

CCF Magasinet

Colitis-Crohn Foreningen

november 2014 • nummer 96



Mia Jexen

Tabuer skal aflives

**Ungdomsarbejde
på internationalt plan**



VORES NAVN ER NYT. VORES ENGAGEMENT I SUNDHED BEHØVER INGEN NÆRMERE PRÆSENTATION.

Ikke mange firmaer i verden har fra start så godt et udgangspunkt for at hjælpe patienterne som AbbVie. Vi er en ny biofarmaceutisk virksomhed med stærke rødder i Abbott, som har 125 års erfaring med at hjælpe patienter.

Det er AbbVies mål at fremme menneskers sundhed i hele verden, og her står vi stærkt, fordi vi forener den veletablerede lægemiddelvirksomheds ekspertise og stabilitet med bioteknologiens innovative ånd og forskningsmæssige fokus. Vores vilje til at finde løsninger, der gør en mærkbar forskel i menneskers liv, ligger i direkte forlængelse af Abbotts mangeårige engagement.

Vi er stolte over at præsentere os selv som AbbVie, men vi vil aldrig glemme, at det, vi gør, er vigtigere end, hvad vi hedder.

abbvie.dk





Indhold

- 4** Leder
- 6** Tro, håb og viljestyrke
- 12** Ny medicin mod tarmsygdomme
- 14** EFCCA Youth Group
– det seneste år
- 17** Birthe Stubbés Mindelegat
- 20** Colitis-Crohn Foreningen
sikrer socialrådgiverfunktion
- 21** 21.452 likes på Facebook
- 24** Reel forskel mellem øst og vest
- 26** Alle kan have brug for et testamente
- 28** Nyt fra lokalafdelingerne
- 35** Colitis-Crohn Foreningen

Colitis-Crohn Foreningen

Landsforeningen til bekæmpelse af colitis ulcerosa og morbus Crohn samt andre relaterede tarmsygdomme.

CCF Magasinet

Tekst og layout: Medical Media, www.medicalmedia.dk

Ansvarshavende redaktør: Bente Buus Nielsen, bbn@ccf.dk

Annoncer: Bente Buus Nielsen

Oplag: 5200 stk.

ISSN 2245-9928

Tjuhej hvor det går...

Alle kvinder er inviteret med til Ladywalk 18. maj næste år, hvor en stor del af overskuddet går til Colitis-Crohn Foreningen. Hvis du har lyst til at gå en tur på syv eller 12 km, i en af de 11 udvalgte byer landet over, kan du tilmelde dig allerede nu. Mænd er velkomne til at heppe. Vi håber på at oprette CCF-hold i alle byer, så husk at sætte et kryds i kalenderen. Men det er jo først næste år, det sker, og det er langt fra det eneste, der kommer til at ske i 2015.

Lige nu er Colitis-Crohn Foreningen for eksempel ved at forberede sig til et møde med Sundhedsudvalget, hvor vi klart vil redegøre for vores holdning i forhold til gruppen af de såkaldte funktionelle lidelser, hvor irritabel tyktarm (IBS) er blevet placeret. Det skal ændres. Og så er der deltagelsen i den store kroniker-konference, der handler om, hvordan vi skaber bedre sundhedsresultater og mere kvalitet i indsatsen på det kroniske område.

Spørgsmålet om de biosimilære lægemidler (en efterligning af biologiske lægemidler) trænger sig også på i debatten. Biologiske lægemidler er et område, vi kender så godt til, at Danske Patienter har udpeget Colitis-Crohn Foreningen til at deltage som ekspert i konferencen "Biosimilære lægemidler - Krav til sikkerhed. Effekt, klinik og organisering." Vi takker for indbydelsen, da det er et af vores mange fokusområder, hvor vi bør blive hørt, og hvor vi kan gøre en forskel for vores medlemmer.

Vi har forrygende travlt - og det er dejligt. Det betyder, at der sker noget. Men ting sker ikke af sig selv. Hvis man ikke råber op, bliver man ikke hørt som patientforening. Jo flere vi er til at råbe i kor, jo større chance er der for at blive hørt. Vi råber allerede højt, men vi kan råbe højere. Bliv aktiv i din lokalafdeling og vær med til at få os hørt i hele landet. Vi er ikke stærkere end vores medlemmer.

Tak til alle jer der støtter Colitis-Crohn Foreningen i kampen mod tarmsygdomme - og vi ser frem til at fortsætte det gode samarbejde næste år.

Bente Buus Nielsen



Landsformand

Bente Buus Nielsen

Leder



Nye former!
Bestil
vareprøver

“Tidligere tænkte
jeg, at løb var en
udfordring. Nu bliver
klæberen på plads.”

Sandra, Brava® bruger og løbeentusiast

Tænk sikkerhed. Tænk Brava®

Brava Elastisk Kantsikring passer nu til enhver
klæberform og kropsfacon.

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

Elastisk Kantsikring findes nu i to nye former. "Rektangulær" passer til
firkantede klæbere. "Buet Extra" giver ekstra støtte til områder med buler,
eksempelvis brok.

Oplev og bestil en vareprøve:
Coloplast Kundeservice: Telefon **49 11 12 13** eller
www.brava.coloplast.dk



Brava®

Tro, håb og viljestyrke

Helt siden barndommen har Mia Jexen fulgt drømmen om at blive skuespiller, og hun har haft fart på karrieren. Succesen er dog ikke kommet uden problemer. Hun lider nemlig af colitis ulcerosa, hvilket har haft stor indvirkning på både karrieren og Mias livsopfattelse.

På Vesterbro i København bor et af Danmarks store skuespilhåb. 30-årige Mia Jexen, der virker smittende livsglad, beviser i den grad, at man kan komme meget langt, selv om colitis ulcerosa er en del af tilværelsen. Mia er uddannet skuespiller fra England, ligesom hun skriver musik og maler. Den lattermilde kvinde er således lidt af en multikunstner. Selv på de farvestrålende vægge i den trange entre i førstesalslejligheden på Vesterbro har hun ført penslen og sat sit personlige kunstneriske præg.

Allerede som ni-årig havde Mia hovedrollen som Gerda i Snedronningen, ligesom hun var barneskuespiller på Folketeatret i det indre København. Som 15-årig var hun med i DR julekalenderen Jul på Kronborg, og som 17-årig tog hun to år til London for at gå på skuespillerskolen. Efterfølgende fik hun rollen som Freja i den danskproducerede dramaserie 2900 Happiness. Siden har Mia medvirket i adskillige film og havde desuden en rolle i TV2s succesrige krimiserie Den som Dræber - faktisk var det Mia, der blev levende begravet i en kiste.

International karriere

Mia har også en fremtrædende rolle i den slovenske film Dual, der havde premiere i foråret, og senest medvirkede hun i den danske spillefilm Det andet liv, der havde premiere i landets biografier i august. Derudover er Mia netop blevet færdig med en stor

international rolle, hvor hun i tv-serien Fortitude er eneste skandinaviske islæt sammen med Sofie Gråbøl. Krimiserien får premiere i USA og Storbritannien i januar 2015, og de 12 afsnit bliver vist på TV2 fra marts 2015.

Mias mange roller viser ganske tydeligt hendes talent og viljestyrke. For det er ikke kommet nemt til hende. Mia er ramt af colitis ulcerosa, og det har mange gange voldt problemer i forhold til at kunne få karrieren til at køre optimalt. Tilværelsen som skuespiller er ofte stresset, og det er ikke uden betydning, når man har en kronisk tarmsygdom med på slæb.

Blog om colitis ulcerosa

Når Mia ikke er engageret i det kunstneriske, bruger hun meget tid på yoga. Hun har uddannet sig til yoga-instruktør - og også her kommer colitis ulcerosa ind i billedet. Yoga får nemlig Mias sind til at falde til ro og hjælper hende mod indre stress. Derudover har hun en blog, hvor hun hovedsagelig skriver om tilværelsen med colitis ulcerosa.

»Det gør jeg for at være med til at nedbryde tabuer omkring sygdommen, og så bruger jeg ellers bloggen til at dele opskrifter, der er gode for personer med mave-tarmsygdomme. Jeg er en total livsnyder, og jeg elsker lækker mad, og det skal der være plads til, selv om man er ramt af en tarmsygdom,« fortæller Mia åbenhjertigt en formiddag i oktober, hvor CCF



“Når jeg husker tilbage til dengang, jeg var omkring otte år, var det lidt den lille Mia, der meget ofte havde ondt i maven. Selv om vi søgte forskellige læger, var der ingen, der fandt ud af, hvad jeg fejlede. Og fordi ingen kunne finde ud af, hvad der var galt, affandt jeg mig med, at jeg havde en meget sart mave og var meget følsom.”



“ På det tidspunkt blev jeg behandlet for hæmorider i et år uden at have en eneste hæmoride, og en læge fortalte mig engang, at jeg var lidt for opmærksom på min krop. Så jeg blev klandret for at være hypokonder. ”

Magasinet sætter hende stævne i lejligheden på Vesterbro.

At hun bruger bloggen til at fortælle om tilværelsen med colitis ulcerosa, falder naturligt for Mia. For sygdom har fyldt meget i hendes liv. Alligevel har hun så meget overskud, at livet leves, og hun har opnået meget trods sin forholdsvis unge alder.

»Når jeg husker tilbage til dengang, jeg var omkring otte år, var det lidt den lille Mia, der meget ofte havde ondt i maven. Selv om vi søgte forskellige læger, var der ingen, der fandt ud af, hvad jeg fejlede. Og fordi ingen kunne finde ud af, hvad der var galt, affandt jeg mig med, at jeg havde en meget sart mave og var meget følsom,« fortæller Mia.

Da Mia kom tilbage til Danmark fra opholdet på skuespillerskolen i England, tog mavegenerne til, og hun gennemgik igen utallige undersøgelser. Og først nogle år efter - omkring 24-års alderen - hvor optagelserne til 2900 Happiness fyldte en hel arbejdsdag - og Mia oveni tog en uddannelse som art-director på Den Grafiske Højskole om aftenen - begyndte hun også at have blodige diarreéer og feber ud over mavesmerterne.

»På det tidspunkt blev jeg behandlet for hæmorider i et år uden at have en eneste hæmoride, og en læge fortalte mig engang, at jeg var lidt for opmærksom på min krop. Så jeg blev klandret for at være hypokonder,« fortæller Mia.

Vendepunkt og depression

En dag var Mias mor sammen med en bekendt, der havde kendskab til tarmsygdomme. Hun sørgede for, at Mia kom til undersøgelse på Gentofte Hospital.

»Der blev jeg for første gang taget alvorligt. Jeg fik faktisk allerede at vide, at jeg havde colitis ulcerosa, da jeg vågnede fra narkosen. Jeg kan huske, at jeg blev helt euforisk lykkelig. Det var en enorm lettelse at få en diagnose. Efter at jeg i alle de år ikke havde vidst, hvad jeg fejlede, fik jeg nu klarhed over, hvad der grundlæggende var årsag til, at jeg var så svækket. Jeg græd af lettelse,« husker Mia.

Omkring et halvt år efter diagnosen fik Mia imidlertid et kæmpe slag, der ramte hårdt. Det gik op for hende, at hun havde en kronisk sygdom og ikke ville blive rask. Samtidig blev hun svigtet af sin daværende kæreste. Det udløste en dyb depression.

»For mig hænger depressionen meget sammen med colitis ulcerosa. Jeg havde levet et halvt år på lykken af endelig at vide, hvad jeg fejlede, men pludselig slog det mig, at jeg aldrig ville blive rask. Kombineret med andre ting medførte det, at jeg blev ramt af en depression af et halvt års varighed. Det var virkelig hårdt,« pointerer Mia og beretter videre, at for hende hænger psyken meget sammen med tarmsygdommen. Men hun kom igennem det - blandt andet med den rette behandling og omsorg - og ved at læse bøger om emnet, ligesom hun løb en del. Og at være aktiv har altid betydet meget for Mia, for specielt løbeturene gør godt i krop og sjæl.

Søger alternative veje

»Da vi filmede Fortitude, var der et halvt år, hvor min colitis ulcerosa var så meget i ro, at jeg kunne løbe og træne regelmæssigt, og jeg fokuserer meget på træning for at styrke mig til de svage perioder. Jeg forsøger derudover at se det positive i, at sygdommen tvinger mig til at gøre alt for at leve meget sundt, være til stede i nuet og mindske stress, men





“ Som kronisk syg har man kun et ønske, og det er at leve bedst muligt trods sygdommen. ”

det er en stor udfordring som skuespiller. Jeg kan ikke tåle stress,» siger Mia og fortsætter:

»Jeg føler, at jeg kan klare mit liv på det niveau, sygdommen er på nu, men jeg føler mig ikke rask. Jeg kæmper stadig, og senest har jeg måtte stoppe den medicinske behandling, fordi jeg tabte en tredjedel af håret som følge af medicineringen. Det har gjort, at jeg er begyndt med alternativ behandling. Så på den vis føler jeg mig lidt tvunget ud i at gå den alternative vej. Det vil jeg dog gøre med et positivt syn og forsøge at kombinere yoga, meditation, akupunktur, zoneterapi, homøopati og samtidig være meget opmærksom på kostsammensætningen. Det hårde ved en kronisk sygdom er, at man aldrig får fred. Der er hele tiden noget at forholde sig til. Generelt er

jeg meget træt og har smerter i maven. Jeg kan have dage, hvor jeg føler mig som en på 80 år og ikke kan bære mine varer op i lejligheden. Og det er enormt frustrerende,» forklarer Mia.

Vil nedbryde tabuer

Mia er en af Colitis-Crohn Foreningens fem ambassadører. Hun har nemlig et klokkeklart mål. Hun vil være med til at nedbryde tabuer i forbindelse med sygdommene.

»For mig er det på ingen måde et tabu at have en kronisk tarmsygdom. Jeg kan slet ikke forstå, hvordan noget man ikke kan gøre for kan være et tabu. Jeg synes, vi er kommet et stykke, og mange kender til sygdommene. Og jeg tror, at man kan hjælpe an-

dre ved at tale om de problemstillinger, der følger med at have en tarmsygdom. Jeg synes, det er vigtigt at stå frem, og det giver god mening for mig, at jeg som ambassadør kan være med til at gøre opmærksom på kroniske tarmsygdomme,« fortæller Mia og uddyber:

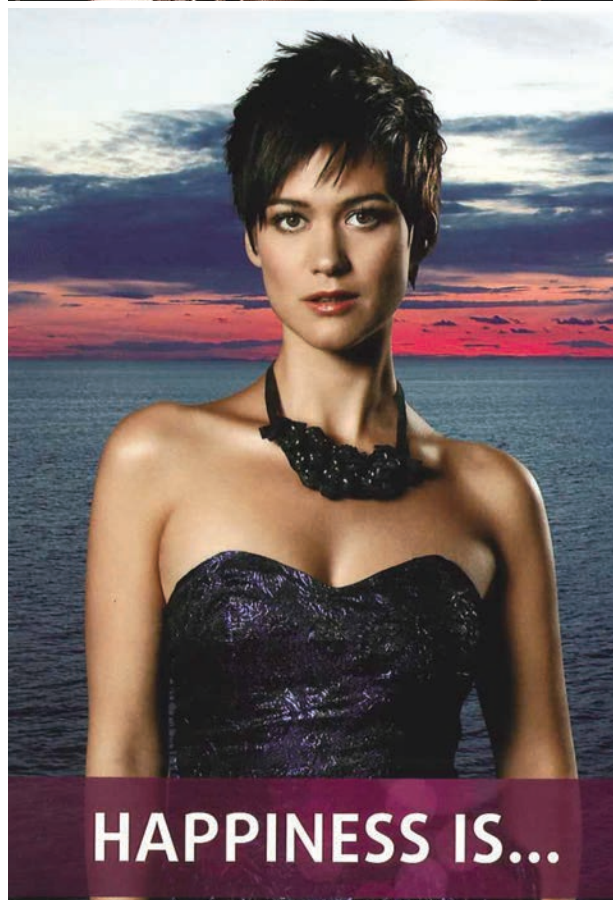
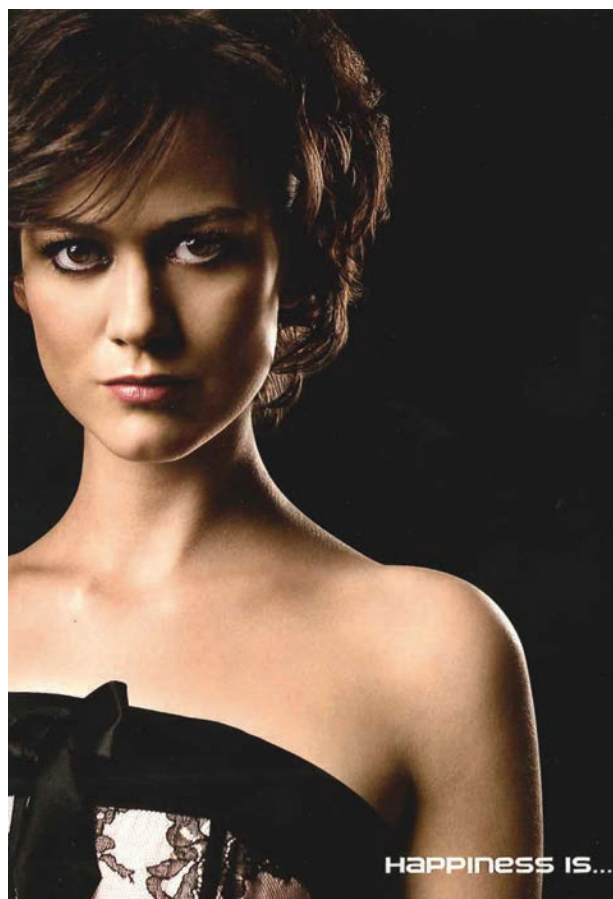
»Mange af Colitis-Crohn Foreningens kampagner har fokus på, at man som patient med tarm-sygdomme skal på toilettet mange gange i døgnet. Her kan jeg dog godt føle mig lidt overset, for sådan har jeg det ikke. Jeg er mest plaget af mavesmerter, og har kun haft få rigtig voldsomme diarré-perioder. Omvendt er det også vigtigt at sætte fokus på, at det slider på krop og sjæl at have en kronisk sygdom. Inden jeg fik diagnosen, troede jeg, at jeg var sart og svag. Nu har jeg fundet ud af, at jeg jo er helt vild stærk. Jeg har fået ændret mit selvbillede, og det har ændret mit liv. Jeg klarer hele min tilværelse med sygdommen oven i hatten. Alle de udfordringer andre også skal igennem, har vi som kronisk syge også – blot med en ekstra udfordring oveni,« siger Mia.

I årene fremover håber Mia fortsat at kunne leve af sine passioner og således at kombinere skuespil med musik og maleri. Hun ser gerne sig selv fortsætte den internationale karriere, og specielt har hun en drøm om at medvirke i historiske film og serier.

»Som kronisk syg har man kun et ønske, og det er at leve bedst muligt trods sygdommen. Når sygedage- ne rammer mig, bliver jeg stadig ked af det og vred over, at jeg skal kæmpe imod det. Samtidig har jeg fået opbygget nogle rutiner i forhold til at fylde mine sygedage med noget, som er vigtigt for mig. Blandt andet skriver jeg på min blog eller skriver sang- tekster. Ligesom jeg synes, at det er vigtigt at have nogle personer omkring mig, som forstår mig,« siger Mia.

Mias blog

Du kan følge med på Mias blog på:
www.miajexen.wordpress.com



Ny medicin mod tarmsygdomme

Biologisk behandling af morbus Crohn og colitis ulcerosa med de såkaldte TNF-alfa hæmmere har været et stort fremskridt for mange. Imidlertid er der nogle, der ikke opnår den ønskede effekt, eller umiddelbart har opnået en god effekt, der dog aftager med tiden. Andre må stoppe med behandlingen i utide som følge af bivirkninger.

Derfor forskes der blandt andet i andre behandlingsmuligheder, og denne forskning har nu båret frugt, idet de europæiske sundhedsmyndigheder har godkendt et nyt biologisk lægemiddel kaldet Entyvio® (vedolizumab). Det kan anvendes til behandling af både colitis ulcerosa og morbus Crohn. Behandlingen gives via drop to og seks uger efter den første dosering og herefter hver ottende uge.

Helt ny virkningsmekanisme

Hvor de øvrige biologiske lægemidler til behandling af colitis ulcerosa og morbus Crohn er antistoffer, der hæmmer signalmolekylet TNF-alfa, som har en helt central betydning i den immunreaktion, der er grundlæggende i sygdomsprocessen, så har Entyvio® en helt anden virkningsmekanisme. Det er nemlig et human antistof, som binder sig til et protein på overfladen af de hvide blodceller, hvilket forhindrer, at disse celler kan binde sig til den betændte tarmslimhinde. Og dermed hæmmes immunreaktionen.

I forhold til effekten ved colitis ulcerosa er Entyvio® undersøgt ved behandling af 2700 patienter i 40 forskellige lande. Resultaterne er publiceret over flere videnskabelige studier. De har vist, at Entyvio® har videnskabelig dokumenteret effekt og, at det er muligt at opnå symptomfrihed, ligesom patienterne opnåede bedre livskvalitet og mindre behov for yderligere behandling. Resultaterne var vedvarende og var ikke på-

virket af, hvor patienterne boede, sygdommens sværhedsgrad samt eventuelt svigt af tidligere behandling. Effekten af Entyvio® ved behandling af moderat til alvorlig morbus Crohn er undersøgt hos 1115 patienter. Her viste resultaterne ligeledes videnskabelig dokumentation for opnåelse af symptomfrihed.

Bivirkninger som ved placebo

De patienter, der blev behandlet med Entyvio® tolererede behandlingen fint. Således var der ingen forskel mellem de patienter, der blev behandlet med Entyvio®, og dem der blev behandlet med placebo eller såkaldt "snyde" eller virkningsløs medicin. Entyvio® er ikke forbundet med hyppigere bivirkninger, der førte til ophør af behandlingen, ligesom patienterne ikke havde flere alvorlige bivirkninger end dem, der fik placebo-medicin.

På baggrund af studieresultaterne konkluderes det, at Entyvio® er en effektiv behandling til colitis ulcerosa og morbus Crohn. Dette gælder også for patienter, der ikke har opnået tilstrækkelig effekt ved behandling af moderat til alvorlig aktiv colitis ulcerosa og morbus Crohn, hvilket også gælder patienter, der tidligere har haft effekt ved behandling med en TNF-alfa hæmmer.

Der er forventninger til, at Entyvio® vil være et væsentligt bidrag i behandlingen af patienter med inflammatoriske tarmsygdomme. I første omgang vil det være aktuelt at anvende Entyvio® ved behandling af voksne med moderat til alvorlig colitis ulcerosa og morbus Crohn, som har haft utilstrækkelig effekt, tab af effekt eller som ikke kan tåle behandling med TNF-alfa hæmmere. Entyvio® produceres og sælges af lægemiddelproducenten Takeda.

NY
Soft Convex
generation

Når du søger den optimale **balance** mellem sikkerhed og komfort



Ny Dansac NovaLife Soft Convex - en skånsom og fleksibel løsning

Det bløde og fleksible konvekse indlæg sikrer, at bandagen lægger et skånsomt tryk tæt på stomien. Stomien skubbes forsigtigt ind i posen, og der skabes en bedre forsegling mellem hud og plade. En hudvenlig løsning, som giver både sikkerhed, tryghed og komfort.

Den nye Dansac NovaLife Soft Convex bandage fås som både lukket og tømbar en-dels pose.

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

Eller se mere på **www.dansac.dk**. Ønsker du vareprøver tilsendt kan du også benytte kuponen nederst på siden.



NY NovaLife Soft Convex

© 2014 Dansac A/S onthefront.dk

KLIP

Ja tak, send mig gratis NovaLife Soft Convex prøver

Jeg har en ☐ Kolostomi ☐ Ileostomi Min stomidiameter: ____ mm

Jeg bruger ☐ Lukket pose ☐ Tømbar pose

Jeg bruger et stomiprodukt fra ☐ Dansac ☐ Anden producent

Navn _____

Adresse _____

Postnr _____ By _____

Email _____

Telefon _____



Sendes ufrankeret
Modtageren
betaler portoen

Dansac & Hollister Danmark
+++ 23716 +++
0893 Sjælland USF B

Slotsmarken 17, 1. 2970 Hørsholm

NOVALIFE
The next generation

dansac

EFCCA Youth Group

– det seneste år

Ungdomsgruppen under den europæiske sammenslutning af patientforeninger for morbus Crohn og colitis ulcerosa, EFCCA Youth Group (i daglig tale kaldet EYG), har de seneste to år været gennem en rivende udvikling. Og det har gruppens medlemmer tænkt sig at fortsætte med. EFCCA Youth Meeting 2014 i Dublin var et synligt bevis herpå. Det var nemlig det største ungemøde på europæisk plan i mere end ti år, hvilket afspejler, hvor meget de nationale patientforeninger som eksempelvis Colitis-Crohn Foreningen støtter ungdomsarbejdet på europæisk plan.

I 2014 har EYG deltaget i en række aktiviteter, ligesom der også er brugt meget tid på arbejde internt i gruppen. Vi har blandt andet revideret vores vedtægter og ændret introduktionsguiden til EFCCA Youth Meeting således, at de begge er mere gennemskuelige. Derudover har vi deltaget i en del EFCCA-relaterede aktiviteter: World IBD Day i Bruxelles, ECCO Annual Conference i København og EFCCA GA (generelforsamlingen for EFCCA).

Nationale aktiviteter

Vi har også haft en del nationale aktiviteter: Den årlige skitur og ISCC Youths årlige ungdomssamling. Sidst, men ikke mindst havde EYG en præsentation om at være kronisk syg og arbejde som frivillig i en europæisk patientforening ved EULAR Autumn Conference i november 2013. Sidstnævnte deltog vi i sammen med vores samarbejdspartner European Patients Forum, der er en europæisk paraplyorganisation for blandt andet patientforeningen Danske Patienter.

Trefaset udviklingsplan

EYG udarbejdede for to år siden en udviklingsplan for perioden 2013-2015. Den har tre faser, der primært fokuserer på kommunikationen udadtil via sociale medier og EFCCA Magazine, nationale og internationale foredrag samt hjemmeside. Herudover

planlagde vi løbende en guide til, hvorledes man kan oprette en national ungdomsgruppe.

På det årlige EYG bestyrelsesmøde i januar 2014 fandt vi ud af, at mange af disse mål allerede var indfriet. Særligt manifestationen af en ungdomssektion i EFCCA Magazine er vi meget stolte af. Derfor besluttede vi at udarbejde en ny arbejdsplan for 2014-2016 - igen med tre faser, hvor det overordnede fokus er at nedbryde tabuer. Derudover vil vi også arbejde på en IBD-guide til studerende, der har valgt at studere i et andet land end deres eget. Det bliver spændende at fortsætte dette arbejde, og vi ser frem til udfordringen.

Inspirerende møde med andre unge

I 2014 fandt EFCCA Youth Meeting sted i den irske hovedstad Dublin, hvor vores værter havde sørget for et tætpakket program. Vi kom rundt i byen - både med turbus og til fods, ligesom vi også fik oplevet kultur i form af det dublinske natteliv og et besøg i det irske parlament samt på Guinnessmuseet. Derudover blev weekenden naturligvis primært brugt

European Federation of Colitis and Crohns Associations (EFCCA)

EFCCA (the European Federation of Colitis and Crohn's Associations) er en paraplyorganisation for nationale colitis- og Crohn-foreninger. Den har til formål ikke blot at øge opmærksomheden på sygdommene, men også at hjælpe patienter og foreninger samt ikke mindst at støtte arbejdet i at finde en kur mod disse sygdomme. Der er 29 medlemslande, hvoraf tre er såkaldte "associated members", det vil sige tilknyttede medlemmer, der alle har ret til at deltage i arrangementer og generalforsamlingen, men ikke har stemmeret ved generalforsamlingen. Disse tre lande er New Zealand, Argentina og Israel.



til diverse workshops og fremlæggelser. Alle repræsentanter fra de forskellige lande havde forberedt et oplæg, som omhandlede det enkelte lands arbejde i løbet af året. Her fik vi mulighed for at se, hvordan andre har forsøgt at skabe opmærksomhed og omtale af sygdommene. Det gav inspiration og ideer til lignende tiltag herhjemme. Derudover fik vi rig mulighed for at høre, hvordan lande med en selvstændig IBD-ungdomsforening kører.

Fælles event på den internationale IBD-dag

Inspiration og idéudvikling var også en stor del af de planlagte workshops, der gik under overskrifterne "Awareness" og "Fundraising". Her blev en repræsentant fra hvert land sat sammen for at idéudvikle

og dele erfaringer. Noget af det vi talte meget om - og som vi ønsker at arbejde videre med - er at skabe en fælles event på verdens IBD-dag. Dette mener vi både kunne skabe et stærkere fællesskab på tværs af landene, og samtidig vil det kunne give mere omtale og fokus på sygdommene. Blandt idéerne var både en danseevent og et motionsløb. Vi er kommet hjem fra årets EFCCA Youth Meeting med mange idéer og værktøjer, som vi vil bruge i det videre arbejde for Colitis-Crohn Foreningen.

Hvis I skulle have lyst til at følge vores arbejde, kan I følge os på Twitter: @EFCCAYouthGroup eller facebook: facebook.com/EFCCAYouthGroup.

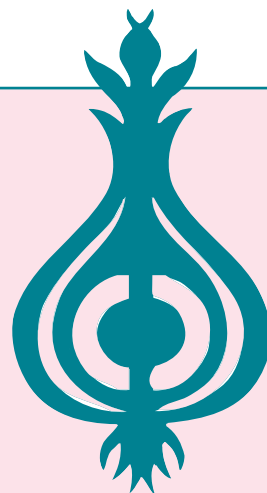
Hurtig adgang til toilettet hos COOP

Hvis du står med din indkøbsvogn i en af COOPs mere end 1200 danske butikker og pludselig skal på toilettet, skal du ikke fortvivle eller løbe ud af butikken i panik. Hvis du har akut brug for at komme på toilettet, skal du blot bede en ansat om at låne toilettet og samtidig vise dit medlemskort fra Colitis-Crohn Foreningen. Medlemskortet kan hentes på CCF.dk

Som medlem af Colitis-Crohn Foreningen har du ret til at benytte toilettet i alle COOPs butikker - også i tilfælde, hvor butikken kun har toiletter forbeholdt medarbejdere. Det betyder med andre

ord, at du kan komme akut på toilettet i Kvickly, SuperBrugsen, Dagli'Brugsen, LokalBrugsen, Irma og Fakta.

I Colitis-Crohn Foreningen er vi meget taknemlige for, at COOP tilbyder vore medlemmer denne mulighed, og der skal lyde en stor tak.



Vita Biosa

Mere end bare mælkesyrebakterier

- Indeholder 7 GMO-fri mælkesyrebakteriekulturer og naturlig mælkesyre
- Udtræk af 19 økologiske urter
- Fri for sukker, mælk, gluten og konserveringsmidler



Købes i helsekostbutikker, Matas, og på www.matas.dk og www.helsam.dk. Læs mere på www.biosa.dk.

OK benzinkort - en OK aftale

Støt Colitis-Crohn Foreningen med 6 øre pr. liter benzin eller diesel du tanker. Tanker du mindst 500 liter inden for et år, udløses yderligere 250 kr. i bonus.

Det koster ikke noget at få et OK benzinkort. Der er intet oprettelsesgebyr, rentefri konto, og du betaler kun din benzinregning én gang om måneden. Benzinen bliver selvfølgelig ikke dyrere – OK sponsorerer hele støttebeløbet.

Hvis du allerede har et OK benzinkort, kan du nemt tilknytte en sponsoraftale til Colitis-Crohn Foreningen. Ring til OK på tlf.: 7010 2033, så bliver det ordnet. Colitis-Crohn Foreningen har aftalenummer 561098 hos OK-benzin, og det er denne aftale, du skal tilmelde. Ellers kan du kontakte Colitis-Crohn Foreningen på info@ccf.dk eller tlf.: 3535 4882 og oplyse dit navn og kortnummer, så ordner vi det for dig.

Birthe Stubbes Mindelegat

Colitis-Crohn Foreningen uddeler igen prisen til ære for foreningens stifter.

Du kan indstille en kandidat, der gør en forskel.

Kender du en person, der har ydet en helt speciel indsats for Colitis-Crohn Foreningen? En person, der har stillet sig til rådighed for foreningens udadvendte arbejde på en uegennyttig måde til gavn for patienter og pårørende. Så kan du som medlem indstille denne person til at modtage Birthe Stubbes Mindelegat.

Hovedbestyrelsen besluttede i 1990 at indstifte en pris (Birthe Stubbes Mindelegat) til ære for Colitis-Crohn Foreningens stifter Birthe Stubbe. Birthe Stubbe troede fast på, at Colitis-Crohn Foreningen kunne yde et værdifuldt arbejde for ramte af tarmsygdomme. Det er blandt andet gennem hendes ind-

sats, at vi i dag har mulighed for at blive informeret, få opbakning og være sammen om det, der desværre er blevet en stor del af manges hverdag - kroniske tarmsygdomme. Gennem inspiration, tro og ikke mindst stædighed formåede Birthe Stubbe at give og sætte andre i gang.

Alle med tilknytning til og medlemskab af Colitis-Crohn Foreningen kan indstille en person. Indstillingen med en begrundelse skal sendes til: info@ccf.dk. Indstillingen skal være modtaget senest 15. december.



MSD støtter
med denne annonce
Colitis Crohn Foreningen

MSD er en førende global medicinalvirksomhed med en differentieret portefølje af receptpligtige lægemidler, vacciner, hospitalsprodukter og veterinærlægemidler. MSD arbejder indenfor en lang række områder, herunder kardiologi, smitsomme sygdomme, diabetes, lunge-sygdomme, vacciner og kvindesygdomme. Fremadrettet vil vi udvide vores produktportefølje indenfor neurologi, onkologi og dermatologi. Vi investerer i udvikling af bl.a. biologiske lægemidler for at nå vores mål om at sikre og forbedre menneskers liv overalt i verden. Vi har 15 kandidater i den sene udviklingsfase, og vi er repræsenteret i mere end 140 lande rundt om i verden, herunder også nye markeder i udvikling.

 **MSD**
Lautrupbjerg 4, 2750 Ballerup

Ladywalk støtter Colitis-Crohn Foreningen

Den landsdækkende Ladywalk, som er en vandretur kun for kvinder, har besluttet at donere penge til Colitis-Crohn Foreningen, Hjerteforeningen og Endometriose Foreningen. Alle, der deltager i Ladywalk 18. maj 2015, er således med til at støtte de tre foreninger.

Ladywalk foregår samtidig i Agger, Frederikshavn, Aalborg, Aarhus, Sønderborg, Odense, Nakskov, København, Skælskør, Haderslev og Rønne, og turen er på enten syv eller 12 km. Der er ingen aldersbegrænsning, så det har ikke betydning, om du kommer frem på egne ben eller i klapvogn. Mænd er også velkomne, men kun som tilskuere.



Ladywalks formål er at fremme interessen for gangsport i Danmark, samt at støtte organisationer, der hjælper sygdomsramte kvinder.

Ungemøde - lørdag 15. november 2014

Er du i alderen 18-30 år, er det tid til årets sidste ungemøde i Odense. Kom til en sjov og hyggelig dag sammen med andre unge med colitis ulcerosa, morbus Crohn eller irritable tyktarm.

Denne gang begynder vi med en omgang bowling, inden vi tager til Restaurant Flammen i Odense for at indtage deres store buffet. Buffeten indeholder blandt andet minimum 15 slags kød fra grillen og kæmpe salatbar med over 50 varianter, så der skulle være noget for enhver smag. Selv om du ikke har lyst til at bowle, er du selvfølgelig meget velkommen. Opgiv dog blot dette ved tilmeldingen. Du er også velkommen til at tage din kæreste eller samlever med.

Arrangementet finder sted lørdag 15. november 2014 i Odense City Bowling, Rugårdsvej 46, 5000 Odense. City Bowling Odense ligger et kvarters gang fra Banegården i Odense. Vi mødes kl. 14:30. Bowling begynder kl. 15:00. Buffet på Restaurant Flammen kl. 17:00.

Colitis-Crohn Foreningen betaler alle udgifter for medlemmer (ikke støttemedlemmer). Pårørende

skal betale 250,00 kr. Medlemmer får desuden refunderet transportudgifter efter billigste DSB-takst. Hvis du oplyser i tilmeldingen, at du kommer med tog, vil vi prøve at se, om vi kan hente dig ved banegården i bil.

Tilmelding senest torsdag 6. november – enten via foreningens hjemmeside: www.ccf.dk/kurser/ungemoeder, eller på info@ccf.dk. Ved tilmelding betales 100,00 kr. i depositum for medlemmer. Pengene refunderes ved fremmøde. Pårørende betaler også ved tilmelding.



Tilmeld dig vores nyhedsbrev og få et lækkert "Sødahl" håndklæde

Få de seneste nyheder med de bedste internationale tips og ideer direkte i din indbakke.



tilmeld dig på: www.focuscare.dk

eller scan koden



Focuscare



Focuscare Denmark ApS.
Østervangsvej 21
DK-8900 Randers
Telefon: +45 49 26 13 99
Fax: +45 49 21 02 57
Email: info@focuscare.dk
www.focuscare.dk

Colitis-Crohn Foreningen sikrer socialrådgiverfunktion

Børneafdelingen på Aarhus Universitetshospital vil fortsat have tilknyttet en socialrådgiver. Det er en realitet efter opfordring fra Colitis-Crohn Foreningen.

Da det kom Colitis-Crohn Foreningen for øre, at Aarhus Universitetshospital planlagde at nedlægge socialrådgiverfunktionen i Børneafdelingen, skred foreningen straks til handling. Vi kontaktede hospitalsdirektionen og gav udtryk for vores bekymring over den planlagte nedlæggelse af socialrådgiverfunktionen, der ifølge vores opfattelse er af stor betydning for de familier, der er ramt af morbus Crohn eller colitis ulcerosa.

Vi modtog herefter et skriftligt svar fra direktionen, hvor hospitalets økonomiske situation blev

ridset kort op, ligesom der blev redegjort for det omfattende effektiviseringskrav, hospitalet er blevet stillet overfor. Ikke umiddelbart munter læsning. Heldigvis slutter direktionen brevet af med, at Børneafdelingens ledelse har genovervejet den planlagte nedlæggelse af socialrådgiverfunktionen og har besluttet at bevare funktionen. I praksis reduceres funktionen til en fuldtids- og én deltids-normering, men det sikrer, at der også fremover vil være socialfaglig rådgivning i afdelingen.

Støt Colitis-Crohn Foreningen

Colitis-Crohn Foreningen er afhængig af gavebidrag. Gavebidraget går til kampagner, informationshæfter og foreningens øvrige arbejde. Alle bidrag - store som små - er meget velkomne. Så selv et bidrag på 50 kr. er med til at gøre en stor forskel i foreningens arbejde.

Når du støtter Colitis-Crohn Foreningen med et gavebidrag, kan du få skattefradrag for støtte op til 14.800 kr. (sammenlagt til velgørende organisationer). Foreningen indberetter din støtte til Skat, så det eneste du skal gøre er at oplyse dit CPR-nummer, når du giver dit bidrag.

Gavebidrag kan enten indbetales på vores konto i Danske Bank:
Reg.nr. 1551 konto 4 666 666, eller via vores webshop www.ccf.dk/shop.

Ifølge forskningen hjælper VSL#3® med at bevare tarmfloraens normale balance

VSL#3®

Probiotisk kosttilskud



450 milliarder frysetørrede mælkesyre- og bifidobakterier

Anbefalet daglig dosis: 1-2 poser
Pakkestørrelse: 10 breve

8 forskellige stammer:
Bifidobacterium breve, *Bifidobacterium longum*, *Bifidobacterium infantis*,
Lactobacillus acidophilus, *Lactobacillus plantarum*, *Lactobacillus paracasei*,
Lactobacillus delbrueckii subsp. bulgaricus, *Streptococcus thermophilus*

Bestilling og information: info@medans.dk
www.medans.dk

21.452 likes på Facebook

Da Lene Vedel Jacobsen stod frem med sin stomi på Facebook, blev hun mødt med meget stor forståelse og anerkendelse.

31-årige Lene Vedel Jacobsen fra Svenstrup fik i 1997 konstateret morbus Crohn, og for godt et år siden fik hun stomi. De mange år med sygdommen har givet hende både op- og nedture, men en dag besluttede Lene sig for, at hun ikke længere ville gemme sig. Hun ville stå frem og være åben om sin sygdom.

Lene sagde først ja til at medvirke i Colitis-Crohn Foreningens 25 års jubilæumshæfte, og efterfølgende lagde hun sin historie ud på Facebook sammen med et billede af sig selv. Herefter spredtes Lenes budskab med ekspresfart på det sociale netværk.

Set af 800.000 Facebook-brugere

På ingen tid var Lenes historie liket 21.452 gange, delt 2960 gange, ligesom Lene havde fået 1516 kommentarer. Derudover var historien set af ca. 800.000 brugere på Facebook. Det førte også til avisartikler og indslag i tv og radio, ligesom andre blev inspireret til at uploade og dele billeder på Internettet, hvor de står frem med deres stomi.

»Det har været en oplevelse. Jeg troede ikke, at det ville komme så langt ud i verden, men det er fantastisk med al den positive respons. Folk kommer stadig hen til mig på arbejde og siger fedt, at du turde fortælle din historie. Den positive respons har været med til at gøre det nemmere at leve med stomien,« siger Lene.

Åbenhed fører til forståelse

Lenes erfaring er, at man ikke skal gemme sig. Er man derimod åben og ærlig, forstår andre langt bedre, hvad det handler om. Hun viser gerne, hvor stomiposen sidder, og det har givet respekt. Hun har på intet tidspunkt oplevet negativ respons - kun positiv opmærksomhed og opløftende kommentarer.

»Det har gjort alt nemmere, at jeg er kommet frem med min historie. Jeg har mødt fuld forståelse for mig og min stomi. Jeg er rigtig glad for, at jeg har kunnet hjælpe andre til også at komme med deres historie, og at det ikke er så svært at acceptere, den man er - med eller uden stomi.«



Foto: Johanne Clemen Pedersen



Better Health, Brighter Future

Takeda Pharma A/S
støtter Colitis-Crohn Foreningen

Ansøgninger til forskningsmidler

Colitis-Crohn Foreningen uddeler støtte til forskningsprojekter indenfor colitis ulcerosa og morbus Crohn. Der uddeles ca. 500.000 kr. om året. Som noget nyt er der også afsat midler til forskningsprojekter indenfor mikroskopisk kolit og IBS, hvor der er egne midler udover de 500.000 kr.

Ansøgningsprocedure

Ansøgning modtages elektronisk på: info@ccf.dk mærket "Forskning 2015". Derudover sendes et eksemplar i papirform til Colitis-Crohn Foreningen, Klingenberg 15, 2 th., 5000 Odense C.

Ansøgningsfrist: 1. januar 2015.

Ansøgning skal indeholde:

- Short-form CV, maksimalt fire sider.
- Protokol, maksimalt fem sider.
- Lægmands rapport, maksimalt en side.
- Budget, maksimalt en side.

Forskningslederen indenfor området angives ved navn og mail-adresse. Ansøgningen skal signeres af forskningsleder og afdelingsleder. Der kan ikke søges midler til dækning af rejseudgifter, løn og indkøb af IT-udstyr.

Ansøgningerne behandles og udvælges af Colitis-Crohn Foreningens Lægelige Råd bestående af syv anerkendte gastroenterologer i samråd med foreningens sundhedsudvalg.

Glem alt om at huske piller



Den første virtuelle pilleæske til patienter med colitis ulcerosa

Man kan godt komme til at glemme at tage sin medicin. Faktisk sker det for næsten 4 ud af 5 patienter¹ med colitis ulcerosa. Er du en af dem, har du faktisk 5 gange² så stor risiko for tilbagefald af sygdommen.

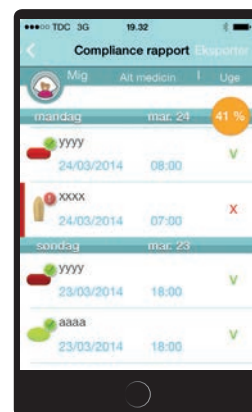
Nu er der hjælp at hente. Med den nye app bliver du mindet om, hvornår du skal huske medicinen. Samtidig kan du føre logbog over dine symptomer. Alt sammen for at sikre, at du får den rigtige behandling og har det godt.



Oversigt over medicin



Nem at betjene



Hurtigt overblik

Download fra
App Store



Download fra
Android Market



TILLOTTS PHARMA

GI-health is our passion™

Reel forskel mellem øst og vest

Dobbelt så mange rammes af kronisk tarmsygdom i vestlige europæiske lande i forhold til Østeuropa. Miljøfaktorer antages at spille en rolle.

Arsagerne til morbus Crohn og colitis ulcerosa kendes endnu ikke, men forskerne mener, at de skal findes i et komplekst samspil af genetiske og miljømæssige faktorer. Eksempelvis ved man, at kost og rygning har betydning, fordi de forskellige faktorer medfører en uhensigtsmæssig aktivering af immunsystemet i tarmslimhinden.

At årsagerne blandt andet skal findes i miljøet ses også ved, at forekomsten af kroniske inflammatoriske tarmsygdomme er høj i de industrialiserede vestlige lande, hvor de fleste tilfælde findes i skandinavien, Storbritannien og Nordamerika. Denne geografiske fordeling af sygdomsforekomsten er dog ved at ændre sig, idet man de senere år har set en stigning i antallet af nye tilfælde i Asien og Østeuropa – områder, som traditionelt tidligere kun havde få tilfælde af disse sygdomme.

Der kan være mange grunde til denne stigning i lande, der traditionelt tidligere kun havde få patienter med kronisk inflammatoriske tarmsygdomme. Eksempelvis øget opmærksomhed omkring denne gruppe af lidelser, forbedret adgang til sundhedssystemet og/eller til at stille diagnosen. Det kan også være ændringer i befolkningens livsstil og de miljøfaktorer, befolkningen kommer i berøring med i takt med den øgede velstand. Omvendt ved vi imidlertid kun lidt om forekomsten, sygdomsforløb og behandlingsstrategierne ved kroniske inflammatoriske tarmsygdomme i Østeuropa. For at råde bod på dette er repræsentanter fra 31 mave-tarm-medicinske afdelinger fra henholdsvis 14 vest- og otte østeuropæiske

lande gået sammen for at finde ud af, hvor mange patienter, der reelt er i Europa.

Hurtigere diagnose i Østeuropa

Undersøgelsen viser, at dobbelt så mange patienter fik stillet diagnosen kronisk inflammatorisk tarmsygdom i de vesteuropæiske som i de østeuropæiske lande. Forskellen kan ikke forklares med, at de østeuropæiske læger anvendte andre diagnostiske kriterier eller ud fra, at der ikke var samme tilgængelighed til de diagnostiske undersøgelser.

Hvis de vesteuropæiske læger havde forestillet sig, at de var mere fremme end deres østeuropæiske kolleger, var dette ikke tilfældet. Således fik et større antal østeuropæiske patienter undersøgt tarmene ved en kikkertundersøgelse, end tilfældet var blandt vesteuropæiske patienter. Derudover fik østeuropæiske patienter generelt stillet diagnosen hurtigere. De observerede forskelle i sygdomsforekomst må altså antages at være reelle.

Miljøfaktorer er ikke hele årsagen

Tilbage står hypotesen om, hvordan miljøfaktorer bidrager til, at forekomsten af kroniske tarmsygdomme er højere i nogle lande, og at stigningen ikke alene kan forklares ud fra en øget genetisk sårbarhed. Vestlig livsstil og kostvaner, herunder øget indtag af raffineret sukker, fedtsyrer, fastfood og reduceret indtag af frugt, grøntsager og kostfibre, har i tidligere videnskabelige studier været koblet sammen med en øget risiko for at udvikle kroniske tarmsygdomme. Vores kostvaner påvirker således tarmfloraens bakteriesammensætning, hvorved risikoen for kroniske

tarmsygdomme kan forværres. Det er imidlertid svært at få et fuldt overblik over kostvanernes betydning, idet mange patienter ændrer deres kost, når de begynder at udvikle symptomer på sygdommene. Det er derfor svært reelt at beskrive den mulige årsagssammenhæng mellem sygdom og kost.

I denne undersøgelse blev 87 forskellige miljøfaktorer, der alle mistænkes at kunne påvirke risikoen

for at udvikle kronisk inflammatorisk tarmsygdom, analyseret. Disse faktorer kunne dog ikke forklare, hvorfor der er dobbelt så mange patienter i Vesteuropa som i Østeuropa. Faktisk havde de østeuropæiske patienter enten højere eller sammenlignelig forekomst af risikofaktorer. Forekomsten af kroniske inflammatoriske tarmsygdomme er imidlertid fortsat stigende og især i områder, hvor forekomsten tidligere var lav.

Colitis ulcerosa

Forskningsforsøg

I Danmark udføres i øjeblikket et klinisk forsøg med det formål at evaluere, om 3,2 gram af et forsøgslægemiddel indgivet dagligt (to 1600 mg tabletter) ikke er mindre effektivt end 3,2 gram Asacol indgivet dagligt (otte 400 mg tabletter) for patienter med colitis ulcerosa.

Egnede patienter:

- Mænd over 18 år.
- Kvinder over 18 år, der ikke er gravide eller ammer.
- Har aktiv let til moderat ulcerøs colitis.
- Skal tage medicin og komme til opfølgende besøg i 12 uger eller mere.

For yderligere oplysninger,
Klik ind på Colitis-Crohn Foreningens hjemmeside www.ccf.dk

Alle kan have brug for et testamente

Colitis-Crohn Foreningens medlemmer søger ofte rådgivning omkring forskellige juridiske aspekter - eksempelvis udarbejdelse af testamente, ægtepagter eller i forbindelse med gaver til familiemedlemmer. Denne artikel gennemgår nogle af de juridiske aspekter, som er vigtige at forholde sig til. Som medlem af Colitis-Crohn Foreningen kan du også få gratis vejledning af advokat Martin Sigsgaard, der har mange års erfaring indenfor arveret.

»Har man eksempelvis livsarvinger - børn og børnebørn - ønsker de fleste at sikre og betænke familien. Det kan være familiens fremtidige behov for bolig, der sikres. Eller at mågestellet ender i de rigtige hænder. Variationerne er mange. Typisk fordeles arven i andele - ofte med en begunstiggelse til en forening eller fond og fordeling af særligt indbo,« siger Martin Sigsgaard.

Bonusbørn – dine, mine og vores børn

Tidligere var kernefamilien normalen. Selv om kernefamilien fortsat eksisterer, er den moderne familiestruktur ikke længere en entydig størrelse. Et tilbagevendende ønske er derfor at sikre bonusbørn/særbørn – de er nemlig arveløse uden testamente, som lovgivningen er i dag. Er man gift, er risikoen, at arven efter begge alene lander hos længstlevendes særbørn. Er man ugifte samlevende, er risikoen, at arven efter førstafdøde lander hos særbarnet i tilfælde, hvor det ville være bedst, at arven lander hos partneren. I sådanne tilfælde kan det være vanskeligt at opretholde den tidligere fælles bopæl. Skal begge sikres - uanset om man er samlevende eller ægtefæller, og skal sol og vind deles lige - eller eventuelt ulige, er det nødvendigt at oprette testamente.

Ugifte samlevende

Er man ugifte samlevende, er man ikke sikret. I sådanne tilfælde tilfalder ejendommen og friværdien Statskassen - eller en eventuel livsarving. Tidligere var det normalt, at boligen alene stod i mandens navn. Det er særligt belastende, at ejendommen og friværdien tilfalder Statskassen, bare fordi der ikke er tegnet testamente. Det er helt unødvendigt og efterlader længstlevende i en meget vanskelig situation.

Giv til velgørenhed og få flere penge

En anden aktuel ting, der typisk overrasker, er muligheden for at tilgodese en velgørende forening - for eksempel Colitis-Crohn Foreningen - uden at arven til familien bliver mindre. Tværtimod. Arvingerne får større arv, end de ellers ville. Det virker selvmodsigende, for

Tilbud til medlemmer af Colitis-Crohn Foreningen

Alle medlemmer af Colitis-Crohn Foreningen er velkomne til uforpligtende at ringe til Martin Sigsgaard og høre nærmere om mulighederne ved arv, gave og testamente. Det er også muligt at tilmelde sig de foredrag, der afholdes i København. Foredragene bliver annonceret på blandt andet www.kroerpramming.dk. Som et tilbud kun til Colitis-Crohn Foreningens medlemmer tilbyder Martin Sigsgaard at udarbejde testamente med rabat til foreningens medlemmer. Kontakt advokatfirmaet på 7199 3131 og læs mere på www.kroerpramming.dk.



formuen bliver jo ikke større. Og det er rigtigt, men afgiften bliver meget mindre. Velgørende foreninger er nemlig fritaget fra at betale arveafgift til staten.

Betinget dig, at den valgørende forening betaler arveafgift og tillægsafgift, er det muligt at lade en valgørende forening arve en ret stor andel af din formue samtidig med, at dine arvinger modtager en større arv, end de ellers ville have fået. For en arving, der skal betale tillægsafgift - søskende, fætre, nevøer eller fjernere slægtninge - er fordelene ca. 2,5%. Altså ca. 25.000 kr. ud af hver million, der testes. Overvejer du at betænke Colitis-Crohn Foreningen i dit testamente, kan du kontakte advokat Martin Sigsgaard.

Du bør oprette et testamente, hvis:

- Du og din partner ikke er gift.
- Du er gift, men ikke har børn.
- Du er gift og I har hver jeres børn.
- Du vil bestemme, hvor dine børn skal vokse op, hvis du dør.
- Du er enlig uden børn eller andre arvinger.
- Du er enke/enkemand uden børn.
- Du er separeret eller skilt uden børn.
- Du selv vil bestemme, hvem der skal arve hvad fra dig.
- Du vil støtte Colitis-Crohn Foreningen eller en anden forening.

Udarbejdelse af testamente

Du kan benytte en advokat til at skrive dit testamente, eller du kan forsøge at skrive det selv. I dag underskrives næsten alle testamenter for Notaren. Notaren er en person, der er ansat på det lokale dommerkontor.

Notaren undersøger ikke, om indholdet af dit testamente følger lovgivningen, eller om dine ønsker kan gennemføres overhovedet. Notaren kontrollerer alene, at testator er ved sine fulde fem. Uanset, at du ikke har børn fra tidligere forhold eller en stor formue i øvrigt, så har alle brug for et testamente.

Advokaten sikrer, at dine ønsker kommer til udtryk i testamentet og er samtidig garant for, at testamentet følger arvelovens regler.

Tilbud på jubilæums sampak

Lige nu har vi tilbud på Colitis-Crohn Forenings jubilæums sampak. Den omfatter foreningens 25-års jubilæumshæfte og plakaten malet af kunstneren Erik Clausen.

Resten af året sælges pakken til halv pris. Dermed koster jubilæums sampakken kun 30 kr., og kan købes på www.ccf.dk/shop/merchandise.



NYT fra lokalafdelingerne

Bornholm

Formand: Kirsten Westh

Tlf. 3195 1801

E-mail: kirsten.westh@gmail.com

Afholdt arrangement

Tur til Bisonerne i Almindingen 13. september 2014. Vi havde glædes os meget til turen og håbet at se hele den store bestand af dyr, men vi havde glemt at få solen med os. Vi trodsede dog den regn, som kom, da vi indledte turen. Os der var mødt op havde en våd, men spændende tur i Almindingen. Vi fandt ikke bisonokserne (de havde gemt sig for regnen). Det blev en tur, hvor vi lærte en masse om svampe, selv den sjældne blomkålssvamp fandt vi. Vi havde nogle gode timer, som vi afsluttede med vores medbragte kaffe og kage.

Kommende arrangementer

Medlemsmøde 4. november 2014 kl. 19.00-21.00 i den lille sal på Bornholms Hospital. Emne: Erfaringsmøde (et ønske fra nye medlemmer, men som vi alle kan få glæde af).

Generalforsamling, medio januar 2015.

Fyn

Formand: Rikke Vium

Tlf. 2168 9663

E-mail: crocofyn@hotmail.com

Afholdte arrangementer

Efterårsarrangement: Børn med IBD

9. oktober kl. 19.00 afholdt vi årets efterårsarrangement, som denne gang omhandle børn med IBD. Hvordan påvirker IBD barnets krop? Hvordan lever børn og deres familier med en kronisk sygdom? Hvad er forskellen på IBD hos børn og voksne - både sygdoms- og behandlingsmæssigt?



Aftenens foredragsholdere var Kasper Dalby, der er speciallæge i pædiatri og lektor på Syddansk Universitet, samt psykolog Kristján Grimsson. De er begge fast tilknyttet gastro-teamet på HC Andersens Børnehospital i Odense, hvor de dagligt følger mange IBD-børn/unge og deres familier.

Aftenens program

19.00-19.45: Medicinsk behandling af IBD hos børn (Kasper Dalby).

19.45-20.00: Kaffepause.

20.00-20.30: At leve med IBD som barn (Kristján Grimsson).

20.30-21.00: Diskussion og spørgsmål.



Forinden efterårsarrangementet var der mulighed for at mødes til let spisning, snak og hyggeligt samvær. Glæd jer til referatet fra dette arrangement i næste medlemsblad.

Kommende arrangementer

Generalforsamling 2015

Vi arbejder pt. på at arrangere generalforsamlingen for 2015 samt en efterfølgende foredragsholder. Generalforsamlingen vil finde sted i løbet af februar 2015, men datoen er endnu ikke fastsat, så hold øje med postkassen og mailboksen.

Low FODMAP

20. maj 2014 afholdt vi et spændende foredrag med diætist og medforfatter på de to Low FODMAP bøger, Mette Borre. Vi planlægger endnu et foredrag med Mette om diæten i løbet af 2015, da mange medlemmer har vist interesse herfor. Det vil denne aften blive mere konkret om selve diæten, idéer til kosten med mere, og aftenen vil primært være rettet mod dem, der allerede følger diæten eller overvejer at begynde med den. Alle er dog velkomne.

Forslag fra medlemmerne

Colitis-Crohn Foreningen er til for jer, og netop derfor er vi i bestyrelsen interesserede i arrangementer og foredrag, som falder i netop jeres interesse. Skulle der sidde nogle med forslag til arrangementer, foredragsholdere eller emner til mulige foredrag, så send meget gerne en mail til Crocofyn@hotmail.com

Færøerne

Formand: Teitur Vágadal, Tórshavn
Tlf. 218 857
E-mail: ccf@mail.fo

København

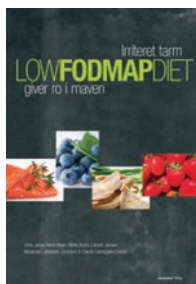
Formand: Henriette Vransø
Tlf. 5188 5019
E-mail: platform_shoes@hotmail.com

Siden sidst

Ungegruppen har siden sidst haft to arrangementer. 19. juli fandt et grillarrangement sted på Amager Strandpark. Vejret var fantastisk, og alle tog noget med til grillen, hvorefter der blev snakket, til solen gik ned. 13. september blev der afholdt endnu et socialt arrangement. Her stod der lokumsræs på programmet med efterfølgende middag på Café Klimt. Der var eminent betjening, ikke mindst fra kokkens side, der opfyldte alle særlige ønsker, en dårlig mave kan have brug for. Sikken service. Aftenen sluttede med en tur på cocktailbar. I arrangementerne deltog henholdsvis otte og ni personer.

Medlemsarrangement 18. september: Low FODMAP diet ved Colon irritable (IBS)

Mødet fandt sted på Herlev Hospital i det store auditorium. Der var et fantastisk fremmøde med godt 200 deltagere (242 tilmeldte). Pia Munkholm, professor, overlæge, dr.med., og diætist Lisbeth Jensen, medforfatter til FODMAP bøgerne,



stod for aftenens to meget kompetente foredrag. Under arrangementet trak vi lod om fire FODMAP-bøger blandt 27 gavebidragsydere. Efter aftale - og i samarbejde med Colitis-Crohn Foreningens webshop - solgte vi 33 FODMAP bøger. Herved sparede køberne de forsendelsesomkostninger, der ellers ville være blevet pålagt ved køb gennem webshoppen.

Kommende arrangementer

Ungegruppen: Arrangement 4. november. Blandet arrangement med erfaringsudveksling i hyggelig atmosfære, hvor der lægges ud med et socialt brætspil den første time. Derefter går vi i dybden med to emner, som bliver vedtaget gennem afstemning på Facebook. Følg derfor med i vores Facebookgruppe "CCF Ungegruppe København" og få indflydelse på dagsordenen. Information om tid og sted finder du også der. Er du ikke medlem, kan du melde dig ind i Facebookgruppen, hvis du er under 35 år og medlem af Colitis-Crohn Foreningen.

Kirurgisk foredrag med overlæge Claus Buhl Nielsen

12. november kl. 19.00-21.00 i det grønne lokale på 1. sal., Hvidovre Hospital. Claus Buhl Nielsen vil have særligt fokus på J-pouch operationen. Han vil fortælle om, hvorfor J-pouch operationen bliver foretaget på især patienter med colitis ulcerosa, der har fået fjernet tyktarmen.

Han vil samtidig komme ind på, hvorfor det rent faktisk er en rigtig god løsning for mange. Forbedret livskvalitet og eventuelle uhensigtsmæssigheder ved operationen for nogle vil også blive berørt i foredraget, ligesom overlægen vil komme ind på andre kirurgiske behandlingsmuligheder og de nyeste landvindinger inden for kirurgien i forhold til colitis ulcerosa og morbus Crohn.

Der vil blive mulighed for at stille spørgsmål til Claus Buhl Nielsen efter pausen. Colitis-Crohn Foreningen København er i pausen vært med vand og frugt. Til-



NYT fra lokalafdelingerne

melding til medlemsmødet senest 9. november på mail: ccf.kbh@gmail.com. Yderligere informationer på tlf. 6138 5461.

Generalforsamling 3. februar 2015

Colitis-Crohn Foreningens lokalafdeling i København indkalder til generalforsamling tirsdag 3. februar kl. 19.00. Dagsorden ifølge vedtægterne (kan læses på: www.ccf.dk/lokalafdelinger/kobenhavn/arrangementer). Generalforsamlingen afholdes på Herlev Hospital i det store møderum i stueetagen ved forhallen.

Efter generalforsamlingen, ca. kl. 20.00, kommer ph.d.,-studerende Hengameh Mirsepasi. Hun vil fortælle om international forskning og forskning på Statens Serum Institut, der viser, at forekomst af colibakterier i tarmen har indflydelse på opblussen hos patienter med morbus Crohn og colitis ulcerosa. Vi vil bede hende fortælle, hvilken betydning denne forskning på sigt har/kan få for patienter med morbus Crohn og colitis ulcerosa. Foredraget er formentlig meget specifikt, men bestemt interessant.

Familie og pårørende til medlemmer af Colitis-Crohn Foreningen er altid velkomne til at deltage i alle vores arrangementer, ligesom medlemmer fra andre lokalafdelinger kan deltage i Colitis-Crohn Foreningen Københavns medlemsmøder.

Tilmelding til generalforsamlingen og/eller foredraget senest 1. februar på mail: ccf.kbh@gmail.com. Yderligere informationer på tlf. 6138 5461.

Midtjylland

Kasserer: Ove Kokholm
Tlf. 8661 5991
E-mail: ove.kokholm@easyrun.dk

Medlemsmøde i De frivilliges Hus, Vesterbrogade 1, 8800 Viborg, (på hjørnet af Jernbanegade og Vester-

brogade) onsdag 12. november kl. 19.00. Vi sørger for kaffe og sodavand samt lidt sødt og småkager.

Vi får forhåbentlig en hyggelig og uformel aften, hvor der er mulighed for at tale med nye eller gamle venner. Der er ikke nogle faste punkter på programmet. Sidste gang fyldte vi næsten lokalet.

Midtsjælland

Formand: Lone Valvik
Tlf. 4646 1331
E-mail: valvik@mail.dk

Colitis-Crohn Foreningen Midtsjælland havde i september et arrangement for medlemmer, hvor Nordisk Rebalance fortalte om Profermin, som især har positiv effekt på colitis ulcerosa- og IBD-patienter. Det var dejligt, at så mange havde lyst til at deltage den aften.

Som nystartet afdeling har vi dog valgt ikke at afholde flere arrangementer i år. I 2015 afholder vi generalforsamling 7. marts, hvor vi serverer brunch og har inviteret sygeplejerske Jette Fjellerad Jensen fra Køge Sygehus, som har lovet at fortælle om Køge Sygehus IBD skole. Se nærmere på hjemmesiden senere på året. Vi ønsker alle medlemmer og læsere en god jul og godt nytår.



Midtvestjylland

Der er i øjeblikket ingen fungerende lokalafdeling i Midtvestjylland. Ønsker du at være med til at starte lokalafdelingen op, så kontakt da foreningen på info@ccf.dk.

Nordjylland

Formand: Bjarke Christiansen
Tlf. 9890 9716
E-mail: bjarke.chr@privat.dk

Nordsjælland

Der er i øjeblikket ingen fungerende lokalafdeling i Nordsjælland. Ønsker du at være med til at starte lokalafdelingen op, så kontakt da foreningen på info@ccf.dk.

Storstrøm

Formand: Morten Friis Hansen
Tlf. 2293 9840
E-mail: mofriha@gmail.com

Vores første sociale arrangement blev afholdt lørdag 16. august, hvor vi besøgte Knuthenlund Gods i Stokkemarke på Lolland. 19 medlemmer og deres familier var mødt op for at få et par hyggelige timer sammen. Vi begyndte med en sandwich, inden ejer Susanne Hovmand-Simonsen viste rundt på godset og fortalte om hele processen omkring omlægning fra traditionelt landbrug til økologisk landbrug med at malke geder og får. Hvordan der blev sået urter på markerne, hvor dyrene græsser, for at give smag til mælken, hvilket må siges at have givet pote, når man ser på de mange præmier, godsets mejeri har vundet for de forskellige oste, hvilke vi sluttede af med at smage i mejeriudsalget.

Foruden eget mejeri er man i gang med at indrette kornmølle og har planer om også at bage brød af korn fra egen mark. Derudover var vi forbi frilandsgrise, der består af en dansk svinerace, der er udgået af kommerciel svineproduktion. Når ungerne bliver en vis størrelse, går de resten af deres liv i skovene omkring Knuthenlund Gods. Sluttelig så vi, hvordan man er i gang med at opformere gamle danske æblesorter, der kun findes i biobank. Alt i alt en god dag med mange oplevelser, og bestemt et sted, der vil være et besøg værd om tre-fire år, for at se hvordan det er gået med de igangværende projekter.

Af kommende opgaver for bestyrelsen kan nævnes, at vi 12. november deltager i dialogmøde med by-

rådsmedlemmer og embedsmænd omkring vores deltagelse i frivillighedsforeningen i Guldborgsund Kommune. Det er blandt andet gennem frivillighedsforeningen, at vi får stillet lokaler til rådighed, når vi afholder bestyrelsesmøder.

Årets næste arrangement bliver vores julemøde, der vil blive informeret om senere, når dato og programmet ligger fast.

Sydvestjylland

Næstformand: Per Larsen
Tlf. 2222 1940
E-mail: perccf@gmail.com

Kommende arrangementer

Julebanko tirsdag 2. december kl. 19.00 i Frivillighuset Vindrosen i Esbjerg. Alle er velkomne - også pårørende. Prisen er 30 kr. Der udsendes separat invitation med mere information.



27. januar 2015 kl. 19.00 i frivillighuset Vindrosen GF – mød op og vis din støtte!!! Vi har brug det. Ellers ser bestyrelsen sig nødsagt til at nedlægge afdelingen. Det vil vi være meget ked af.

Sydstjylland

Formand: Karina R. Kristensen
Tlf. 2256 5405
E-mail: ccf.vejle@gmail.com

Afholdte arrangementer

Der var desværre ikke ret stor tilslutning til vores sidste medlemsmøde, hvor vi lavede LCHF mad i et skolekøkken i Vejle. De fremmødte havde dog en sjov og lærerig aften, hvor der blev lavet sund og super god mad! Det var hyggeligt, og der blev talt om alt mellem himmel og jord.



NYT fra lokalafdelingerne

Kommende arrangementer

Vi glæder os til at byde alle medlemmer og pårørende velkommen til Julemødet 18. november 2014 kl. 19:00 i Spejderhytten i Fredericia, Skovvejen 48, 7000 Fredericia – samme sted som Julemødet sidste år. Vores oplægsholder denne gang er ergoterapeut Merete W. Bennedsen fra Sundhedscentret i Vejle, og emnet er ”at leve med en kronisk sygdom”.

At få en kronisk sygdom som følgesvend gennem livet betyder ikke blot livslang behandling, men også nye udfordringer i hverdagen - udfordringer man selv skal håndtere.

Merete W. Bennedsen arbejder til daglig med personer, der lever et liv med kronisk sygdom, og hun fortæller her lidt om, hvad det kan betyde for den enkelte – og ikke mindst hvilke redskaber, som kan være nyttige at læne sig op af, når hverdagen skal håndteres og - ikke mindst - når livet skal leves. Flere kommuner tilbyder gratis kurser for kronisk syge, hvilke er et super tilbud.

Herefter vil der traditionen tro være vores amerikanske lotteri med forhåbentlig fine gevinster. Der vil også være lidt forfriskninger. Pris for deltagelse er kr. 50 pr. person. Vi glæder os til at se jer alle.

Tilmelding er nødvendig og skal ske på mail ccf.vejle@gmail.com eller på tlf. 2256 5405 senest 10. november 2014.

Glædelig jul og et godt nytår til alle.



Sønderjylland

Der er i øjeblikket ingen fungerende lokalafdeling i Sønderjylland. Ønsker du at være med til at starte lokalafdelingen op, så kontakt da foreningen på info@ccf.dk.

Vestsjælland

Formand: Heidi Christensen
Tlf. 4034 0640
E-mail: heidichristensen.heidi@jubii.dk

Afholdte arrangementer

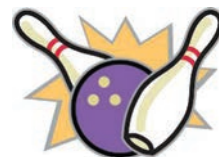
I anledning af Colitis-Crohn Foreningens 25 års jubilæum fejrede Colitis-Crohn Foreningen Vestsjælland det sammen med medlemmerne på et Isefjord Cruise. Fredag 1. august 2014 sejlede vi af sted med 34 deltagere inkl. gæster fra Jylland og København ud på Danmarks smukkeste fjordcruise rundt i Bramsnæs Bugt.

Humøret var højt på sejlturen, og vi nød alle den levende musik ombord og spiste vores bestilte landgangsbrød, mens vi nød et dejligt glas vin og hyggelig socialt samvær. Det var bestemt det hele værd, for landskabet kunne nydes fra vandsiden, samtidig fik vi duften af frisk havluft. Vi sluttede sejlturen med en fantastisk flot solnedgang.

Kommende arrangementer

Bowling

Hermed inviteres du/I til bowlingaften fredag 21. november 2014 kl. 17.30 i Mega Bowl, Mellemvang 5, 4300 Holbæk. Vi mødes kl. 17.30, hvor vi vil få udleveret sko etc. Planen er, at vi bowler kl. 18-19, hvorefter foreningen er vært ved jule tæ selv bord + en genstand til hver.



Der er en egenbetaling på 125 kr. pr. person, som ved tilmelding bedes indbetalt på kontronr.: 5356 0000345663. Tilmelding til arrangementet skal ske til Annette Mikkelsen senest 9. november på mail: at.mikkelsen@gmail.com eller på tlf. 4219 5994, skriv venligst antal og mobil vi kan træffe jer på.

Vi håber at se så mange medlemmer som muligt og, at vi må få nogle sjove og hyggelige timer sammen.

Generalforsamling 2015

Colitis-Crohn Foreningen Vestsjælland afholder ordinær generalforsamling tirsdag 24. februar 2015 kl. 19.00 i Copas Hus, Jyllandsgade 41, 4100 Ringsted. Dagsorden vil blive lagt ud på hjemmesiden. Husk at sætte kryds i kalenderen.

Østjylland

Formand: Inger Graversen
Tlf. 8652 0188, efter kl. 17.00
E-mail: ig@ccf.dk

Tidligere arrangementer

11. september 2014 – Havde vi besøg af Mette Juhlsgaard Nielsen fra Afd. V Aarhus Sygehus. Mette har netop lige færdiggjort sin ph.d. som omhandlede IBD og fertilitet hos både mænd og kvinder samt også graviditet, fødsel og amning hos kvinder med IBD. Det var et virkeligt spændende foredrag.

Mette fortalte om den sparsomme viden, der er omkring seksualitet hos mænd og kvinder med IBD. Der blev også fortalt om IBD og fertilitet hos kvinder og mænd samt medicinens indflydelse herpå. Sygdomsaktivitet i disse perioder af livet, medicinsk behandling, fødselsudkomme, danske erfaringer med IBD og graviditet.

Mette er også ansvarlig for det største internationale multicenter studie i 3 lande. Studiet afsluttes om et par måneder. Vi var så heldige, at vi fik en up-date

af de nyeste resultater. Ligeledes fortalte Mette også viden omkring biologisk terapi og graviditet samt amning, der endnu ikke er publiceret.

Kommende medlemsmøder

8. november 2014 - Lokalfdeling Østjyllands 25 års jubilæum. Vi vil gerne fejre os selv med en panel-debat. Vi har allerede tilsagn fra flere spændende behandlere.

4. december 2014 - Årets sidste medlemsmøde, i lig med tidligere år vil der også denne gang bla. være banko, amerikansk lotteri samt julehygge med knas.

Vi vil også prøve at opstarte Erfa-grupper. Datoer for afholdelse af disse er endnu ikke fastlagt.

Der vil som sædvanlig blive udsendt invitationer pr. mail og brev, hvor I kan læse mere om arrangementerne og omkring tilmelding.

I lokalfdeling Østjylland har vi en velfungerende ungegruppe, hvor vi mødes ca. hver anden måned, på en cafe eller lignende. Vores næste arrangement bliver en omgang minigolf. Her har du rig mulighed for, at mødes med en flok fantastiske unge i alderen 18-30 år.



Læs mere på vores Facebook gruppe: ccfungegruppeostjylland.



På bestyrelsens vegne
Inger Graversen

Få CCF Magasinet som pdf-fil

Ønsker du at modtage CCF Magasinet som pdf-fil i stedet for med posten. Kontakt sekretariatet på info@ccf.dk eller tlf.: 3535 4882.



Ungekursus 2015

Er du medlem af Colitis-Crohn Foreningen, og lider du af morbus Crohn, colitis ulcerosa eller irriterabel tyktarm? I begyndelsen af 2015 afholdes der kursus for dig og andre unge i alderen 16-30 år, der lider af en af sygdommene. Kurset foregår på Kerteminde Vandrerhjem 27. februar - 1. marts 2015. Prisen for hele kurset er 500 kr. pr. deltager.

Kurset vil byde på forskellige foredrag med fagfolk. Det kan for eksempel være læger, kirurger,

socialrådgivere og terapeuter. Herudover vil der blive lagt stor vægt på det sociale. Der vil være rig mulighed for at snakke sammen deltagerne imellem. Tid til at snakke om, hvor svært det kan være at have en kronisk sygdom, at det kan være svært at snakke med familie og venner om det. Du vil opdage, at du ikke er alene.

Du vil få dine transportudgifter refunderet efter billigste DSB-takst.

Se mere om kurset og tilmeld dig på: www.ccf.dk/kurser/ungekursus.
Sidste frist for tilmelding er 6. februar 2015.

Kursus for forældre og børn

Tag på weekend med familien og lær andre i samme båd at kende. Lider dit barn af morbus Crohn, colitis ulcerosa eller irriterabel tyktarm? I februar 2015 afholdes der igen kursus for familier, hvor børn og unge i alderen 6-18 år med en af sygdommene samt deres forældre og søskende kan deltage.

Weekenden byder på børneaktivitet i form af kreative ting og udendørs leg. For forældrene vil der være forskellige foredrag, eksempelvis med læger, psykologer og socialrådgivere. Herudover vil der være rig mulighed for at tale om hverdagens problemer og få et indblik i, at man ikke er alene.

Meld jer derfor til en indholdsrig kursus-weekend 20.-22. februar, hvor hele familien kan være sammen med ligestillede. Pris for hele weekenden er 450 kr. pr. deltager og 150 kr. for søskende (6-18 år), dog maksimalt to søskende.

Weekenden vil denne gang finde sted på Kerteminde Vandrerhjem. Alle bliver indlogeret på værelser, hvor der er eget bad og toilet. Derfor vil der også kun være et begrænset antal pladser på kursusstedet, og tilmelding foregår efter først til mølle princippet.

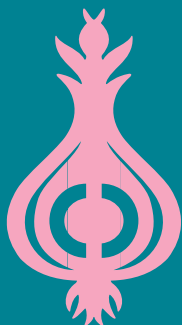
På kurset er der ingen aldersgrænse, men man skal have lyst til at være sammen med børn i

alle aldre og deltage i de planlagte aktiviteter. Selvfølgelig tages der højde for, at man kan have det skidt, men ellers så kontakt os og vi finder en løsning, der er tilfredsstillende for jer og jeres situation.

Ved spørgsmål skriv til mail-adressen: info@ccf.dk eller ring til sekretariatet i Odense på tlf.: 3535 4882. Du vil så blive henvist til den rette person for at få dine spørgsmål besvaret på bedste vis.

Kom som I er, med jeres rygsække fyldt med oplevelser og erfaringer, som vi alle kan have glæde af. Undervejs vil I garanteret opleve, at I også får fyldt mere i, og når I skal hjem, vil rygsækken højst sandsynligt være fyldt op med ny viden og mange indtryk fra andre familier i samme båd som jer.

Sidste frist for tilmelding er 30. januar 2015. Tilmelding foregår på foreningens hjemmeside: www.ccf.dk/kurser/foraeldre_-_boernekursus.



Colitis-Crohn Foreningen

Landsforeningen til bekæmpelse af colitis ulcerosa
og morbus Crohn samt andre relaterede tarmsygdomme

Klingenberg 15, 2. th. • 5000 Odense C • tlf. 3535 4882 • mail: info@ccf.dk

Åbningstider i sekretariatet

Mandag, torsdag og fredag kl. 9.00 - 13.00 • tirsdag kl. 9.00 - 18.00

Landsformand

Bente Buus Nielsen

Hovedbestyrelse

Bjarke Christiansen

Inger Graversen

Lise B. Nielsen

Kenneth Hoffmann

Morten Friis Hansen

Louise Hansen

Charlotte Soelberg Bjerggård

Therese Elin Larsen

Casper Nagel

Suppleanter

Charlotte Nielsen

Sonja Thybo Thomsen

Revisorer

Anni Faarup Christensen

Ulla Arnum

Det Lægelige Råd

Anders Pærregaard, overlæge

Karsten Lauritsen, overlæge

Pia Munkholm, professor, overlæge

Ida Vind, overlæge

Niels Qvist, professor, overlæge

Jan Fallingborg, overlæge

Jens Dahlerup, overlæge

KIT-rådgivningen

Den telefoniske rådgivning

Mandag kl. 18.00-20.00

Torsdag kl. 9.00-11.00

Tlf. 7020 4882

Mail: kit@ccf.dk

Socialrådgiver

Maiken Guldborg

Tirsdag kl. 15.00-18.00

Torsdag kl. 11.00-13.00

Tlf. 5057 4982

Mail: social@ccf.dk

Diætisterne

Stine Junge Albrechtsen

Guidedbystine.dk

Mette Borre

Aarhus Universitetshospital

www.diaetist-metteborre.dk

Redaktion

Bente Buus Nielsen

Mandag kl. 16.00-20.00

Tlf. 6072 3180

Mail: bbn@ccf.dk

Lokalstof: info@ccf.dk

Husk at melde flytning til sekretariatet ved at sende en mail til: info@ccf.dk

Kommende kurser og møder

Forældre/børn: 20.-22. februar 2015

Ungekursus: 27. februar-1. marts 2015

Voksenkursus: 29.-30. august 2015

Ungekoloni: 24.-27. september 2015

Ferielukket

Sekretariatet, socialrådgiveren og KIT-
telefonen holder julelukket i uge 52 og 1.

Deadline for materiale til næste udgivelse er 6. januar 2015

Colitis ulcerosa og irritabel tyktarm kan nu behandles uden bivirkninger og med dokumenteret effekt.

*Se mere på nordiskrebalance.dk
eller ring på 4810 7000*



nordiskrebalance