

Kompetenzzentrum RLS und Beinschmerzen

hat sich speziell auf den Bereich des Syndroms der unruhigen Beine (RLS – Restless Legs Syndrom) und auf Beinschmerzen im Allgemeinen fokussiert.

Daher hat es sich zur Aufgabe gemacht dem Betroffenen durch Aufklärung und einer ganzheitlichen Betreuung zu helfen.

Das Kompetenzzentrum für RLS und Beinschmerzen ist ein qualifizierter Ansprechpartner bei derartigen Erkrankungen und Beschwerden und sieht sich in der Verantwortung die Patientenversorgung in diesem Bereich nachhaltig zu verbessern.

Deshalb organisiert es regelmäßig Informationsveranstaltungen mit wechselnden Themenschwerpunkten für Patienten, wie auch Fortbildungsveranstaltungen für Ärzte.

Im Rahmen der Umsetzung des ganzheitlichen Konzeptes arbeitet es mit diversen namhaften Kooperationspartnern der entsprechenden Fachbereiche zusammen. So kann sichergestellt werden, dass den Patienten schnell und unkompliziert geholfen wird.



Grünstr. 23
40212 Düsseldorf
Deutschland

Telefon: 0211/302006-0
Fax: 0211/302006-11
Web: www.rls-zentrum.de,
Mail: info@rls-zentrum.de



Wir führen Sie medizinisch in die richtige Richtung!

Patientenschulung



**Stress
Erkennen und
vermeiden**

Patientenschulung

Stress

Erkennen und vermeiden

In dieser Schulung vermittelt Dipl. med. Safi Hazzan Basiswissen über Ursachen und Auswirkungen von Stress.

Unsere heutige Zeit ist häufig „stressig“. „Stress“ zählt daher auch zu den „100 Wörtern des 20. Jahrhunderts“.

Stress hat Auswirkungen auf unseren Organismus. Viele Erkrankungen sind darauf begründet.

Sie lernen Stress-Symptome zu erkennen, Ihre Situation zu analysieren und Techniken und Strategien, um zukünftig Stress zu vermeiden.

Auch der Austausch mit anderen Betroffenen ist sehr hilfreich, um Situationen in einem anderen Licht zu sehen.

Vortrag 1 (20 Minuten):

- Stress
 - Definition
 - Klassifikation

Vortrag 2 (40 Minuten):

- Stress erkennen:
 - Merkmale
 - Auswirkungen
 - Stresstest
- Analyse der persönlichen Situation

Vortrag 3 (30 Minuten)

- Stress vermeiden
 - Ratschläge und Techniken
 - Strategien gegen Stress

Pause (15 Minuten)

Beratung (50 Minuten): Gruppenberatung

Im Anschluss an die Schulung steht noch ausreichend Zeit für weitere individuelle Gespräche zur Verfügung.

Erfrischungen werden gereicht.

Die Schulung findet in unseren Räumlichkeiten statt.

Grünstr. 23
40212 Düsseldorf

Um Voranmeldung wird gebeten.

Teilnahmegebühr beträgt 70 €.

Die Termine und weitere Informationen erfragen Sie bitte unter 0211/302006-0.



Dipl. med. Safi Hazzan

Herr Dipl. med. Safi Hazzan betreibt seit langen Jahren erfolgreich eine neurologische Praxis in Remscheid und zusätzlich eine Privatpraxis in Düsseldorf

Kompetenzzentrum RLS und Beinschmerzen

Grünstr. 23
40212 Düsseldorf

Telefon: 0211/302006-0
Fax: 0211/302006-11
Web: www.rls-zentrum.de,
Mail: info@rls-zentrum.de