

# Rol van Kinesithherapie bij chronisch vermoeidheidssyndroom, fibromyalgie en chronische pijn

## Plaats:

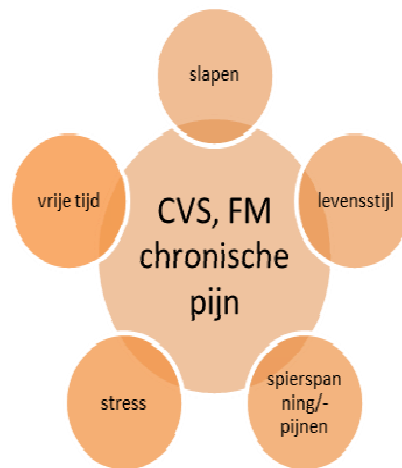
'De Binnentuin'  
Psychotherapeutisch  
Centrum  
Spoorwegstraat 8  
3370 Boutersem.  
[www.binnentuinboutersem.be](http://www.binnentuinboutersem.be)

## Doelgroep:

Mensen met chronische  
vermoeidheid,  
fibromyalgie en  
chronische pijn.

## Nuttige informatie:

In groepjes van 5-8 pers.  
Zaterdag 15/11/2014  
10u tot 12u  
Kostprijs : € 45  
Inschrijven:  
[koen.bernar@skynet.be](mailto:koen.bernar@skynet.be)  
0478/92.14.01



- Welke plaats kan kinesithherapie innemen bij de behandeling van chronische vermoeidheid, fibromyalgie en chronische pijn?
- Wat mag ik hiervan verwachten en hoe pak ik dit aan.
- Is elke vorm van kinesithherapie aan te raden en wat als ik dit al eens heb geprobeerd met weinig effect?
- Is er daarnaast nog plaats voor andere therapieën?

Je hebt de diagnose gekregen van het chronisch vermoeidheidssyndroom en/of fibromyalgie of je hebt chronische pijnen en je bent op zoek naar oplossingen.

Je wereld staat stil en je krijgt vanuit alle hoeken adviezen over dingen die je wel en niet moet doen. Moet je nu elke dag sporten of juist niet? Ga je zwemmen of beter start- to-run beginnen?

In deze zoektocht is het niet evident om de juiste informatie te filteren.

Deze educatie heeft de bedoeling je te informeren over de wetenschappelijke achtergrond van pijn en vermoeidheid en je inzicht te geven in de beste aanpak hiervan.

Je krijgt uitleg over welke pijlers er belangrijk zijn op kinesitherapeutisch vlak. Belangrijke begrippen als ontregeling van je pijnsysteem, het minder goed kunnen recuperen na inspanningen en oefentherapie (vanuit een biopsychosociaal werkmodel) worden op een eenvoudige manier uitgelegd en krijgen een concrete invulling.

Er is ruimte om in te gaan op je individuele vragen.

Het doel van deze sessies is dat je met deze informatie naar een kinesitherapeut van jouw keuze kan gaan om een aangepaste begeleiding op te starten.



## Spreker: Koen Bernar

\*Licentiaat in de Kinesithérapie en Motorische Revalidatie

\*18 jaar werkervaring met patiënten met CVS/FM en chronische pijn .

\*Werkzaam als kinesitherapeut in het Leuvens Algologisch Centrum (LAC)

\*Gewezen teamlid van CVS-referentiecentrum