



Auswege! Ein Schmerzbewältigungstraining!



Dr. med. Ines Kehlbeck

Der Kurs richtet sich an Schmerzgeplagte, die unter chronischen Schmerzen leiden. Unter professioneller Anleitung werden verschiedene Wege aufgezeigt, einen guten Umgang mit Schmerzen zu erreichen. Dadurch können sich wieder mehr Lebensqualität und ein positives Körpergefühl einstellen.

Sie werden erfahren, welche vielfältigen Faktoren bei chronischen Schmerzen eine Rolle spielen und bekommen Impulse für eine gute Schmerzbewältigung und einen Strauß von Ideen für mehr Leichtigkeit, Linderung und Wohlfühl

Der psychologisch begleitete Austausch unter Gleichgesinnten soll Ihnen ermöglichen, sich mit der Erkrankung verstanden zu fühlen und neue positive Erfahrungen zu machen. Themen sind unter anderem auch die besonderen psychosozialen Aspekte in einem durch Schmerzen bestimmten Alltag, sowie Einflussmöglichkeiten auf das eigene Denken und Fühlen.

- Leitung:** Dr. med. Ines Kehlbeck,
(ganzheitliches ärztliches Gesundheitscoaching)
- Beginn Anfänger:** dienstags, 10.03. und 14.04.2020, 16.00-17.30 Uhr
- Beginn Fortgeschrittene:** dienstags, 10.03. und 14.04.2020, 17.30-19.00 Uhr
- Ort:** Geschäftsstelle Rheuma-Liga Bremen e.V.,
Jakobistr. 22, 28195 Bremen
- Kosten:** RL-Mitglieder 19,00 €, Nichtmitglieder 52,00 €
(Der Mitgliedsbeitrag der Rheuma-Liga Bremen beträgt 32,00 €.)

Auf Wunsch und nach Absprache mit der Kursleitung kann optional auf weitere Termine erweitert werden!

Verbindliche Anmeldung Schmerzseminar Anfänger Fortgeschrittene

Bitte diese Anmeldung per Post senden oder faxen Mitgliedsnummer:

Name: Vorname:

PLZ:/Wohnort: Straße:

Telefon: Email:

Bei kurzfristigen Absagen (weniger als eine Woche vor Beginn) oder Nichterscheinen müssen wir Ihnen die entstehenden Kosten in Rechnung stellen.

Datum: Unterschrift: