

Interdisziplinäre Praxis für Fibromyalgie und chronischem Schmerz
1030 Wien, Ölzeltgasse 1/10
Tel: 0676 / 911 71 70
fibro@gmx.at
<http://www.fibromyalgie.cc>

Seminarreihe für Menschen, die an Fibromyalgie oder einer chronischen Schmerz Erkrankung leiden (und ihre Angehörigen)

Referentinnen:

Dr. Elfriede Kastenberger, ärztliche Leiterin
Tamara Gunacker, Schmerzcoaching
Klaudia Gehmacher, SHG-Leiterin
Wilhelmine Hein, Shiatsu

1. 07.10.2011, 15.00-17.00

- Wichtige Informationen über chronischen Schmerz und dessen Behandlung. (Dr. Elfriede Kastenberger)
- Lebensqualität entwickeln, trotz chronischer Schmerzen. (Tamara Gunacker)

2. 11.11.2011, 15.00-17.00

- Selbstermächtigung und Selbsthilfe. (Klaudia Gehmacher)
- Muss ich den Schmerz bewältigen oder möchte der Schmerz mir einen Weg zeigen? (Tamara Gunacker)

3. 02.12.2011, 15.00-17.00

- Chronischer Schmerz, Schmerzgedächtnis und Trauma. (Dr. Elfriede Kastenberger)
- Perfektionismus – Überforderung, wie damit aufhören? (Tamara Gunacker)

4. Termin wird noch bekanntgegeben, 15.00-17.00

- Shiatsu, ein Weg für mehr Wohlbefinden. (Wilhelmine Hein)
- Schmerzgedächtnis versus Wohlfühlgedächtnis. (Tamara Gunacker)

5. Termin wird noch bekanntgegeben, 15.00-17.00

- Medizinische Erklärungen zum Krankheitsbild und dessen Behandlungsmöglichkeiten. (Dr. Elfriede Kastenberger)
- Spagat zwischen Helfen wollen und Selbstüberforderung. Wie kann ich als Angehörige/r helfen? (Tamara Gunacker)

Anmeldung: Tamara Gunacker, Seminar-Ort in Wien wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

Handy: 0699 / 81 27 20 78, Freitag 10.00 – 16.00 oder auf die Sprachbox sprechen, ich rufe zurück.

Per Mail: t.gunacker@gmx.at

Preis pro Termin: 40 €

Konto: Netzwerk Interdisziplinäre Praxis für Fibromyalgie
Kontonummer: 10381812 BLZ: 32000 Raiffeisen Bank