



# Kursleiterschulung zum DGE-Programm „ICH nehme ab“ in Kooperation mit der Vinzenz von Paul Kliniken gGmbH – Marienhospital Stuttgart

## Zielsetzung

Das evidenzbasierte und evaluierte DGE-Programm zur Gewichtsreduktion ist als Selbsthilfe-Manual konzipiert, kann aber auch in der Gruppenberatung eingesetzt werden. Ziel des Seminars ist es, die Anwendung des Programms „ICH nehme ab“ in Gruppen aufzuzeigen, eigene Erfahrungen mit Aspekten des Programms zu reflektieren und das Verhaltensspektrum im Umgang mit herausfordernden Beratungssituationen zu erweitern.

## Anerkennung als zertifiziertes Kurskonzept

„ICH nehme ab“ ist ein von der *Zentralen Prüfstelle Prävention* zertifiziertes Kurskonzept. Mit dieser Kursleiterschulung wird die laut *Leitfaden Prävention* geforderte „Einweisung ins Programm“ nachgewiesen. Damit wird den Kursteilnehmer\*innen die anteilige Kostenübernahme ihrer gesetzlichen Krankenkasse ermöglicht.

## Seminarinhalte

- Darstellung der Konzeption, Kursphilosophie und Evaluation des DGE-Programms „ICH nehme ab“
- Grundlegende Aspekte zu spezifischen Anforderungen an die Kursleiterrolle und die Konsequenzen für die Leitung von Gruppenkursen „ICH nehme ab“
- Methodisch-didaktische Umsetzung der einzelnen Kursschritte einschließlich Anfangs- und Abschlusssituationen
- Bedeutung von Bewegung und Sport im Gewichtsmanagement – praktische Beispiele
- Bedeutung von Körperwahrnehmung, Achtsamkeit und Entspannung – praktische Beispiele

## Methoden

Vortragssequenzen, Erfahrungsaustausch, Erleben, Selbstreflexion, Angebote zu Entspannungsübungen

## Zielgruppen

Diätassistent\*innen, Diplom-Oecotropholog\*innen, Diplom-Ernährungswissenschaftler\*innen, Absolvent\*innen der Bachelor- und Masterstudiengänge Oecotrophologie/Ernährungswissenschaft (Schwerpunkt „Ernährung“ bzw. „Diätetik“)

Beratungserfahrung mit Gruppen und theoretische Kenntnisse zu Gruppenberatung und Gruppenprozessen werden vorausgesetzt.

## Hinweis

Bitte Kopie der Urkunde zum Nachweis des Berufs- bzw. Studienabschlusses beilegen.

## Seminarleiterin

**Irene Noack**, Diplom-Oecotrophologin, Ernährungsberaterin/DGE, Praxis für Ernährungsberatung und -therapie, Sankt Augustin

## Referentin

**Melanie Braukmann**, Diplom-Oecotrophologin, Ernährungsberaterin/DGE, Praxis für Ernährungstherapie und Beratung, Bonn

oder

**Andrea Stallmann**, Diätassistentin, Ernährungsberaterin/DGE, Ernährungspsychologin (Hochschulzertifikat – Hochschule Fulda), DSHS Coach für Sporternährung, Ernährungsfachkraft Onkologie-EMO, Krefeld  
Das Seminar wird von einem Zweierteam gestaltet.

## Termin

Donnerstag, 11.03.2021, 9.30 Uhr bis Samstag, 13.03.2021, 16.00 Uhr

## Seminarumfang

24 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

## Teilnehmerzahl

mind. 16

Bei Unterschreiten der Teilnehmerzahl kann das Seminar 4 Wochen vor Beginn abgesagt werden.



## Veranstaltungsort

Vinzenz von Paul Kliniken gGmbH  
Bildungszentrum Vinzenz von Paul  
Diätschule, Böheimstraße 37

## Eingang:

Bildungszentrum Vinzenz von Paul  
Eierstraße 55  
70199 Stuttgart

## Gebühr

■ 430,00 €

In der Seminargebühr sind die Tagungsverpflegung (Pausengetränke, Zwischenverpflegungen, Mittagessen) und Seminarunterlagen enthalten.

Vor Beginn des Seminars (ca. 4 Wochen vorher) erhalten Sie die Rechnung – bitte überweisen Sie erst dann die Teilnahmegebühr.

Verbindlich angemeldete Seminarteilnehmer\*innen erhalten 4 Wochen vor Seminarbeginn einen Sonderbestellschein. Damit können sie den für das Seminar benötigten Ordner „ICH nehme ab“ mit 20% Rabatt auf den Normalpreis bestellen.

## Geschäftsbedingungen

**Es gelten die Geschäftsbedingungen des Bildungszentrums Vinzenz von Paul und des Marienhospital Stuttgart.**

## Datenschutz

Die Datenschutzhinweise der Vinzenz von Paul Kliniken gGmbH sind unter <https://www.marienhospital-stuttgart.de/datenschutz/> abrufbar.

## Anmeldung

**Bitte nutzen Sie das Formular unter diesem [Link](#) bzw. unter folgendem Pfad:**

<https://www.marienhospital-stuttgart.de/> >> Karriere >> Mit uns arbeiten >> Bildungszentrum >> Anmeldeformular für externe Fachkräfte

## Organisation und Betreuung

Susanne Kleinbeck

Bildungszentrum Vinzenz von Paul

Böheimstraße 37

70199 Stuttgart

Schulsekretariat Tel.: +49 711 6489 2850

Fax: +49 711 6489 2871

E-Mail: [diaetschule@vinzenz.de](mailto:diaetschule@vinzenz.de)

