

De Stomavereniging haalt met marathon donaties op voor coaching stomadragers

Wanneer je een stoma krijgt, verandert je leven ineens. Misschien voel je je onzeker over je lijf en wat het nog kan, of maak je je zorgen over de toekomst. Je zult je moeten aanpassen om je leven te blijven leven zoals je dat gewend bent – én zoals je dat wilt blijven doen.

Hiervoor heb je een sterke mindset nodig.

Daarom hebben wij het programma Sterk met Stoma ontwikkeld: een gratis online programma dat je helpt om je veerkracht terug te vinden, zodat je beter om kunt gaan met nieuwe uitdagingen.

Maar er is meer nodig. Persoonlijke coaching naast het programma maakt het verschil, en daarom doen wij mee aan de NN Marathon Rotterdam om geld in te zamelen voor deze waardevolle ondersteuning.

Met elke €360 kunnen we maar liefst 3 maanden coaching bieden aan een stoma- of pouchdrager. Help jij mee? Spaar mee en maak het verschil. Doneren kan via onderstaande knop.

Wij zijn blij met elke donatie!

[Ik help mee!](#)

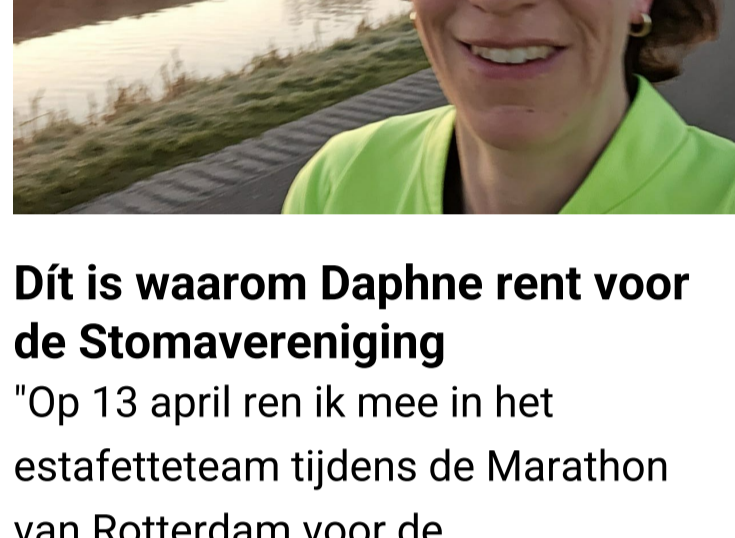
Advertentie

B BRAUN
SHARING EXPERTISE

Elke stoma is anders

Softima® Active O' convex proberen?
Dit 1-delig stomazakje met zachte bolling sluit goed aan, ook wanneer je stoma wat dieper of in een huidplooi ligt.

[Klik hier voor gratis proefpakket](#)



Dit is waarom Daphne rent voor de Stomavereniging

"Op 13 april ren ik mee in het estafeteteam tijdens de Marathon van Rotterdam voor de Stomavereniging, en ik ben ontzettend trots om hieraan bij te dragen. Als bestuurslid zet ik me in voor de belangen van stomadragers, die na een grote fysieke ingreep vaak ook mentaal een zware tijd doormaken. Het 'Sterk met Stoma' nazorgtraject helpt hen om weer voluit van het leven te genieten.

Help jij ook mee en sponsor je mij? Dat zou fantastisch zijn!"

[Sponsor Daphne](#)



Mijn stoma wordt opgeheven, wat nu?

Geen zakje meer op je buik. Niet meer bang hoeven zijn voor lekkages, geurtjes of geluiden. Het opheffen van je stoma kan een fijn vooruitzicht zijn. Maar hoe gaat dat in de praktijk? "In het begin moest ik wel dertig keer per dag naar de wc."

Britt had vier maanden lang een ileostoma nadat een tumor uit haar endeldarm was verwijderd. Lees nu haar verhaal over het opheffen van haar tijdelijke stoma. Van de moeilijke beginperiode tot het moment waarop ze haar leven weer in handen kreeg.

[Alles over het opheffen van een stoma](#)

Advertentie

me+ **Ontdek het Serviceprogramma**

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

[Klik hier voor aanmelden me+](#)

convatec

Tweederde van Nederlanders wil toilet in supermarkt

Wist je dat 63% van de Nederlanders graag een toilet in de supermarkt zou willen? En voor één op de vijf Nederlanders is een toilet daar zelfs essentieel! Dit blijkt uit het onderzoek van het MDL Fonds dat zij op Nationale Toiletdag (20 maart) deelde.

Het ontbreken van toiletten in supermarkten maakt het voor veel mensen lastig om boodschappen te doen, vooral voor mensen met een stoma of andere chronische aandoeningen. Voor hen kan het ontbreken van een toilet een reden zijn om thuis te blijven of geen boodschappen te doen.

In het buitenland is een toilet in de supermarkt al langer de normaalste zaak van de wereld. Het is hoog tijd dat Nederland volgt!

[Meer over het onderzoek](#)

Advertentie

salts HEALTHCARE

Probeer nu gratis onze unieke Salts soft convex huidplak, met Aloë Vera extract!



"Verhalen op Instagram hebben mij geholpen"

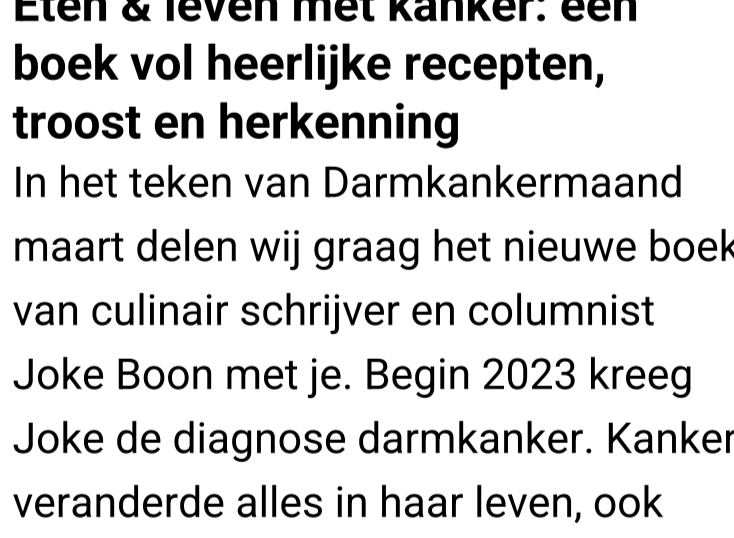
Maak kennis met Xenia (23) uit Duitsland. Drie jaar geleden kreeg ze een ileostoma na een lange strijd met de ziekte van Crohn. Vandaag de dag gaat het goed met Xenia en kan ze bijna symptoomvrij van het leven genieten.

Naast haar studie Food Management werkt ze parttime als serveerster en heeft ze volop tijd voor haar hobby's, zoals motor rijden en zwemmen.

"Je bent niet de enige in jouw situatie. Er zijn veel mensen met wie je ervaringen kunt delen."

Benieuwd naar Xenia's verhaal en hoe zij haar stoma heeft omarmd?

[Lees hier het interview met Xenia](#)



Eten & leven met kanker: een boek vol heerlijke recepten, troost en herkenning

In het teken van Darmkankermaand maart delen wij graag het nieuwe boek van culinair schrijver en columnist Joke Boon met je. Begin 2023 kreeg Joke de diagnose darmkanker. Kanker veranderde alles in haar leven, ook haar eetlust.

Daarom besloot ze haar ervaring en recepten te delen in het boek 'Eten & leven met kanker', met maar liefst 80 recepten die het mogelijk maken om toch van eten te genieten, ook als je je moe of beroerd voelt.

Speciale actie: Word donateur van Stichting Darmkanker voor €35 per jaar en ontvang het boek gratis (t.w.v. €24,99).

[Dit boek wil ik!](#)

Advertentie

Vraag nu jouw persoonlijke proefpakketje aan.

Colo-, ileo- of urostoma?
Onze TRE® opvangsystemen zijn er nu voor iedereen

dansac



[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
www.stomavereniging.nl