

# Spät - Kurs Montag Adipositas 2025 1. Halbjahr



Adipositaszentrum

[www.adipositaszentrum-havelland.de](http://www.adipositaszentrum-havelland.de)

Der Kurs findet immer an einem Montag statt.

Zeit: 16:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Konferenzraum 1 (2101), UG

## Kursteilnahme nach Anmeldung unter

Frau Worschech Tel. 03321 42 1324 oder [adipositas@havelland-kliniken.de](mailto:adipositas@havelland-kliniken.de)

Frau Becker Tel.: 03321 42 1569 oder [adipositas@havelland-kliniken.de](mailto:adipositas@havelland-kliniken.de)

Kursteil

Datum

Inhalte

<u>Kursteil</u>	<u>Datum</u>	<u>Inhalte</u>
4	13.01.2025	Eiweiße – wichtig aber richtig
5	03.02.2025	Den Flüssigkeitsbedarf decken und mehr bewegen
6	24.02.2025	Gesunde Vielfalt
7	17.03.2025	Meinem Essverhalten auf der Spur
8	07.04.2025	Achtsam Essen – gesund genießen
9	05.05.2025	Richtig Essen und Trinken vor und nach bariatrischen Operationen
1	26.05.2025	Auf dem Weg mit der richtigen Portion
2	30.06.2025	Raus aus der Zuckerfalle

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

