

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die führende Todesursache in der Schweiz und verursachen jährlich über 10 Milliarden Franken Kosten (Huber & Wieser, 2003). Die WHO schätzt, dass rund 80% dieser Erkrankungen durch einen gesunden Lebensstil zu vermeiden wären (WHO, 2018). Bei bereits erkrankten Menschen ist die Angst vor einem erneuten Ereignis, sowie der Respekt vor körperlicher Aktivität jedoch gross. Durch das Personal Health Coaching werden diese Menschen individuell übers Telefon begleitet und durch regelmässige Kontakte mit dem Coach zu einem gesunden Lebensstil geführt.

Doch auf was muss man als Coach achten, wenn man eine Person mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen beim Wiedereinstieg begleitet? Lernen Sie mehr über dieses Thema in der:

## **Personal Health Coach Weiterbildung (EMR-zertifiziert)**

Zum Thema: Koronare Herzkrankheiten

### **DAS ERWARTET SIE**

- ⇒ Neuste Erkenntnisse aus der Herzkreislauf Forschung
- ⇒ Korrekte Belastungssteuerung bei Herzkreislauf Patienten
- ⇒ Kennenlernen verschiedener Gesundheitstests
- ⇒ Aufbau und Durchführung von Bewegungsprogrammen nach Wiedereinstieg
- ⇒ Grundlagen der Psychokardiologie

### **DATEN**

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| 1. Veranstaltung (online):           | <b>02.03.2022</b> von 18:00 – 21:00 Uhr |
| 2. Veranstaltung (Präsenz in Basel): | <b>05.03.2022</b> von 08:30 – 17:30 Uhr |
| 3. Veranstaltung (online):           | <b>16.03.2022</b> von 18:00 – 21:00 Uhr |

Zu diesen drei Pflichtveranstaltungen kommen noch ca. 6 Stunden im Selbststudium dazu.

### **KOSTEN**

- 420.-

### **ANMELDUNG**

- ✓ Weitere Informationen und das Anmeldeformular finden Sie unter folgendem Link:  
<https://www.salutacoach.com/weiterbildung/>
- ✓ Die Weiterbildung ist für alle Personal Health Coaches und weitere Interessierte offen.

Für weiter Informationen dürfen Sie uns gerne kontaktieren: [info@salutacoach.ch](mailto:info@salutacoach.ch) / 0800 190 190