



STOMIFORENINGEN COPA STIFTET 1951

I dette blad kan man bl.a. læse:

Bowl'n Fun & Brunch

- samt medaljer og godt humør...se side 31



I dette blad kan man bl.a. læse:

COPA til Folkemøde, Bornholm.....se side 4

Kære medlemmer

LEDER



Henning Granslev, landsformand

De sidste måneder har mange COPA lokalforeninger afholdt deres årlige generalforsamling, hvor det var muligt at få indflydelse på lokalforeningens aktiviteter/planer for det kommende år. I de lokalforeninger, hvor bestyrelsesmedlemmer ønskede at træde tilbage efter en lang og tro tjeneste, blev der valgt "nye" COPA medlemmer, der var parat til hjælpe til med opgaverne i

deres lokalforening. Tak til jer alle, der bidrager med arbejdet i lokalforeningerne.

Nyt fra EOA

Den 8. - til 10. maj var der møde i Den Europæiske Stomiforening EOA.

Den norske stomiforening NORILCO var vært for mødet, der oprindeligt skulle være afholdt i Bergen, men blev ændret til møde på Quality Airport Hotel Gardermoen, Oslo. Årsagen til ændringen var af økonomiske hensyn, da udgifterne i Bergen ville være væsentligt større end ved lufthavnen i Oslo.

Ved EOA møderne, der afholdes hvert 3 år, vælges repræsentanter til pladserne i EOA - komiteen. Alle stomiforeninger har en stemme - uanset antal medlemmer.

Følgende blev valgt for den

næste 3 års periode i EOA komiteen

- President: Jøn Thorkelsson, Island
- EC member: Henrik Karlsson, Finland
- EC member: Andrea Stúpalová, Slovenien
- EC member: Caroline Bramwell, United Kingdom
- EC member: Isabella Grosu, Rumænien

Slovenien blev valgt som arrangør for det næste EOA møde i 2028.



EOA -KOMITE Fra højre: Jon (Island) - Isabella (Rumænien) - Caroline (England) - Andrea (Slovenien) - Henrik (Finland).



Folkemødet Bornholm

COPA har deltaget i årets Folkemøde på Bornholm. Læs herom på side 4.

Ukraine



Den 17. april blev sendt en transport med 14 paller til vore ligestillede stomivener i Odesa. Den sidste levering var for næsten et år siden. For at holde transportomkostninger på et rimeligt niveau, samles så meget som muligt, til den plads vi kan få i en af bilerne fra foreningen "Bevar Ukraine".

Inden transporten samles alt på et lager hos UNO transport i Aarhus, der for en beskedne pris stiller lagerplads til rådighed og udfylder diverse papirer.

TAK TIL UNO TRANSPORT.

COPA ønsker jer alle en god sommer sammen med familie og venner. Der loves jo varmere vejr og en del mere sol. Så må tiden vise, om metrologernes forudsigelse holder. Det vil nu også være fint med lidt regn i ny og næ.

Vil du/I til sydens varme, er der stadig pladser til efterårsrejsen i Nordspanien den 1. - 8. oktober. Læs mere her i bladet på side 16.

Hilsen Henning Granslev

COPA's sekretariat holder lukket 11. - 29. august begge dage inkl.



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.dkwww.stomiguiden.dkWebmaster: webmaster@copa.dkCOPA e-mail: 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• **Vicelandsformand:**

Michael Petersen

Engbuen 12

3450 Allerød

e-mail: miepet@post12.tele.dk

Tlf.: 31130547

• **Lokalformænd og -grupper:**

Se bagsiden.

COPA medlemsblad

Copa-bladet udkommer 6 gange om året.

Oplag: 3200 stk. Tryk: LaserTryk A/S.

• **Ansvarshavende redaktør:**

Cand.scient. Ole Vestergaard,

tlf: 98499888 • mail: mail@copabladet.dk• **Læserbreve, indlæg og artikler:**COPA forbeholder sig ret til at afvise/for-
korte eller udskyde indlæg. Manuskripter
sendes via mail@copabladet.dk (tekst som
tekstfil i word eller 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 10/08-2025.**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 10/08-2025.**Højtopløselig-CMYK/300 dpi-pdf sendes
til mail@copabladet.dk. Andet materialemodtages også - efter aftale. Reproklart
annoncemateriale til næste nummer skal
være Copabladet i hænde **senest: 18/08-25.**• **Indstik:** Med forbehold. Nærmere
oplysninger: COPA's sekretariat.**Fotos forsiden**

COPA Storkøbenhavn.

Foreningens formål:*Vedtægternes § 4:*Foreningens formål er at varetage interesser for stomi- og reservoiropererede 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 4/2025 (juli-august) [Fra første 'Co-Pa' i 1962: nr. 305]**Indhold:**

	Side
Leder (Henning Granslev).....	2
Opskrift: Lakse og broccoli tærte (Per Herlufsen).....	4
COPA Weekendophold 2025 (Henning Granslev).....	6
Kræftens Bekæmpelses nye præsident Connie Hedegaard: Sagen er noget helt særligt.....	8
Ønsker du/I at støtte stomiopererede i Odesa??.....	9
UPF og IBD (Ole Vestergaard).....	10
Stor interesse for organ donation efter ny lov.....	13
Regionerne får rekordstort løft i ny økonomiaftale.....	14
Stomiklinikker i Danmark.....	17
Nyt fra Lokalforeninger og -grupper.....	21

**Er du blevet pensionist?***Af hensyn til dit COPA-kontingent:*

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

**PLANLAGT OMDELING Copa-blade**

Blad 4 (uge 27) omdeling 30. juni - 4. juli 2025
Blad 5 (uge 36) omdeling 1. - 5. september 2025
Blad 6 (uge 45) omdeling 3. - 7. december 2025
Omdeles af PostNord.

Hvis et blad ikke er modtaget, kan du kontakte
sekretariatet på tlf. 57673525
eller sende en mail til: sekretariatet@copa.dk

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

Alle kan anmode om rådgivning - og det er gratis. Dette kan gøres ved at ringe til
sekretariatet på tlf. 57673525 eller til en lokalformand. Telefonnumrene på lokal-
formændene findes på bagsiden af dette blad.

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

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

Foreningens rådgivere er alle stomi- eller reservoiropererede 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 stomileje 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.



COPA deltog også i år ved Folkemødet. Kræftens Bekæmpelse har et stort telt, hvor der holdes oplæg om sundhed, forskning, og sund mad m.m. Mange af patientforeningerne, der samarbejder med KB, ønsker at være en del af Folkemødet. Udgifterne for transport og ophold skal patientforeningerne selv dække. Fra COPA deltog Gitte Heide, Michael Petersen og Henning Granslev. Vi lejer hus og har samkørsel med DLMH foreningen (Dansk Landsforening for Mund-og Hals-opererede) derved spares der på udgiften for leje af hus og transport. Claus De La Porte deltog fra DLHM. **h.g.**

LAKSE OG BROCCOLI TÆRTE

Portioner 4-6 / Frost egnet

God både som hovedret, eller som en kold snack en anden dag.

Tærte

- Grov tærtedej 275 g
(kan med fordel købes i supermarked)
- Becel
- Røget laks 150 g
- Broccoli fra frost 500 g eller 370 g i optøet tilstand
- Løg 110 g
- Cremefraiche 18%, 500 g
- Æg 200 g (4 stk)
- Citronsaft 10 g
- Salt, groft ½ tsk (4 g)
- Sort peber ½ tsk (1 g)
- Smør 20 g
- Revet ost 175 g



Find en passende form til tærtedejen, og smør den grundigt med Becel.

Kom tærtedejen i formen, og sørg for at få presset godt ind langs kanterne.

Prik tærtebunden med en gaffel.

Forvarm ovnen i 180°C, og bag tærtedejen i ca. 15 minutter.

Sørg for at broccolien er godt afdruppet, og blend den i en foodprocessor. Løg snittes i tern, og steges med smør på panden i 3-4 minutter. Læg broccoli, løg og laks i tærtebunden.

Bland æg, cremefraiche, salt og peber til en homogen masse og hæld det over broccolifyldet.

Drys den revne ost hen over toppen, og bag den i ovnen ved 180°C i ca. endnu 1 time.

Bonus info: Riv din egen ynglings ost som topping, i stedet for de færdig revne oste fra supermarkedet, da disse har et lavt smeltepunkt og derfor ofte brænder.

Opskrift: Per Herlufsen, stomisygeplejerske MCN,ET,BN

Opskrifter fås ved at skrive til: per.herlufsen@regionh.dk



NYHED

PRØV
GRATIS

SenSura® Mio i sort

Nu introducerer vi SenSura Mio i sort. Samme funktion som SenSura Mio i grå, bare i en ny farve. Prøv en pose, der er designet til at være diskret under mørkt tøj, og som passer til dit mørke undertøj.

- Designet til at forebygge lækage og beskytte din hud
- Unikt cirkelfilter, der mindsker lugtgener og luft i posen
- Elastisk klæber, der følger kroppens bevægelser
- Fremstillet i komfortabelt OEKO-TEX® certificeret tekstil.

SenSura Mio i sort fås i 1-dels tømbar Flad og Convex. Disse produkter passer til dig, der har et jævnt område eller en fordybning rundt om din stomi og/eller har brug for at få din stomi skubbet længere frem i posen. Flere varianter vil blive lanceret løbende.

Bestil en gratis vareprøve på SenSura Mio i sort i dag på link.coloplast.dk/isort eller ring på 49 11 12 13, hverdage mellem kl. 8.30-16.00.



SenSura® Mio

COPA Weekend 2025

fredag den 29. august – søndag 31. august

Hotel Nyborg Strand, Nyborg

Hotel Nyborg Strand



30 års jubilæumsweekendarrangement

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. Hotellet har gratis parkering.



Hotelfinfo:

Hotel Nyborg Strand, Østersøvej 2, 5800 Nyborg
Tlf. 65150551, alg@nyborgstrand.dk

Tilmelding:

Tilmelding **senest mandag den 21. juli 2025** 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 der evt. er mulighed for samkørsel (det skal I dog selv sørge for).

Pris:

Prisen for weekenden er pr. person
2400,00 kr. i dobbeltværelse
og 2600,00 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 til mandag den 1. september er prisen:

Dobbeltværelse 898 kr.
Enkeltværelse 1098 kr.

Program

Fredag den 29.08

Check ind fra kl. 15.00

Kl. 17.30 Aftenmenu. Kl. 19.00 Fremvisning af stomihjælpemidler fra Focuscare, Man kan få personlig vejledning i brugen af stomiposerne m.m. Deltagerne har også en god mulighed for at udveksle erfaringer om dagligdagen om livet med stomi. Der vil være kaffe/te og sødt i lokalet.

Lørdag den 30. 08

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

På hjemvejen til Nyborg holder vi pause for at se Elvira Madigan og Sextin Sparres gravsted ved Landet Kirke. Sidste stop er til kaffe og lagkage på Hotel Troense. Der vil være tid til at gå en lille tur og nyde udsigten ud over Det Sydfynske Øhav.

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

Søndag den 31.08

Efter indtagelse af morgenbuffet er der god tid til at gå en tur og få frisk havluft ved hotellets strand. Opholdet slutter med frokost. 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 eller
Henning Granslev tlf. 70213525 h.granslev@gmail.com.

Michael Petersen og Henning Granslev



Tilmelding

COPA Weekend den 29. august – 31. august 2025

Hotel Nyborg Strand, Nyborg

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 21. juli 2025 – i lukket kuvert (gerne kopi):

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

Der sendes besked til deltagerne sidst i august 31.



CeraPlus™ soft konveks klæberen* med ceramid er designet til at hjælpe med at forhindre lækage

CeraPlus™ soft konveks klæberen har:

- et fleksibelt design
- giver et blidt tryk omkring stomien
- tilpasser sig dine former og folder



Få mere information på www.hollister.dk eller bestil en vareprøve ved at kontakte kundeservice på tlf.: 8071 7240 eller maile til 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. ©2025 Hollister Incorporated



*Indeholder Remois Teknologien fra Alcare Co., Ltd.

CeraPlus™
Ostomy Products



Ostomy Care
Healthy skin. Positive outcomes.

Kræftens Bekæmpelses nye præsident Connie Hedegaard: Sagen er noget helt særligt

Den tidligere minister og EU-kommissær ser flere ligheder mellem kræft og klima. Hun glæder sig til at bringe sin erfaring i spil for kræftsagen som Kræftens Bekæmpelses nye præsident.

"Du har meldt dig til det mest marxistiske fag på hele Københavns Universitet."

Det var den besked, der mødte en meget ung Connie Hedegaard, da hun startede på litteraturstudiet i 1979.

Den blot 18-årige studerende fra Holbæk var vokset op i en politisk engageret familie med forældre, som begge var medlemmer af den lokale konservative vælgerforening og meget aktive i lokalsamfundet, når de ikke havde travlt med at drive familiens kiosk.

- Det stod klart for mig, at jeg blev nødt til at finde et fællesskab med ligesindede, hvis jeg skulle klare mig igennem studiet, så jeg meldte mig ind i konservative studenter. Det var mit første skridt ind i den politiske verden, husker hun.

Noget helt, helt særligt

Studentertpolitik blev begyndelsen på en lang karriere i både politik, journalistik og det private erhvervsliv. I dag sidder Connie Hedegaard bl.a. i bestyrelsen i en række virksomheder, der har et ønske om at gøre den grønne omstilling til virkelighed.

Kræftens Bekæmpelses nyvalgte præsident sammen med foreningens formand, Helen Bernt Andersen, og direktør, Jesper Fisker. Foto: Kristian Ridder-Nielsen



3. maj 2025 kunne den forhenværende minister og EU-kommissær så føje endnu en ny titel til sit imponerende C.V., da hun blev valgt som Kræftens Bekæmpelses nye præsident på foreningens årlige repræsentantskabsmøde i Kolding.

- En organisation med 400.000 medlemmer og 35.000 frivillige ildsjæle, der står sammen om en folkesag, er noget helt, helt særligt, som jeg meget gerne vil bidrage til, siger Connie Hedegaard.

Hun ser frem til at bringe sin erfaring og stemme i spil for kræftsagen.

- Jeg har hverken nogen dyb faglig indsigt i forskning eller forebyggelse, men til gengæld har jeg opbygget en vis viden om, hvordan samfundet og beslutningsprocesserne er skruet sammen. Det er det, jeg kan bidrage med, forklarer hun.

Folketingsmedlem som 23-årig

Connie Hedegaard var stadig studerende og bare 23 år, da hun i 1984 blev valgt ind i Folketinget for Det Konservative Folkeparti.

I 1990 forlod hun Folketinget for i stedet at arbejde som journalist - først på Berlingske Tidende og siden som chef for Radioavisen på DR samt vært på DR2's Deadline.

I 2004 vendte hun tilbage til politik, da hun blev udnævnt som miljøminister. Ved regeringsrokaden i 2007 blev hun klima- og energiminister, og fra 2009-2014 var hun EU-kommissær for klima.

Sammen med daværende statsminister Lars Løkke Rasmussen stod hun desuden i spidsen for FN's klimakonference i 2009 (COP15), der blev afholdt i Bella Centeret i København. Samme år kom hun på Time Magazines prestigefulde liste over de 100



Connie Hedegaard. Foto: Kristian Ridder-Nielsen

mest indflydelsesrige personer i verden.

Politikerne lytter

Connie Hedegaard har længe iagttaget Kræftens Bekæmpelses arbejde for kræftframte fra sidelinjen og roser blandt andet foreningens politiske indsats.

Ifølge den erfarne parlamentariker er det nemlig ikke nok at være en stor organisation med mange medlemmer, hvis man for alvor vil ændre noget i samfundet.

Man er også nødt til at forstå den politiske virkelighed, hvis man vil være en interesseorganisation, der rent faktisk får noget igennem på vegne af sine medlemmer. Og det gør Kræftens Bekæmpelse, forklarer hun.

- Man har placeret sig dygtigt, og det har altid været mit indtryk, at Kræftens Bekæmpelse hører blandt en håndfuld organisationer i Danmark, som der står en helt særlig respekt om, og som politikerne lytter særligt meget til.

Kræft og klima

Connie Hedegaard ser flere ligheder mellem kræftsagen og klimaområdet, som har været omdrejningspunkt for hendes karriere i mere end 20 år.

Begge dagsordener hviler blandet andet på et fundament af evidensbaseret forskning - ligesom både kræft og klimaforandringer i mange tilfælde kan forebygges, hvis vi ændrer vores vaner.

- Man kan nogle gange godt undre sig over, at vi mennesker gør så meget, som vi godt ved vi ikke burde. Det er nemt nok at prædike eller løfte pegefingeren, men langt sværere at formidle svære budskaber på en måde, så mennesker vil tage dem til sig, siger hun.

Kilde: 03 maj 2025 Frej Bramming www.cancer.dk/nyheder

Ønsker du/I at støtte stomiopererede i Odesa??

Stomiforeningen COPA har gennem mange år indsamlet stomihjælpemidler til ligestillede personer, der har tilknytning til hospital nr. 10 i Odesa. De mange indsamlede hjælpemidler dækker nu ca. 500- 550 stomiopereredes årlige behov. Efter krigens start i 2022 blev der et ekstra stort behov for alle mulige hjælpemidler. COPA sender nu også bleer, katetre, sårplejeartikler og engangssprøjter m.m. til Odesa.

Den store mængde hjælpemidler har desværre betydet en kraftig stigning af udgifterne til transport med indsamling og forsendelse af de mange produkter. Derfor har vi valgt at bede om økonomisk støtte gennem vores medlemsblad.

Tak for økonomisk Ukraine støtte i 2024 til Focuscare, Hardam, Stotec og MME Nordic. Også tak til Coloplast, Stotec, Focuscare og Hardam for mange paller med hjælpemidler.

Evt. støtte kan indbetales til:

COPA bankkonto 9886-0000483407

Vigtigt: skriv ODESA.

Det tidligere projekt om hjælp til stomiopererede i Nepal, er nu lukket ned efter aftale med Stomiklinikken på Hvidovre Hospital.

Vi ønsker at satse på økonomisk støtte til stomiopererede i Odesa, Ukraine.

**DIN HJÆLP
ER PÅ VEJ TIL
UKRAINE**



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 dobbelsidet
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



*) UPF = Ultra forarbejdede fødevarer (Ultra-Processed Food)

**) IBD = inflammatorisk tarmsygdom (Inflammatory Bowel Disease)

Ultraforarbejdede fødevarer

UPF er produkter, der har gennemgået flere industrielle processer og er blevet pumpet fulde af tilsætningsstoffer som farver, konserveringsmidler, sødestoffer og smagsforstærkere, men de smager ofte uforskammet godt. Mange UPF'er forsøger at efterligne de fødevarer, som de stammer fra, men de er langt væk herfra med hensyn til deres ernæringsmæssige sammensætning og profil. UPF-produkter skaber spisevaner og ændre endda ens mæthedsfølelse. Disse fødevarer fremmer det maksimale forbrug og stimulerer appetitten.

Ukendt for 50 år siden udgør ultraforarbejdede fødevarer nu en stor del af vores kostvaner og fødevarer på hylderne i vores supermarkeder.

I USA er 70% af varerne på hylderne i supermarkederne UPF¹⁾.

I Europa kommer 27% af vores gennemsnitlige daglige energiindtag fra UPF²⁾. Tallet svinger fra 14% i Italien til 44% i England og Rumænien.

Forbruget af UPF er højere end gennemsnittet i yngre generationer og hos mennesker med lavere socioøkonomisk status²⁾.

UPF skader vores helbred

UPF øger risikoen for fedme, hjertesygdomme og slagtilfælde, type 2-diabetes, visse typer kræft, irritabel tyktarm, depression, død af alle årsager + hos børn og unge kardiometaboliske risici og astma³⁾. UPF øger også risikoen for IBD⁴⁾.

UPF har en meget ringe ernæringsprofil. Hertil kommer, at spiser man meget UPF, er der meget lidt plads til at spise friske og sunde fødevarer.

Ultraforarbejdede fødevarer øger risikoen for inflammatorisk tarmsygdom

At spise høje niveauer af ultraforarbejdede fødevarer øger risikoen for at udvikle inflammatorisk tarmsygdom.

En prospektiv kohorteundersøgelse⁴⁾ vurderede sammenhængen mellem indtagelse af ultraforarbejdet mad og

(fortsætter side 12)

Ultraforarbejdede fødevarer består af snacks, drikkevarer, færdigretter og mange andre produkttyper for det meste eller helt fremstillet af stoffer, der er udvundet fra fødevarer eller stammer fra fødevarer bestanddele. Ultraforarbejdede fødevarer gøres mulige ved brug af mange typer tilsætningsstoffer, herunder dem, der efterligner eller forstærker de sansemæssige kvaliteter ved fødevarer eller kulinariske præparater lavet af mad. Processer og ingredienser, der bruges til fremstilling af ultraforarbejdede fødevarer, gør dem meget bekvemme (klare til forbrug, næsten uforgængelige) og meget attraktive (hypervelsmagende) for forbrugere og meget rentable (ingredienser til lave omkostninger, lang holdbarhed) for deres producenter. Ultraforarbejdede fødevarer er typisk ernæringsmæssigt ubalanceret og kan være overforbrugt og fortrænge sunde fødevarer.

Eksempler på ultraforarbejdede fødevarer

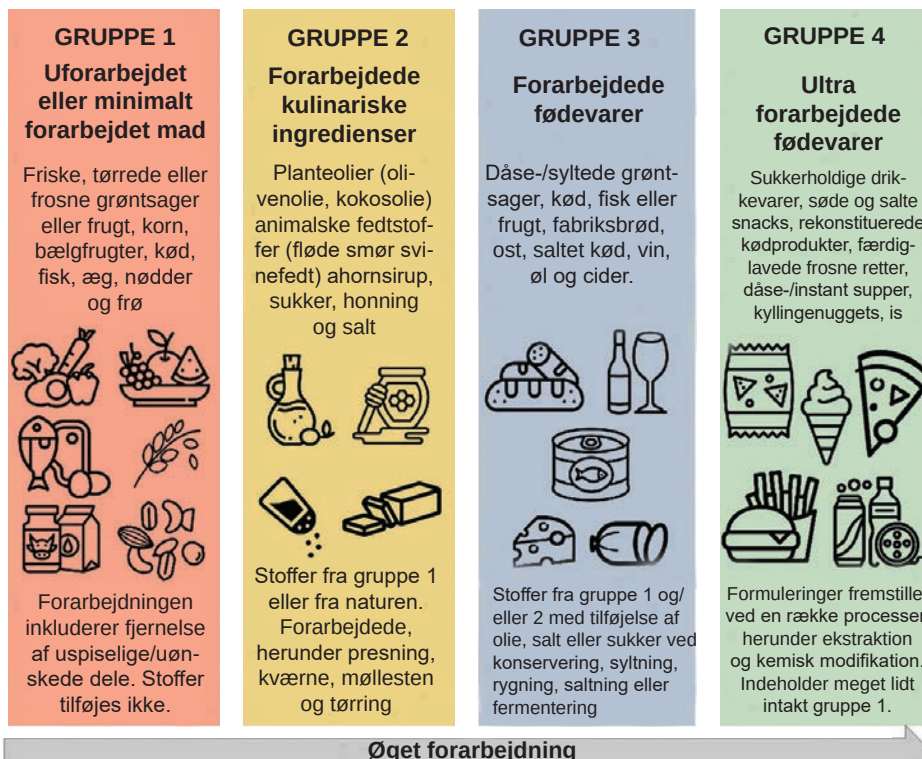
- Kulsholdige læskedrikke • sød eller salt pakkede snacks • chokolade • slik (konfekture) • is • masseproduceret emballeret brød og boller • margarine • småkager (kiks) • kager • kageblandinger; morgenmads'korn' • 'energi'bar • "energisdrikke" • mælkedrikke • 'frugt'yoghurt • "frugt"drikkevarer • "kakao"drikke • instantssaucer.

Mange færdiglavede produkter, der er klar til opvarmning herunder tærter og pasta- og pizzaretter; fjerkræ og fisk 'nuggets' og 'sticks', pølser, burgere, hotdogs og andre rekonstruerede kødprodukter.

- Pulveriserede og emballerede instantssupper, nudler og desserter.

- Modernmælkserstatning og babymælk.
- 'Slanke'produkter såsom måltidserstatnings-shakes og pulvere.

<http://www.fao.org/3/ca5644en/ca5644en.pdf>



Øget forarbejdning

Crimarco, A. et al.. Ultra-processed Foods, Weight Gain, and Co-morbidity Risk. Curr Obes Rep. 2022. 11; side 80–92. Doi.org/10.1007/s13679-021-00460-y.

Vælg en kantsikring, der **strækker og bevæger** sig, ligesom du gør

eakin® 



Hudvenlig
formel, der
absorberer
sved og fugt



Et sikkert greb
holder posen
på plads under
aktivitet



Supertynde affasede
kanter, reducerer
kantløsning og forhindrer
at kantsikringen hænger
fast i tøjet



Den tynde profil
forbliver tæt på
huden og øger
komforten



Følger kroppens
konturer og
bevægelser

eakin contour™
kantsikring

Pakkestørrelse

30

Produktkode

839040

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

Focuscare



Østervangsvej 21, 8900 Randers C

UPF og IBD, fortsat:

risikoen for inflammatorisk tarmsygdom (IBD) (en prospektiv kohortundersøgelse er en undersøgelse, der over tid følger en gruppe personer med f.eks. samme lidelse og ser på faktorer, der har sammenhæng med lidelsen).

Man analyserede data fra Prospective Urban Rural Epidemiology (PURE) kohorte omfattende 21 lav-, mellem- og højindkomstlande i syv geografiske regioner (Europa og Nordamerika, Sydamerika, Afrika, Mellemøsten, Syd-Asien, Sydøstasien og Kina).

I alt 116.087 voksne deltagere i alderen 35-70.

Undersøgelsen fandt sted mellem 2003 og 2016.

Efter justering for potentielle forvirrende faktorer var høj indtagelse af ultraforarbejdet mad (≥5 portioner / dag) forbundet med en højere risiko for IBD.

467 deltagere udviklede IBD (90 med Crohns sygdom og 377 colitis ulcerosa), som var forbundet med et højt indtag af UPF'er.

Forskellige grupper af ultraforarbejdet mad, herunder læskedrikke, raffineret sødet mad, salt- snacks og forarbejdet kød, var hver forbundet med højere risikoforhold for IBD.

Indtagelse af hvidt kød, rødt kød, mejeriprodukter, stivelse og frugt, grøntsager og bælgfrugter var *ikke* forbundet med risiko for IBD i denne undersøgelse.

I en anden undersøgelse⁵⁾ (i alt 185.849 deltagere med en gennemsnitsalder på 56,2 år, med en gennemsnitlig opfølgningstid på 9,84 år) så man under opfølgningen at 841 personer udviklede IBD (251 Crohns sygdom og 590 colitis ulcerosa).
UPF-indtag hos disse nye IBD-

patienter var signifikant højere. Sammenlignet med lavt forbrug var højere UPF-forbrug signifikant forbundet med Crohns sygdom men ikke colitis ulcerosa. I denne undersøgelse fandt man også en signifikant sammenhæng mellem UPF-indtag og behov for IBD-relateret kirurgi⁵⁾.

Når en person er blevet diagnosticeret med IBD, er højere indtag af UPF'er forbundet med et højere antal episoder med aktiv colitis ulcerosa⁶⁾.

De fuldkostdiæter, der i øjeblikket anvendes hos patienter i et forsøg på at nedsætte sygdomsaktivitet – herunder den specifikke kulhydratdiæt⁷⁾, Crohns sygdomseksklusionsdiæt⁸⁾, den ulcerative colitis-eksklusionsdiæt⁹⁾ og Middelhavskost¹⁰⁾ – minimerer alle indholdet af de fleste UPF'er.

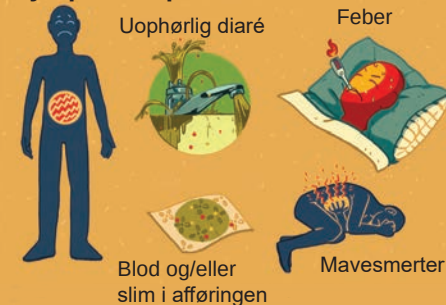
Der er blandt eksperterne ikke enighed om, hvorvidt patienter med eksisterende IBD generelt bør undgå alle UPF'er, for at håndtere deres sygdom¹¹⁾.

IBD og probiotika

Probiotika er mikroorganismer med potentielle helbredsfræmmende effekter i enten terapeutisk eller profylaktisk henseende.

Der har i de senere år været en stigende interesse for probiotika, som tilskrives en gavnlig effekt ved en lang række lidelser, bl.a. kroniske inflammatoriske tarmsygdomme. Probiotika hjælper med at genoprette balancen i tarmfloraen, forbedrer dens mikrobi-

Symptomer på IBD



Inflammatorisk tarmsygdom (IBD) er en kronisk tilstand, der påvirker fordøjelsessystemet.

Konventionelle behandlinger for IBD inkluderer ofte antiinflammatoriske lægemidler og immunsuppressive midler.

IBD omfatter Crohns sygdom og ulcerøs colitis. Begge tilstande er karakteriseret ved betændelse i slimhinden i en del af fordøjelseskanalen, forårsaget af en funktionsfejl i tarmens immunsystem.

Crohns sygdom og ulcerøs colitis adskiller sig i placeringen af betændelsen. Ved Crohns sygdom kan det påvirke hele fordøjelseskanalen, hvorimod det ved ulcerøs colitis kun er endetarmen og tyktarmen, der er påvirket. Disse sygdomme veksler mellem to faser: symptomfri remissionsfaser og aktive faser, hvor patienter lider af diarré, mavesmerter, blodig afføring, vægttab, feber, træthed osv. på grund af øget inflammation.

elle diversitet og begrænser samtidig implantation og spredning af sygdomsfremkaldende mikroorganismer. Probiotikas rolle i ulcerøs colitis har været undersøgt i flere kliniske forsøg. Probiotika fremmer de symptomfrie faser - uden forskel mellem probiotika og et antiinflammatorisk lægemiddel, der anvendes ved IBD¹²⁾.

Yderligere undersøgelser er nødvendige for bedre at forstå effekt og virkningsmekanisme.

O.V.

Referencer

- 1) <https://edition.cnn.com/2024/11/23/health/video/smr-processed-foods>
- 2) <https://eurohealthnet.eu/publication/tackling-ultra-processed-food-for-a-healthier-and-just-food-system/>
- 3) Elizabeth, L. et al. Ultra-Processed Foods and Health Outcomes: A Narrative Review. *Nutrients* 2020. 12,7; side 1955. Doi: [10.3390/nu12071955](https://doi.org/10.3390/nu12071955).
- 4) Narula, N. et al. Association of ultra-processed food intake with risk of inflammatory bowel disease: prospective cohort study. *BMJ*. 2021. 374. Doi: [10.1136/bmj.n1554](https://doi.org/10.1136/bmj.n1554).
- 5) Chen, J. et al. Intake of Ultra-processed Foods Is Associated with an Increased Risk of Crohn's Disease: A Cross-sectional and Prospective Analysis of 187154 Participants in the UK Biobank. *J Crohns Colitis*. 2023. 17,4; side 535-552. Doi: [10.1093/ecco-jcc/jjac167](https://doi.org/10.1093/ecco-jcc/jjac167).
- 6) Vagianos, K. et al. Ultra-processed food, disease activity, and inflammation in ulcerative colitis: the Manitoba Living With IBD Study. *Am J Gastroenterol*. 2024. 119,6; side 1102-1109. Doi: [10.14309/ajg.0000000000002667](https://doi.org/10.14309/ajg.0000000000002667).
- 7) Suskind, D.L. et al. The specific carbohydrate diet and diet modification as induction therapy for pediatric Crohn's disease: a randomized diet controlled trial. *Nutrients*. 2020. 12,12;3749. Doi: [10.3390/nu12123749](https://doi.org/10.3390/nu12123749).
- 8) Yanai, H. et al. The Crohn's Disease Exclusion Diet for induction and maintenance of remission in adults with mild-to-moderate Crohn's disease (CDED-AD): an open-label, pilot, randomised trial. *Lancet Gastroenterol Hepatol*. 2022,7; side 49-59. Doi: [10.1016/S2468-1253\(21\)00299-5](https://doi.org/10.1016/S2468-1253(21)00299-5).
- 9) Sarbagili-Shabat, C. et al. A novel UC exclusion diet and antibiotics for treatment of mild to moderate pediatric ulcerative colitis: a prospective open-label pilot study. *Nutrients*. 2021.13. 3736. Doi: [10.3390/nu13113736](https://doi.org/10.3390/nu13113736).
- 10) Godny, L. et al. Is the Mediterranean diet in inflammatory bowel diseases ready for prime time? *J Can Assoc Gastroenterol*. 2023.7; side 97-103. Doi: [10.1093/jcag/gwad041](https://doi.org/10.1093/jcag/gwad041).
- 11) Lomer, M.C.E. et al. British Dietetic Association consensus guidelines on the nutritional assessment and dietary management of patients with inflammatory bowel disease. *J Hum Nutr Diet*. 2023.36; side 336-77. Doi: [10.1111/jhn.13054](https://doi.org/10.1111/jhn.13054).
- 12) <https://www.exden.fr/en/probiotics-ibd/>

Stor interesse for organdonation efter ny lov

Besøgstallet på sundhed.dk er eksploderet efter, at der er kommet ny lov om organdonation. Tusindvis af danskere har siden 1. juni været inde på siden for at søge information og tage stilling til organdonation.

Siden den nye lov om organdonation trådte i kraft den 1. juni 2025, har interessen for at få mere at vide om emnet været stor. Det viser besøgstallet på siderne om organdonation på sundhed.dk, der steg fra et dagligt gennemsnit på 829 fra januar til maj i år til 14.929 i juni. Mere end 186.000 har taget stilling til organdonation for første gang siden 1. juni.

Den nye lov betyder, at alle danskere over 18 år nu automatisk er tilmeldt Organdonorregisteret. Tilmeldingen er dog først gyldig, når man selv har bekræftet den på sundhed.dk, og det er der blevet orienteret om i et brev, som er sendt til alle danskere over 18 år via e-boks eller fysisk post.

Ny national handleplan: Fælles om at give livet tilbage

Regeringen indgik sammen med et bredt flertal i Folketinget sidste sommer en aftale om en ny national handleplan: *Fælles om at give livet tilbage.*

Handleplanen indeholder en række målrettede initiativer, der skal styrke organdonationsområdet markant.

Et af initiativerne er, at alle borgere over 18 år fremover automatisk vil blive registreret i Organdonorregisteret, men skal bekræfte deres ønske om at være donor.

Ændringen trådte i kraft 1. juni.

De kan vælge mellem:

- Fuld tilladelse
- Begrænset tilladelse
- Overlade beslutningen til pårørende
- Nedlæggelse forbud.



De danskere, der har taget stilling, får deres registrering videreført, og behøver derfor ikke gøre noget.

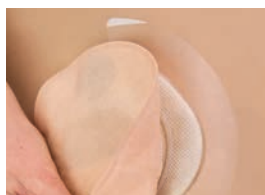
Hvorfor er det vigtigt?

I 2023 mistede 28 mennesker livet, mens de ventede på et nyt organ. Over 400 danskere står i dag på venteliste.

Om sundhed.dk

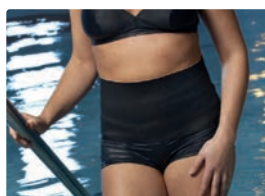
[Sundhed.dk](https://sundhed.dk) er din digitale indgang til sundhedsvæsenet. En portal, der giver dig overblik over din sundhed og sygdom, og som er ejet af staten, kommunerne og regionerne. ■

Er du klar til ferie?



ULTRA FRAME KANTSIKRING

Usynlig og føles som hud. Ideel til sol, strand og vand.



HANSEN PROTECTION STØTTEBÆLTE

Rigtig god til svømning og badning eller anden sportsaktivitet. Forlængelse af shorts/badebukser/bikini.



STOMASAFE COOL NYHED

Diskret og sikker med en kølig fornemmelse mod huden. Høj elasticitet for en sikker og behagelig pasform.

Herfra Stotec ønsker vi en rigtig god sommer og vi er her, så I kan altid kontakte os på mail eller telefon.

Regionerne får rekord-stort løft i ny økonomiaftale

Der var særdeles god stemning, da regeringen sidst i maj kunne præsentere det største løft i regionernes økonomi i 15 år. Regionernes formand kunne ikke finde på noget dårligt at sige om aftalen.



Danske Regioners næstformand, Mads Duedal (V), og Danske Regioners formand, Anders Kühnau (S), finansminister Nicolai Wammen og indenrigs- og sundhedsminister Sophie Løhde var blandt deltagerne i pressemødet i Finansministeriet. Foto: Ida Marie Odgaard/Ritzau Scanpix.

Regionerne, som har ansvaret for sundhedsvæsenet, får 2,3 milliarder kroner i 2026 til området, viser økonomiaftale mellem regeringen og Danske Regioner.

Aftalen i sin helhed er "det største løft af sundhedsvæsenet i 15 år", lyder det i aftaleteksten. Pengene skal blandt andet bruges på bedre og dyrere medicin.

Økonomiaftalen byder også på en stigning af anlægsudgifterne på 4,2 milliarder kroner. Disse penge skal blandt andet bruges på at vedligeholde og modernisere sygehuse.

- Det er vigtigt med et stærkt, godt og trygt sundhedsvæsen. Både for patienterne og for vores ansatte. Derfor

er jeg glad for, at vi fra regeringen har lavet en aftale med regionerne om økonomien for næste år, siger finansminister Nicolai Wammen (S) på et kort pressemøde.

Både regeringen og Danske Regioner er tilfredse med aftalen

- Det er den bedste aftale i 15 år, siger formand for Danske Regioner Anders Kühnau (S), som i forhold til pengene til anlæg tilføjer:

- Vi kan ikke mindes noget tidspunkt, hvor vi har haft så højt et anlægsniveau. Men det kommer også på et tidspunkt, hvor vi har brug for det

Aftalen bygger videre på en række initiativer, som regeringen er kommet med, siger Wammen. Han henviser til, at sundhedsområdet i det hele taget er et område, der fylder i det politiske landskab i disse tider.

Økonomiaftalen for regionerne er den første af slagsen, efter at regeringen, Danmarksdemokraterne, SF, De Konservative og De Radikale sidste år blev enige om en sundhedsreform.

Reformen indeholder blandt andet en sammenlægning af den nuværende Region Hovedstaden og Region Sjælland, så Danmark fra 2027 kommer til at bestå af fire regioner i stedet for de nuværende fem.

Kilde : Ritzau

Hovedelementer i aftalen

- Den kommunale serviceramme løftes med 3,5 mia. kr. i 2026. Derudover skal kommunerne nedbringe administrationsudgifterne med 250 mio. kr. til løn og arbejdsvilkår i den offentlige velfærd. Samlet løftes kommunernes serviceramme således realt med 3,2 mia. kr.
- Anlægsrammen hæves til 22,3 mia. kr. i 2026, som kommunen fx kan bruge til at investere i daginstitutioner, skoler og plejehjem. Anlægsrammen for 2025 udgjorde 20,3 mia. kr.
- Midlertidigt ekstra finansieringstilskud på 1,8 mia. kr. i 2026, som skal understøtte kommunernes implementering af reformer og bidrage til at imødegå bevægelser i kommuners indtægter.
- Forhøjelse af særtilskudspuljen til særligt vanskeligt stillede kommuner til 800 mio. kr. videreføres i 2026. Hertil afsættes en lånepulje til anlægsinvesteringer i særligt vanskeligt stillede kommuner på 200 mio. kr. i 2026.
- Ramme til modtagelse af fordrevne fra Ukraine på 900 mio. kr.
- Regeringen og KL fortsætter samarbejdet om at forenkle og frisætte den offentlige sektor. Der er aftalt at arbejde videre med yderligere 37 regel- og forenklingstiltag, der skal bidrage til øget fleksibilitet og friere rammer for kommunerne. Over 100 forenklingstiltag forventes at være trådt i kraft senest 1. januar 2026.
- Øget stabilitet om kommunernes indtægter fra grundskyld frem til 2028 og kompensationen for lavt fastsatte grundskyldspromiller frem til 2028.
- Styrkelse af cybersikkerheden ved samling af kommunernes basale it-drift i 4-5 fælleskommunale enheder. Der afsættes 195 mio. kr. til implementeringen i 2026-2029, og gevinsterne fastholdes i kommunerne.
- Regeringen og KL har i forbindelse med forhandlingerne endvidere indgået aftale om udmøntning af beskæftigelsesreformen og en forråsaftale om udmøntning af sundhedsreformen.



Stoma
Skin
Soul



NovaLife TRE™ Soft Convex klæber



NovaLife TRE™ er designet til at **holde din hud naturligt sund**

Den soft konvekse klæber tilpasser sig kroppens naturlige bevægelser, med en tynd plade der udfases mod kanten, hvilket gør den fleksibel og behagelig at bære.

Få mere at vide på 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.



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. ©2025 Dansac A/S

dansac 

DK-00165

EKSKLUSIVT TILBUD TIL MEDLEMMER AF STOMIFORENINGEN COPA

Solrig efterårsrejse til Nordspanien

Rejs den 1. oktober - 8. oktober 2025

Nyd en fantastisk ferie i solrige Salou, Spanien

Lad luksus, velvære og oplevelser gå hånd i hånd!

Du indlogeres på Hotel Estival Park**** som byder på stor morgen- og aftenbuffet, adgang til VIP-SPA og guideservice døgnet rundt.

Hotellets beliggenhed på strandpromenaden er perfekt til dig som både ønsker afslapning men også at mærke en pulserende ferieby.

Med i rejsen er en heldagsudflugt til Barcelona med dansk guide, hvor du kan opleve det bedste fra denne fantastiske storby.

Gå efteråret i møde på bedst mulig vis med en ferie i den spanske varme!



8 dage (7 nætter)

1/10 - 8/10

- Direkte fly fra Kastrup til Barcelona t/r
- 20 kg indtjekket bagage samt lille håndbagage
- Bustransfer på én time fra Barcelona lufthavn til hotel med guide t/r
- Delt dobbeltværelse på Hotel Estival Park **** i 8 dage/7 nætter
- 24 timers guideservice under hele opholdet
- Hotellets imponerende morgen- og aftenbuffet
- 3 dage med gratis entré til VIP-SPA (værdi over 1.000 kr.)
- Heldagsudflugt til Barcelona med dansk guide

Rejsende fra Jylland (postnr. 9990-6000) får rabat 300 kr. per person grundet at vi ikke kan tilbyde afrejse fra Jysk lufthavn.

Rabatten tilføjes efter booking.

Mulige tilkøb

- Opgradering til singleværelse: 250 kr./nat
- 2 ekstra overnatninger på hotellet i forlængelse af rejsen (i alt 10 dage/9 nætter): kun 600 kr.

PRIS 6.350 kr. per person

Inkl. afgift til rejsegarantifond og obligatorisk ansvarsforsikring

Book rejsen

Send en mail til Helle på info@vivatours.dk med COPA i emnefeltet



www.vivatours.dk



info@vivatours.dk



81101818

viva tours

Stomiklinikker i Danmark

Oversigten er inddelt i Regioner. Konsultation er altid efter aftale, lægehenvielse ikke nødvendig.

Se også www.copa.dk / [stomiambulatorier](#)

Har du kendskab til ændringer/rettelser må du meget gerne sende en mail til sekretariatet@copa.dk Cc mail@copabladet.dk



Region Hovedstaden

Bispebjerg Hospital

Stomiambulatoriet

Bispebjerg bakke 23
2400 København NV

Tlf.: 38 63 62 24 hverdage kl. 8.00-9.00

Mail: stomiamb.bispebjerghospital@regionh.dk

Rigshospitalet

Stomienheden opg. 3. 12. sal (ved elevatoren)

Blegdamsvej 9

2100 København Ø

Tlf 35 45 24 26 man.-fre. 8.15-9.00

Mail: stomienheden.rigshospitalet@regionh.dk

Anne Eriksen

Mail: anne.eriksen.01@regionh.dk

Gerd Friis Bille

Mail: gerd.friis.bille.01@regionh.dk

Herlev Hospital

Stomiklinikken, DA54R1s

Borgmester Ib Juuls Vej 71, opgang 9, 4. etage, R1
2730 Herlev

Tlf.: 38 68 39 49 man.-fre. kl. 8.15 - 9; ons. dog 14-15.

Birgitte Dissing

Mail: birgitte.dissing.andersen@regionh.dk

Belice Anne Pollas

Mail: belice.anne.pollas@regionh.dk

Signe Houmann Kristoffersen

Mail: signe.houmann.kristoffersen.01@regionh.dk

Stomiambulatorium HA54F1

Klinik for urinvejssygdomme

Borgmester Ib Juuls Vej 5, opgang 3, 4. etage, E1
2730 Herlev

Tlf: 38 68 43 16 mandag til fredag 8-10, dog onsdag 9-11

Mailadresse(r) ikke oplyst.

Anne Karina Lund Larsen

Monika Schmidt Behrend

Hvidovre Hospital

Stomiambulatoriet

Gastroenheden, afd. 227

Kettegaard Allé 30

2650 Hvidovre

Tlf.: 36 32 36 21 hverdage kl. 8.30-9.00

Mail: stomiambulatoriet.hvidovrehospital@regionh.dk

Per Herlufsen

Mail: per.Herlufsen@regionh.dk

Anne Rolfsted

Mail: anne.winther.rolfsted@regionh.dk

Line Alnøe Krüger

Mail: line.alnoee.krueger@regionh.dk

Nordsjællands Hospital, Hillerød

Stomiambulatoriet, kir. afd., afsnit K0151

Dyrehavevej 29, 3400 Hillerød

Mail: stomiambulatoriet.nordsjaellands-hospital@regionh.dk

Telefontid 08.00-09.00 alle hverdage.

Lotte Voergaard

Tlf. 48 29 58 32

Mail: lise.lotte.voergaard@regionh.dk

Jette Henning

Tlf. 48 29 66 74

Mail: jette.henning@regionh.dk

Maria Solheim

Tlf. 48 29 20 77

Mail: maria.solheim@regionh.dk

Bornholms Hospital

Stomiambulatoriet

Tlf.: 38 67 12 36 man.-fre. kl. 13.30-14.30

Terese Løkke Olsen

Mail: terese.loekke.olsen@regionh.dk

Laura Aalund Bjerregaard Sørensen

Mail: laura.aalund.bjerregaard.soerensen@regionh.dk



Region Sjælland

Region Sjælland Sygehus Nord, Holbæk

Stomiambulatoriet Mave/tarmkirurgisk afdeling 12-5

Smedelundsgade 60 – 4300 Holbæk

Tlf.: 59 48 43 16

mandag til torsdag: Kl. 8.00 til 9.00

Mail: holstomiamb@regionsjaelland.dk

Kristine Skovshoved

Mail: kriss@regionsjaelland.dk

Sjællands Universitetshospital, Køge

Stomiambulatoriet R7

Kirurgisk afdeling, opgang 8, stuen

Lykebakvej 1

4600 Køge

Tlf. 47 32 31 84

man.- fre. kl. 8.00-9.00.

Mail: koe-stomi@regionsjaelland.dk

Marie Uth Pilebo

Mail: mpil@regionsjaelland.dk

Trine Borglit

Mail: tborg@regionsjaelland.dk

Pia Langebæk Lütgen

Mail: plut@regionsjaelland.dk

Region Sjælland Sygehus, Slagelse

Stomiklinikken

Mave-/tarmkirurgisk ambulatorium

Fælledvej, indgang 11 eller indgang 13

4200 Slagelse

Tlf. 58 55 98 36

man-fre kl. 9-10

Mail: sla-stomi@regionsjaelland.dk

Birgit Munksdorf

Lise Stengade

Lise Algreen Thomsen

Fællesmail: sla-stomi@regionsjaelland.dk

Region Sjælland Sygehus, Nykøbing Falster

Kirurgisk Ambulatorium

Fjordvej 15

4800 Nykøbing Falster

Tlf. 56 51 53 45

tirsdage og onsdage 8-9

Mail: nfs-stomi@regionsjaelland.dk

Pernille Hansson

Mail: plne@regionsjaelland.dk

Dorthe Frost Steen

Mail: drd@regionsjaelland.dk



Region Syddanmark

Sydvestjysk Sygehus, Esbjerg

Stomiambulatoriet, afd. 242

Finsensgade 35

6700 Esbjerg

Tlf.: 79 13 59 21

tirsdag og onsdag kl. 8-9; torsdag fra kl. 9-10

Mail: svs-stomi.ambulatoriet@rsyd.dk

Anne Vinther

Jytte Øllgaard Bloch Ager

Fællesmail: svs-stomi.ambulatoriet@rsyd.dk

Odense Universitetshospital

Stomiambulatoriet afd. A3

Sdr. Boulevard 29

5000 Odense C

Tlf.: 65 41 15 27 hverdage kl. 11.30-12.00

Mail: a.stomiambulatoriet@rsyd.dk

Jette Kundal

Mail: jette.kundal@rsyd.dk

Kjestine Schwarz Jensen

Mail: kjestine.schwarz.jensen@rsyd.dk

Carina Hornbæk Jepsen

Mail: carina.hornbaek@rsyd.dk

Urologisk stomiambulatorie

Sdr. Boulevard 29, Indgang 29

5000 Odense C

Tlf.: 65 41 22 11 tirsdag kl. 8.00-16.00

H.C. Andersens børnehospital, OUH, Teddy

Indgang 60 eller 81
Sdr. Boulevard 29
5000 Odense C
Tlf.: 65 41 22 07 hverdage kl. 9.15-10.00
Mail: ouh.hca.stomi@rsyd.dk

Sygehus Lillebælt, Kolding

Stomambulatoriet
Fællesambulatoriet plan 3, organkir. afd.
Skovvangen 2-8
6000 Kolding
Tlf. 76 36 24 86
man 7.30-8.30 og 12.00-12.30
Åben mandage fra 7.30-15.30
Mail: stomiamb-kolding@rsyd.dk
Mette Bjørn Christensen
Mail: stomiamb-kolding@rsyd.dk

Odense Universitetshospital, Svendborg Sygehus

Stomiambulatoriet
Kirurgisk ambulatorium
Baagøes Alle 15
5700 Svendborg
Tlf.: 51 42 80 57 man., tirs., ons, og tors. kl. 8.00-15.00
Mail: a.stomiambulatoriet@rsyd.dk
Sigrid Regnarsen
Tove Jansen
Henriette Skov
Ulla Skræp
Fællesmail: a.stomiambulatoriet@rsyd.dk

Sygehus Lillebælt, Vejle

Stomiambulatoriet
Afd. A170, rum 26
Kabbeltoft 25
7100 Vejle
Tlf.: 79 40 56 34 man., ons, og tors. kl. 8.00-9.00
Mail: stomiamb-vejle@rsyd.dk
Pernille Kjerkegaard Olesen
Mette Askhøj Mott
Henriette Thirup Gorm Jensen
Fællesmail: stomiamb-vejle@rsyd.dk

Sygehus Sønderjylland, Aabenraa

Stomiambulatoriet
Kresten Philipsens Vej 15
Indgang 3, område 14
6200 Aabenraa
Tlf.: 79 97 36 50 hverdage kl. 7.30-8.30
Mail: stomiamb.shs@rsyd.dk
Torge Surkus
Kirsten Lindemann
Fællesmail: stomiamb.shs@rsyd.dk



Region Midtjylland

Regionshospitalet Gødstrup

Stomiklinikken Gødstrup
Hospitalsparken 15
Gødstrup
7400 Herning
Tlf. 78 43 53 80 hverdage 7.30-9.00
Mail: stomi@goedstrup.rm.dk
Grethe Vendelbo
Mail: grethe.vendelbo@goedstrup.rm.dk
Ann-Mari Mynster
Mail: ann-mari.mynster@goedstrup.rm.dk

Regionshospitalet Horsens

Stomi og Sår
Kirurgisk sengeafsnit 2
Sundvej 30 A
8700 Horsens
Tlf.: 78 42 62 59 hverdage kl. 8.00-9.00
Mail: horsens.stomi@rm.dk
Anja Skjold
Charlotte V. Ingwersen
Nana Besser
Fællesmail: horsens.stomi@rm.dk

Regionshospitalet Silkeborg

Stomiambulatoriet
Ortopæd.kir. afd.
Falkevej 1-3
8600 Silkeborg
Tlf.: 78 41 62 51 hverdage kl. 8.00-9.00
Susanne Green
Mail: silkeborg.stomiamb@rm.dk

Regionshospitalet Randers

Stomiambulatoriet
Skovlyvej 15
8930 Randers NØ
Tlf.: 78 42 12 79 tirs., tors, og fre. kl. 8.00-8.45
Mail: randers.stomiamb@rm.dk
Dorte Volden
Maria Kristina Haagesen
Fællesmail: randers.stomiamb@rm.dk

Regionshospitalet Viborg

Stomi-Klinik

Heibergs Allé 4

Postboks 130

8800 Viborg

Tlf.: 78 44 63 97 hverdage kl 8.00-9.00

Send sikker mail til Stomi-Klinikken på borger.dk,
hvor du skal logge ind med MitID

Susanne Gade Hansen

Mail: sugaha@rm.dk

Pernille Harritz Jørgensen

Mail: pernille.harritz@rm.dk

Århus Universitetshospital

Klinik for mave- og tarmkirurgi, Stomiklinikken

Palle Juul-Jensens Boulevard 99

Indgang C, Plan 2 (C204)

8200 Århus N

Tlf.: 78 45 32 57 hverdage pånær onsdag kl. 8.00-9.00

Mail: stomiklinikken@auh.rm.dk

Birthe Nissen

Marie Jæger Johansen

Fællesmail: stomiklinikken@auh.rm.dk

Urinvejskirurgisk Klinik

Palle Juul-Jensens Boulevard 35 indgang C, Plan2, C218

8200 Aarhus N

Tlf.: 78 45 27 01 ons.- fre. kl. 8.00-16.00

Mail: En 'funktionspostkasse' er på vej

Jette Sørensen

Mail: JETSO9@rm.dk

Ingrid Søndergaard

Mail: ingrsoen@rm.dk

Aalborg Universitetshospital, Nord

Urostomiambulatoriet

Reberbansgade

Postboks 561

9100 Aalborg

Har du behov for at tale med en sygeplejerske, kan du
ringe i sygeplejerskens telefontid:

Tlf.: 97 66 30 08 tast 1 og dernæst tast 3

Man.-fre. 9.00-11.00

Aalborg Universitetshospital, Syd

Stomiklinikken kir.gas.amb.

Hobrovej 18-22

Postboks 365

9100 Aalborg

Tlf.: 97 66 11 03 man., ons., tors. og fredag kl. 7.45-8.30

Alle hverdage kl. 13.30-14.30

Mail: stomiklinikken@rn.dk

Line Brosolar Petersen

Mail: libj@rn.dk

Heidi Nymann

Mail: hhk@rn.dk

Karen Jacobsen

Mail: k.jacobsen@rn.dk

Aalborg Universitetshospital, Thisted

Stomiklinikken

Højtoftevej 2

7700 Thisted

Tlf. 97 65 06 61 mandag 8.00-15.00

Lena Rosenberg Dahm

Mail: lrd@rn.dk

Anne-Marie Brund

Mail: anne.marie.brund@rn.dk

Færøerne

Landssygehuset

Stomiambulatoriet

Kir. afd. G4/A3

J.C. Svabosgøta

100 Tórshavn

F-Færøerne

Tlf.: 02 98 22 76 62 / 02 98 23 45 44

tors. kl 12.00-16.00

Liv Lognberg

Mail: livlo@ls.fo

Elis Vitalis

Mail: elivi@ls.fo

Færøerne



Region Nordjylland

Sygehus Vendsyssel

Stomiklinikken

klinik kirurgi, afsnit 106

Bispensgade 37

3700 Hjørring

Tlf.: 97 64 05 01 / 97 64 05 60 hverdage kl. 9.00-12.00

Tove Christensen

Mail: toc@rn.dk

Grønland

Dronning Ingridip Napparsimavissua

Jens Kreutzmannip aqq. 11

Postbox 1001 3900 Nuuk

Mail: dihshv@peqqik.gl

Stomiambulatoriet er tilknyttet

parenkymkirurgisk afd. K2

Tlf.: (00299) 34 48 32 åbent torsdage 8-16





NYT FRA LOKALFORENINGERNE



COPA København/Frederiksberg

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

Kommende arrangement

Rundvisning Politimuseet lørdag d. 4. oktober kl. 11.00

COPA København/Frederiksberg inviterer på rundvisning på Politimuseet lørdag d. 4. oktober kl. 11.00.



Vi mødes ved indgangen til

Politimuseet
Fælledvej 20
2200 København
kl. 10.50 ved indgangen

og kl. 11.00 får vi en rundvisning på 2 timer af en tidligere politibetjent. Det er muligt at have rollator og kørestol med på museet.

Efter en spændende rundvisning går vi på Sankt Hans Torv og får en drikkevare.



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

Tilmelding til formand Svend på tlf. 20576809 efter kl. 18 eller på mail: laila.h@mail.tdcadsl.dk

Deltagergebyret indbetales i Nordea på reg.nr.: 2132 kontonr.: 4386757769.

Sidste tilmeldingsfrist er mandag d. 22. september.
(Ved under 10 tilmeldte aflyses turen).

Kommende arrangement

Sæt kryds i kalenderen

22. november hvor COPA København /Frederiksborg afholder et hyggeligt julearrangement med æbleskiver og gløgg mv. Nærmere herom i næste blad.



P.b.v.Helle Leth Lillelund



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 Stomiguideen.** Bemærk: Kontingent kan **IKKE** indbetales på dette MobilePay nummer. Der er kun givet tilladelse for indbetaling af støtte til COPA hjemmesiderne.



COPA Storkøbenhavn

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

Siden sidst

Tjek, tjek

Vi har igen haft meget arbejde med banken, denne gang da vi jo har skiftet godt ud i bestyrelsen. Alle skulle igen tjekkes og underskrive digitalt. Men nu skulle alt være i orden.

Kommende arrangement

Bustur til Coloplast mandag d. 18. august

Vi skal op og se fabrikken Coloplast, som de fleste af jer kender ihvert tilfælde af navn. Først rundvisning og derefter spørgsmål.

Vi mødes kl. 9.00 på Herlev St.

og kører i bus til Espergærde, hvor vi har mulighed for at se fabrikken mellem kl. 10.00 og 12.00.

Vi kører herefter til Gl. Humlebæk Kro og spiser en toretters busmenu, og hygger os. Drikkevarer for egen regning. Hjemkomst til Herlev St. ca. kl. 15.30.

Pris kr. 290 for medlemmer. (ikke medlemmer er velkomne for kr. 400, husk du kan blive støtte medlem for kr. 200 om året!).

Tilmelding og betaling senest 10. august til Gethe enten på mail gethej@gmail.com eller sms 40950953. Pengene indsættes på konto i Danske Bank 9570 13836078.



Kommende arrangement

Julefest og julefrokost søndag d. 23. november kl. 12.00

Når du læser bladet i sommervarmen tænker du næppe på, at om 5 måneder er det jul.

Så sæt kryds i kalenderen til vores julefest med frokost søndag den 23. november kl. 12.

Vi holder det i

Hjortesprings Foreningshus
Gl. Klausdalsbrovej 444
Herlev

Troels kommer som sædvanligt og hyggespiller for os, og måske bliver der også banko.

Nærmere i september bladet med pris og tilmelding.

Sæt kryds i kalenderen nu.

God sommer.



P.b.v. Gethe Jacobsen

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

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



COPA Nordsjælland

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

Siden sidst

Solrig sommertur med M/S Sagafjord



COPA Nordsjælland inviterede til en dag fyldt med hygge og smagsoplevelser.

Lørdag den 31. maj drog 24 glade deltagere afsted på årets sommertur arrangeret af COPA Nordsjælland – og heldigvis viste vejret sig fra sin allerbedste side. Efter en noget omskiftelig maj måned blev turdeltagerne mødt af høj sol og varme, da de gik om bord på det smukke skib M/S Sagafjord i Roskilde.

Frokosten blev serveret på øverste dæk i skibets salon, hvor der var dækket op ved lange 8-mandsborde. Menuen bød på to lækre retter: Enten skibets egen fortolkning af stjerneskud – et stort stykke hjemmebagt surbrød med både syltet og stegt kuller fra Færøerne, pyntet med muslinger og grønne spirer – eller en kartoffelmad med nye, danske kartofler og sukkertang. Alle råvarer – på nær fisken – var lokale, og drikkevarerne kom fra et nærliggende bryggeri. Det hele blev rundet af med rabarbertrifli og kaffe.

Der blev snakket og hygget i salonen, mens skibet roligt sejlede ud på Roskilde Fjord. Udsigten var formidabel, og undervejs blev deltagerne underholdt med fortællinger om gamle sagn og de små øer i fjorden. Vejret indbød også til at nyde solen på dækket, hvor mange valgte at tage ophold med udsigt til det smukke landskab.

Tiden fløj afsted i det gode selskab, og pludselig var M/S Sagafjord tilbage i Roskilde. Herfra blev deltagerne kørt med bus tilbage til opsamlingsstederne – godt trætte, men fyldt op af gode indtryk og dejlige oplevelser.

En stor tak skal lyde til bestyrelsen i COPA Nordsjælland for et særdeles vellykket arrangement.

Pbv. Gisela Schjøtt

Kommende arrangement



Bustur til Coloplast 18. august

Hvis du er interesseret i at deltage i turen til Coloplast, må vi henvise til Storkøbenhavns arrangement.

Der er dog også mulighed for selv at køre til Mørdrup og deltage derfra, hvis det passer dig bedre.

P.b.v. Michael Petersen



Kommende arrangement

Julefrokost lørdag d. 29. november

Læs mere om årets julefrokost i næste Copablad.



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

Kære medlemmer

Efter generalforsamlingen har bestyrelsen afholdt et møde, hvor vi blandt andet har planlagt årets **julefrokost**. Den finder sted **lørdag den 22. november 2025 kl. 13**. Vi håber, mange vil sætte kryds i kalenderen allerede nu – nærmere information følger.

Vi vil også gerne minde om vores kommende arrangement, som blev omtalt i sidste udgave af bladet, men som fortjener en gentagelse, da **det stadig er muligt at tilmelde sig: Kør-selv-tur til Stenmaglehaven.**

Stenmaglehaven i Nyrup er en privat have på hele 26.000 m². Haven er et imponerende samspil mellem vandhuller, prydhave og parkarealer, hvor mere end 900 tons sten og et væld af planter skaber et helt særligt miljø.

I løbet af dagen kan I blandt andet opleve:

- Over 5000 m² vandspejl fordelt på søer og en 60 meter lang å.
- En frugthave med 24 forskellige frugttræer, herunder mange spændende æblesorter
- Flere hundrede Rhododendron, magnolier og et farverigt blomsterflor – herunder 1700 stauder plantet i 2020–2021.

Kommende arrangement

Kør selv tur til Stenmaglehaven

Dato: lørdag den 30. august 2025 kl. 11.00

Sted: Mejerivej 23, 4296 Nyrup

Program:

Kl. 11.00: Ankomst

Kl. 12.00: Frokost inkl. drikkevarer

Kl. 14.00: Kaffe/te og Stenmaglehavens berømte kager

Kl. 17.00: Afslutning



Pris:

Medlemmer: 100 kr. pr. person.

Ikke-medlemmer/gæster: 225 kr. pr. person ^{se OBS}.

Prisen inkluderer: Indgangsbillet. Frokost og drikkevarer.

Kaffe/te og kager.

Tilmeldingsfristen er overskredet men prøv:

Jan Nielsen

tlf. 29454008 / mail: jannielsen1947@gmail.com

Ingelise Nielsen

tlf. 26600861 / mail: jannielsen1947@gmail.com

Ved tilmelding bedes du oplyse navn og telefonnummer.

Betaling:

MobilePay: 60630747

Bankoverførsel: Reg. nr. 5356 – Konto nr. 0246614.

Alternativt kontant betaling til kassereren ved ankomst.

Vi glæder os til en hyggelig og inspirerende dag i den smukke Stenmaglehave!

OBS: Et medlemskab af Stomiforeningen COPA koster:

– 200 kr. årligt for pensionist- eller støttemedlemmer

– 300 kr. årligt for almindelige medlemmer

Invitation til politisk debat i Odsherred

Danske Handicaporganisationer Odsherred inviterer til et vigtigt politisk debatmøde under overskriften

"Mød politikerne før kommunalvalget".

Arrangementet henvender sig især til de af vores medlemmer, der bor i Odsherred Kommune, men alle er naturligvis velkomne.

Baggrunden for mødet er de mange års nedskæringer i velfærden. Jeg har derfor inviteret alle kommunens politiske partier til debat med fokus på spørgsmålet: **Hvordan sikrer vi et inkluderende og tilgængeligt Odsherred for alle i den kommende fireårige byrådsperiode?**

De politiske partier har meldt positivt tilbage og vil deltage i mødet.

Tid og sted:

Torsdag den 25. september 2025 kl. 19.00–21.30

Thorshøj, Venusvej 1, Nykøbing Sjælland

Oplæg v. Sif Holst, næstformand i Danske Handicaporganisationer

Der er gratis adgang, og alle interesserede – borgere med handicap, pårørende, kommunalt ansatte og andre – er meget velkomne.

Tilmelding:

Tilmelding senest 1. september 2025 til:

Rose-Maria, tlf. 20672899 – mail: rose1maria@gmail.com

På vegne af

Danske Handicaporganisationer – Odsherred
Formand Eddy Tersløse

Kommende arrangement

Sæt kryds i kalenderen – julefrokost

Vi glæder os til igen i år at invitere til julefrokost i hyggelige rammer sammen med medlemmer.

Allerede nu kan vi afsløre dato og tidspunkt, så du har mulighed for at planlægge i god tid:

Lørdag den 22. november kl. 13.00.

Sted, program og pris følger i næste udgave af bladet – men du

kan roligt sætte et stort kryds i

kalenderen allerede nu. Vi ser frem

til en festlig dag med god mad, samvær og julestemning!

P.b.v. Eddy Tersløse





COPA Fyn

Lokalformand:

Jørgen Rasmussen
Moseholmvænget 23, 5672 Broby
tlf.: 29241340
mail: joerner@outlook.dk

Næstformand (+sekretær):

Kirsten Kristiansen
Fuglebakken 238, 5210 Odense NV
tlf.: 53294620
mail: kirstenbech54@gmail.com



Kommende arrangement

Tur rundt om Tåsinge med M/S Helge - sommertur d. 23. august

Invitation

Hyggelig sommertur med M/S Helge
og spisning på Restaurant Svendborgsund.



Program

Vi starter dagen kl. 12.40, hvor vi tager med
M/S Helge fra Jessens Mole 6, 5700 Svendborg,

Der serveres sandwich og drikkevarer på rundturen,
vi er tilbage i Svendborg Kl. 15.40.

Så vil der være tid til en tur rundt i Svendborg, for vi skal
være på restaurant kl. 18.00.

Retten som er valgt: Svendborgsundgryde (svinemørbrad,
kalkunbryst, cocktailpølser i paprikaflødesovs med råstegte
kartofler).

Drikkevarer for egen regning.

Pris

Egenbetaling 250 kr. pr. person for hele dagens program.

Samkørsel/parkering

Der er mulighed for samkørsel. Kontakt Jørgen for info
eller tag letbane / tog til Svendborg. Man kan holde gratis
ved Parkering Odense Syd, Søndre Hospitalsvej 30.

Deltag evt. uden sejltur

M/S Helge er ikke handicap venlig. Hvis man ikke er til
sejltur, kan man godt møde op til at spise på Restaurant
Svendborgsund sammen med dem, som har været på
bølgen blå. Husk at tilmelde jer.

Tilmelding og betaling

Tilmelding til Jørgen Rasmussen
telefon 29241340 eller mail: joerner@outlook.dk

**Sidste tilmelding og betaling er
mandag den 11. august kl. 16.00**
konto.nr. 1551 4353247077.

Kommende arrangement

Julefrokost 2025

COPA Fyn afholder julefrokost **søndag d. 16. november**
i Hjalles Forsamlingshus kl. 12.00.

Tilmelding til Jørgen på mail joerner@outlook.dk eller telefon 29241340 **senest torsdag 6. november kl. 20.00.**

Egenbetaling 200 kr. pr. person som betales ved tilmeldingen på konto: 1551 4353247077,

Bemærk det kommer ikke i næste blad så husk tilmelding. Der medfølger 1 øl eller vand samt en snaps i prisen.



P.b.v. Jørgen Rasmussen

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.

Hvis man modtager kontingentopkrævning på papir/pr. post eller mail, er man IKKE tilmeldt betalingsservice





COPA Søndersjylland

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



Åben rådgivning 2025

Aabenraa Sygehus Søndersjylland 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. 4. august kl. 10.00

Mandag d. 6. oktober kl. 10.00

Mandag d. 1. december kl. 10.00

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

Siden sidst

En rigtig hyggelig dag

60 års jubilæumsfest søndag den 18. maj 2025

En vellykket jubilæumsfest blev holdt på Folkehjem Aabenraa.

Dagen startede med en velkomstdrink og derefter blev der serveret buffet

Der var fællessang med H.C. Eichner.

Laila fra Dansac/Hollister fortalte lidt om deres produkter og hun havde fyldt et bord med produkter, så alle kunne komme og kigge og stille spørgsmål.



Tak til Henning og Michael, at I ville fejre dagen sammen med os.

Vi afsluttede dagen med kaffe og lagkage.

Tak til alle dem der mødte op for at fejre den forsinket 60 års jubilæumsfest.

Dagen var rigtig hyggelig.

God sommer til alle.

P.b.v. Tina Jensen





COPA Sydøstjylland

Lokalformand:
Steen Samuelsen
 Håstrupgårdsvej 16, 7000 Fredericia
 tlf.: 30987594
 mail: steen.samuelsen@gmail.com

Kommende arrangement

Sommerudflugt lørdag 16. august

COPA Sydøstjylland inviterer til sommerudflugt den 16. august 2025. Årets kørsel udflugt går i år til Kolding, hvor vi besøger Trapholt Museum til en guidet omvisning, spiser et varmt måltid på Restaurant Den Gyldne Hane og afslutter dagen med en guidet tur i Geografisk Have.

Program:

Mødetid ved Trapholt, Æblehaven 23, 6000 Kolding kl. 10.15. Rundvisning fra 10.30 til 11.30.

Den Gyldne Hane, Christian 4 Vej, 6000 Kolding, spisning fra 12.30 - 13.30.

Menu: Kalvesteg som vildt. Drikkevarer for egen regning.

Geografiske Have. Rundvisning i haven kl. 14.00 - 15.30.

Pris:

250,- kr. Max antal deltagere 40 personer.

Tilmeldingsfrist er den 25. juli 2025

Tilmelding til: steen.samuelsen@gmail.com

Betaling: Regnr. 9880 kontonr. 0000244562 (husk navn og "Udflugt").

Lidt om Trapholt:



Trapholt er museum for moderne kunst, kunsthåndværk og design med enestående arkitektur og naturskøn placering ned til Kolding Fjord.

Deltagelse er helt centralt på Trapholt. Museet viser nye veje både nationalt og internationalt gennem sanselige udstillinger, inddragende projekter og forskning, der udvider rammerne for, hvad der forstås ved et kunstmuseum, hvilke oplevelser man kan forvente samt nye former for samspil.

Trapholt byder hvert år på skiftende udstillinger og råder blandt andet Danmarks største stolesamling på mere end 500 stole fra det 20. århundrede. Trapholt etablerer inddragende projekter i samarbejde med kunstnere, hvor borgerne inviteres til at deltage med konkrete kreative bidrag eller personlige ressourcer der kan skabe forandring.

Arne Jacobsens Kubeflex sommerhus er en totaloplevelse for det design- og arkitektur-interesserede publikum; det eneste af sin slags og indrettet med Jacobsens egne designs. På museet er en særlig sal tilegnet malerier af Ri-

chard Mortensen – en sal der er blevet til i tæt samarbejde med kunstneren selv.

Der er gratis parkering lige ved døren for biler og busser. Trapholt er handicapvenligt indrettet.

Lidt om Geografisk Have i Kolding:

Geografisk Have er en 14 hektar stor, botanisk have, hvor det geografiske relaterer sig til, at træer, buske og urter er plantet sammen efter oprindelsesland.



Grundlæggeren Aksel Olsen købte jorden og startede stedet som planteskole i 1918. Han havde en stor interesse for planter fra hele verden og især fra Østasien. Han testede om 6000 planter kunne klare sig i vores danske klima og i dag er ca. 2000 af dem tilbage i haven. Der findes områder med planter fra Kina, Japan, Nordamerika og Europa.

Kommende arrangement

Medlemsmøde med foredrag

Medlemsmøde med foredrag 20. september 2025

kl. 14.00 i Fredericia Sundhedshus,

Dronningensgade, Fredericia



Stomisygeplejerske Per Herlufsen, Hvidovre, kommer og fortæller om sammenhængen mellem stomi og kost.

Per har stor erfaring på området og har også skrevet en kogebog om emnet.

Af hensyn til planlægning bedes du tilmelde dig til:

steen.samuelsen@gmail.com

Rådgivning

Vi mangler rådgivere med stomierfaring i vores lokalforening. Hvis du er interesseret i at høre mere om opgaven kan du kontakte næstformanden Brian Poulsen mail: bcpo@stofanet.dk.

P.b.v. Steen Samuelsen



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

En rigtig god tur

Lørdag den 7/6 drog COPA Sydvestjylland en tur til Fanø.

Vi sejlede samlet mod Fanø og ved ankomsten stod Regnar og vores Guide klar til at tage imod os.

Den guidede ø tur tog godt en time, hvor vi kom rundt i nogle små gader og sti systemer hvor vi kunne beundre alle de smukke huse, og guiden kunne fortælle alt om hvem der oprindeligt havde boet der, og hvem der boede der nu. Efter rundturen var vi blevet lidt små sultne og der var reserveret bord til os på Café Nord, hvor vi alle skulle have pandestegte fiskefileter med rugbrød, remoulade og citron. Det skulle naturligvis skylles ned med en lokal øl.

Det var en rigtig god tur.

Tak til Regnar for at arrangere det.



Kommende arrangement

Sæt kryds i kalenderen ved 19. august

Næste arrangement er busturen. Datoen er den 19. august, bussen er bestilt og destinationen er næsten på plads.

Nærmere info i indbydelsen som sendes via mail.

P.b.v. Anette Larsen

COPA Midt- / Vestjylland



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

Kommende arrangement

Tag med COPA Midt-/Vestjylland på sommerudflugt søndag d. 24. august

COPA Midt/ Vestjylland inviterer på sommer udflugt til Ho Kro og Flugt - Refugee Museum of Denmark.

Opsamling

Kl. 08.30 Gråkjær Arena i Holstebro
Kl. 09.15 Markedspladsen i Herning.

Program

Efter opsamling kører vi til Filsø, med indlagt pause, med formiddagskaffe og et smurt rundstykke.

Herefter ankomst til middag på Ho Kro ved Blåvand (drikkevarer for egen regning).

Efter middagen er der besøg på Flugt – Refugee Museum of Denmark (se mere på www.flugtmuseum.dk).

På hjemturen er der buskaffe med småkager.

Hjemkomst (cirka tider)

Kl. 17.15 ankomst Herning
Kl. 18.00 ankomst Holstebro.



Flugt – Refugee Museum of Denmark.

Prisen for dette

Medlemmer 200 kr. Ikke medlemmer 400 kr.

Med i prisen:

- Buskørsel
- Buskaffe og 1 stk. smurt rundstykke
- Middag på Ho Kro
- Indgang og audioguides - Flugt - Refugee Museum of Denmark
- Buskaffe med småkager.

Tilmelding og betaling

Tilmelding senest den 7. august til Gunnar Andersen

Mail: gua@youmail.dk eller mobil: 20522743

Indbetaling på reg.nr. 7600 konto 0001494160

Ho Kro.



Husk at reserver
den 22. november til
julefrokost på
Østergaards Hotel.



P.b.v. Hans Jessen

Bemærk

TIL ALLE MEDLEMMER AF COPA

Send en mail til sekretariatet@copa.dk

Til brug for OPDATERING - et stort ønske: Hvis du er medlem af COPA

- så send en mail til sekretariatet@copa.dk.

I mailen skriver du dit navn og adresse (og gerne medlemsnummer).

Det er vigtigt at ALLE medlemmer sender. Hvis ikke du har sendt din mail efter denne opfordring - som også var i sidste medlemsblad - så send straks.

På forhånd tak for hjælpen.

Susanne Moll



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 og sekretær:

Annita Nielsen

Bøgeskov Høvej 9B, 8260 Viby J

tlf.: 40106073

mail: pn-plantedekoration@mail.tele.dk

Randers-gruppen

Siden sidst

Sommerhilsen fra Randers

Vi har i Randers været på udflygt til Viborg Miniby.

Det var en meget spændende og imponerende oplevelse, som jeg kan anbefale andre at unde sig selv.

Vi fik en rundvisning, hvor vi så, hvordan de laver mursten og brænder dem, de laver små dørhåndtag og brevsprækker og alt andet i forholdet 1:10.

Derefter var vi ude i Mogensgade, hvor de er færdige med næsten hele gaden, der er bygget nøjagtigt som i virkeligheden i 1850.

Det er med en fantastisk detaljerigdom.



Det gamle rådhus.
Nu Skovgaard Museet.



Mogensgade 2.



Mogensgade 4.



Mogensgade 7.

Stomicafé

Stomicafeer, afholdes hver den sidste torsdag i måneden.

De kommende datoer:

Torsdag d. 28. august

Torsdag d. 25. september

Torsdag d. 30. oktober

Torsdag d. 27. november

Du inviteres til Stomicafe kl. 19.00.

Sted: Frivillighuset Trøjborg

Lokalforeningen byder på kaffe.

Ingen tilmelding.

Du kan få råd/vejledning eller en hyggesnak med ligesindede.

Jeg vil ønske jer alle en rigtig god sommer, vi ses igen **tirsdag den 30. september på sygemuseet i Randers**, mere om det i næste blad.

Venlig hilsen
Kirsten Gjørup Hansen

Kommende arrangement

Rundvisning i Centralkøkkenet på AUH

Tirsdag d. 9. september kl 15.00 - 17.00

Kom med bag murene i det 47.000 kvadratmeter store hospitalskøkken, som også indeholder slagteri og bageri.

Her laves mad fra bunden af overvejende økologiske og bæredygtige råvarer til ca 1700 indlagte og ambulante patienter hver dag.

Rundvisningen sluttet af med lækre smagsprøver.

Det er gratis for medlemmer og støttemedlemmer.

Da der kun er plads til 25 personer, er det først til mølle.

Tilmelding senest 31. august via mail

copa.aarhus.oestjylland@gmail.com

eller Gitte Heide 27782894 mellem 16.00 og 19.00.

Mødested: Centralkøkkenet, Indgang S 5, Carl Krebsvej 40, 8200 Århus N.

Det er desværre ikke muligt, at holde foran Centralkøkkenet. Nærmeste parkering er P4 eller P6.



P.b.v. Lena Buchardt Frederiksen

Hvert år bliver 150.000 frikadeller stegt og en halv million sandwich smurt i landets største køkken på Aarhus Universitetshospital.

Siden sidst

Bowl'n Fun & Brunch - samt medaljer og godt humør

D. 25. maj var der lagt op til sjov, hygge og dejlig brunch i Bowl'n' Fun i Viby J.

Vi var en lille sluttet kreds på 10 personer der mødte op med kampgejst og godt humør.

Vi bowlede med stor entusiasme i en god times tid, og der var flere af os der fik sved på panden. Heldigvis var der lidt køligt til ganen under spillet.

Der var arrangeret en stor og meget indbydende brunchbuffet, med alt hvad der hørte sig til. Oveni var der en helt fantastisk kage og isbuffet. Så alle var godt mætte og tilfredse.

Der blev uddelt medaljer til de 3 personer med fleste point. Vi må sige, at Team2 var et stærkt team. Stort tillykke til Ulla der fik en smuk guldmedalje hængt om sin hals, en flaske bobler, og en smuk bowlingstatuette. På de to næste pladser kom Anni & Maibritt. Også de fik en medalje om halsen.

Det var en stor succes som vi gentager en anden gang. Der er dog plads til mange flere medlemmer til disse arrangementer, så kom frisk en anden gang.

Tak til de fremmødte medlemmer, der var med til at gøre en grå søndag i maj til en hyggelig, spændende og virkelig sjov søndag.

P.b.v. Maibritt Bodin



Kommende arrangement

Sæt kryds i kalenderen

Reserver datoen
d. 4 oktober 2025 til et
kommende arrangement i Aarhus.





COPA Nordjylland

Lokalformand:

Lis Isgaard Gregersen
Halvøen 4, Øster Hornum, 9530 Støvring
tlf.: 98385041 Mobil: 29865041
e-mail: isgaard@mail.dk

Næstformand:

Jørgen Hansen
Hvedemarken 10, 9670 Løgstør
tlf.: 60579670
e-mail: jørgenhansen698@gmail.com

Kommende arrangement

Tre dages tur til Lolland Falster d. 2., 3. og 4. september

Tag med på en 3-dages tur til Lolland/Falster den 2., 3. og 4. september. Vi skal igen køre med Olesens Busser. Vi skal bo på Milling Hotel Søpark i centrum af Maribo.

Dag 1

Kl. 7.30

Opsamling Pendlerpladsen.
Th. Sauersvej, afkørsel 26 Aalborg.

Kl. 8.15

Opsamling Hobro Busterminal.

Kl. 12.30

Ankomst Tåsinge Museum.
Museets udstillingshuse indeholder store fortællinger om et øsamfund under påvirkning af tidernes skift.

Dramaet mellem Elvira Madigan og Sixten Sparre hører til de større historier på øen. (Bregninge Bakker hører til museet og her nydes den medbragte sandwich fra Sønderup Landkøkken).

Kl. 15.15

Afgang Spodsbjerg - Tårs.

Kl. 16.15

Frederiksdal Kirsebærvin har været så venlige at lukke dørene op for os efter lukketid. Vi skal høre om den unikke produktion, opleve stemningen, smage vinen og evt. købe en kvalitetsvin med hjem.

Kl. 17.15

Afgang og herefter indkvartering på Milling Hotel Søpark, Vestergade 29, Maribo.

Kl. 19.00

Middag på hotellet.



Milling Hotel Søpark.

Tåsinge Museum.



Milling Hotel Søpark.



Elvira Madigan og Sixten Sparre.



Dag 2

Kl. 9.15
Kl. 10.00

Afgang fra hotellet til Rødby Havn.
Femern Bælt. Guidet rundtur. Vi vil få et indblik i det fascinerende byggeri af den 18 km lange tunnel til Tyskland.

Kl. 11.00
Kl. 12.00

Afgang til Kragenæs.
Sejltur til Fejø. Vi skal opleve Fejø, som er kendt for frugt, idyl og ægte gæstfrihed og se små seværdigheder på øen.

Kl. 12.45

Frokost på Café Dyrvig i Østerby. Her skal vi nyde en af Caféens lækre retter i den gode atmosfære og med god udsigt til den lille havn.

Kl. 16.10
Kl. 16.30

Afgang med færgen til Kragenæs, Dodekalitten. Vi skal se et enestående monument af 12 enorme stensculpturer med Smålandsfarvandet i horisonten.

Kl. 19.00

Middag på restaurant B, Vesterbrogade 23 i Maribo.

Dag 3

Kl. 9.00-10.00
Kl. 10.00
Kl. 10.30

Maribo Domkirke (på egen hånd).
Afgang til Krenkerup Bryggeri.
Guidet rundvisning, hvor vi skal høre om "ØL FRA JORD TIL BORD" og nyde et glas godt øl til en lækker, let frokost.

Kl. 12.00
Kl. 13.00

Afgang mod Næstved.
Ankomst Holmegårds Glasværk og/eller Skovtårnet. 2,5 timer på egen hånd og egen betaling af billetter til Museet eller Tårnet.

Kl. 15.30

Afgang mod Aalborg (vi spiser et let måltid på hjemturen).

Ca. 21.30

Ankomst Aalborg.

Pris for turen

Medlemmer i dobbeltværelse 2900 kr. pr. person og ikke medlemmer 3800 kr. Medlemmer i enkeltværelse 3200 kr.

Tilmelding og indbetaling

Tilmelding til Lis på telefon 29865041

senest den 20. juli og

indbetaling senest den 4. august

på konto: 7454 1151341

Husk at påføre navn ved indbetalingen.

Inkluderet i rejsens pris

- Kørsel med Olesens busser
- Sejlture: Spodsbjerg - Tårs og Kragenæs - Fejø
- 2 overnatninger med morgenmad
- 2 x frokost
- 3 x aftensmad
- Kaffe, rundstykker og sandwich på udturen
- Entre Tåsing Museum
- Guidet tur på Femern Bælt
- Rundvisning med ølsmagning på Krenkerup Bryggeri (alle drikkevarer er for egen regning).

Femern Bælt.



Fejø-færgen.

Fejø Mølle.



Dodekalitten.



Krenkerup Bryggeri.

Holmegårds Glasværk.



Sæt kryds
1. oktober
Bowling i Løvvangscetret
6. december
Julefrokost

P.b.v. Lis Gregersen



COPA Forældregruppen

COPA Forældregruppen

Marie Louise Vinther

Halvorsmindevej 13, 9800 Hjørring

tlf.: 28550637 e-mail: marielouise.vinther@live.dk

Siden sidst

En forårsdag i skoven - COPA i Fårup

Søndag den 14. april havde COPA fornøjelsen af at deltage i en helt særlig dag i Fårup Sommerland, hvor parken holdt lukket for offentligheden og i stedet åbnede dørene udelukkende for syge børn og deres familier.

Arrangementet var skabt som et pusterum – en dag væk fra hverdagens bekymringer – og Fårup havde i den forbindelse stillet 150 fribilletter til rådighed for COPA. Heraf blev 136 billetter fordelt til både Forældregruppen og Ungdomsgruppen, som glædeligt tog imod tilbuddet.

Med skoven som kulisse og foråret i fuldt flor, nød børn, unge og voksne en dag fyldt med fællesskab, leg og sus i maven. Forældrene fik mulighed for at finde ro og netværk, mens de yngste fik lov at være børn i trygge og glade rammer.

En stor tak til Fårup Sommerland og arrangørerne bag dagen – og ikke mindst til alle jer deltagere fra COPA, der deltog og gjorde dagen til noget helt særligt. ■





Kommende arrangement

Invitation til Forældregruppens Familieweekend 2025

For børn og unge som er stomi-/reservoieropererede eller har afføringsproblemer OG deres familier

Kom og vær med, når Forældregruppens under COPA endnu en gang samles til **årets Familieweekend d. 10.-12. oktober 2025!** Familieweekenden 2025 afholdes i år på **Kysthotellet Djursland, Kystvej 26, 8500 Grenaa.**

Kysthotellet ligger fredeligt placeret mellem klitter og hav, kun et stenkast fra Kattegatcenteret, hvor børnene i løbet af weekenden vil få en masse unikke oplevelser.

Tema for 2025 vil være 'Dyk ned i det vigtige – med hinanden'.

Vi ankommer til hotellet fredag, som vi lyster – vi er der fra ca. kl. 16.00. Vi håber, at jer der kommer længere fra, kan nå at komme inden spisetid, som er kl. 18.00.

Fredag aften "lander" vi efter rejsen og ugen der er gået. Vi kommer ned i gear, catcher up og hygger med kaffe med lidt sødt. (vi er sikre på de større "børn" nok skal finde på noget selv). Lørdag formiddag kommer Dorte Kastberg og holder foredrag. Vi er meget glade for i år at kunne byde velkommen til Dorte, en erfaren familierapeut og konsulent med speciale i børns trivsel og metakognitiv terapi. Dorte, bor i Kolding og har arbejdet med børn og unge i over 12 år som både lærer og familierapeut. Hun har særlig faglig ballast i metakognitiv terapi kombineret med mindfulness og børneyoga – med fokus på at styrke børns evne til at forstå og håndtere deres egne tanker og følelser. Dorte arbejder forebyggende med redskaber, som hjælper børn med at navigere i bekymring og angst. Gennem metakognitiv terapi lærer børn at "lade tankerne være" ved brug af konkrete øvelser som "bekymringstid" og "detached mindfulness" (afstandstagelse opmærksomhed) – og oplever derved større kontrol og ro. Med en kombination af samtale, mindfulness, yoga og leg, skaber hun rum til, at børnene kan styrke deres selv værds- og mestringsevner i trygge og udviklende omgivelser.

De ydre rammer for weekenden er næsten som de plejer. Ankomst fredag og med cafeaften.

Lørdag er der undervisning for voksne og aktiviteter for børn og juniorer. Vi har booket Kattegatcentret til et Zov med Haje arrangement: <https://www.kattegatcentret.dk/oplevelser/sov-med-hajerne/> og lørdag over middag vil der være forskellige aktiviteter på Kattegatcentret, som fodringer, dissektioner af blæksprutter m.m., vi vil lave aldersopdelte aktiviteter på baggrund af tilmeldingerne. Der vil desuden være en mulighed for prøvedykning/snorkling i Oceanariet: <https://www.kattegatcentret.dk/oplevelser/dyk-med-hajer/proevedyk/> hvis man er interesseret i et prøvedyk kan man få nærmere info ved Peter Dahm: peter@marinbiolog.dk. Dykning, både flaske og snorkeldyk kræver forhåndstilmelding, minimumsalderen for flaskedykning er 14 år. Ved tilmelding til flaskedyk får man tilsendt en sundhedserklæring man skal udfylde på forhånd, i visse tilfælde kræves en lægeerklæring. Der er også mulighed for en kort snorkeltur, min mindste dragtstørrelse er en "voksen" xs. Man behøver ikke være 14 for en snorkeltur dog. Snorkelturen foregår i overfladen, hvor man svømmer stille rundt og ser på alle de mange fisk i oceanariet. En mulighed for en helt unik oplevelse i Kattegatcentret, der ikke før er blevet tilbudt til gæster.

Lørdag aften er der festmiddag for alle, og herefter får de som lyster, mulighed for at overnatte på Kattegatcentret. På kysthotellet vil der som vanligt være aktivitetsrum med

krea-aktiviteter, hvor man bl.a. kan tegne, male, lege, ex. spille PlayStation, brætspil og bygge lego.

Vores gode team "børnepassere" kender både COPA og Forældregruppen indefra og ud. De har været med i adskillige år og de ved "hvad det vil sige" at være COPA barn og hvilke udfordringer man kan have hvis maven driller. Det gør, at I trygt kan deltage i undervisningen.

Så skal vi selvfølgelig også – som vi plejer – snakke, grine, hygge, udveksle erfaringer, og spise god mad m.v. Søndag er der generalforsamling og her kan I høre sidste nyt fra COPA og Forældregruppen.

Tilmelding og betaling senest d. 23/9-2025 ved:

1. Send mail med angivelse af medlemsnummer, navne på alle deltagere samt alder på alle deltagere (og gerne diagnose på medlemsbarnet) til: sekretariatet@copa.dk
2. Overfør egenbetaling via bankoverførsel til COPA: Konto: 9886- 0000483407 (Sparekassen Sjælland-Fyn A/S). OBS: Husk at påføre medlemmets navn og medlemsnummer i bemærkningsfeltet.

Tilmelding er ikke "godkendt" før sekretariatet har modtaget betaling – og har bekræftet dette over for jer.

Deltagelse er betinget af medlemskab i COPA (som regel er det barnet som er medlem. Hvis det ikke er tilfældet for jer, er I yderst velkommen til i mailen at bede om at medlemskabet overføres fra jer som forælder til jeres barn).

Egenbetaling pr. deltager:

0 – 3 år kr.: 0,00
4 – 14 år kr.: 300,00
15 år / voksen kr.: 400,00

For hvert medlem, kan der deltage 2 voksne (og x antal børn). Familien bor som udgangspunkt på samme værelse / el. på værelse ved siden af hinanden. Til mindre børn er man velkommen til at tage weekendseng med hjemmefra.

Kommer I mere end 2 voksne pr. medlem eller vil I have adskilte værelser, kan dette betyde at merprisen afregnes af jer selv. Ønsker I at bo på et bestemt værelse eller et bestemt sted, kontakt da selv Kysthotellet Grenaa efter din tilmelding er bekræftet fra COPA.

Bemærk, at det efter serviceloven § 41 er muligt at søge om tilskud gennem jeres sagsbehandler i jeres kommune.

Hvis I søger om tilskud – og af kommunen bliver bedt om, at beskrive programmet – kan I fremhæve, at der gennemføres undervisning som skrevet ovenfor.

Endelige programmer arbejder vi på at dele efter SU.

Vi ser frem til en god weekend både med familier der har været med før, men ikke mindst de familier, der kommer første gang. Det bliver en aldeles fremragende weekend.

Vel mødt til både "gamle" og nye familier, børn & juniorer!

P.g.v. Marie Louise Rødkjær Larsen

PS: Skriv, ring eller SMS endelig, hvis I har spørgsmål på tlf.: 28550637 el. mail: marielouise.vinther@live.dk

LOKALFORENINGER / GRUPPER (Landsforeningen: Tlf. 57673525)

København / Frederiksberg

Svend Larsen
Islelund 14, 1.tv.
2610 Rødovre
Tlf.: 20576809

Storkøbenhavn

Gethe Jacobsen
Topasvej 35
2730 Herlev
Tlf.: 40950953

Nordsjælland

Michael Petersen*)
Engbuen 12
3450 Allerød
Tlf.: 31130547

Bornholm

Inge Skovgaard Petersen
Storegade 15 D
3700 Rønne
Tlf.: 30286530

Roskilde/Køge

Jette Frederiksen
Brombærvej 10, Gundsømagle
4000 Roskilde
Tlf. 28827580

Storstrøm/Lolland Falster

Kontaktperson:

Erna Kristoffersen
Elmevej 45
4171 Glumsø
Tlf.: 27636990

Vestsjælland

Eddy Tersløse*)
Rolighedsvej 19
4571 Grevinge
Tlf.: 60630747

Fyn

Jørgen Rasmussen*)
Moseholmvænget 23
5672 Broby
Tlf.: 29241340

Sønderjylland

Carl Christian Sørensen
Åvej 6
6270 Tønder
Tlf.: 40793961

Sydvestjylland

Anette Larsen*)
Bryndumvej 200, Bryndum
6715 Esbjerg N
Tlf.: 27855978
(hverdag kl. 14.00 - 17.00)

Midt-/Vestjylland

Hans Christian Jessen
Thujavej 11
7400 Herning
Tlf.: 20159085

Aarhus / Østjylland

Gitte Heide*)
Engdraget 29A
8381 Tilst
Tlf.: 27782894
(17.00-19.00 alle hverdage)

Sydøstjylland

Steen Samuelson
Håstrupgårdsvej 16
7000 Fredericia
Tlf.: 30987594

Gl. Viborg Amt

Carina Juul Glensdorf
Rughavevej 28
8800 Viborg
Tlf.: 20486024

Nordjylland

Lis Isgaard Gregersen
Halvøen 4, Øster Hornum
9530 Støvring
Tlf.: 98385041

Familier

Adenomatøs Polypose gruppen

Susanne Jakobsen
Elsdyrvej 15, 6000 Kolding
Tlf.: 21659460

Forældregruppen

Marie Louise Vinther
Halvorsmindevej 13
9800 Hjørring
Tlf.: 28550637

Ungdom

Natalie Albers
Søren Frichs Vej 53 L, 2.17.
8230 Åbyhøj
Tlf.: 25596015

Urostomigruppen

Anne Lise Hansen
Gåskærgade 17 B, 1.tv.
6100 Haderslev
Tlf.: 29612776

*) Medlem af COPA's Forretningsudvalg.

