

Onderwerp: FW: Nieuwsbrief december 2012



NIEUWSBRIEF DECEMBER 2012

STOMA - ACTIEF

“Een zakje op mijn buik, neen!

Dat is niets voor mij!”.

Je hebt het als stomadrager waarschijnlijk al eens meegemaakt dat opeens het onderwerp stoma te sprake komt bij mensen die hiervan niet op de hoogte zijn. De reacties hier op zijn verschillend. Het verschilt van persoon tot persoon .

Onlangs gebeurde het tweemaal dat mensen me vertelden “Een zakje op mijn buik, neen! Dat is niets voor mij!”.

De eerste keer was tijdens de vakantie. Mijn goede vriendin en ik hadden tijdens een korte trip een gesprek met een wat oudere dame. We hadden het over



Zalig Kerstfeest en Gelukkig Nieuwjaar



Met stoma-actief kijken we met trots terug op het afgelopen jaar .

Onze actieve uitstappen van het voorbije jaar waren succesvol.

Vooreerst was er de uitstap naar Eurotec in Roosendaal waar we zeer goed werden ontvangen en heel wat hebben bijgeleerd over hoe stomamateriaal wordt vervaardigd. Ook konden we ervaren hoeveel handwerk er nog komt bij kijken vooraleer het kan gebruikt worden .

Onze volgende uitstap naar de Chinese wijk in Antwerpen was zeer plezant ! Een dag waarvan we allen genoten hebben ! De dag ging van start met een gegidste wandeling doorheen de Chinese wijk. Iedereen luisterde aandachtig naar Philippe, de gids , die ons onderdompelde in de Chinese Cultuur met zijn mooie verhaal over de Chinese geschiedenis, een geheel nieuwe ontdekking ! We bezochten verschillende facetten van de Chinese cultuur, hun geloof , acupunctuur, Chinese bakker om te eindigen in de supermarkt “ De Sunwah ” . Na de wandeling mochten we aanschrijven in het Chinese restaurant “ Monkey King “ eigendom van onze gids! Hier werd vrolijk bijgepraat, een lekker glaasje gedronken en een goed gevuld bord werd meer dan gesmaakt.

Volgend jaar voorzien we opnieuw enkele gezellige en leerrijke uitstappen.

Suggesties zijn altijd welkom!

Mijn team en ikzelf wensen U en uw familie een fijne kerst en een gelukkig maar vooral gezond 2013!

***Getekend Voorzitster
Christine Debard***

vroegere operaties en ziektes dat we hadden meegemaakt. Ze vertelde dat ze geopereerd was aan haar blaas wegens herhaaldelijke blaasontstekingen. Maar nog steeds moest ze zeer attent zijn en niet teveel drinken want de blaasontstekingen komen veelvuldig terug . Ik vertelde haar dat dit op termijn misschien zou kunnen leiden tot een stoma .

De dame reageerde geschokt en zei me *“Ziet ge mij een vrouw van 60 jaar met een zakje, wat zou mijn man dan wel zeggen?”* .

Zelf heb ik al 30 jaren een stoma en was nog maar 28 jaar toen ik mijn stoma kreeg en ook ik had al een man. Hij heeft dit geaccepteerd, mijn stoma is een deel van mij die er nu eenmaal bij hoort.

De tweede keer kwam stoma ter sprake bij een fietstocht. Tijdens een rustpauze dronken mijn buurvrouw en ik een koffie. Mijn buurvrouw herkende een vroegere jeugd vriendin, ze raakten aan de praat en blijktbaar had één van haar zussen een koortsblaas op de darm gehad met het gevolg een tijdelijke stoma.



WANDELING IN DE CHINESE WIJK IN ANTWERPEN

Zaterdag 24 november was er onze najaarsactiviteit met wandeling door de Chinese wijk te Antwerpen. We verzamelden aan Aquatopia en omstreeks 15 uur vertrokken we met onze gids , Philippe, op verkenning door de Chinese wijk.

De mooie Chinese ingangspoort die we kennen uit zovele landen waar men Chinatown binnengaat of uit de film, was omringd met stellingen voor restauratie en herstelling. Aan de andere ingang van de straat lieten de 2 leeuwen zich van hun beste kant zien. Het weer was ons niet steeds gunstig gezind , met af en toe wat regen, maar dat kon de sfeer niet bederven. Wij kregen heel wat interessante uitleg over de geschiedenis, maar ook over de cultuur en levensgewoonte van de Chinezen. We gingen binnen bij de Chinese bakker, de tempel, bezochten een acupuncturist om te eindigen in de grote Chinese supermarkt " De Sunwah" . Nadien was het nog leuk in het Chinese Restaurant " Monkey King " waar het er vrolijk aan toe ging met een stevig glaasje en een lekker Chinees menu kon het echt niet meer stuk. We haalden nog juist de laatste trein, maar keerden naar huis met een zeer goed gevoel . Zoals Kathleen in haar column schrijft is dit zeker voor herhaling vatbaar en u mag van stoma-actief zeker meerdere uitstappen verwachten in 2013.

Hou zeker de website in de gaten : www.stoma-actief.be



Opnieuw diezelfde reactie van daarnet *“Zelf zou ik er niet mee kunnen leven, ik was blij dat het een tijdelijke stoma was”*. Mijn buurvrouw die weet dat ik een stoma heb, was geschrokken van de uitspraak van haar jeugdviendin en kon moeilijk begrijpen dat mensen niet inzien dat een stoma een hulpmiddel is en veel verbetering brengt voor de pijn die men eerder geleden heeft.

We weten allemaal dat een stoma geen pleziertje is. En we hebben er zeker niet voor gekozen, maar we hebben wel door onze stoma een 2^{de} kans gekregen in ons leven. De stoma geeft ons weer de kans om te leven!

STOMA-ACTIEF, Een jaar voorbij !

Onze eerste verjaardag komt eraan op 27 december 2012 .

Ongeveer een jaar geleden is stoma-actief ontstaan uit het vorige stoma-jong-actief. Wij zijn heel tevreden over hetgeen wij het afgelopen jaar bereikt hebben. De vele mensen die we kunnen helpen hebben via mail, telefoon, bezoeken, onze attractieve uitstappen. Dit

STOMA-ACTIEF brengt zoals onze naam zegt op een actieve maar ook op een attractieve, leuke manier mensen samen om te praten over hun problemen, hun ervaringen in het omgaan met stoma.

STOMA-ACTIEF geeft u alle steun die u nodig heeft. Wij helpen en verdedigen u .Wij kunnen niet alle problemen oplossen, maar zij die ons kennen en op onze hulp beroep gedaan hebben, weten dat we niet snel opgeven en zeer ver gaan.

STOMA-ACTIEF wordt bijgestaan door jonge ouders die u graag verder helpen met hun ervaringen indien uw kindje een stoma krijgt na bv ziekte van Hirschspung.

STOMA-ACTIEF werkt belangeloos, U hoeft geen lid te zijn , de vrijwilligers delen hun ervaring met u. Wij zijn er voor U !



STOMAMATERIAAL NAAR GUATEMALA

Onlangs kregen we van [Vriendengroep Guatemala](#) de vraag om stomazakjes. Men vroeg Convatec, ééndelig en tweedelig.

Het moest snel gaan want een Zuster van Huldenberg vertrok enkele dagen later naar Guatemala. Met spoed hebben we het gevraagde materiaal bijeengezocht ook mede door de hulp van onze vrienden van Stomavereniging Regio Antwerpen, waarvoor dank, hadden we genoeg zakjes en pasta om enkele mensen een jaar lang te kunnen verder helpen

Een bijna volle valies met stomazakjes werd meegegeven, pasta en ook wat van onze goeie Belgische chocolade als een vervroegd Nieuwjaarsgeschenk voor de zusters.

Als ge weet dat 1 stomazakje in Guatemala 4,5 euro kost en men heel wat minder inkomsten heeft dan hier. Dan is die hulp zeker welgekomen, ook al is de kostprijs 150 euro om een extra valies mee te geven.

Niettemin zijn we blij dat we mensen in Guatemala hebben kunnen helpen en men mag ook in de toekomst op ons rekenen.

bezoek website : [Vriendengroep Guatemala](#)

alles stimuleert ons om op de ingeslagen weg verder te gaan. Wij voorzien in 2013 meer leuke activiteiten en hopen u daar te ontmoeten.
STOMA-ACTIEF is er voor U !

STOMA-ACTIEF beperkt voor u als stomadrager de kosten tot een minimum , 0 euro lidgeld, op onze activiteiten wordt voor de stomadrager een groot gedeelte van de werkelijke kost betaald door stoma-actief.
STOMA-ACTIEF is er voor U !



STOMAVLAANDEREN

Stomavlaanderen is een samenwerking van alle Vlaamse stomaverenigingen/afdelingen. Na het succes van de eerste editie stomavlaanderen op 10 oktober 2011 in Malle komt er een vervolg op **zaterdag 26 april 2014 in Duinse Polders in Blankenberge met als slogan : (over) leven met een stoma** Vermits we stomavlaanderen noemen is het maar logisch dat we iedereen de kans geven om eens kort bij huis deze

Lieve vrienden,

Een heel nieuw jaar staat weer voor de deur. Wat vliegt de tijd, soms veel te vlug. Daarom proberen we toch eventjes stil te staan bij de mooie momenten. Zoals bijvoorbeeld, zaterdag 24 november. Met een aantal leden van stoma-actief genoten we van een Chinese wandeling in Antwerpen met aansluitend een heerlijk chinees diner. Ondanks het slechte weer was er veel warmte aanwezig. We zagen bekende gezichten terug, het was fijn bijbabbelen, aperitieven en genieten van lekker eten en elkaars gezelschap. Na een fijne middag en avond spoorden we met z'n allen terug naar huis, moe maar heel voldaan, zelfs Jill vond het super. Zo'n dagen zijn zeker voor herhaling vatbaar, tenslotte zijn we lotgenoten en vullen we elkaar aan met idee'tjes, ditjes en datjes. Dus voor iedereen die deze dag gemist heeft zou ik zeggen, hou de website in het oog en noteer zeker en vast de datum voor volgende activiteit, jullie gaan er zeker geen spijt van krijgen! Ik wens jullie allemaal een hele warme kerst en een fantastisch 2013, waarin geluk, liefde en vooral een hele goede gezondheid centraal mogen staan!

Lieve groetjes,
Kathleen en Jill

inforonamiddag bij te wonen.
Vorige editie was Antwerpen,
ditmaal is West-Vlaanderen aan
de beurt.

De datum lijkt nog ver weg,
maar het vergt heelwat
voorbereiding om een zo
uitgebreid, vernieuwend
programma klaar te krijgen.
www.stomavlaanderen.be

STOMA-ACTIEF heeft in
vorige editie actief meegewerkt
en zal ook deze keer al het
mogelijke doen om een succes
te maken van deze infodag.
Wij zijn er tenslotte voor U !

LANDELIJKE NEDERLANDSE STOMADAG IN EINDHOVEN

Zaterdag 10 november vond in Eindhoven de Landelijke stomadag plaats . **STOMA-ACTIEF** was aanwezig en volgde voor u de workshop : Laseren van de huid rondom stoma.

Voor veel stomadragers, misschien ook wel voor u is het een bekend probleem : de stomaplak hecht niet goed door de haren op de huid rondom de stoma en hierdoor kunnen lekkages ontstaan. Ook kunnen irritaties ontstaan van de behaarde huid door het veelvuldig verwisselen van de stomaplak en kunnen ingegroeide haren ontstekingen veroorzaken.

Ontharen van de huid rondom de stoma kan voor deze problemen een uitkomst bieden en biedt ook het voordeel dat men niet meer moet scheren. Na een behandeling wordt de huid rood en gevoelig, maar gaat niet stuk.

Nadeel is dat blonde, grijze of donsharen niet verdwijnen. Met een donker getinte huid heeft men meer behandelingen nodig. Wanneer het niet vergoed wordt is het duur en kost ongeveer 85 euro per behandeling.

Wanneer men zich aanbiedt bij de dermatoloog wordt onderzocht welke kleur van haren, dik of dun haar , aan aan de hand hiervan worden behandelingen bepaald. Meestal zijn er 5 tot 10 behandelingen nodig.

Na deze behandelingen is 70 tot 90 % van de haren weg en de overgebleven haren zijn dunner.

Men moet zich nadien 1 tot 2 keer per jaar aanbieden voor onderhoud.

Bij bacteriële en virale infecties, epilepsie, zwangerschap of bij gebruik van antibiotica worden er geen behandelingen gedaan.

Voor en na de behandeling gedurende 4 tot 6 weken geen zonnenbank, zonnenbaden of zelfbruinende crèmes.

In Nederland zijn er enkele zorgverstrekkers die de laserbehandeling vergoeden. Hoe zit het in België ? : [Lees verder](#)

uitschrijven nieuwsbrief : info@stoma-actief.be

STOMA-ACTIEF

v.

u. Vanderstukken Jean-Pierre 0478/255773