

Geschäftsadressen

Basel

Haus der Gesundheitsligen
Mittlere Strasse 35, 4056 Basel
Tel. 061 269 99 66 / Fax 061 269 99 60

Liestal

Kanonengasse 33, Postfach, 4410 Liestal
Tel. 061 927 91 22 / Fax 061 927 91 29

info@llbb.ch
www.llbb.ch

Kostenlos
Lungentelefon: 0800 404 800 (dienstags, 17 bis 19 Uhr)

Spendenkonto
40-1120-0



Besser leben mit Asthma

Kurse für Betroffene und
für Eltern von Asthmakindern



08/09



LUNGENLIGA BEIDER BASEL

Leben heisst atmen



LUNGENLIGA BEIDER BASEL

Leben heisst atmen

Besser leben mit Asthma

Ein Kurs für Betroffene und für Eltern von Asthmakindern

1. Abend

Sie erfahren ...

- wie Asthma entsteht und was dabei in den Atemwegen geschieht,
- wie eine Diagnose gestellt wird,
- wie die moderne Asthmatherapie aussieht.

2. Abend

Sie lernen ...

- verschiedene Inhalationsformen kennen,
- die korrekte Inhalationstechnik,
- einiges über verschiedene Allergieauslöser,
- was sie selber tun können, um das Asthma im Griff zu haben.

3. Abend

Wir sprechen über ...

- Asthma und Sport, Aufwärmtraining, geeignete Sportarten,
- Anfallsprophylaxe und Verhalten im Notfall,
- und sie bekommen verschiedene Atem- und Entspannungstechniken gezeigt und können diese üben.

Die Kurse finden in ungezwungener Atmosphäre in einer Kleingruppe statt. Sie haben so die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich mit anderen Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern auszutauschen.

Kursinformation

Teilnahme

Wir führen Kurse für Betroffene und für Eltern von Asthmakindern durch.

Kursleitung

Siehe Einlageblatt

Kursort

Basel

Daten

Siehe Einlageblatt

Dauer

Drei Abende à jeweils 2 Stunden

Zeit

Siehe Einlageblatt

Kosten

Unkostenbeitrag CHF 60.– pro Person, CHF 100.– pro Paar, die Lungenliga übernimmt die restlichen Kosten.

Bestätigung

Die Teilnahmebestätigung und die genauen Kursangaben erhalten Sie spätestens eine Woche vor Kursbeginn. Falls ein Kurs mangels Teilnehmenden nicht durchgeführt werden kann, werden Sie rechtzeitig informiert.



Dr. med. Henriette Hug-Batschelet
Kinderpneumologin
Asthma für Elternschulung



PD Dr. med. Jörg Leuppi
Pneumologe
Asthmaschulung für Betroffene