



Adipositaszentrum

# Früher Vogel Konservativer Kurs

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

## FRÜH - Kurs Adipositas Nauen 2025 – in Präsenz-

Der Kurs findet immer an einem Montag statt.

**Zeit:** 09:30 Uhr bis 10:30 Uhr

**Ort:** Konferenzraum 3713 (Aquarium), EG - Havelland Kliniken Nauen

### **Anmeldung unter**

Frau Aland Tel. 03321 – 42 1609 oder [Sandra.Aland@havelland-kliniken.de](mailto:Sandra.Aland@havelland-kliniken.de)

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

<u>Kursteil</u>	<u>Datum</u>	<u>Inhalte</u>
6	23.06.2025	Getränke
7	14.07.2025	Vitamine und Mineralstoffe
8	28.07.2025	Essgewohnheiten
9	08.09.2025	Achtsamkeit
10	29.09.2025	Bewegung
1	13.10.2025	Portionsgröße
2	03.11.2025	Ernährungspyramide
3	01.12.2025	Kohlenhydrate

**Änderungen der Termine/Uhrzeit/Raum behalten wir uns vor!**

