

Vi har också privata Facebookgrupper, bland annat en för Barn- och familj och en för Unga vuxna. Där kan du på ett enkelt vis komma i kontakt med andra som har liknande erfarenheter.

ILCO har även en **stöd- och rådgivningsverksamhet**. Hit kan du som drabbad eller anhöring ringa eller mejla för stöd, motivation, råd om var du kan söka hjälp eller om du har en fundering. Vi som svarar är medmänniskor med egen erfarenhet av olika sjukdomar och/eller funktionsförändringar i tarmkanal eller urinvägar.



## KONTAKTUPPGIFTER STÖD- OCH RÅDGIVNINGSVERSAMHETEN

Du når oss söndag-torsdag  
mellan 17.00-21.00.

Telefonnummer:  
070 - 980 01 81

Mejladress:  
stodverksamhet@ilco.nu

**Vill du bli medlem hos oss?** Fyll i anmälningsblanketten som följer med denna broschyr – eller anmäl dig via [www.ilco.nu/bli-medlem](http://www.ilco.nu/bli-medlem)

På vår hemsida ([www.ilco.nu](http://www.ilco.nu)) kan du även läsa mer om oss och våra verksamheter, såväl som hålla dig uppdaterad om senaste nytt. Du hittar oss också på våra sociala medier!

Facebook: @ILCOtarmuroochstomiforbundet

Instagram: @ILCOsweden

LinkedIn: ILCO Tarm- uro och stomiförbundet

Twitter: @ILCOsweden

Skanna QR-koden för mer information! →

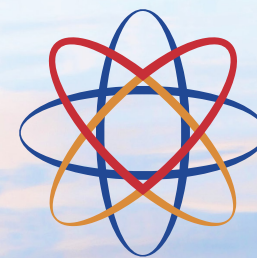


Postadress: ILCO-förbundet, Hamngatan 13 B,  
172 66 Sundbyberg

Leveransadress: Hamngatan 13 D

Telefonnummer: 08-546 40 520

Mejladress: [info@ilco.nu](mailto:info@ilco.nu)



# ILCO

Tarm- uro- och stomiförbundet

Vi arbetar aktivt med frågor som rör funktionsförändringar och sjukdomar inom tarmkanal/urinvägar.

Vår målsättning är att alla med sjukdomar eller funktionsförändringar i tarmar och/eller urinvägar, ska kunna leva och verka på samma villkor som alla andra.

Vår medlemsinriktade verksamhet såväl som vår stödverksamhet har gemenskap och samhörighet som ledord, och är öppen för både drabbade och anhöriga.

**Bli medlem och håll dig uppdaterad om våra medlemsaktiviteter såväl som vårt påverkansarbete!**



## MEDLEMSAKTIVITETER FÖRELÄSNINGAR PÅVERKANSARBETE

## GEMENSKAP KUNSKAP FÖRÄNDRING

### ILCO arbetar bland annat för att:

- Säkerställa en hög livskvalitet för våra medlemsgrupper genom att förmedla kunskap och information samt arbeta för god och jämlik vård.
- Våra medlemmar och alla drabbade ska få tillgång till våra sociala rättigheter och förmåner.
- Bevara och förbättra vårt nationella förmånssystem för stomihjälpedel.
- Innovativa cancerläkemedel ska vara tillgängliga för alla med behov av dessa och då på lika villkor i hela landet.
- En cancerdiagnos ska betraktas som akutsjukdom för att ge snabb behandling.

### På central nivå arrangerar ILCO ett antal olika medlemsträffar, såsom:

- Familjedagar
- Barn- och tonårsläger, 10 - 18 år (föräldrafritt)
- Unga vuxna-läger, 18 - 35 år

Medlemsverksamheten i övrigt sker i region/läns/lokal föreningarna, där det bland annat arrangeras:

- Medlemsträffar med relevanta föredrag
- Kurser och stomibandageutställningar
- Resor och trivselkvällar

Som medlem i ILCO får du ett välkomstpaket som bland annat innehåller kok- och inspirationsboken "Vissa har andra utvägar". Boken innehåller recept, tips och knep för dig som är tarm-, uro-, eller stomiopererad eller bara matintresserad.

Du får även ett så kallat **OSTOMY CARD**. Kortet har framtagits för dig som har tarm/urinproblem och är på resande fot eller att du snabbt behöver ha tillgång till handikapptoilet. Texten är på engelska och påtalar bland annat toalettbehovet samt att du kan ha medicinska produkter i bagaget. En del rese- och flygföretag kan tillåta viss övervikt vid uppvisande av kortet.

Som medlem får du också tidningen **ILCO-magasinet** fyra gånger per år. Här bevakar vi bland annat aktuell forskning inom relevanta områden och håller oss uppdaterade i frågor som rör våra medlemsgrupper. I ILCO-magasinet finns också aktuell information om våra aktiviteter på såväl nationell som lokal nivå.

## ILCO-MAGASINET: NYHETER, TEMAN OCH ARTIKLAR SOM BERÖR VÅRA MEDLEMMAR

