

ATEMHAUS HOHENEMS - ein Haus atmet

Besucher spüren es sofort und sagen: an diesem Ort kann man gut atmen. Das ehemalige „Herrenhaus Emslieb in Herrenried“ hat eine Atmosphäre, in der Sinne und Seele sich öff-

Bewusstsein für die eigene Gesundheit zu vermitteln. Nach eigenen Konzepten und in Zusammenarbeit mit unterschiedlichen psychosozialen und klinischen Einrichtungen bietet

staltungen werden wissenschaftlich begleitet und in ihrer Wirksamkeit erforscht. Ein weiterer Schwerpunkt im AtemHaus Hohenems ist die IMAGO-Paartherapie und Beziehungs-Arbeit. Peter Cubasch und Cornelia Cubasch-König sind zertifizierte IMAGO-Therapeuten und werden ab September unter den ersten drei ausgebildeten Paaren sein, die in Österreich legitimiert sind, die IMAGO-Paartherapie in Form von speziellen Workshops anzubieten. Außerdem gibt es Patienten- und Selbsterfahrungs-Gruppen in klinischer Musiktherapie, Atem- und Bewegungstherapie für Herzinfarkt-Patienten, sowie Personen mit Atemweg-Erkrankungen, psychosomatischen und psychiatrischen Problemen.



Cornelia Cubasch-König und Peter Cubasch
Fotos: Fátima López

nen. Es entsteht der Eindruck, das Haus selbst mit seinen hellen Räumen, großen Fenstern, schönen Holzfußböden und dem prachtvollen Park atmet. Hier ist ein idealer Ort, um Gesundheit, Kultur und Therapie zu fördern. Dieser Trinität und Idee ist Peter Cubasch, Leiter des AtemHauses, seit vielen Jahren verbunden. Seit 1984 ist er Dozent an der Musik-Universität „Mozarteum“ in Salzburg und viele Jahre als Musik-, Atem- und Psychotherapeut in privater Praxis und in verschiedenen Ausbildungs-Institutionen im Bereich der Therapie und Gesundheitsvorsorge tätig. Im AtemHaus Hohenems, das als Praxis und Seminarort dient, lassen sich derartige Projekte optimal realisieren.

Regionales Zentrum zur Förderung der Gesundheit

Die aktuelle gesundheitspolitische Diskussion und die bevorstehende Verteuerung und Nicht-Finanzierbarkeit des gegenwärtigen „Krankheits-Systems“ machen es dringend erforderlich, den Menschen ein Wert-

das AtemHaus Seminare an, die wirkungsvolle und kostengünstige Gesundheits-Prophylaxe ermöglichen.

Gesundheits-prophylaktische Gruppenangebote, bei denen es in Theorie und Praxis vorwiegend um Stressabbau und Entspannung, Haltungs- und Atemschulung, Vitalisierung, Wahrnehmungs- und Sinnesförderung und



Bewusstseinsarbeit geht, werden als fortlaufende Gruppen in den Methoden Lach- und Atem-Training, Atemtherapie, Musik- und Bewegungstherapie durchgeführt. Diese Veran-

Musiktherapie, Atemtherapie, Körper- und Tanztherapie – Weiterbildung auf hohem Niveau

Ab Herbst 2003 veranstaltet das AtemHaus Hohenems in Zusammenarbeit mit dem Bodensee-Institut-Bregenz für integrative Pädagogik und kreative Therapie Weiterbildungen in Musiktherapie, Atemtherapie und Bewegungs- und Tanztherapie. Diese werden seit mehreren Jahren von einem hoch qualifizierten Dozenten-Team angeboten und erfreuen sich international großer Beliebtheit. Sie bieten Personen der Region, die an einer Ausbildung in Musiktherapie, Atemtherapie, Bewegungstherapie oder Psychotherapie interessiert sind, einen Einblick in die unterschiedlichen Methoden und Ansätze und ermöglichen die persönliche Bekanntheit mit wichtigen Exponenten und Begründern verschiedener therapeutischer Verfahren. Außerdem bieten sie Pädagogen, Sozialarbeitern, Heilpädagogen und Therapeuten die Möglichkeit, sich qualifiziert fortzubilden. Als Dozenten werden unter anderem Professor Dr. Karin Schumacher (Berlin/Graz), Dr. Fritz Hegi (Zürich), Professor Dr. Tonius Timmermann (Wien/Augsburg), Herta Richter (München), Peter Osten (München), Wolfgang Stange (London), Rosana Rodrigues (Brasilien) im AtemHaus arbeiten.

Lachen und Atmen im AtemHaus

Das AtemHaus Hohenems ist Sitz des Lach- und Atem-Trainer Verbandes Austria (LAVA). Dieser Verband veranstaltet an verschiedenen Orten in Österreich Ausbildungen zum Lach- und Atem-Trainer. Die Verbindung von Lachen und Atmen ist im deutschsprachigen Raum einmalig. Lachen aktiviert, vitalisiert, verläuft in

animierender und erlebnisorientierter Weise und verbindet Menschen unkompliziert und fröhlich.

Atem ist stiller und fördert intensiv die Wahrnehmung, wirkt zentrierend und hilft, das Eigene im Maß, im Sein und in der Person zu erkennen. In der Kombination beider Ansätze werden Gesundheit und Lebendigkeit, Sensibilität und Expressivität sowie Kommunikationsfähigkeit wirkungsvoll gefördert. Sowohl im privaten, familiären wie im betrieblichen und institutionellen Rahmen findet das Lach- und Atem-Training zunehmend Verbreitung und bietet vielfältige berufliche Anwendungsmöglichkeiten. Mit diesem besonderen Ausbildungs-Konzept sind der Atem- und Lach-Trainer Verband und das AtemHaus Hohenems „Vorreiter“ in Vorarlberg und Österreich.

SONANZ-Therapie-Ausbildung

Das AtemHaus Hohenems beherbergt auch das Institut für SONANZ-Therapie. Die SONANZ-Therapie® ist ein Konzept, das aus der langjährigen Erfahrung und Lehrtätigkeit von Peter Cubasch erwachsen ist. In dieser pädagogisch-therapeutischen Methode sind Atem und Schwingung Ausgangspunkt und Mittelpunkt der persönlichen Erfahrung, des individuellen Wachstums und der Heilung. Ziel der zweijährigen Ausbildung, die überwiegend im AtemHaus stattfindet und von einem interna-

tionalen Dozenten-Team durchgeführt wird, ist es, die körperliche, seelische und soziale Gesundheit eines Menschen zu erhalten und zu fördern und die volle Lebendigkeit wieder herzustellen. Atem und Schwingung sind Symbol für Lebendigkeit und machen sie konkret erfahrbar und stehen im Mittelpunkt der Ausbildung. Weitere inhaltliche Schwerpunkte sind Schwingungs-Erfahrungen mit Musik, Rhythmus und Klang, mit Bewegung und Tanz, mit Stimmarbeit und Singen. Die Differenzierung der Wahrnehmung und die Entfaltung der Sinne, der Sinnlichkeit und der Sinnfindung sowie die Förderung zwischenmenschlicher und kommunikativer Kompetenzen sind weitere zentrale Themen der Ausbildung.

Kultur im AtemHaus

Künstlerische Darbietungen, vorwiegend aus dem Bereich der Musik und der bildenden Künste, werden im AtemHaus zu hören und zu sehen sein. Diese werden kostenlos oder als Benefiz-Veranstaltungen durchgeführt. Das AtemHaus versteht Kunst und Kulturarbeit als einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsförde-



rung und die professionelle Förderung der Gesundheit als wesentlichen Teil gesellschaftlicher Kulturarbeit.

Personen, die sich für Patienten-, Selbsterfahrungs- oder Paar-Gruppen oder für Aus- oder Weiterbildungen interessieren und Musiker und Künstler, die sich und ihre Arbeit im AtemHaus vorstellen möchten, sind herzlich zur Kontaktaufnahme eingeladen: AtemHaus Hohenems/Peter Cubasch, Eichenstraße 7, 6845 Hohenems; T. 0(043)5576-79334 E-mail: atemhaus@aon.at