



© colourbox

# HAR DU KOLS?

Bli med på trening, læring- og mestringskurs i Karmøy kommune!

## Har du eller kjenner du noen med KOLS?

Karmøy kommune arrangerer trening-, læring- og mestringskurs for personer med KOLS, som inneholder gruppebasert trening og temasamlinger. Målet er å øke livskvalitet og helsestatus, samt å øke aktivitetsnivået til deg med KOLS.

Temasamlingene vil bli ledet av kvalifisert helsepersonell. Alle samlingene vil inneholde tilpasset trening drevet av erfaren fysioterapeut.

Kurstilbudet er et samarbeid mellom Karmøy kommune, Bokn kommune og Landsforeningen for hjerte- og lunge-syke (LHL).

Kurstilbudet er gratis.

## Er dette noe for deg?

Ta kontakt med fysio- og ergoterapitjenesten i Karmøy kommune for påmelding, eller ved spørsmål om kurstilbudet.

## Kontaktinformasjon

Fysio- og ergoterapitjenesten  
Bleikmyrvegen 45  
4276 Veavågen  
Tlf: 52 81 01 01  
(ma, ti, to, fr, kl. 8:30-11:30)

Bokn kommune  
v/ Miriam Berland  
Tlf: 52752536 / 40410570  
E-post: [miriam.berland@bokn.kommune.no](mailto:miriam.berland@bokn.kommune.no)