

## Seminar zum DGE-Programm "ICH nehme ab"

### 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.

### Seminarinhalte

- Darstellung der Konzeption des Programms „ICH nehme ab“
- Grundlegende Aspekte zur Thematik: spezifische Anforderungen an die Kursleiterrolle, Konsequenzen für die Leitung von Gruppenkursen „ICH nehme ab“
- Entspannungsübungen in Theorie und Praxis
- Praktische Anwendung und Auswertung des Ernährungs- und Bewegungsprotokolls
- Bedeutung von Bewegung und Sport – praktische Anwendung
- Methodisch-didaktische Umsetzung des Manuals in einer Gruppenschulung einschließlich Gestaltung von Anfangs- und Abschlusssituationen

### Methoden

Vortragssequenzen, Erfahrungsaustausch, Erleben, Selbstreflexion, Angebote zu Entspannungsübungen

### Zielgruppen

Diätassistenten, Diplom-Oecotrophologen, Diplom-Ernährungswissenschaftler, Absolventen der Bachelor- und Masterstudiengänge, Oecotrophologie/Ernährungswissenschaft (Schwerpunkt „Ernährung“)  
Beratungserfahrung mit Gruppen ist erwünscht.

### Hinweis

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

### Referentinnen und Referenten

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

**Karen Nespethal**, Diplom-Oecotrophologin, Ernährungsberaterin VDO<sub>E</sub>, Fachberaterin für Ess-Störungen, Köln

### Termin

Montag, 17. November 2014, 10:00 Uhr

bis

Mittwoch, 19. November 2014, 16:00 Uhr

Seminarumfang: 26 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

### Teilnehmerzahl

Mind. 16

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

### Veranstaltungsort

TanusTagungsHotel Friedrichsdorf  
Lochmühlenweg 3  
61381 Friedrichsdorf



### Gebühr

- DGE-Mitglieder 390,00 €
- Nicht-Mitglieder 420,00 €
  - In der Seminargebühr sind Tagungsverpflegung (Pausengetränke, Zwischenverpflegungen, Mittagessen) und Seminarunterlagen enthalten
  - Übernachtungsmöglichkeit im TaunusTagungsHotel:
    - Einzelzimmer 65,00€ incl. Frühstück, ohne Abendessen
    - Doppelzimmer 80,00€ incl. Frühstück, ohne Abendessen

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

Verbindlich angemeldete Seminarteilnehmer 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.

### Anmeldebestätigung und Bescheinigungen

Bei Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung.

Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung mit Angabe der absolvierten Inhalte und Anzahl der Unterrichtseinheiten.

### Wartelistenregelung

Wenn ein Seminar ausgebucht ist, besteht die Möglichkeit, sich unverbindlich für einen Platz auf der Warteliste anzumelden. Wir benachrichtigen Sie umgehend per E-Mail bei Freiwerden eines Seminarplatzes; kann dieser Platz nicht angenommen werden, entstehen keine Gebühren.

Die Plätze werden in der Reihenfolge des Anmeldedatums vergeben. Ab 14 Tage vor Beginn des Seminars werden mehrere Interessenten gleichzeitig über freigewordene Plätze informiert. Die Vergabe erfolgt nach Reihenfolge der Angebotsannahme.

### Rücktrittsbedingungen / Ausfall einer Veranstaltung

Bei Rücktritt bis 4 Wochen 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.

### Organisation und Betreuung

Dr. Ulrike Freund

Sektion Hessen – DGE

Taunusstraße 151

61381 Friedrichsdorf

Tel.: 06172 959810

E-Mail: [dgehessen@arcor.de](mailto:dgehessen@arcor.de)

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

**Seminar zum DGE-Programm "ICH nehme ab"**

17.11. – 19.11.2014

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

**Kontaktadresse (privat oder Firma)**

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

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

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

DGE-Mitglied Mitglieds-Nr.: 9 \_\_\_\_\_

**Rechnungsanschrift**

eigene Kostenübernahme (siehe oben)  Arbeitgeber (siehe oben)  Arbeitgeber:

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

Ansprechpartner \_\_\_\_\_

Straße, PLZ, 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

**Bitte Nachweis der Berufsbezeichnung (Urkunde, Diplom) in Kopie beilegen.**

**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: \_\_\_\_\_

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

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

\_\_\_\_\_  
Unterschrift