



Katholische Kirche Region Bern
Pfarrei St. Franziskus Zollikofen

Umgang mit Schmerzen

Jeder Mensch kennt Schmerzen, sie sind ein Warnsignal des Körpers. Wenn Schmerzen chronisch werden, hat dies Auswirkungen auf den Körper,

die Psyche und die Bewältigung des Alltags.

Welche Arten von Schmerz gibt es?

Wann ist ein Schmerz chronisch?

Was kann man gegen Schmerzen unternehmen?

Was können Sie selber im Alltag dagegen tun?

Anna Hirsbrunner,

Beraterin Gesundheitsförderung der Pro Senectute Kanton Bern informiert und gibt praktische Tipps

Donnerstag,

09. Oktober 2025

14.30- ca. 16.30 Uhr



inkl. Kaffee und Kuchen

Lindehus, Oberdorfstrasse 23

Münchenbuchsee

Anmeldung: bis 07. Oktober 2025

Dubravka Lastric • 031 910 44 05 • E-Mail: dubravka.lastric@kathbern.ch

Wir freuen uns auf Sie!