

# Seminar "Körperbewusstsein und Selbsterfahrung" – Alternative Methoden in der Adipositasberatung

## Zielsetzung

Die Teilnehmer sollen sich und ihren Körper (neu) erfahren, bewusst wahrnehmen und sich mit den persönlichen Selbst-Bildern und den eigenen Bewertungen auseinandersetzen. Sie reflektieren ihren Beratungsansatz und überprüfen ihr berufliches Rollenverständnis. Die Teilnehmer können ihr Methodenrepertoire für die Adipositasberatung durch Anregungen zur Körperwahrnehmung und Selbsterfahrung aufbauen bzw. erweitern. Für schwierige Beratungs- und Gruppensituationen mit übergewichtigen Menschen werden alternative (Lösungs-)Möglichkeiten entwickelt.

## Seminarinhalte

- Das Körperbewusstsein Übergewichtiger: Informationen und Erfahrungsaustausch
- Selbsterfahrung und Selbstbewusstsein: Übungen (mit Reflexion) zur Stärkung der Selbstwahrnehmung und des Selbstwertgefühls
- „NEIN-Sagen“ und „Sich etwas Gutes tun“: Übungen zum Durchsetzen und Belohnen
- Körperwahrnehmung und Körperbewusstsein: Übungen zum Sich spüren, Atmen, An- und Entspannen
- "Die verschwommene Kontur": Übungen zur Fremd- und Selbstwahrnehmung
- Kategorisierung der Übungen und Anregungen nach Ziel, Inhalt, Themen- und Situationsbezug sowie nach Einsatzmöglichkeiten

## Zielgruppen

Diätassistenten, Diplom-Oecotrophologen, Diplom-Ernährungswissenschaftler, Absolventen der Bachelor- und Masterstudiengänge Oecotrophologie/Ernährungswissenschaft (Schwerpunkt „Ernährung“)

## Referentin

**Heidrun Meyer-Kruse**, Diplom-Supervisorin, Praxis für Supervision, Training und Organisationsberatung, Bochum

## Termin

Dienstag, 29.11.2011 bis Donnerstag, 01.12.2011

Das Seminar beginnt am ersten Tag um 12.00 Uhr und endet am letzten Tag um 12.30 Uhr.

Seminarumfang: 20 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

## Teilnehmerzahl

max. 16

## Veranstaltungsort

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.

Referat Fortbildung

Godesberger Allee 18

53175 Bonn



## Gebühr

- DGE-Mitglieder 236,00 €
- Nicht-Mitglieder 248,00 €

inkl. Seminarunterlagen und Pausengetränke

Vor Beginn des Seminars (4-6 Wochen vorher) erhalten Sie von der Verwaltung der DGE die Rechnung – bitte überweisen Sie erst dann die Teilnahmegebühren unter Angabe der Rechnungsnummer.

## Anmeldebestätigung und Bescheinigungen

Bei Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung bzw. die Bestätigung über Aufnahme auf die Warteliste. Sofern Sie auf dem Anmeldeformular der Weitergabe Ihrer Adresse für die Organisation von Mitfahrgelegenheiten zugestimmt haben, informieren wir Sie auf Anfrage gern über entsprechende Möglichkeiten. Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung mit Angabe der absolvierten Inhalte und Anzahl der Unterrichtseinheiten sowie eine Bescheinigung über die gezahlte Gebühr.

## Wartelistenregelung

Wenn ein Seminar ausgebucht ist, besteht die Möglichkeit, sich auf die Warteliste eintragen zu lassen. Die Plätze werden in der Reihenfolge des Anmeldedatums vergeben. Die Anmeldung auf eine Warteliste ist unverbindlich. Wir benachrichtigen Sie umgehend bei Freiwerden eines Seminarplatzes; kann dieser Platz nicht angenommen werden, entstehen keine Gebühren.

## Rücktrittsbedingungen / Ausfall einer Veranstaltung

Bei Rücktritt bis 14 Tage vor Beginn des Seminars wird eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 30,00 € fällig. Danach ist die Teilnahmegebühr in voller Höhe zu tragen; die Gebühr wird unabhängig vom Grund der Absage fällig. Dieses Risiko kann über eine Reise-Rücktrittskosten-Versicherung abgesichert werden. In diesem Zeitraum ist die Nennung eines den Zielgruppen entsprechenden Ersatzteilnehmers möglich; eine eigene Anmeldung des Ersatzteilnehmers ist erforderlich.

Sollte die DGE die Veranstaltung absagen müssen, so besteht Anspruch auf volle Rückerstattung der Teilnahmegebühr. Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen. Die DGE übernimmt keinerlei Haftung für Personen- und Sachschäden. Weitere Informationen finden Sie auf der DGE-Homepage oder im DGE-Fortbildungsprogramm.

## Anreise, Unterkunft und Verpflegung

Für Anreise, Unterkunft und Verpflegung sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer selbst verantwortlich. Mit der Anmeldebestätigung werden eine detaillierte Wegbeschreibung zur DGE und eine Liste mit Unterkünften (Hotels, Pensionen, Privatunterkünfte) zugesandt.

## Organisation und Betreuung

**Kerstin Sprungk**

Diplom-Oecotrophologin

Tel. 0228 3776-634; Fax 0228 3776-800

E-Mail: [sprungk@dge.de](mailto:sprungk@dge.de)

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)  
Referat Fortbildung, Godesberger Allee 18, 53175 Bonn  
URL: <http://www.dge.de> (Menüpunkt > Fortbildung > Seminare)

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

**Körperbewusstsein und Selbsterfahrung – Alternative Methoden in der Adipositasberatung**

29.11. – 01.12.2011

Name, Vorname \_\_\_\_\_

**Kontaktadresse**

Firma (ggf.) \_\_\_\_\_

Straße, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

DGE-Mitglied

Mitglieds-Nr.: **9** \_\_\_\_\_

**Rechnungsanschrift**

siehe oben       Arbeitgeber:

Firma/Abteilung \_\_\_\_\_

Ansprechpartner \_\_\_\_\_

Straße, Ort \_\_\_\_\_

**Hinweis:** Bitte beachten Sie, dass die Angabe des Rechnungsempfängers verbindlich ist.  
Nach Versand der Rechnung ist keine Änderung mehr möglich.

**Berufsausbildung** (bitte ankreuzen)

- Diätassistent       Diplom-Oecotrophologe       Diplom-Ernährungswissenschaftler  
 Bachelor oder       Master of Science Oecotrophologie  
 Bachelor oder       Master of Science Ernährungswissenschaft

**Derzeitiges Tätigkeitsfeld** \_\_\_\_\_

**Beschäftigungsverhältnis** (bitte ankreuzen)

- angestellt tätig: Teilnahme im Interesse des Arbeitgebers (z. B. Freistellung, Kostenübernahme)  
 angestellt tätig: Teilnahme aus eigenem Interesse (z. B. Urlaub)  
 selbstständig       in Elternzeit       arbeitssuchend       sonstiges: \_\_\_\_\_

**Mitfahrgelegenheit**

- Ich bin einverstanden, dass meine Adresse zur Organisation von Mitfahrgelegenheiten vor Beginn des Seminars an die anderen Teilnehmer weitergegeben wird.

Hiermit erkenne ich die **Anmelde- und Rücktrittsbedingungen der DGE** an (siehe Infoblatt).

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift