Kath. St. Paulus Gesellschaft
St. Christophorus Krankenhaus Werne

ADIPOSITASZENTRUM WERNE

INBALANCE - Adipositas Schulungsprogramm

Termine – Kurs 5/2023 A, 17.00 Uhr

Datum	Bewegungstherapie hat gesonderte Termine!!!	17.00 - 18.30 Uhr
09.05.23 19.00-20.30 Uhr		**Einführung/Grundlagen** • Programmvorstellung • Adipositas-Chirurgie: Adipositas als Krankheit - Chirurgie als Therapieoption
23.05.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 1 **Wer/was bestimmt mein Essverhalten?**
06.06.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 2 **Ich bestimme mein Essverhalten**
20.06.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 3 **Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen**
04.07.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 1 **Realistische Zielsetzung**
18.07.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 4 **Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen**
01.08.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 2 **Essanfälle – wenn die Kontrolle sinkt**
15.08.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 5 **Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen**
29.08.23 19.00 – 20.30 Uhr		Ernährungsmedizin **Ernährungsphysiologische Grundlagen - Besonderheiten bei Adipositas**
12.09.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 6 **Wie gut bin ich im Einklang mit den Ernährungsempfehlungen und meinen Bedürfnissen**
26.09.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 7 **Ziel erreicht - wie geht es weiter?**
10.10.23	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 3 **Schwierige Situationen**
Termin vereinbaren!!		**Ärztliches Abschlussgespräch, Adipositaszentrum**
wahlweise 15.06.23 oder 14.09.23	19.00-20.30 Uhr Beide Termine nur mit vorheriger telefonischer Anmeldung!!!!	offenes **Arzt-Patienten-Seminar:** Adipositas-Chirurgie **Operative Möglichkeiten - Chancen, Risiken und Auswirkungen**

Bitte beachten Sie, dass die Vorträge der Ärzte erst um 19.00 Uhr beginnen!!!

Stand 13.12.2022