



Paramedisch centrum
Curacertus

Zorg met zekerheid!

Groepstraining Chronische Pijnbeheersing

Samen sterk tegen chronische pijn

**Enkele
ervaringen:**

"Waardevol,
omringd worden
door mensen die je
begrijpen. Mooie
dingen geleerd om
mee te nemen."

"Veel
bijgeleerd en
handvatten
gekregen."

"Positiviteit,
zelfvertrouwen,
bewust worden
van jezelf. Het was
zo waardevol om
dit te
ontdekken."



**Ondersteunende
gemeenschap:
Ontmoet lotgenoten,
deel ervaringen en
bouw een sterk
ondersteunend
netwerk.**

**Empowerment:
Vergroot je kennis over
chronische pijn en neem
de regie over je eigen
gezondheid.**

**Zelfzorgtechnieken:
Leer effectieve
manieren om pijn te
verlichten en je
welzijn te
verbeteren.**

**Positieve mindset:
Ontwikkel veerkracht
en leer om positief om
te gaan met pijn en
uitdagingen.**



Dit is een behandelaansbod binnen de Psychologische zorg in de eerste lijn (Netwerk SaRA) en vereist een doorverwijzing van de huisarts. Bij twijfel, onduidelijkheid of vragen neem dan contact op met Veerle of Linde.

veerle.vanelsen@curacertus.be of linde.yperman@curacertus.be

Data:

2024: 27/9 4-11/10
18-25/10 22/11 13/12
2025: 17/1

Tijd:

18u30 tot 20u30

Locatie:

Frans Oomsplein 7
2940 Hoevenen

Kostprijs:

€20 voor de reeks
+ intakegesprek

Inschrijven:

<http://inschrijven.groeilicht.be/e/24>