



STADE-(HAGEN) ATMET – Atmen Sie mit!

Spezielle Tagesangebote zum Schnuppern!

Der Atem versorgt uns bis in jede Körperzelle mit lebenserhaltendem Sauerstoff. Die Atembewegung ist erlebbar und gibt uns Auskunft über unsere jeweilige Stimmung oder Befindlichkeit. Wird durch Stress, gesundheitliche Einschränkungen oder Angst die Atmung flach, fehlen Widerstandskräfte und eine psychische Stabilität.

Unter dem Motto „STADE-(HAGEN) ATMET – Atmen Sie mit!“, veranstaltet die Atemtherapeutin Sabine Katharina Schuldt zum wiederholten Male die bundesweit stattfindende Sommeraktion ihres Berufsverbandes ATEM e.V. (www.bvatem.de).

In Kooperation mit dem Schmerzzentrum Stade und der Krebsberatung Stade findet ein Termin speziell für Patientinnen, Patienten und Angehörige am Freitag, den 09. August 2024 von 14 – 17 Uhr im Niedersachsenraum der Klinik Dr. Hancken in Stade statt.

Einen zweiten „offenen“ Tag wird es am Sonntag, den 11. August 2024 ebenfalls 14-17 Uhr im Atemhaus Blume, Odamm 16 in Stade-Hagen im Garten geben. Für beide Tage gilt, dass jeweils zur halben Stunde Atemübungen angeboten werden, dazwischen gibt es Raum für Fragen und Gespräche. Nähere Informationen zu den Veranstaltungen erhalten Sie hier: www.atemhaus-blume.de oder Tel: 04141 405077

Eine Aktion von **ATEM** Der Berufsverband e.V. **GRATIS**

STADE(-HAGEN) ATMET

Atmen Sie mit!

FR, 09.08.2024 VON 14 – 17 UHR
Klinik Dr. Hancken, Stade
nur für Schmerz- und KrebspatientInnen

SO, 11.08.2024 VON 14 – 17 UHR
Atemhaus Blume, Stade-Hagen
für alle Interessierten

**Aufatmen ...
in Ihrem Rückzugsort im Grünen**

