Heilen mithilfe des Atems

Die FH Gesundheit startet im Herbst erstmals mit dem akademischen Lehrgang Atempädagogik.

Innsbruck, Hall – Atempädagogen nutzen in ihrer Tätigkeit nicht nur den Atem, sondern auch die Bewegung, Stimme und Berührung und fördern mit der Achtsamkeit auf einen bewussten Atem die Widerstandskräfte und die Selbstheilungsprozesse von Menschen.

Ganzheitliche Atempädagogik hat sich bereits mit nachhaltigem Erfolg zur Gesundheitsförderung, Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung, Entspannung, Stimmentlastung/-kräftigung, Schwangerschaftsbegleitung und Geburtsvorbereitung bewährt.

Atempädagogik kann auch bei diversen Krankheitsbildern wie Asthma, Stress, Traumata, Fehlhaltungen und Rückenbeschwerden, chronischen Schmerzen, hohem und niedrigem Blutdruck, Schlafstörungen, Depressionen und Ängsten in Zusammenarbeit mit Ärzten oder Therapeuten deutliche Besserung bewirken. „Mit dem Lehrgang möchten wir vor allem jene Personen ansprechen, die aus den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention, Bewegung, Entspannung, Medizin, Pflege und Therapie kommen“, erklärt Lehrgangsleiter Norbert Faller von der Fachhochschule Gesundheit in Innsbruck. Als Zielgruppe möchte er auch Personen aus Kunst, Bildung, Beratung und Sport ansprechen.

Bewusste Atmung hilft mit, den Körper gesund zu erhalten. Foto: Shutterstock

> *„Atempädagogen können im Bereich von Prävention, Entspannung, Pflege und Therapie tätig sein.“*
>
> **Norbert Faller, Lehrgangsleiter Atempädagogik, FH Gesundheit**

Die berufsbegleitende Ausbildung an der FH Gesundheit dauert drei Semester und startet im Herbst 2010. Bewerbungen werden ab sofort entgegengenommen, die Anmeldefrist läuft noch bis zum 30. Juni.

Die Berufsaussichten gelten als hervorragend: Atempädagogen können in Einzel- und Gruppenarbeit entweder in eigener Praxis, auf Honorarbasis in Institutionen und Firmen oder im Angestelltenverhältnis in Einrichtungen des Gesundheitswesens (Kliniken, Thermen, Kurzentren) tätig sein. *(bea)*