



Bestyrelsen i CCF Københavns beretning for 2020 ved generalforsamlingen torsdag d. 4. februar 2021

Rammerne for arbejdet i CCF's bestyrelse er beskrevet i vores vedtægters § 2. Vi skal

1. repræsentere Colitis-Crohn Foreningen i lokalområdet,
2. afholde informative møder om sygdommene,
3. udbrede kendskabet til colitis ulcerosa og Crohns sygdom, samt andre tilsvarende tarmsygdomme,
4. arbejde for tilgang af medlemmer til Colitis-Crohn Foreningen,
5. indsamle midler til lokalforeningen og
6. oprette ERFA- og ungegrupper i lokalområdet.

Året, der gik i 2020

Bestyrelsen har holdt i alt 5 møder i 2020: 16/1, 16/6, 1/9, 20/10, 1/12.

I starten af 2020 havde bestyrelsen for CCF København planlagt foredrag for vores medlemmer med bl.a. ernæringsterapeut Mia Damhus og professor Oluf Borbye Pedersen, yoga og mindfulness i naturen, bustur til Møns Klint i maj og bestyrelsens deltagelse til børnedagen på Hvidovre hospital den 3. marts.

I februar kom corona til Europa og få dage inde i marts måtte også store dele af det danske samfund lukke ned. Pandemien ændrede vores dagligdag, så vi måtte undgå kontakt og holde afstand, blive hjemme og arbejde på andre måder, end vi er vant til. Derfor måtte vi i bestyrelsen beslutte at aflyse alle planlagte møder og arrangementer for at beskytte vores medlemmer mod infektion.

Vi aflyste turen til Møns Klint og foredraget med Mia Damhus, men med tiden har vi set muligheden for at holde de planlagte foredrag online, men med den ulempe, at det er ikke alle vores medlemmer, der har mulighed for at følge onlineforedrag, plus der kan forekomme tekniske uheld. Flere af de planlagte foredrag måtte dog helt aflyses, da de heller ikke kunne gennemføres online.

Afholdte arrangementer 2020:

- 10/09-2020 **89 tilmeldinger.** Onlineforedrag med ernæringsterapeut Mia Damhus om fødevarereaktioner, praktiske fremgangsmåder til, hvordan man kan påvirke sin tarmflora, og hvad man kan gøre for at øge optagelsen af næringsstoffer fra kosten hos patienter med inflammatoriske tarmsygdomme og irritabel tyktarm.
- 24/09-2020 **97 tilmeldinger.** Onlineforedraget med ernæringsterapeut Mia Damhus blev gentaget, da flere af vores medlemmer efterspurgte det. Både PowerPoint-slides og videooptagelse af foredraget blev sendt til alle CCF Københavns medlemmer via mail.
- 1/10-2020 **35 tilmeldinger.** Onlineforedrag med Line Tommerup, CALPRO A/S, om hjemmetest til overvågning af betændelsesgraden i tarmsystemet (calprotectin).
- 10/10-2020 **40 tilmeldinger.** Online Tai Chi Qigong med fokus på at opbygge kroppens indre energi og mental og følelsesmæssig balance. Der var en meget positiv feedback fra medlemmerne.



- 17/10-2020 **39 tilmeldinger.** Online Mindfulness og yoga med Berit Weise med fokus på at reducere lidelse og opbygge et vedvarende sundt mentalt helbred hos deltager. Meget positiv feedback fra medlemmerne.
- 19/11-2020 **129 tilmeldte.** Onlineforedrag med CCF's socialrådgiver, Ricky Magnussen, med fokus på medicin- og kronikertilskud, kontanthjælpsloftet, SU-regler, handicaptillæg m.m. Videooptagelse af foredraget blev sendt til alle CCF Københavns medlemmer via mail.
- 29/12-2020 **38 tilmeldte.** Adventskalender, første søndag: Online Tai Chi Qigong med fokus på at opbygge kroppens indre energi og mental og følelsesmæssig balance.
- 02/12-2020 **55 tilmeldte.** Onlineforedraget med CCF's socialrådgiver, Ricky Magnussen, blev gentaget, da mange af vores medlemmer havde efterspurgt det.
- 06/12-2020 **29 tilmeldte.** Adventskalender, anden søndag: Online mindfulness og yoga med Berit Weise med fokus på at reducere lidelse og opbygge et vedvarende sundt mentalt helbred.
- 13/12-2020 **29 tilmeldte.** Adventskalender, tredje søndag: Online Tai Chi Qigong med fokus på at opbygge kroppens indre energi og mental og følelsesmæssig balance.
- 20/12-2020 **25 tilmeldte.** Adventskalender, fjerde søndag: Online mindfulness og yoga med Berit Weise med fokus på at reducere lidelse og opbygge et vedvarende sundt mentalt helbred.

Til vores 11 medlemsarrangementer i 2020 har der i alt været 608 tilmeldte, svarende til mere end halvdelen af medlemskredsen i CCF København.

Medlemmerne gav i en undersøgelse i 2019 udtryk for ønsker om flere foredrag og informationsmøder om kost, ny viden om medicinsk behandling af kroniske tarmsygdomme, om psykoterapi og coaching, motion og afspænding, sociale arrangementer, cafemøder, weekendophold og udflugter. Vi har forsøgt at efterleve medlemmernes forventninger i 2020 på trods af de begrænsninger, coronapandemien har sat. I 2021 vil vi i bestyrelsen fortsat bestræbe os på at leve op til vores medlemmers forventninger med håb om flere fysiske arrangementer og foredrag med mere fokus på Kronisk inflammatorisk tarmsygdom og irriteret tyktarm.

CCF Københavns bestyrelse, konstitueret i maj 2019 består lige nu af:

- Hengameh Chloè Lauridsen, formand,
- Erik Bavngård Jensen, næstformand,
- Heidi Melander Schramm, sekretær,
- Lone Andersen, kasserer,
- Rikke Vang Jørgensen, ungegruppen, bestyrelsesmedlem,
- Nicolai Møbius Pedersen, ungegruppen, bestyrelsesmedlem,
- Iben Bøgeholm Folkmann, bestyrelsesmedlem,
- Marie Louise Bergmann, ungegruppen, suppleant,
- Majbritt Jensen, suppleant,
- Jakob Hansen, suppleant.



I starten af 2020 trak bestyrelsesmedlem Marina Bernt Larsen sig tilbage, og Nicolai Møbius Pedersen overtog hendes post som repræsentant for ungegruppen. I oktober sluttede Marie Louise Bergmann sig til bestyrelsen som suppleant.

Til Lands generalforsamling 2020, fra CCF Københavns bestyrelsen, Hengameh Chloè Lauridsen var valgt som anden suppleant og Nicolai Møbius Pedersen var valgt som første suppleant til Hoved bestyrelse.

Takket være Marie Louise har CCF København nu en Instagram-konto til at komme i kontakt med unge patienter og CCF-medlemmer, <https://www.instagram.com/tarmproblemer/> med over 130 følger. Når coronapandemien er overstået, vil Marie-Louise samarbejde med Kåre Gjerdrum fra G7 for at få linket Instagram-kontoen til den hjemmeside, Kåre har designet.

PR-midler

Hvert år får CCF København ligesom alle andre afdelinger tildelt PR-midler af hovedforeningen på et beløb fastsat til 10 kr. pr. medlem. De midler er øremærkede til reklame og oplysning om CCF.

Til det formål havde vi i bestyrelsen planlagt spil og konkurrencer til Børnedagen den 3. marts på Hvidovre hospital, men dagen blev aflyst pga. corona. Samtidig måtte indlagte børn gennem flere måneder ikke få besøg af deres forældre, og de gik igennem hård tid. Bestyrelsen har derfor doneret CCF-bamser i forskellige farver og størrelser og lidt sødt for i alt 1.404 DKK til glæde for de indlagte børn på Hvidovre hospital.

Bestyrelsen har omdelt CCF-postkort, -informationsfoldere og -bøger om at leve et godt liv med en tarm-sygdom, til biblioteker og sygehusenes gastroenheder, herunder Vanløse, Høje-Taastrup og Roskilde bibliotek samt Herlev, Bispebjerg og Hvidovre hospital.

Vi har ansat Kåre Gjerdrum fra G7 til at hjælpe os med at designe CCF-postkort med henblik på at skabe bevidsthed om tarmsygdommene og CCF-foreningen. Kåre har lavet logo og er i gang med en hjemmeside til vores ungegruppe:

<https://tarmproblemer.dk/>.



Desuden bliver vores sektion på CCF's hjemmeside løbende opdateret. Her deler vi viden om sygdomme, behandling og kommende foredrag m.m.

Situationen lige nu

På den seneste landsgeneralforsamling i CCF i september besluttede et flertal, at det samlede lokalforeningsbidrag, som udbetales til afdelingerne, fremover skal fordeles ligeligt. Den gamle ordning gav hver afdeling tilskud efter det antal medlemmer, den havde.



COLITIS-CROHN FORENINGEN

Lokalafdeling København

Den ny ordning giver de små afdelinger en bedre økonomi end før, men bringer til gengæld en stor afdeling som CCF København i meget alvorlig forlegenhed. I klare tal fik vi i 51.744 kr. som bidrag for 2019 og 2020, til 2021 får vi 17.156 kr. – en tredjedel af det oprindelige.

Situationen er ikke holdbar, og der er næsten ingen udveje. Skal vi sætte tæring efter næring, er vi nødt til skære kraftigt ned på afdelingens arbejde, og vil vi bevare det på nuværende niveau, er kassen snart tom.

Det er et dilemma, vi meget gerne vil drøfte med medlemmerne til den kommende generalforsamling,

Og et dilemma, vi bliver nødt til at tage op på den kommende landsgeneralforsamling i april. Derfor vi opfordrer medlemmernes støtte om det ved vores kommende generalforsamling og landes generalforsamling.

Tak til alle medlemmer i CCF København og tak til alle i bestyrelse for rigtig godt samarbejde, også i det forgangne år.

På vegne af bestyrelsen

Hengameh Chloè Lauridsen, formand for CCF København