



Bråkig mage?



MAGTARMFÖRENINGEN
GÖTEBORGSOMRÅDET

FÖRENINGEN FÖR DIG MED MAGPROBLEM

Mag- och tarmföreningen i Göteborgsområdet är en ideell intresseförening. Vi är verksamma i de 10 kommunerna: Ale, Göteborg, Härryda, Lerum, Kungälv, Mölndal, Partille, Stenungsund, Tjörn och Öckerö.

Vi riktar oss till dig som har mag- och tarmproblem eller som är anhörig till någon som har det. Det övergripande målet för vår verksamhet är att vi som har dessa problem ska kunna leva ett liv som alla andra och inte begränsas av sjukdomen.

Föreningen verkar dels för att förbättra villkoren för dig med magtarmdiagnos genom att sprida aktuell information till våra medlemmar. Samtidigt som vi i omvänd ordning kontaktar sjukvård, skolor och allmänheten och berättar om hur vardagen för en person med magproblem kan se ut.

Vi arbetar även aktivt för att påverka politiker och andra beslutsfattare inom sjukvårds- och socialförsäkringsområdet, för att skapa en förståelse för vilka problemställningar dessa sjukdomar kan medföra.

Bli fri från halsbränna

VISSTE DU ATT HALSBRÄNNA BEROR PÅ FÖRSVAGAD MUSKULATUR?

Med IQoro kommer du åt orsaken bakom symtom som **halsbränna**, **sura uppstötningar** och **klumpkänsla i halsen** – utan läkemedel och negativa biverkningar.

Genom enkel träning stärker du 148 muskler utan att behöva bli svettig, byta om eller ens gå hemifrån!

Låt oss förklara hur det går till på:
www.iqoro.com.



www.iqoro.com

IQoro®

Tillsammans skapar vi nya möjligheter i vardagen!

Vår utgångspunkt är våra medlemmars erfarenheter av hur livet påverkas av mag- och tarmsjukdomar.

Som medlem får du möjlighet att träffa andra i samma situation för utbyte av tankar och erfarenheter som kan underlätta i vardagen.

Du blir inbjuden till föreläsningar och andra aktiviteter där du kan lära dig mer om din sjukdom och få annan värdefull information.

Genom att bli medlem kan du påverka villkoren för dig själv och andra med liknande problem, för ju fler vi är desto mer kan vi vara med och göra skillnad.

Vi har medlemmar i alla åldrar och därför anpassar vi verksamheten efter önskemål och behov. Till exempel "Unga magar" för dig mellan 15-30 år, med egna aktiviteter och Facebooksida och "Barn- och familjeverksamhet" för de allra minsta.



Ni hittar oss här i Dalheimers Hus i Göteborg.

Huset är fullt med aktiviteter, har ett friskvårdscenter och mycket annat.

Det är öppet för alla - Välkommen att hälsa på!

Missa inte statyn "Vårdträdet" utanför entrén
skapad av konstnären Lars Stocks.



Aktiviteter man kan delta i

Som medlem i mag- och tarmföreningen kan du och dina anhöriga delta i både återkommande, men också varierande aktiviteter under året.

Här har vi några exempel på vad vi hittar på under ett år.

Diagnosträffar med andra medlemmar

Några gånger per år ses vi på Dalheimers Hus för att dela kunskap och för att ta del av varandras erfarenheter.

Familjedag med bad och utomhusaktiviteter

Årets dag brukar vara på Lilla Amundön där det bjuds på extra sommarlovskul för barnen! En härlig dag på vackra Amundön i Göteborgs skärgård som bjuder på utomhusbad, grillning och härligt sällskap.

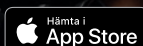


Pysseldag för barnen runt påsk

Barn och familjer träffas på Dalheimers Hus för påskpyssel och en trevlig stund tillsammans.

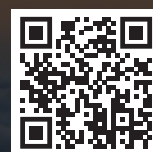
IBD utbildning - digitalt

IBD360 är en mobilapp för utbildning och information kring inflammatoriska tarmsjukdomar (IBD). Ulcerös kolit, Crohns sjukdom, mikroskopisk kolit och om hur det kan vara att leva med IBD.



TILLOTTS PHARMA

ZERIA GROUP



Ladda ner appen idag

Informationen i appen är avsedd för vuxna över 18 år och ersätter inte en individuell medicinsk bedömning. Ansvarig utgivare är Tillotts Pharma AB. Tillotts Pharma AB Gustavslundsv. 135, 167 51 Bromma | Tel: 08-704 77 40 | nordicinfo@tillotts.com | www.tillotts.se

Femkamp på Liseberg

Varje år har vi en populär och återkommande fem-kamp på Liseberg där vi ses för att tävla, eller så möts vi och spelar Shuffleboard och avslutar kvällen med en god hamburgare.

Kaféträffar och studiecirklar

Vi samarbetar även med andra föreningar och medverkar på deras informationsträffar. Ett exempel på detta är föreningen ILCO. Deras förening berör ämnen inom olika sorters Stomi.

Julbord på Hamnkrogen Liseberg

Vi har en stående tradition i december då vi äter julbord tillsammans på Hamnkrogen på Liseberg. En aktivitet som är mycket uppskattad av medlemmarna. Efter julbordet kan man besöka den omtalade julmarknaden – eller varför inte göra ett besök i Tomtarnas julverkstad?

Årsmöte varje februari med en aktuell och intressant föreläsning

Inför vårt årsmötet som äger rum i februari bjuder vi in en föreläsare inom ett ämne som våra medlemmar önskat. I februari 2024 har vi till exempel bjudit in MYoroface som föreläser om IQoro – ett nytt innovativt hjälpmedel mot Reflux.

Håll koll på oss i dina kanaler!

För att få veta allt spännande som är på gång kan du hålla dig uppdaterad via vår Facebooksida, hemsida och facktidningar. Som medlem får du dessutom Medlemsbladet som är fyllt med nyheter och information, samt Förbundets medlemstidning med nyheter och forskning om magen, fyra gånger per år.





Coloplast Care

Personlig rådgivning för personliga behov

Visste du att vi har ett helt team av rådgivare hos oss? Coloplast Care är ett kostnadsfritt medlemsprogram för dig med stomi eller dig som använder transanal irrigation som ett sätt att lindra effekterna av tarmdysfunktion.

Som medlem får du en personlig rådgivare, som coachar dig i vardagen och svarar på frågor som kan hjälpa dig att känna dig trygg med dina produkter och hur de ska användas.

Ring till **0300-332 56**, eller besök oss på coloplast.se/coloplast-care

Upptäck fördelarna med Coloplast Care:



Medlemstidningar

Tidningar om tarm- och blåshälsa med berättelser från både andra användare och vårdpersonal.



Hemsida och e-post

En dedikerad hemsida och e-post med artiklar och pålitliga råd, skräddarsydda för din situation.



Produktrådgivning

Du får möjlighet att prova produkter och få tips kring användande.



Personlig rådgivning

Våra rådgivare coachar och ger dig stöd och tips. Möjlighet att testa produkter.



Coloplast Care

Vardagsinformation
Vi tillhandahåller material som hjälper dig med tips kring vardagssituationer som tex resor.

Vi finns till för dig vars livsresa tagit en omväg

Vi på mag- och tarmföreningen kan hjälpa dig på flera sätt för att du så snabbt som möjligt ska komma tillbaka till det liv som du önskar leva. Vi har bred erfarenhet av att leva med olika diagnoser och kan hjälpa dig med:

Information om din diagnos

- Tips och trix för att underlätta ditt livspussel
- Dina rättigheter i vården
- Gemenskap med oss andra i liknande situation
- Diagnosträffar specifika för din diagnos
- Föreläsningar relevanta för dig
- Andra sociala aktiviteter där vi har trevligt tillsammans
- Hjälpa dig att navigera i vården



Tillsammans kan vi förbättra våra livsvillkor

I mag- och tarmföreningen vill vi hjälpa till att utveckla vården för alla som lever med en bråkig mage. Med fler röster i föreningen får vi en starkare röst i vårdens utveckling.

Vi arbetar också med specifika diagnosträffar där du kan tipsa eller dela med dig av dina erfarenheter för att hjälpa någon annans livspussel.

Våra huvudsakliga arbetsområden

- Utveckling av hälso- och sjukvården
- Samarbete med vården
- Bidra till att utveckla vår gemenskap

VILL DU OCKSÅ GÖRA DIN RÖST HÖRD?

Ju fler vi är desto mer kan vi förändra!

Välkommen att bli medlem i vår gemenskap.



KONTAKTA OSS

E-postadress: goteborg@magotarm.se

Hemsida: www.magotarm.se/goteborgs-lokalavdelning

www.facebook.com/magotarm.goteborg

Telefontid: Måndag och onsdag 9-17 samt fredag 9-12

Tel: 031-12 10 03

Adress: Slottsskogsgatan 12, Dalheimers Hus, 414 53 Göteborg

BLI MEDLEM – 7 ENKLA STEG

1. Surfa in på vår hemsida, www.magotarm.se/goteborgs-lokalavdelning
2. Klicka på att bli medlem.
3. Fyll i alla uppgifter som vi behöver.
4. En faktura skickas till dig, välj per post eller email.
5. Ett medlemskort kommer i din brevlåda.
6. Du får inbjudningar och Allt om mage i din brevlåda.
7. Du kan också bli medlem genom att ringa oss på tel: 031-12 10 03

Som medlem får du vår egen tidning "Allt om mage" som kommer ut med fyra nummer per år. Du får ett medlemskort som underlättar för dig att få förtur på allmänna toaletter. Fler förmåner kan du ta del av på vår hemsida.

FATTAIBD.SE

Det du behöver veta om ulcerös kolit och Crohns sjukdom

