



## Hvem er vi? Vi er 460 medlemmer i Holbæk lokalafdeling.

## lungeforeningen-Holbæk netværksgruppe 2

## Vi er i dag en bestyrelse på 9 personer, som sammen deler de mange opgaver, der skal løses. For yderligere informationer kan du kontakte en af os:

Erik Hansen 20477032 [erikhansen02@outlook.dk](mailto:erikhansen02@outlook.dk)

Lene Fischer 22242370 [lene49fischer@gmail.com](mailto:lene49fischer@gmail.com)

Birgit Barasinski 41108513 [bsinski@mail.dk](mailto:bsinski@mail.dk)

Birthe Pugholm 72364232 [birps@holb.dk](mailto:birps@holb.dk)

Anne Sode Hansen 30317250 [sode\_b@vestnet.dk](mailto:sode_b@vestnet.dk)

Christa Hansen 30608289 [hansenchrista@outlook.dk](mailto:hansenchrista@outlook.dk)

Aase Lundholm 26624545 [aase@lundholm.com](mailto:aase@lundholm.com)

Margrethe Bjerre 28602931 [mbje@yahoo.com](mailto:mbje@yahoo.com)

Helge Nielsen 40369482 [hofn53@hotmail.dk](mailto:hofn53@hotmail.dk)

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. Som medlem af Lungeforeningen kan du også leje feriehuse, komme på rekreationsophold og deltage i lungekurser.

**Sundere lunger livet igennem  
Lungeforeningen er for alle, der er påvirket af en lungesygdom. Sammen­holdet begynder her. Læs mere på www.lunge.dk**

**Holbæk Lokalafdeling**

Mød Lungeforeningen i dit lokalområde



www.lunge.dk





Deltag i Lunge NETVÆRK

**Træning og fysisk aktivitet er yderst vigtig for lungesyge, da motion forebygger og mindsker udviklingen af lungesygdommen. Du selv er ansvarlig for udbyttet af træningen.**

**Lunge NETVÆRK er på følgende lokaliteter:**

**Multihuset på Fælleden, Arenavej 1. 4300 Holbæk**

**Onsdag kl.12.00-13.30**

**Kontakt: Bodil Nielsen, 5121 2981, mail:** [**bonimaga49@gmail.com**](mailto:bonimaga49@gmail.com)

**Tølløse Aktivitetshus, Nytorv 14, 4340 Tølløse**

**Mandag og torsdag kl. 9.00-10.00**

**Kontakt: Kirsten Løvgren, 2325 6850, mail:** [**kirsten.loevgren@gmail.com**](mailto:kirsten.loevgren@gmail.com)

**Åvang i Regstrup, Hovedgaden 36 A. 4420 Regstrup**

**Mandag kl. 10.00-12.00**

Kontakt: Anita Jensen, 2911 4532, mail: [a-l-enevoldsen@privat.dk](mailto:a-l-enevoldsen@privat.dk)

## DISCGOLF spilles på banen som er 932 m. lang og har 5 kurve.

**Mødested Sundhedscenters Sansehave, Sportsbyen, Sports Alle´1. Fredag kl.10.00-12.00**

**Kontakt: Christian Høyer, 2884 6607, mail:** [**chrfugmann@gmail.com**](mailto:chrfugmann@gmail.com)

**SVØMNING i Holbæk Svømmecenter, Sport Allé 1.**

**Torsdag kl. 16.00-17.00 i varmtvandsbassin. Mødetid 15 min før.**

**Bruger betaling 30,- Betales på MobilePay Box: 7570SC**

**Kontakt: Eyd Kragesteen, 2169 1729, mail:** [**eyd@wasd.dk**](mailto:eyd@wasd.dk) **eller**

**Kontakt: Birthe Meyer, 4032 2412, mail:** [**birthemeyer63@gmail.com**](mailto:birthemeyer63@gmail.com)

**EL-CYKEL udlånes i 6 måneder.**

**Betal: Depositum 1000 kr. kontant, som tilbagebetales ved aflevering.**

**Betal 500 kr. til service.**

**Kontakt: Erik Hansen, 2047 7032, mail:** [**erikhansen02@outlook.dk**](mailto:erikhansen02@outlook.dk)

**BOWLING i City Bowling, Mellemvang 5, 4300 Holbæk.**

**Tirsdag kl.11.00-12.00, mødetid 15 min før.**

**Bruger betaling 10 kr. betales til leje bowlingsko.**

**For mere information kontakt Aase Lundholm, tlf: 2662 4545 mail:** [**aase@lundholm.com**](mailto:aase@lundholm.com)

**BALLROOM FITNESS,** **Gl. Posthus,** **Dampmøllevej** **2, indgang i gården, 1. sal, th. Påklædning træningstøj og indendørs sko. Onsdag kl. 16.15-17.15. Bruger betaling 25,- Betales på MobilePay Box: 3913TK**

**Kontakt: Erik Hansen, 2047 7032, mail:** [**erikhansen02@outlook.dk**](mailto:erikhansen02@outlook.dk)

Mød os i Holbæk

Holbæk lokalafdeling er et tilbud til lungesyge og deres pårørende.

På Sundhedsdagen har Lungeforeningen lokal afd. en stand.

Deltag i arrangementer

Holbæk Lokal afd. har mange arrangementer, der berører aktuelle emner der er relevante for lungesyge og deres pårørende.

LUNGEKORET synger onsdag kl. 10.00 - 11.30 i Multihuset på Fælleden, Arenavej 1, 4300 Holbæk.

Parkering tæt på, via Lillevang.

Tilmelding til lungekoret på Holbæk Kulturskoles hjemmeside: holbækkulturskole.dk eller ring til sekretær Louise Hyrup på tlf.: 7236 7270. Betaling 2 x årligt til Erik Hansen på MobilePay 2047 7032

1. betaling 480,- deadline 10/1.

2. betaling 240,- deadline 2/9.

Som betalende medlem af Lungeforeningen kan du:

* Deltage i alle foreningens arrangementer.
* Deltage i Lungekor.
* Træne i de 3 lunge NETVÆRK.
* Deltage i varmtvandsbassin.
* Deltage på bowlingholdet.
* Deltage i Ballroom Fitness.
* Låne elcykel
* Deltage i Discgolf
* Bestille rådgivningssamtale i Lungeforeningen.
* Få bladet Lungenyt 4 gange årligt.
* Få elektronisk nyhedsbrev 2 gang om måneden.
* Deltage i Frirummet som er virtuelle møder.
* Deltage i Lokalafdelingens generalforsamling og på den måde få indflydelse på foreningens arbejde.
* Som nyt medlem modtager du en velkomstgave

Revideret april 2024

