



## Individuelle Schmerzberatung – für Jung und Alt

### - nach dem internationalen CFT- Konzept -

#### Für Sie ist die Beratung geeignet, wenn...

- Sie Schmerzen in Rücken, Nacken und/oder Gelenken haben.
- Sie Ihre Schmerzen bisher nicht losgeworden sind.
- Sie sich bewegen wollen, ohne dass der Schmerz Sie einschränkt.
- Sie eine langfristige Linderung Ihrer Schmerzen wollen.

#### Inhalte der Beratung:

- Gemeinsame, sorgfältige Erstellung Ihres persönlichen Anti-Schmerz-Planes
- Genaue Analyse Ihrer Schmerzursachen
- Verständliche Erklärung Ihres Beschwerdebildes
- Gemeinsame Erarbeitung von Problemlösungsstrategien
- Gezielte Hilfestellung auch bei chronischen Schmerzen und negativen Prognosen
- Unterstützung bei der Umsetzung in den Alltag
- Zeit für Ihre Fragen, Anliegen und Wünsche
- Intensive Begleitung in Folgeterminen möglich

#### Ziele der Beratung:

- Verbesserung Ihrer Lebensqualität
- Langfristige Linderung Ihrer Schmerzen
- Integration der Anregungen in den Alltag
- Erweiterung Ihres Wissens zur Selbsthilfe

**90 Minuten: 79,- €**

bei Ihrem Physiotherapeuten Jonas Weber | [j.weber@physioklinik.de](mailto:j.weber@physioklinik.de) | 0 87 33 / 92 11 18 | [www.physioklinik.de](http://www.physioklinik.de)