



Erweitern Sie Ihr Wissen für ein gutes Selbstmanagement bei Asthma.

Samstag, 1. Mai 2021, von 09.00–12.00 Uhr
Dieser Kurs wird online durchgeführt.





Asthma – alles klar?

Im Asthma Onlinekurs der Lungenliga Aargau erweitern Sie Ihr Wissen über die Krankheit und Ihre Kompetenzen für ein gutes Selbstmanagement. Der Kurs richtet sich an Erwachsene und Jugendliche.

Datum

Samstag, 1. Mai 2021,
von 09.00 bis 12.00 Uhr

Themen

- Aufbau und Funktion der Lunge
- Entstehung von Asthma
- Symptome erkennen
- Inhalationstechniken
- Selbstmanagement: Asthmatagebuch
- Notfallmanagement
- Atem- und Entspannungsübungen
- Schleimlösende Massnahmen
- Asthma und Sport

Leitung

Dipl. Beraterinnen für respiratorische Erkrankungen der Lungenliga Aargau und Physiotherapeutin FH

Kosten

CHF 50.00, inkl. einer individuellen Beratung an unserer Geschäftsstelle in Aarau.

Anmeldung

Bis **spätestens 21. April 2021** per E-Mail an kurse@llag.ch. Die Zugangsdaten erhalten Sie vorgängig zum Kurs.

Kontakt

Fach- und Beratungsstelle der
Lungenliga Aargau
Hintere Bahnhofstrasse 6
5001 Aarau
E-Mail: kurse@llag.ch
Telefon: +41 62 832 40 00

www.lungenliga.ch/kurse-ag

In Zusammenarbeit mit:



ALLERGIEZENTRUM SCHWEIZ
CENTRE D'ALLERGIE SUISSE
CENTRO ALLERGIE SVIZZERA