

## Ménetreuil / Gîte du Devu

# Un stage pour lutter contre le ronflement



Le docteur Schäre et son élève à qui il apprend à souffler dans son bien étrange instrument.

Jeudi dernier, le docteur Schäre, résident Suisse qui a ses habitudes au gîte du Devu, proposait en sa qualité d'instructeur, un stage pour lutter contre les ronflements qui sont, il faut bien le dire l'ennemie de bien des couples.

C'est sous une des terrasses ombragées du gîte que Jean-Marie, ronfleur et mécontent de l'être, sans doute encouragé par son épouse, a pris sa première leçon de rééducation, armé de cet étrange instrument à vent en plexiglas. L'origine de l'Asate Medical Didge Therapy, c'est la maladie de l'apnée du sommeil d'Alex Suarez, professeur de techniques de relaxation qui s'est rendu compte que la gorge bouge beaucoup en jouant d'un instrument à vent. Il a donc décidé de développer

une technique thérapeutique, grâce à un instrument à vent qui renforce la musculature de la langue et l'empêche de retomber dans la gorge lorsque l'on dort. Après un essai concluant sur lui-même, il a montré l'action de cette technique qui a été adoptée après études très sérieuses par l'hôpital universitaire de Zurich.

Un nouveau stage est proposé du 1<sup>er</sup> au 5 octobre. Proposant toujours des stages innovants, le gîte du Devu propose les 1<sup>er</sup> et 2 août, un stage de couture pour enfants réservés aux six douze ans animé par Marie Rivière qui vient du Jura au prix de 20 euros, fournitures comprises.

**Renseignements : joindre Francine et Hervé Beudet au 03 85 74 28 13.**