



INBALANCE - Adipositas Schulungsprogramm

Termine Kurs 8/2024 A, 17.00 Uhr

Datum	18.45 – 19.15 Uhr	17.00 - 18.30 Uhr
06.08.24 19.00 - 20.30 Uhr		Einführung/Grundlagen <ul style="list-style-type: none"> • Programmvorstellung • Adipositas-Chirurgie: Adipositas als Krankheit - Chirurgie als Therapieoption
20.08.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 1 Wer/was bestimmt mein Essverhalten?
03.09.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 2 Ich bestimme mein Essverhalten
17.09.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 3 Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen
01.10.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 1 Realistische Zielsetzung
15.10.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 4 Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen
29.10.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 2 Essanfälle – wenn die Kontrolle sinkt
Mittwoch, 13.11.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 5 Achtung, geänderter Wochentag!!! Ernährungsempfehlung im Einklang mit meinen Bedürfnissen
26.11.24 19.00 – 20.30 Uhr		Ernährungsmedizin Ernährungsphysiologische Grundlagen - Besonderheiten bei Adipositas
10.12.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 6 Wie gut bin ich im Einklang mit den Ernährungsempfehlungen und meinen Bedürfnissen
Montag, 16.12.24	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Verhaltenstherapie 3 Achtung, geänderter Wochentag!!! Schwierige Situationen
07.01.25	Bewegungstherapie BEL. Bewegung neu erleben	Ernährungstherapie 7 Ziel erreicht - wie geht es weiter?
Termin vereinbaren!!		Ärztliches Abschlussgespräch, Adipositaszentrum
wahlweise 12.09.24 oder 12.12.24	Donnerstag, 19.00 - 20.30 Uhr	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!!!