

stoma vereniging

Nieuwsbrief ● nummer 12 2025



Fijne feestdagen!

2025 zit er bijna op, en wat een jaar was het! Samen hebben we veel bereikt om het leven van stoma- en pouchdragers beter te maken. Dankzij jullie inzet en betrokkenheid kijken we met plezier terug en hebben we weer zin in een mooi en betekenisvol 2026.

Alle medewerkers van het landelijk bureau wensen je een hele mooie kerst en fijne feestdagen voor jou en jouw naasten!

Let op: ons kantoor is gesloten van 19 december t/m 4 januari. Bestellingen van folders en andere materialen kunnen in deze periode niet worden verwerkt. Vanaf 5 januari zijn we weer volledig bereikbaar.

Uw CeraPlus®
zakje is nog
beter
geworden^{*,**}



Ontdek
het hier



Overnachten tijdens de feestdagen

De kerstvakantie staat voor velen voor de deur: tijd voor een weekendje weg of overnachten bij familie of vrienden. Voor veel stomadragers kan slapen in een onbekend bed soms spannend zijn, maar dankzij tips van onze ervaringsdeskundigen is het goed te doen!

Van afvalzakjes tot wegwerponderleggers en hoe het hotel je kan helpen bij lekkage: je staat er niet alleen voor. Klik op onderstaande knop voor meer tips. Hoe ga jij hiermee om?

Meer tips voor onderweg



'Ik dacht dat yoga niks voor mij was. Tot ik het probeerde.'

Begin het nieuwe jaar met meer kracht, rust en ontspanning! Yogadocent Mirjam organiseert vanaf januari maandelijkse online yogasessies, speciaal voor iedereen met een stoma en geschikt voor elk niveau.

Doe mee vanuit je eigen huiskamer, in je eigen tempo en met alle flexibiliteit die je nodig hebt. Mirjam heeft zelf een stoma, waardoor de lessen vertrouwd en veilig aanvoelen. Schrijf je nu in via de knop.

Ik doe mee aan de online
yoga workshops!

Advertentie

Lekkage? Probleem opgelost.

EsteemBody™
met Leak Defense™

convatec
— forever caring —

Vraag uw gratis
proefpakket aan



Kies je zorgverzekering met zorg voor 2026

Het einde van het jaar nadert en daarmee ook het moment om je zorgverzekering te bekijken. Tot en met 31 december kun je nog overstappen.

De premies stijgen gemiddeld licht (ongeveer € 1 per maand) en het eigen risico blijft € 385. Het kan lonen om verzekeringen te vergelijken. Let daarbij vooral op of jouw vertrouwde leverancier van stomamaterialen een contract heeft met de zorgverzekeraar. Niet-gecontracteerde zorg kan leiden tot hogere kosten en het zelf voorschieten van nota's.

Hulpmiddelen voor blaas- en darmproblemen worden vergoed vanuit de basisverzekering, maar tellen wel mee voor het eigen risico. Sommige zorgverzekeraars vergoeden daarnaast (een deel van) het lidmaatschap van de Stomavereniging via de aanvullende verzekering.

Ook onze Sterk met Stoma-coaching wordt door veel verzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed. Via de knop vind je handige overzichten van premies en vergoedingen.

[Controleer je verzekeraar](#)



Geweldige vrijwilligers, bedankt!

Op 7 december vierden we Nationale Vrijwilligersdag – een dag om jullie, de fantastische vrijwilligers van de Stomavereniging, extra in het zonnetje te zetten. Zonder jullie zouden wij dit werk niet kunnen doen.

Ons netwerk van meer dan 150 enthousiaste vrijwilligers maakt echt een groot verschil. Of het nu gaat om



Stomamateriaal over?

December = de maand van het geven. Een mooi moment om eens te kijken wat jij kunt betekenen voor een ander. Heb jij ongebruikt stomamateriaal over, of ben je er juist naar op zoek? Verspilling is zonde.

Stichting Stomaatje biedt hiervoor een oplossing. Op www.stomamateriaalover.nl kunnen

een luisterend oor, helpen bij activiteiten of vragen beantwoorden: jullie staan altijd klaar en maken het leven van veel mensen een stukje makkelijker.

Jullie zijn goud waard!

stomadragers, professionals en goede doelen materiaal en accessoires aanbieden en vinden. Zo helpen we elkaar én zorgen we samen voor minder verspilling. Doe mee en ontdek hoe jij kunt bijdragen.

Help een ander!

Advertentie



Vraag gratis proefpakket aan!

Voel je zeker, elke dag weer.

Welke SenSura® Mio je ook kiest – het helpt je lekkage te voorkomen, je huid te beschermen en jezelf te zijn.

SenSura® Mio
Nu in meer varianten zwart

Coloplast

stoma
vereniging
samen sterker



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

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.
Als je geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kun je je [hier afmelden](#).
Je kunt ook je [gegevens inzien en wijzigen](#).
Voor een goede ontvangst voeg je info@stomavereniging.nl toe aan je adresboek.