

Lippe in Form – Therapeutenteam

Ernährungsberater (Dipl. Oecotrophologen, Diätassistenten),
Sporttherapeuten (Dipl. Sportwissenschaftler / Physiotherapeuten),
Psychologen und Ernährungsmediziner.

Alle Kursleiter sind hochqualifiziert.

Sie haben für dieses Angebot eine Zusatzausbildung absolviert.

Kursgröße: 10 – 12 Teilnehmer

Kursorte: Detmold und nach Absprache

Kosten: monatliche Raten (Lastschriftverfahren), anteilige
Kostenerstattung von den meisten Krankenkassen.

Gesamtkosten

Die Kostenübernahme durch die Krankenkassen erfolgt in
der Regel nach Einzelfallprüfung.

Alle Infos & Kurse unter:
www.lippeinform.de



Hochqualifizierte Angebote für Patienten in Lippe



Kontakt

Ärztenetz Lippe GmbH

Regina Eckel
Projektleitung
E-Mail: eckel@aerztenetz-lippe.de

Gildestr. 1
32760 Detmold

Tel.: 0 52 31. 458 25 0
Fax: 0 52 31. 458 25 25

www.aerztenetz-lippe.de



EIN SCHULUNGSPROGRAMM ZUR GANZHEITLICHEN BEHANDLUNG

von krankhaftem Übergewicht für Erwachsene ab 18 Jahren



Wir bringen Sie in Form

Mit Lippe in Form

Wenn Sie:

- › einen Body Mass Index über 30 kg/qm haben
- › individuelles Coaching möchten
- › in einer festen Gruppe abnehmen wollen

„Lippe in Form“ – das Neue Baustein-Konzept des Ärztenetzes Lippe mit den Inhalten:

- › Achtsamkeit basiertes, kognitives Verhaltenstraining
- › Ernährungstraining und individuelle Ernährungsberatung
- › individuelle Bewegungsschulung

... ermöglicht es Ihnen ein langfristiges Wohlfühlgewicht zu erreichen.

Dabei orientieren wir uns an neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen und nutzen unsere Erfahrung aus mehr als 50 multimodalen Kursen seit 2009.



Steigerung des Wohlbefindens

Lippe in Form beinhaltet zusätzlich das "Stressmanagement Angebot" des Ärztenetzes Lippe mit den optionalen Inhalten:

- › Herzratenvariabilitätmessung (HRV)
- › Achtsamkeitstraining
- › Biofeedbacktraining

Durch HRV-Messung in Verbindung mit Biofeedback- und/oder moderatem Ausdauertraining lässt sich unser allgemeines Wohlbefinden langfristig beeinflussen und verbessern. Dies stellt eine wichtige Unterstützung für eine nachhaltige und damit sinnvolle Gewichtsreduktion dar.

Wir bieten Ihnen regelmäßige Einzeltermine und Gruppentreffen mit der Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch.

Lassen Sie sich dabei durch ein hochqualifiziertes und motiviertes Ärzte- und Therapeutenteam begleiten!



Unser neues Baustein-Konzept

Baustein 1
Der Basiskurs für alle Teilnehmer

6 Monate



Baustein 2
Weiterführender Coaching-Baustein (ohne bariatrische Operation)

6 Monate



Beide Bausteine können auch einzeln gebucht werden.

Für Firmen bieten wir maßgeschneiderte Angebote zur langfristigen Gewichtsregulation und zum Stressmanagementtraining an.

Jetzt leicht starten.
Sprechen Sie uns an!