

Schnarchen und Apnoe

Fortbildung 2020

Ziel:

- Wissen um die Bedeutung der Atmung bei Schnarchen und Apnoe in Theorie und Praxis
- Anleitung von Klienten
- Erweiterung und Vertiefung der atemtherapeutischen Kompetenz sowohl für die Gruppenarbeit wie auch für die Einzeltherapie.

Inhalt:

- Theoretisches Wissen über Ursache und Wirkung von Schnarchen und Apnoe
- Praktische Übungen im Umgang mit Schnarchen und Apnoe, auf den Grundlagen: Der Erfahrbare Atem® nach Prof. I. Middendorf und die Atemtechnik nach Dr. K. Buteyko
- Selbsterfahrung und Übungssets im Alltag
- Anleitung von Klienten

Es werden immer mehr Menschen mit der Diagnose Schnarchen oder Apnoe konfrontiert. Viele Menschen schlafen mit einer Atemmaske oder unterziehen sich einer oft risikoreichen Operation. Und sie wissen um keine Alternative.

Die Themen Schnarchen und Apnoe fallen zum sehr grossen Teil in unser Ressort als Atemtherapeutinnen und Atemlehrerinnen. Wir sollten darüber Bescheid wissen. Wir sollten unsere Erfahrung und unser Wissen um den Atem einsetzen können, um unsere Klienten beraten und begleiten zu können.

Zielpublikum: Atemtherapeuten und Komplementärtherapeuten

Die Daten: 23. + 24. Oktober 2020

Die Zeiten: Freitag, 23.10. 09.30 - 17.00 Uhr
Samstag, 24.10. 09.30 - 14.00 Uhr

Der Kursort: Atempraxis Brigitte Ruff, Vogelsangstr. 52, 8006 Zürich
(vom HB 20 Min zu Fuss oder Tram 10 oder vom Bellevue Tram 9 bis Haltestelle Winkelriedstrasse. Bus 33 bis Vogelsangstr.)

Die Kurskosten: Fr. 450.-, 10 Std Fortbildung

Die Abmachung: Bei Absage bis 4 Wochen vor Kursbeginn entsteht ein Unkostenbeitrag von Fr. 50.-, danach ist der ganze Betrag zu bezahlen.

Kursleitung Brigitte Ruff
und eidgenössisch diplomierte Komplementärtherapeutin Atemtherapie
Anmeldung: Atempraxis Brigitte Ruff, Vogelsangstr. 52, 8006 Zürich,
Tel. 079 330 16 54, brigitte.ruff@atem-praxis.ch