

---

# MEDLEMSBREV FRA NORILCO AGDER VEST

---

Hei da var det tid for neste medlemsbrev, det har skjedd litt siden sist, i mai blir det medlemsmøte med stomi utstyrs leverandøren Welland og stomisykepleier Sigrun Flaa. I Juni blir det tur med båten MS Bragdøya.

Vi i Norilco Agder Vest driver også med andre aktiviteter enn medlemsmøter, turer og likepersonstjenesten, under kan du lese litt om noe av det andre vi driver med.

## Skolebesøk

Vi i NORILCO blir ofte spurt om komme på flere av de videregående skolene i tidligere Vest-Agder. Der har vi et par skoletimer der vi forteller noe om hvordan det er å leve med pose på magen. Det meste er forholdsvis greit, men noe kan være mindre hyggelig – som lekkasje. De fleste klassene er for helsefagarbeidere, men noen ganger dreier det seg om apotekerlinjer. Vi forteller om hvordan de skal skifte pose, om vasking bare med lunkent vann og at det slett ikke går greit å lime pose på våt hud. Må være tørt, er vårt budskap.

Arne Holte har drevet slik undervisning i flere ti-år og har hatt flere forskjellige med seg. Det siste året har foreningens likepersonsleder, Dag Fjell, vært en god partner, og i den aller siste perioden har også Karen Carozza Kvasnes vært med. Det har vært særdeles viktig å ha en rimelig ung dame med på laget!

## Utsendelse av stomi utstyr

Vi i Norilco Agder Vest har i noen år sendt overskuddsmaterialer til Ethiopia. Dette er stomiutstyr av ymse slag som ikke kan/skal brukes av medlemmene, men som det ikke er noen returordning til apotekene på. I stedet for at det blir kastet, samler vi det opp, sorterer det og sender det i 10-kilos pakker til vår kontakt i Addis Abeba,

Om noen ønsker å bidra, så kan varene sendes til Svend Johansen, Eikebakk 9, 4560 Vanse. Send gjerne informasjon til telefon 9527 0698 (SMS), eller epost til [eikebakk9@gmail.com](mailto:eikebakk9@gmail.com). Eller ta kontakt med [agder-vest@norilco.no](mailto:agder-vest@norilco.no), så blir det tatt tak i det.

## Onsdagstur i Baneheia



Bilde 1: Regn og shine spiller ingen rolle. Tur blir det uansett. Når det snør eller regner, er gapahuken ved Arenfeldts dam på Eg grei å sitte i.

NORILCOs turgruppe, som er et samarbeid med Kreftforeningen, går på tur hver onsdag – og nesten alltid på samme sted og tid – som er kl 11 ved Svarttjønn i Baneheia i Kristiansand. En sjelden gang skeier vi ut, og i begynnelsen av mai i år la vi turen til Kaldvell i Lillesand.

Alle NORILCOs medlemmer er velkommen til og bli med på turene. Det gjelder selvsagt også folk som har kreft, har hatt kreft eller pårørende. Vi deler som regel gruppa i to, noen vil gå litt lenger enn andre og noen vil bare rusle en kort tur. Likevel tar begge gruppene nistepausen sammen. Og når klokka er blitt halv ett rusler vi tilbake til Svarttjønn og sier takk for en fin tur. Da er klokka blitt ett!

## Aktiviteter:

### Medlemsmøte

Medlems møte med stomi utstyrs leverandøren Welland og stomi sykepleier Sigrunn Flaa fra Sørlandet sykehus Kristiansand. Det blir også noe å spise.

**Dato:** 24. Mai

**Klokkeslett:** 18:30

**Sted:** Teateret Kristiansand,

**Pris:** Gratis

Kongens gate 2, 4610 Kristiansand

**Hvis du har matallergier så kan dette opplyses på SMS til:**

Pauline Bermingam Bye, tlf: 416 30 055

### Dagstur

Dagsturen i år går med MS Bragdøya tur retur fra Kristiansand til Lillesand, turen tar ca 5 timer. Det blir bevertning underveis.

**Dato:** 12 Juni

**Kl:** 10:00

**Avreise:** Kai 6 i Kristiansand

**Pris:** Gratis for betalende medlemmer

**Påmeldings frist:** 25 Mai

**Påmelding:** Torbjørn Paulsen på sms til: 909 35 835 eller epost:  
[torbj\\_paulsen@hotmail.com](mailto:torbj_paulsen@hotmail.com)

**Husk å opplys om du har noen matallergier når du melder deg på.**

### Stafett for livet

Kreftforeningen arrangerer Stafett for livet i Mandal og i Kristiansand. Kreftforeningens Stafett for livet er en hyllest til alle som er rammet av kreft. Familie, venner, skoler, foreninger, arbeidsplasser og andre danner lag for en person de vil støtte eller minnes. Sammen skal de gå eller løpe i et helt døgn for vise at det alltid bør være noen på banen for den som er syk.

Ønsker du mer informasjon kan du trykke på de ulike påmeldingslenkene.

**Dato:** 10- 11. Juni

**Sted:** Flekkerøya i Kristiansand og Idrettsparken i Mandal

**Påmelding:**

Kristiansand: [Kreftforeningens Stafett for livet Kristiansand - Kreftforeningens Stafett for livet](#)

Mandal: [Kreftforeningens Stafett for livet Mandal - Kreftforeningens Stafett for livet](#)

Rusletur i Baneheia

Hver onsdager i uansett hver så er det gåturer i Baneheia. Ta med godt tøy, mat og drikke. Turene er varierte, lette å gjennomføre, med varighet på inntil 2 timer. Likepersoner er med.

**Tid:** Onsdager

**Klokkeslett:** 11:00-13:00

**Oppmøtested:** Svarttjønn i Baneheia

For mer informasjon kan du se Agder Vest sine nettsider:

<https://www.norilco.no/avdelinger/agder-vest>

Hilsen

Styret i Norilco Agder Vest