



Lungeforeningen
Sundere lunger livet igennem

Hvem er vi?

Vi er 460 medlemmer i Holbæk lokalafdeling.



Følg os på
FACEBOOK

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	erik.hansen@godmail.dk
Lene Fischer	22242370	lene49fischer@gmail.com
Birgit Barasinski	41108513	bsinski@mail.dk
Birthe Pugholm	72364232	birps@holb.dk
Anne Sode Hansen	30317250	sode_b@vestnet.dk
Christa Hansen	30608289	hansenchrista@outlook.dk
Aase Lundholm	26624545	aase@lundholm.com
Margrethe Bjerre	28602931	mbje@yahoo.com
Helge Nielsen	40369482	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 feriehus, 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

Bliv medlem af Lungeforeningen
på www.lunge.dk



Følg os på
facebook.com/lungeforeningen

Lungeforeningen

Strandboulevarden 48, B-8 · DK-2100 København Ø · T +45 38 74 55 44
info@lunge.dk · www.lunge.dk · www.facebook.com/lungeforeningen

Mød os i Holbæk

Holbæk Lokalfdeling er et tilbud til lungesyge og deres pårørende. På Sundhedsdagen har Lungeforeningens lokalfdeling en stand.

Deltag i arrangementer

Holbæk Lokalfdeling har mange spændende arrangementer, der berører aktuelle emner, der er relevant for personer, som har en lungesygdom og ikke mindst deres pårørende.

Vi har et lungekor, hvor der er plads til flere. Vi elsker at synge, det giver glæde og bedre vejrtrækning. Det gør ikke noget, at du hoster eller lige skal have en pause til at få vejret.

Vi synger onsdag kl. 10.00-11.30 i Multihuset.

Vil du være med, kan du tilmelde dig lungekoret på Holbæk Kulturskoles hjemmeside holbaekkulturskole.dk eller man kan ringe til deres sekretær, Louise Hyrup på tlf. 7236 7270. Man kan selvfølgelig også bare dukke op i Multihuset på fælleden som vanligt.

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.
- Låne elcykel
- Deltage i Discgolf
- Bestille rådgivningssamtale i Lungeforeningen.
- Få bladet Lungenyt 4 gange årligt.
- Få elektronisk nyhedsbrev 1 gang om måneden.
- Deltage i Frirummet som er virtuelle møder.
- Deltage i Lokalfdelingens generalforsamling og på den måde få indflydelse på foreningens arbejde.
- Som nyt medlem får du bogen: Hvad er KOL?

Revideret september 2023



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 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

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

Avang i Regstrup, Hovedgaden 36 A. 4420 Regstrup
Mandag kl. 10.00-12.00
Kontakt: Anita Jensen, 2911 4532, mail: a-i-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

SVØMNING i Holbæk Svømmecenter, Sport Allé 1.
Torsdag kl. 16.00-17.00 i varmtvandsbassin. Bruger betaling 25,-
Kontakt: Eva Simonsen, 2149 6304, mail: eva@evasimonsen.dk

EL-CYKEL udlånes i 6 måneder.
Betal: Depositum 1000 kr. kontant, som tilbagebetales ved aflevering.
Betal 300 kr. til service.
Kontakt: Erik Hansen, 2047 7032, mail: erik.hansen@godmail.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