

Sunde lunger for livet

Lungeforeningen kæmper for et samfund, hvor alle har sunde lunger for livet. Vi arbejder for, at lungesygge får den nødvendige hjælp og støtte, og at der forskes i ny og bedre behandling. Lungeforeningen er for alle, der er påvirket af en lungesygdom.

Bliv medlem i dag

I Lungeforeningen har vi dygtige rådgivere, som står klar til at hjælpe dig, når du har brug for viden og svar. Du får adgang til netværk med et stærkt sammenhold, livsbekræftende aktiviteter og masser af brugbar erfaring. Sammenholdet begynder her.

lunge.dk/bliv-medlem



Mød os lokalt

Holbæk Lokalafdeling

Netværk med fokus på lunger, luft og fællesskab

Ballroom Fitness

Onsdag kl. 16.00-17.00.
PostNordbygningen, Dampmøllevej 2,
indgang B, træningssal, 1. sal, th.
4300 Holbæk
Margrethe Bjerre, 2860 2931,
mbje@yahoo.com
Pris: Hør Margrethe

Bordtennis

Tirsdag kl. 13.00-14.00.
Bordtennisklubben,
Sportsbyen, Sports Allé 1,
4300 Holbæk
Pia Wiggers, 2815 2413,
piawig@gmail.com

Bowling

Tirsdag kl. 11.00-12.00
Mellemvang 5,
4300 Holbæk
Aase Lundholm, 26624545,
aase@lundholm.com
Pris: Bowling: kr. 10 pr. person pr. gang

Discgolf

Fredag kl. 10.00-12.00
Sundhedscenters Sansehave,
Sportsbyen, Sports Alle 1.
4300 Holbæk
Erik Hansen, 2047 7032,
erikhansen02@outlook.dk

Lungekor

Onsdag kl. 10.00 - 11.30
Kirkeladen, Gl. Ringstedvej 65,
4300 Holbæk.
Kontakt Holbæk Kulturskole, Louise
Hyrup, 72367270
Pris
1. betaling 360,- deadline 10/1.
2. betaling 180,- deadline 2/9.
MobilePay boxnr: 2687vn

Svømning i varmtvandsbassin

Torsdag kl. 16.00-17.00
Holbæk Svømmecenter, Sports Allé 1.
4300 Holbæk
Eyd Kragesteen, 2169 1729,
eyd@wasd.dk
Pris: 20 kr. pr. gang MobilePay boxnr: 7570d

Træningsnetværk i Holbæk

Onsdag kl. 12.00-13.30
Fælleden, Arenavej 1.
4300 Holbæk
Bodil Nielsen, 5121 2981,
bonimaga49@gmail.com

Træningsnetværk i Regstrup

Mandag kl. 10.00-12.00
Hovedgaden 36 A.
4420 Regstrup
Anita Jensen, 2911 4532,
a-l-enevoldsen@privat.dk

Træningsnetværk i Tølløse

Mandag og torsdag kl. 9.00-10.00
Tølløse Aktivitetetshus, Nytorv 14,
4340 Tølløse
Kontakt: Kirsten Løvgren,
2325 6850,
kirsten.loevgren@gmail.com



Lokalbestyrelsen

Vi er i dag en bestyrelse på 7 personer. Kontakt lokalformanden for mere info: Erik Hansen, 2047 7032, erikhansen02@outlook.dk

Deltag i arrangementer

Vi holder løbende møder med foredragsholdere, der berører emner, der er relevante for personer med en lungesygdom og ikke mindst deres pårørende.

Syng med os i Lungekor

Sang træner din vejtrækningsmuskulatur, og forbedrer kontrol over vejtrækningen, desuden bliver du glad!

Træn med os

Træning er yderst vigtig for alle med en lungesygdom. Har du gennemført kommunens KOL-rehabiliteringsforløb, er det vigtigt, at du fortsætter med motionen på eget initiativ.

Lej en el-cykel:

Du kan leje en el-cykel i et halvt år. Hør mere ved at kontakte Erik Hansen på 2047 7032, erikhansen02@outlook.dk

