

Modul C

Zeit & Ort

Seminarleitung

Atem – Stimme: Vegetative Regulation und Harmonisierung bei Atemwegserkrankungen

16.05. – 18.05.25
Bad Herrenalb

Vera Kimmig
Irene Rentinck

Modulbeschreibung

Atmung und Stimmgebung sind essentielle Impulsgeber für unser Körpersystem. Die Kombination von Singen, Tönen und Atmung kann gezielt zur Regulation des Körpersystems eingesetzt werden, was das Wohlbefinden und die Lebensqualität der Menschen oder Patienten erheblich steigern kann.- Singen: Verlängert die Ausatemphase und fördert eine gleichmäßige Atemelastizität.

- Resonanz: Stärkt die Atemmuskulatur, reguliert Spannungsfelder und bringt den Körper in „Good Vibrations“.
- Vertiefte Atmung: Beeinflusst die Gehirnchemie, harmonisiert vegetative Prozesse und verbessert die Energieversorgung des Körpers.
- Spaß am Singen: Selbstfürsorge muss nicht schwerfällig sein! Singen ist leicht, macht Freude und kann in verschiedenen Kontexten praktiziert werden.

Anwendungsbezug:

In diesem Seminar richten wir uns auch an Fachkräfte im Gesundheitswesen, um die Herausforderungen von Atemwegserkrankungen wie COPD, Asthma und dem Post-COVID-Syndrom zu beleuchten. Wir präsentieren Ihnen effektive Ansätze zur Selbstfürsorge über die Atmung und erarbeiten gemeinsam Strategien zur Vertiefung der Atmung und zum Aufbau von Atemvertrauen.

In diesem Seminar möchten wir:

- Erforschen: Wie Lockerungs- und Entspannungstechniken durch Singen und Tönen erweitert werden können, um vegetative Regulation und Harmonie zu fördern.
- Verstehen: Die spezifischen Aspekte von Atemwegserkrankungen, Stimmstörungen und neurovegetativen Prozessen besprechen und Wege zur Atemvertiefung durch Singen kennenlernen.
- Anregen: Den Ausbau und die Durchführung von Singgruppen fördern und den Austausch über die Grenzen und Möglichkeiten dieser Arbeit anregen.

Zielgruppe:

Dieses Seminar richtet sich an Ärzte, Pflegekräfte, Atemtrainer, Logopäden, Körpertherapeuten und andere Fachkräfte des Gesundheitssystems, die nach neuen Ansätzen zur vegetativen Harmonisierung suchen.

„Kommen Sie mit uns auf eine Reise zu mehr Wohlbefinden durch Atem und Stimme wir freuen uns darauf, Sie dabei zu unterstützen!“

Modulgebühr:

320 € (ohne Kosten für Unterkunft und Verpflegung)

272 € ermäßigt für Mitglieder

Seminarzeiten:

Freitag 18:00 Uhr bis Sonntag 13:00 Uhr

Vera Kimmig wird das Modul bei kleinen Gruppen alleine leiten. Irene Rentinck wird dann ggf. online zugeschaltet sein.



<https://singende-krankenhaeuser.de>