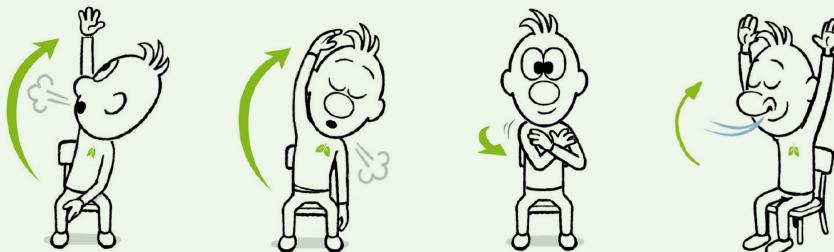


MACHEN SIE MIT!

Kostenloses ÖLU-Atemtraining! Übungen zum Mitmachen!

Die Österreichische Lungenunion veranstaltet 1x im Monat ein **kostenloses Online-Live-Atemtraining** für Menschen mit chronischen Lungenerkrankungen. Machen Sie mit! Atem- und Physiotherapeutin **Sonja Pollak, MSc**, zeigt die Übungen vor und verrät zudem praktische Tipps für den Alltag. Es besteht auch immer die Möglichkeit, der Expertin direkt Fragen zu stellen und sich mit anderen auszutauschen.



Informationen zur kostenlosen Teilnahme finden Sie unter:

www.lungenunion.at/jour-fixe-termine-2026

Oder per Handy über den QR-Code.

Keine Anmeldung nötig.

TERMINE 2026

Mittwochs, 18-19 Uhr:

| | |
|----|-----------|
| 04 | Februar |
| 04 | März |
| 01 | April |
| 06 | Mai |
| 03 | Juni |
| 02 | September |
| 07 | Oktober |
| 04 | November |
| 02 | Dezember |

Besuchen Sie uns auch auf
Social Media:

- oesterreichischelungenunion
- lungenunion
- Österreichische Lungenunion

Werden Sie ÖLU-Mitglied!

Die Österreichische Lungenunion ist eine bundesweit aktive Patient:innenorganisation und ein Selbsthilfeverein, für Menschen mit Atemwegserkrankungen (Asthma, COPD, Lungenfibrosen), Lungenkrebs, Allergie und Hauterkrankungen (Neurodermitis, Urtikaria).

Durch Anleitungen zur Selbsthilfe stützen und fördern wir die Gesundheitskompetenz von Betroffenen – und der Allgemeinität. In kostenlosen Informationsveranstaltungen bieten wir die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch mit anderen Betroffenen und mit Mediziner:innen. Unsere Webseite informiert über viele Themen und aktuelle Termine. Wir informieren entsprechend medizinischen Standards (in Zusammenarbeit mit Fachexpert:innen) und setzen uns auch gesundheitspolitisch für die Verbesserung der Patient:innenversorgung ein.

Wir freuen uns, Sie bei unserem Atemtraining und anderen Informationsveranstaltungen begrüßen zu dürfen.



Informationen zur Mitgliedschaft finden Sie unter:
[www.lungenunion.at/ueber-uns/
mitglied-werden](http://www.lungenunion.at/ueber-uns/mitglied-werden)

Oder per Handy über den QR-Code.

UNSER ANGEBOT

- ✓ Atemübungen zum Mitmachen
- ✓ Inhalatoren-Handhabung
- ✓ Informationsveranstaltungen mit Expert:innen
- ✓ Informationsmaterial
- ✓ Checklisten für Arztgespräch
- ✓ Patient:innen-Treffen
- ✓ Telefonische Unterstützung bei Fragen
- ✓ Umfangreiche Webseite zur Information, Weiterbildung und Schulung
- ✓ Newsletter
- ✓ Vereinsmagazin

www.lungenunion.at