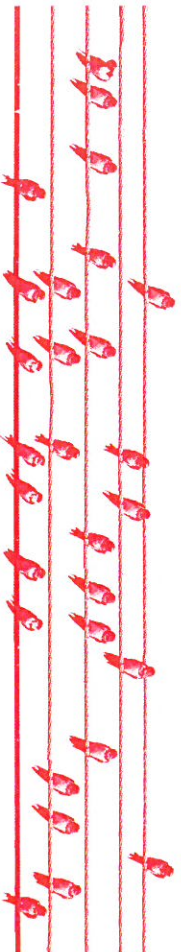


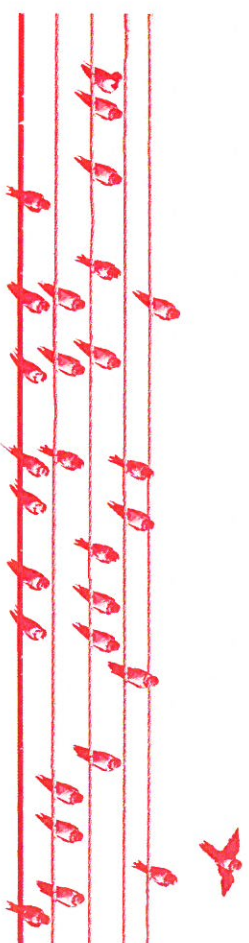
# SYNG DIG GLAD I LUNGEKORET PÅ ISHØJ KULTURSKOLE



**ONSDAG KL. 13.30 -14.30**

**Kom og syng dig glad – og styrk din lungefunktion. Korsang er ikke en behandling, men den kan som al anden fysisk træning hjælpe til, at du bedre udnytter den lungefunktion du har. Koret er for alle, du behøver ikke at have sunget i kor før. Du kan starte med det samme!**

**Tilmelding: [ishøj.kulturskole.dk](http://ishøj.kulturskole.dk) eller tlf. 43 57 60 60**



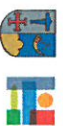
## UDTALELSER FRA TIDLIGERE DELTAGERE

... det giver altid glæde at synge sammen med andre, uanset om man har en sygdom eller ej. Men det, at alle også har en fælles skavank giver en god samhørighed. At vi så yderligere har en meget dygtig lærer, som kender metoder til, hvordan vi arbejder med vores luftveje, er jo utrolig godt.

... Jeg meldte mig til Kol-koret, fordi jeg har astma og vejtrækningsproblemer og allerede efter første time kunne jeg i stedet for en tør hoste, hoste sekret op fra lungeme, og det samme skete ved de efterfølgende timer. Så når 4 timer giver reaktion, er jeg sikker på, at det vil gavne mig at fortsætte!

... Jeg fandt ud af, at der er mange former for lungeproblemer, ikke bare KOL, men astma, KOLastma, og andre lungesygdomme, som giver nedsat funktion.

... min glæde over forløbet skyldes selvrigelig (udover kaffe og flødebolle!) den fantastiske sanglærer, som er en humørbombø, der samtidig er kompetent og vidende om sang, lungefunktioner, og børn og ældre damer.



Vejledalen 9, Ishøj [Ishøj.kulturskole.dk](http://ishøj.kulturskole.dk)

[Ishøj.kulturskole.dk](http://ishøj.kulturskole.dk)