



## 'Ik vroeg me af: hoeveel van mijn oude ik was er nog over?'

Voor Remco is sporten als ademen. Tot endeldarmkanker zijn leven in 2021 veranderde. Na een operatie en herstel met een stoma, dacht hij dat zijn sportieve leven voorbij was. Maar hij bewees het tegendeel.

'Tennis, padel, hardlopen, mountainbiken: ik word daar zo blij van. Het is gezellig om te doen met anderen en ik voel me er goed door. Ik was bang dat dit allemaal voor het laatst zou zijn. Bij de finish van hardloopwedstrijden was ik emotioneel. Dan vroeg ik me af: zou dit de laatste keer zijn?'

[Lees hier het inspirerende verhaal van Remco](#)

Advertentie



### Inspiratie en praktische tips voor stomadragers

Het nieuwe magazine Alles Anders biedt steun, inspiratie en praktische tips voor iedereen die een stoma heeft. Of je nu zes maanden, zeven jaar of vijftig jaar een stoma hebt, dit magazine helpt je om een leven te creëren dat bij jou past. Van persoonlijke interviews en openhartige ervaringsverhalen tot fotoreportages en mediotips.



NU GRATIS!  
OP=OP

Vraag gratis dit magazine aan door het scannen van de QR-code of ga naar [coloplast.to/alles-anders](https://coloplast.to/alles-anders)

Coloplast



### Zin om andere stomadragers te ontmoeten?

Word dan lid van een van onze Facebookgroepen. In deze besloten groepen kun je online in contact komen met anderen. De groepen zijn een veilige ontmoetingsplek waar je vragen kunt stellen, je verhaal kunt delen en een luisterend oor kunt vinden. We hebben een speciale Facebookgroep voor stomadragers van 40 jaar en ouder, een groep voor jongeren, een groep voor naasten en een groep voor ouders van jonge kinderen met een stoma. Nieuwsgierig?

[Ja, ik wil lid worden van een Facebookgroep!](#)



### Nieuw jaar, nieuwe mogelijkheden

Na het krijgen van een stoma kan het lastig zijn om het juiste evenwicht te vinden tussen kracht, flexibiliteit en rust. Yoga kan je helpen bij dat herstel. Daarom organiseert Coloplast in februari yoga workshops samen met yogadocent én stomadragster Mirjam de Boer. Deze online workshops zijn speciaal voor stomadragers ontwikkeld. Of je nu net begint met yoga of al ervaring hebt, deze online workshops helpen je om sterker, soepeler en rustiger in je lijf en hoofd te worden.

[Leuk, ik meld me aan](#)

Advertentie

## Ontdek het Serviceprogramma

**Word gratis lid en ontvang advies en ondersteuning zodat u het leven met een stoma op uw eigen manier kunt invullen.**

me+

Klik hier voor aanmelden

convatec



### Schaats mee tegen darmkanker

Voormalig topschaatser Barbara de Loor nodigt je uit om mee te schaatsen voor onderzoek naar darmkanker! Op 15 maart organiseert het MDL-fonds het schaatsfeest 'Op Glad IJs' in Haarlem. Dagelijks staan mensen met darmkanker op 'glad ijs', balancerend tussen onzekerheid en hoop. Met elke ronde die jij schaats, geef je mensen met darmkanker steun en kracht om door te gaan. Doe je mee?

[Meld je hier aan om mee te schaatsen](#)



### Moderner én duurzamer

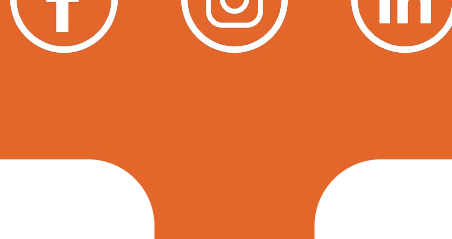
Als lid van de Stomavereniging heb je het misschien al gezien: ons vertrouwde magazine Vooruitgang heeft een nieuw jasje! Niet alleen de look & feel is gemoderniseerd, maar ook de productie is een stuk duurzamer geworden. Zo kan ook de Stomavereniging een kleine bijdrage leveren, en ook dat is vooruitgang!

[Dit doen wij om te verduurzamen](#)

Advertentie

## Een verschil voor dag én nacht - het nieuwe TRE® Uro opvangsysteem

Probeer het zelf en vraag nu een proefpakketje aan.



[Word lid van de Facebookgroepen](#)

[Bekijk de agenda met activiteiten](#)

**Stomavereniging**  
Mercatorlaan 1200  
3528 BL Utrecht  
Postbus 30510  
3503 AH Utrecht

**Contact**  
030 634 39 10  
[info@stomavereniging.nl](mailto:info@stomavereniging.nl)  
[www.stomavereniging.nl](http://www.stomavereniging.nl)