

stoma vereniging

Nieuwsbrief ● nummer 6 2026



Wat een dag!

Afgelopen woensdag kwamen ruim 300 stoma- en pouchdragers, hun naasten, stomaverpleegkundigen, vrijwilligers en andere betrokkenen samen op Papendal voor het Stoma Event 2026.

Het was een dag vol ontmoeting, herkenning en inspiratie. We trapten de dag af met een bijzondere opening van Niek van den Adel en Sander Tournier. Een mooie mix van emotie, herkenning, humor en muziek, waarbij veel bezoekers geraakt én aan het lachen werden gebracht.

Daarna volgden inspirerende workshops, mooie gesprekken en nieuwe inzichten. Er werd geluisterd, gezongen, geknutseld en volop ervaringen gedeeld. Van voeding bij een pouch tot veerkracht en van omgaan met een chronische darmontstekingsziekte tot zorg rondom de urinestoma: er was ruimte voor veel verschillende onderwerpen.

Dank aan iedereen die erbij was: bezoekers, vrijwilligers, sprekers, workshopleiders en standhouders. Jullie maakten het Stoma Event tot een bijzondere dag!

Was jij erbij? We horen graag hoe jij de dag hebt ervaren. Vul onze korte

Vul de vragenlijst in

Advertentie



Verbeterd CeraPlus® zakje^{*,}**
met sluiting die voelbaar sluit

Vraag hier een proefpakket aan

Hollister

CeraPlus®
stomazorgproducten



"Ik maakte stomazakjes met doodshoofden"

Diny (85) kreeg na jaren darmproblemen uiteindelijk een stoma, waar ze zelf om vroeg. Maar de start was zwaar. "Ik gaf mijn stoma de schuld van alles," vertelt ze. "Ik vervloekte dat ding en had spijt dat ik eraan was begonnen."

De moeilijke periode ging gepaard met veel revalidatie en herstel. "Ik was er vies van en ik maakte zelfs stomazakjes met doodshoofden."

Via het coachingsprogramma Sterk met Stoma veranderde haar kijk stap voor stap. "Mijn coach heeft me geholpen om me over de aversie heen te zetten. Hij leerde me inzien dat ik leuke dingen moest gaan doen." Toen kwam de ommekeer. "Ik besepte dat ik al maanden geen buikpijn meer had, dankzij de stoma."

"Er gaat wel eens wat mis. Mijn stoma heet Pietje, en Pietje houdt zich niet



Terug van weggeweest: Conseal® Plug van Coloplast

Goed nieuws voor mensen met een colostoma: de Conseal® Plug van Coloplast is weer beschikbaar.

De plug was een tijd niet leverbaar, maar is nu opnieuw te bestellen. Vooral bij momenten zoals zwemmen, naar de sauna gaan of andere situaties waarin je je liever wat vrijer en zekerder voelt, kan dit een praktische oplossing zijn.

De Conseal® Plug is bedoeld voor mensen met een colostoma en een regelmatig ontlastingspatroon. Gebruik is altijd afhankelijk van je persoonlijke situatie en in overleg met je stomaverpleegkundige.

Heb je de plug eerder gebruikt? Dan kun je deze via je medisch speciaalzaak opnieuw bestellen (met de juiste machtiging). Ben je benieuwd of dit iets voor jou kan zijn? Neem dan contact op met je

altijd aan de afspraken. Maar ik ben inmiddels hartstikke blij met de stoma. Ik heb mijn vrijheid weer terug."

[Lees hier het interview met Diny](#)

stomaverpleegkundige. Zij kan samen met jou kijken naar de juiste maat en lengte. Daarna kun je via Coloplast een proefpakket aanvragen.

[Meer informatie](#)

Advertentie



**ZEG NEE
TEGEN LEKKAGES
MET EAKIN FREESEAL®!**

Vind je pasvorm en met het uitgebreide assortiment

eakin
freeSeal

5 pastaringen, in een assortiment
met verschillende maten en diktes.

**BESTEL UW GRATIS
PROEFPAKKET**



Ontdek onze nieuwe voorleesfunctie

Wil je onze informatie liever beluisteren dan lezen? Dat kan nu met onze nieuwe voorleesfunctie. Op verschillende websitepagina's vind je de knop '**Lees voor**'. De tekst wordt dan hardop voorgelezen en loopt mee met een markering op de pagina.

Je kunt zelf de snelheid aanpassen, pauzeren of stoppen wanneer je wilt. Ook kun je de kleuren van de markering veranderen. De voorleesstem is beschikbaar in verschillende talen, waaronder Nederlands, Engels, Duits, Pools, Frans, Spaans, Turks en Arabisch.

Zo kun je onze informatie bekijken op een manier die bij jou past. Lees meer over de voorleesfunctie via onderstaande knop.



Leven met een stoma of pouch leer je stap voor stap

Een stoma of pouch krijgen brengt vaak veel vragen met zich mee. Kan ik nog sporten? En waar moet ik rekening mee houden als ik een dagje weg ga?

Daarom organiseren wij de cursus '**Een stoma of pouch, en nu?!**' voor mensen die de afgelopen 2 jaar een stoma of pouch hebben gekregen. In drie bijeenkomsten van 2 uur bespreek je samen met andere stomadragers herkenbare onderwerpen uit het dagelijks leven. Ervaren stomadragers delen hun ervaringen en geven praktische tips. Ook sluit een stomaverpleegkundige aan voor uitleg over huidverzorging en veelvoorkomende vragen.

Meld jij je ook aan?

Bekijk hoe het werkt

Bekijk data en locaties

Advertentie



The advertisement features a person's back with an ostomy bag attached. The background is a vibrant purple. In the top right corner is the Convatec logo with the tagline '— forever caring —'. The main text reads 'Lekkage? Probeer EsteemBody™ met Leak Defense™'. In the bottom right corner, a white button with purple text says 'Gratis proefpakket'.

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 verzonden 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.