

PAINRESETNOW - PROGRAMMÜBERSICHT

**Wissenschaftlich entwickelt in
der Schweiz.
Menschlich begleitet.**

www.resethealthacademy.de





WAS IST PAINRESETNOW?



PainResetNow ist ein modernes, dreiwöchiges **Programm zur aktiven Schmerzbewältigung** – inklusive Vorbereitungskurs und drei zweistündigen Online-Seminaren.

Es wurde von Expert:innen aus Medizin, Psychologie und Bewegungstherapie entwickelt und richtet sich an **Menschen mit Fibromyalgie und chronischen Schmerzsyndromen**.

Der **begleitende Chatbot** beantwortet gezielt Ihre Fragen, ist auf Fibromyalgie und chronische Schmerzsyndrome ausgerichtet und bereitet Sie optimal auf das Seminar vor.



IHR ZIEL MIT PAINRESETNOW



- Eigene Schmerzen verstehen – klar, anschaulich, alltagsnah
- Selbstwirksamkeit und Vertrauen in den eigenen Körper stärken
- Energie, Schlafqualität und Belastbarkeit verbessern
- Veränderungen im Alltag spürbar erleben
- Unterstützung erhalten – digital & persönlich
- Orientierung auf dem eigenen Schmerzweg gewinnen
- Sicherheit für die nächsten Schritte entwickeln
- Hoffnung auf echte Verbesserung – ohne falsche Versprechen

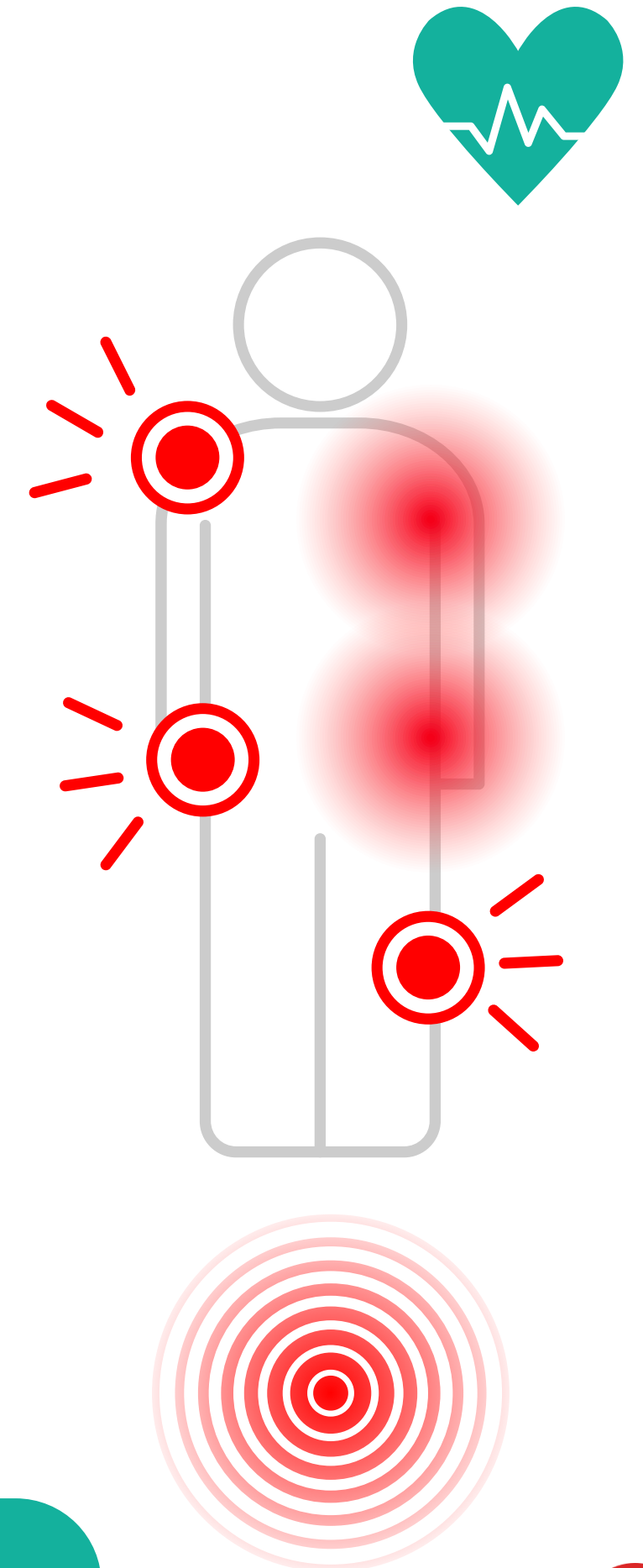


WISSENSCHAFTLICHER HINTERGRUND

Eine neue KI-basierte Methode ermöglicht, den **individuellen Fibromyalgie-Typ** zu bestimmen – ein entscheidender Schritt für eine wirksame Behandlung.

Auf dieser Basis werden **persönliche Trigger** erkannt und wissenschaftlich belegte Methoden vermittelt, die Symptome nachhaltig lindern können. Viele Ansätze lassen sich direkt im Alltag umsetzen und stärken Ihr **Selbstmanagement**. Die Autor:innen haben dafür aktuelle wissenschaftliche Literatur umfassend ausgewertet.

Zum Abschluss lernen Sie die **Pain-Canvas-Methode** kennen – ein innovatives Konzept, das hilft, Körper und Psyche systematisch zu stabilisieren und Schritt für Schritt zurück in Ihre Kraft zu finden.



IHR WEG MIT PAINRESETNOW – SCHRITT FÜR SCHRITT

1. Schritt – Verstehen

Verständlich erklärt: Wie entsteht Schmerz wirklich?

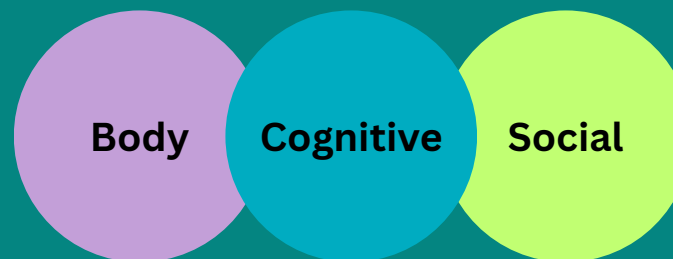
Sie erfahren, warum Schmerz kein rein körperliches, sondern ein komplexes Signal ist.

2. Schritt – Erkennen

Mit Hilfe einer KI-gestützten Analyse wird Ihr Schmerztyp erkannt und individuell eingeordnet.

3. Schritt – Analysieren

Sie erfassen Ihren persönlichen Schmerzweg und erkennen Muster, Auslöser und Verstärker.



4. Schritt – Üben

Sie lernen und üben wirksame Selbstbehandlungen, unterstützt durch Trainer:innen und Videoübungen.

Wir haben die aktuelle Fachliteratur sorgfältig geprüft und stellen Ihnen die wichtigsten Ansätze verständlich vor.

5. Schritt – Integrieren

Das Gelernte wird in den Alltag übertragen, Schritt für Schritt, nachhaltig und realistisch.

6. Schritt – Verankern

Sie festigen neue Gewohnheiten und erleben, wie kleine Veränderungen große Wirkung haben.

Mit der neuen Canvas-Methode stärken Sie Ihre Ressourcen und bauen mehr innere Stabilität auf.

Pain Canvas		
Type of pain & target population	Causes/ pain mechanisms	Pain evolution & risk
Perspectives & needs of involved persons	Objectives of intervention / measurement	Treatment elements
Channels & access routes	Actors & roles	Results measurement/ evaluation
Resources & tools	Risks / barriers	Sustainability/ integration



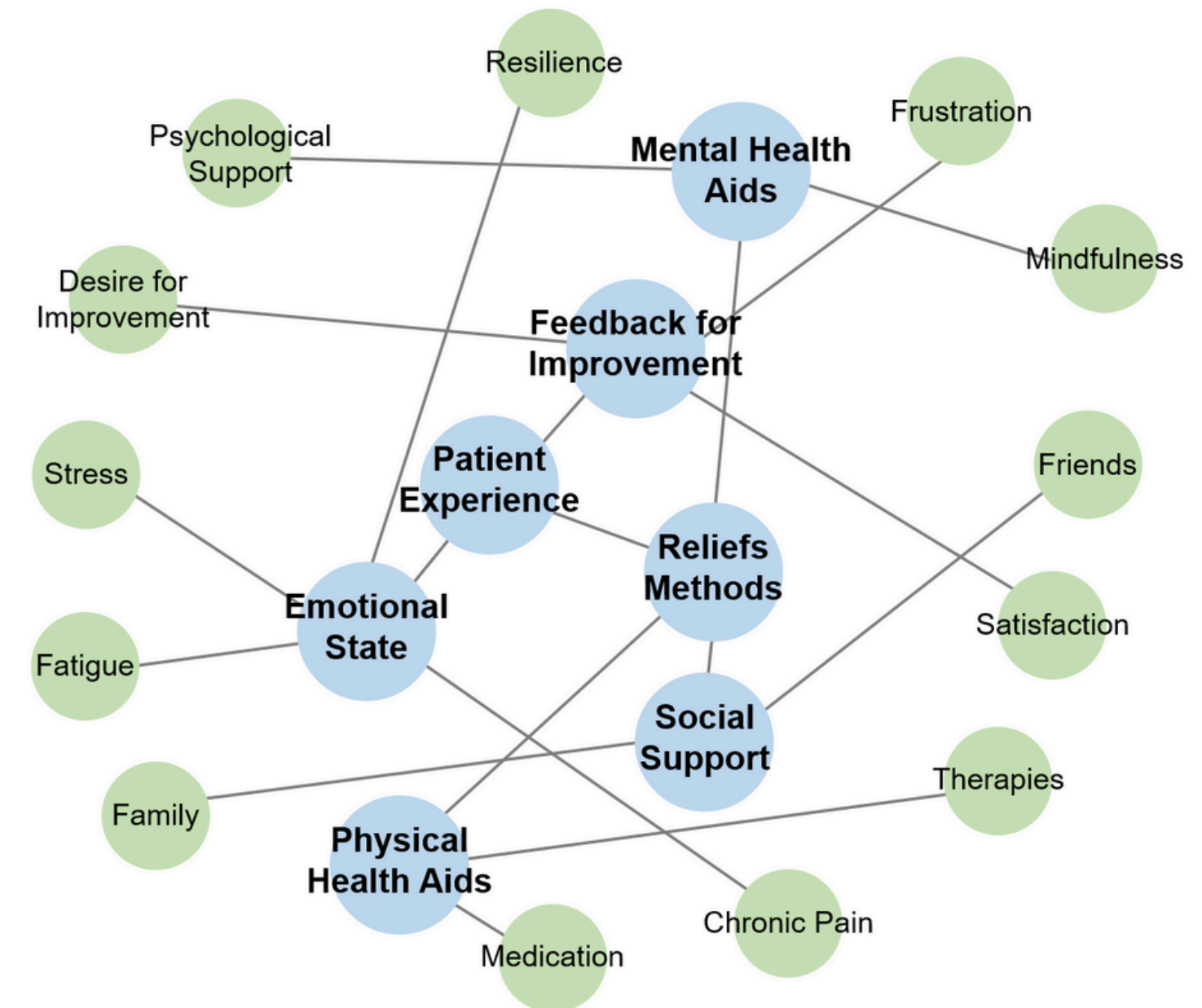
VON EXPERT:INNEN ENTWICKELT



PainResetNow basiert auf einem **interdisziplinären Konzept** aus Medizin, Psychologie, Bewegungstherapie und aktueller Forschung.

Alle Methoden sind **evidenzbasiert, alltagstauglich und leicht verständlich** aufbereitet.

Der **Fibromyalgie-Chatbot** wurde speziell für Schmerzpatient:innen trainiert und ergänzt das Programm optimal – für Fragen, Orientierung und ein besseres Verständnis.



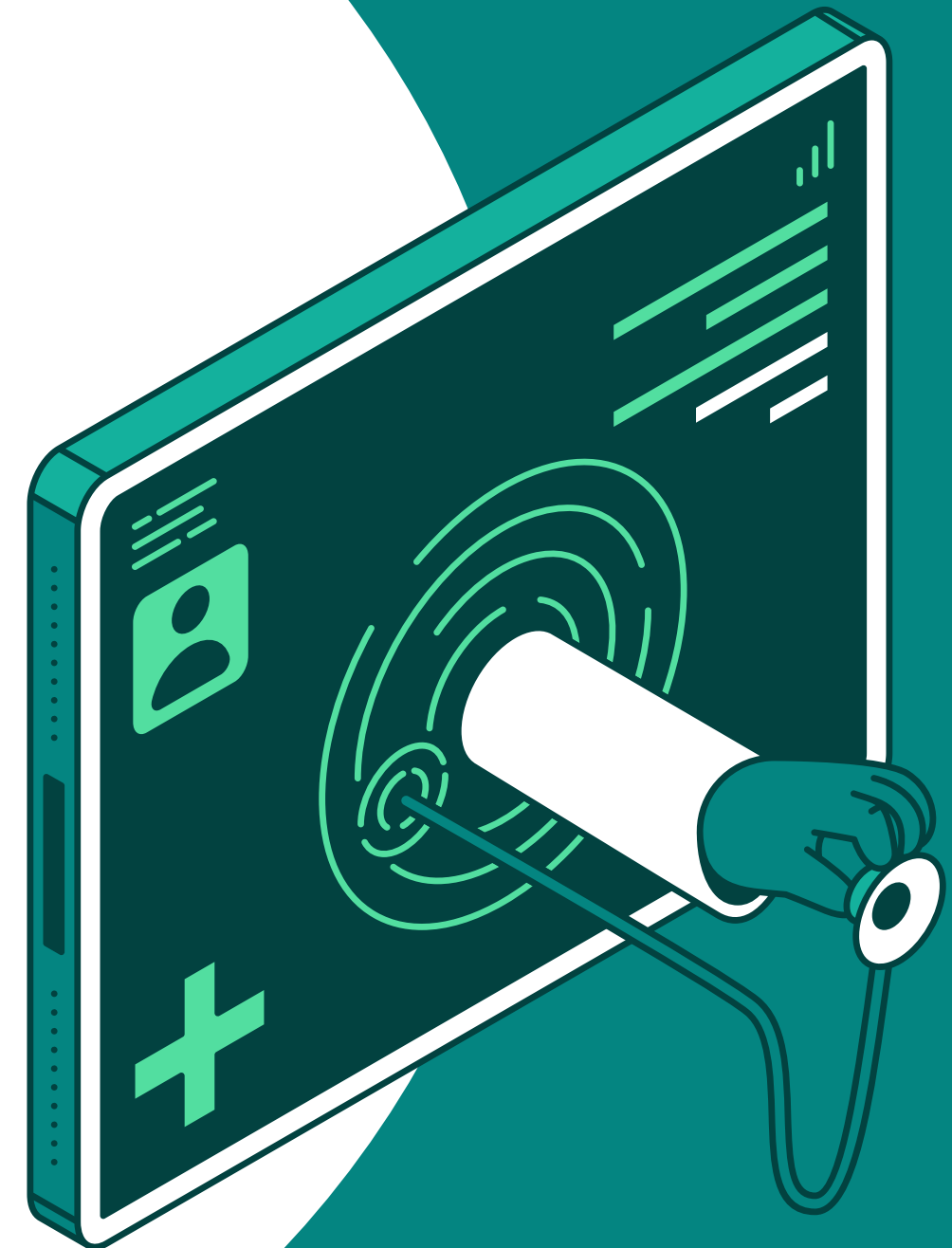
IHR MEHRWERT AUF EINEN BLICK

- ✓ Wissenschaftlich fundiert & digital begleitet
- ✓ Persönliche Analyse Ihres Schmerztyps
- ✓ Professionelle Begleitung durch Coaches
- ✓ Alltagstauglich & individuell
- ✓ Spürbare Veränderungen

Jetzt starten.

Buchen Sie Ihren unverbindlichen Info-Termin!

www.resethealthacademy.de



www.resethealthacademy.de



NEHMEN SIE KONTAKT AUF

info@resthealtacademy.de
www.resthealtacademy.de

Powered by
Caredeluxe GmbH
Kaiser-Joseph-Str. 254
79098 Freiburg

www.resethealthacademy.de

