med navn og telefonnummer og antal på

mail [ebkulas@gmail.com](mailto:ebkulas@gmail.com)

**senest 22. maj.**

Ruth Brik Christensen.



### Kørselsvejledning og parkering

Kør ind ved Dyrehaven 12 og parker på børnehavens p plads så er FLOK lige frem.



P.b.v. Else Kulas

Siden sidst

### Generalforsamling

Generalforsamlingen blev afholdt den 21. marts i Folkehuset, Trøjborg Aarhus. I generalforsamlingen deltog 29 personer. Formanden Gitte Heide var forhindret i at deltage.

Kirsten Gjørup Hansen, næstformand i lokalforeningen bød, i Gitte Heides fravær velkommen til generalforsamlingen. Gitte var utrolig ked af at hun er forhindret i at være til stede til generalforsamlingen denne gang, men takker hele bestyrelsen for at gennemføre generalforsamlingen alligevel. Gitte sendte også en stor tak til de fremmødte og deres støtte til COPA Aarhus/Østjylland.

**Referat:**

#### 1 - Valg af dirigent

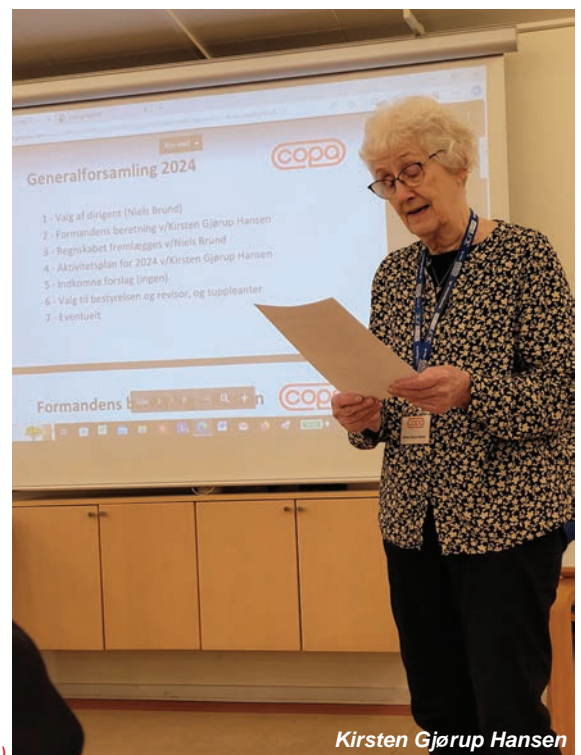
Niels Brund blev foreslået og valgt, og konstaterede at generalforsamlingen var lovligt indvarslet.

#### 2 - Formandens beretning v/Kirsten Gjørup Hansen i Gittes fravær

##### Bestyrelsen

- Bestyrelsen består p.t. af Niels, Annita, Kirsten, Lena, Else og Gitte. Kirsten har valgt at træde ud af bestyrelsen, men forsætter i Randers gruppen.
- Flere er på valg i bestyrelsen, men der er flere som ønsker genvalg.

(COPA Aarhus/Østjylland fortsætter næste side)



Kirsten Gjørup Hansen

## COPA Aarhus/Østjylland - fortsat:

### Bestyrelsens arbejde

- I forbindelse med generalforsamling i 2023 kunne vi fejre COPA Aarhus/Østjyllands 60-års jubilæum med en fest i Tivoli. Det var dejligt at så mange deltog og var med til at fejre vores jubilæum. Det er et tegn på at der stadig er brug for en patientforening som COPA.

- COPA Aarhus/Østjylland er den største lokalafdeling i COPA med 470 medlemmer. Medlemstallet er gået ned men der kommer løbende nye medlemmer. (Nedgangen skyldes medlemmers bortgang og udmeldelser)

- Siden sidste generalforsamling har vi afholdt 6 bestyrelsesmøder.

- I Aarhus har vi haft planlagt flere arrangementer hvor der ikke har været nok eller nogen tilslutning og derfor har vi været nødsaget til af aflyse dem, det er vi selvfølgelig kede af. Derfor prøver vi noget nyt. Vi har fået adgang til KB huset ved Skejby Sygehus og vil i fremtiden prøve at afholde arrangementer der.

- Vi holder som noget nyt et arrangement i Skanderborg og vil også prøve at lave et i Silkeborg på et senere tidspunkt.

- Der vil komme flere arrangementer til i Aarhus i løbet af året så det er en god ide at holde øje med både bladet og [www.copa.dk](http://www.copa.dk) hvor vi løbende annoncerer arrangementer.

- Vi modtager også gerne ønsker til aktiviteter og de kan sendes til lokalformanden.

- Der er ikke så mange som søger rådgivning hos COPA Aarhus/Østjylland i det forgangne år. Det er selvfølgelig noget vi har meget fokus på.

Det er også en af grundene til, at vi har lavet et samarbejde med Kræftens Bekæmpelse og vi vil i fremtiden lavet et/flere arrangementer i deres nye hus i forbindelse med Skejby Sygehus. Vi vil løbende orientere i bladet og under lokalafdelingen på [www.copa.dk](http://www.copa.dk)

- Facebookgruppen vokser og her kan man få svar på mange spørgsmål, men vi håber stadig på at vi også vil blive brugt til vejledning i fremtiden. Der er pt. 3300 medlemmer.

### Rådgivergruppen

1. Rådgivergruppen består pt. at 13 personer, incl. hele bestyrelsen.
2. Rådgiverne planlægger på skift Rådgivercafeerne, og inviterer evt. gæster til at holde oplæg.
3. Samme aften som Rådgivercafeen vil der så vidt mulig også blive afholdt rådgivermøde for rådgiverne inden rådgivercafeen for at styrke sammenholdet og planlægge kommende arrangementer.

Med de ord vil jeg afslutte Gittes beretning med at sige tak for jeres støtte og opbakning til COPA Aarhus/Østjylland.

### 3 – Regnskab v/Niels Brund

Niels gennemgik regnskabet, som viste et underskud stort ca. 35.000. Underskuddet skyldes at lokalforeningen ikke har modtaget tilskud for hovedforeningen i samme størrelsesorden som tidligere. Underskuddet er ikke problematisk da foreningen gik ind i regnskabsåret med en kassebeholdning, der kan dække underskuddet. Der blev fra salen opfordret til at Niels forsøger at få Nordea til at undlade opkræve gebyr, og dette vil Niels undersøge.



Regnskabet for 2023 blev godkendt.

### 4 - Aktivitetsplan for 2024

- 19/3 Helle Frank fortæller om ansøgning af personlige hjælpemidler, Randers
- 11/4 Svømmeaften Aarhus
- 29/5 Foredrag med Ruth Brink Christensen
- 4/6 Udflugt til Saltcentret Mariager – Randers
- 24/9 Rådgivning på Thorsbakken, Randers
- 26/11 Julefrokost, Randers
- Flere arrangementer er på vej i Aarhus – hold øje med hjemmesiden og bladet.

### 5 - Indkomne forslag

Ingen.

### 6 - Valg til bestyrelsen - revisor og suppleanter

**Gitte Heide**, formand, tegningsberettiget (periode 2 år). Gitte blev genvalgt.

**Niels Brund**, kasserer, tegningsberettiget (periode 1 år). Niels blev genvalgt.

Kirsten Gjørup Hansen, bestyrelsesmedlem (periode 2 år). Ønsker ikke genvalg.

**Else Kulas**, valgt som nyt bestyrelsesmedlem.

**Annita Nielsen**, bestyrelsesmedlem (periode 2 år) Annita blev genvalgt.

Suppleant (periode 1 år)

**Maibritt Bodin Bodin**, valgt som ny suppleant.

**Helle Jørgensen**, revisor. Helle blev genvalgt.

**Else Marie Kraul**, revisorsuppleant.

Else Marie blev genvalgt.

### 7 – Eventuelt

Niels takkede for en god generalforsamling, og Kirsten opfordrede endnu en gang medlemmerne til at komme med forslag til kommende arrangementer og gode ideer af en hver art.

Niels takkede Kirsten for det store arbejde, som hun har udført for lokalforeningen og for at Kirsten vil forsætte arbejdet i Randers.



Kirsten Gjørup Hansen

Katrine Nielsen havde en hilsen med fra Henning Granslev, som desværre ikke kunne deltage i generalforsamlingen. Henning sendte en opfordring til at vi sætter kryds i kalenderen den 28. september til deltagelse i Verdensstomidagen, som afholdes i Middelfart.

P.b.v. Annita Nielsen



## COPA Nordjylland

**Lokalformand:**  
Lis Isgaard Gregersen  
Halvøen 4, Øster Hornum, 9530 Støvring  
tlf.: 98385041 Mobil: 29865041  
e-mail: e-mail: copa.nordjylland@gmail.com

**Næstformand:**  
Randi Hansen  
Ulrik Birchs Vej 33, 9430 Vadum  
tlf.: 22242173  
e-mail: rh280846@gmail.com



Siden sidst

## Bowl og lækker mad

Onsdag d. 6. marts mødtes 17 medlemmer fra COPA Nordjylland til bowling og spisning på "Løvvang Center" i Nørresundby.

Inden bowlingen begyndte drak vi kaffe, og fik sammentat 4 hold.

Det var dog ikke alle som ønskede at bowle.

Efter bowling samledes vi alle til spisning, hvor vi fik " gammeldags oksesteg"

(COPA Nordjylland fortsætter næste side)

COPA Nordjylland - fortsat:

som smagte virkelig godt. Under middagen blev der delt præmier ud til bedste mandlig spiller med flest point. Det blev Bjarne, og på kvindesiden Randi. Bedste hold blev Bjarne, Kirsten og Jens. Alle fik en flaske rødvin.

En rigtig hyggelig eftermiddag med BOWL og LÆKKER MAD.

**P.b.v. Lise-Linda P. Nielsen**





Kommende arrangement

## Sommertur til Fjordbyen og Egholm

Velkommen til hyggelige timer på en forhåbentlig lun sommerdag!

**Vi mødes på Fjordbyens kulturcenter Fjordbyen 65, 9000 Aalborg tirsdag den 18. juni kl. 15.00.**

Fjordbyen er en oase i Aalborg, hvor kultur og fællesskab går hånd i hånd. Byen har deres eget kulturcenter, der er fælles samlingspunkt for beboere og gæster.

Her mødes vi kl. 15.00 til en kop kaffe og skal derefter på en guidet rundvisning. (Dårlige gående kan blive i kulturhuset under rundvisningen).

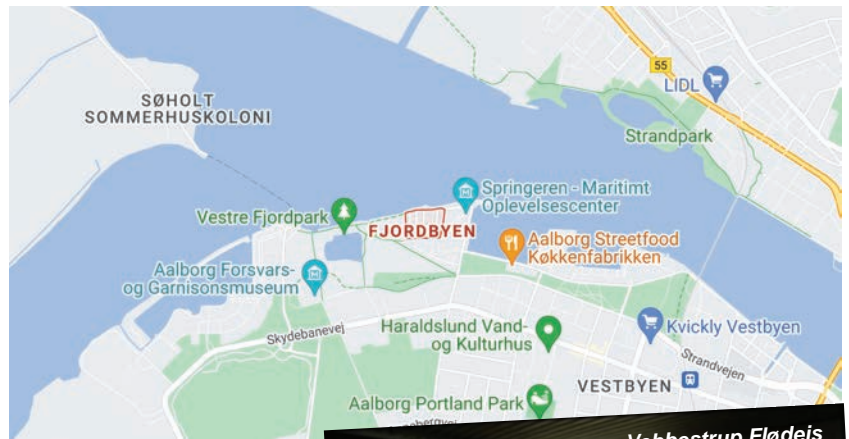
Herefter går turen med Egholmfærgen, hvor vi kl. 17.30 på restaurant Kronborg skal spise Nordjyllands største tartelet og derefter nyde Vebbestrup is.

Pris for medlemmer 185 kr.  
og for ikke medlemmer 250 kr.

Rettidig indbetaling **senest den 7. juni** på konto: 7454 1151341.

Husk at påføre navn(e) ved indbetalingen.

Husk at kontakte et bestyrelsesmedlem, hvis du har brug for kørsel.



Nordjyllands største tartelet



Vebbestrup Flødeis

P.b.v. Lis Isgaard Gregersen

### Kommende arrangementer

3.4.5. september: Bustur til Sønderjylland ( info i næste Copa-blad)

2. oktober: Bowling i Løvvangscetret



Siden sidst



### Hoppende dag

Forældregruppen under COPA var lørdag d. 9/3-2024 til én dags tur til JUMP-IT Kolding.

I alt var 25 mødt op til en frisk og hoppende dag i JUMP-IT Kolding. Da vi ankom, blev vi modtaget af en ansat/vejleder, som satte os ind i sikkerhed og vi fik udleveret 'hoppe-strømper'. Herefter blev vi henvist til et bord, som var flot dækket op og som en overraskelse havde Dorthe (Olivers mor) bagt dejlig kage til os alle som vi hyggede os med i hoppelandet.

Der blev hoppet derud af og selv nogle af forældrene var oppe og hoppe og dyste imod børnene i forskellige forhindringer bl.a. brydekamp, armgang, sjove rutsjebaner og meget mere.

(COPA Forældregruppen fortsætter næste side)

COPA Forældregruppen - fortsat:

Vi havde booket JUMP-IT i 2 timer og da alle børn var godt trætte, sultne og tørstige satte vi kursen imod Mc Donalds, hvor frokosten skulle indtages. Her fik alle deltagere valgt sig en menu og så kunne vi i ro og fred nyde maden og få talt om løst og fast – få indhentet lidt af det forsømte siden familieturen i oktober. En dejlig dag, hvor venner fra hele landet blev genforenet.

En stor tak skal lyde til JUMP-IT Kolding for det fine arrangement!

På styregruppens vegne Marie Louise Rødkjær Larsen





**HUSK  
FAMILIE WEEKENDEN  
D. 11.-13. OKTOBER.**

Udgiver: COPA, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted



Adresseændringer og lignende:  
COPA, tlf.: 57673525  
[sekretariatet@copa.dk](mailto:sekretariatet@copa.dk)

**Aurum** Xtra   
med Manuka honning

**Welland**  
Medical 



## Aurum® Xtra - skyl stomiposen ud i toilettet.

Aurum® Xtra har en opsamlingspose, der kan skylles ud i toilettet.

Skyl posen ud i toilettet eller smid den i affaldsspanden - begge er en mulighed, og det er dit valg.

Du kan osse altid vælge at bruge Aurum® Xtra som et supplement til den pose, du bruger i dag.

Klæberen indeholder Manuka honning og giver en usædvanlig god hudbeskyttelse. Den er blød og smidig, og giver en meget sikker vedhæftning.

 wellmed®

mail: [post@wellmed.dk](mailto:post@wellmed.dk)

telefon: 2097 5166