

Ambulante Programme zur Gewichtsreduktion

	Abnehmen leicht gemacht	Ernährungsberatung	M.O.B.I.L.I.S.	Doc Weight
Ansatz	<ul style="list-style-type: none"> Präventionskurs zur Stoffwechsel- und Gewichtsoptimierung Mit schrittweiser Hinführung zur langfristigen Ernährungsumstellung Leichter und gesunder Weg zum Wohlfühlgewicht ohne zu hungern 	<ul style="list-style-type: none"> Individuelle Ernährungsumstellung Erreichen des Wunschgewichts Linderung von Symptomen und Beschwerden Folgeerkrankungen vermeiden Nährstoffoptimierung 	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungsorientierte Initiative zur Lebensstiländerung in Selbstverantwortung Prinzip: Verhalten, Bewegung und Ernährung optimieren, um langfristig das Gewicht besser regulieren zu können Das Programm ist Genehmigungsvoraussetzung für eine bariatrische OP seitens der KK 	<ul style="list-style-type: none"> Initiative zur Lebensstiländerung in Selbstverantwortung Wie MOBILIS – jedoch auch für höhere Gewichtsklassen konzipiert Das Programm ist Genehmigungsvoraussetzung für eine bariatrische OP seitens der KK
Zielgruppe	<ul style="list-style-type: none"> Ideal für Übergewichtige mit Stoffwechselerkrankungen, wie Diabetes Mellitus Typ II u. a. bestehenden Risiko- und Folgeerkrankungen (Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen...) 	<ul style="list-style-type: none"> Chronisch Erkrankte (Diabetes, chronisch entzündliche Darmerkrankungen) Personen mit Nahrungsmittel-unverträglichkeiten Übergewichtige 	<ul style="list-style-type: none"> stark Übergewichtige, die bereit sind, ihren Lebensstil engagiert und dauerhaft zu verändern BMI > 30, bis max. 40 körperliche Befähigung an einem Bewegungsprogramm teilzunehmen 	<ul style="list-style-type: none"> Adipöse mit einem BMI > 40 oder mit einem BMI zwischen 35 und 40 und einer bestehenden Risiko- und Folgeerkrankung ähnlich wie MOBILIS, nur mit mehr Ernährungseinheiten und Bewegungsbad
Maximale Gruppengröße	8 - maximal 10	1 Person Einzelberatung	15 bis maximal 18	8 bis maximal 12
Programmdauer	3 Monate Kurs findet wöchentlich statt: Di. 17:00-18:00 Uhr oder Do. 18:00-19:00 Uhr	5 Beratungen Individuelle Terminvergabe	1 Jahr	1 Jahr
Ausschlusskriterien	keine	keine	<ul style="list-style-type: none"> jünger als 18 Jahre BMI > 40 Bewegungseinschränkung akute psychiatrische Erkrankung 	<ul style="list-style-type: none"> jünger als 18 Jahre unzureichende körperliche Leistungsfähigkeit
Kursleiter	<ul style="list-style-type: none"> Zertifizierte Diätassistenten und Öcotrophologen 	<ul style="list-style-type: none"> Zertifizierte Diätassistenten und Öcotrophologen 	<ul style="list-style-type: none"> Sportlehrer/Sportwissenschaftler Psychologen/Dipl.Pädagogen Diätassistenten/Oecotrophologen Allgemeinmediziner/Internist 	<ul style="list-style-type: none"> Sportlehrer/Sportwissenschaftler Psychologen/Dipl.Pädagogen Diätassistenten/Oecotrophologen Allgemeinmediziner/Internist
Nachbetreuung	ja	ja	ja	ja
Kursgebühr	Eine Kostenerstattung der Krankenkasse ist möglich	Eine Kostenerstattung der Krankenkasse ist möglich	785,00 € Eine Kostenerstattung der Krankenkasse ist möglich	1791,00 € Eine Kostenerstattung der Krankenkasse ist möglich