

Spät - Kurs Do Nauen Adipositas 2025 1. Halbjahr



Adipositaszentrum

www.adipositaszentrum-havelland.de

Der Kurs findet immer an einem **Donnerstag** statt.

Zeit: 16:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Konferenzraum 1 (2101), UG

Kursteilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich! Anmeldung unter:

- Frau Worschech Tel.: 03321 42-1324 Email: Adipositas@havelland-kliniken.de
- Frau Becker Tel.: 03321 42-1569 Email: Adipositas@havelland-kliniken.de

Kursteil Datum Inhalte

<u>Kursteil</u>	<u>Datum</u>	<u>Inhalte</u>
7	16.01.2025	Meinem Essverhalten auf der Spur
8	06.02.2025	Achtsam Essen – gesund genießen
9	27.02.2025	Richtig Essen und Trinken vor und nach bariatrischen Operationen
1	20.03.2025	Auf dem Weg mit der richtigen Portion
2	10.04.2025	Raus aus der Zuckerfalle
3	08.05.2025	Das richtige Fett auf dem Speisezettel
4	12.06.2025	Eiweiße-wichtig aber richtig!

Änderungen der Termine/ Räume/ Themen behalten wir uns vor!

