

Erfolgreich abnehmen
mit und ohne OP

Ernährungstherapie



Termine 2026



Onlinekurs (via Zoom/Teams)

Kosten:

Einzelgespräch: 60 €

Sechs Gruppentermine

(90 Minuten à 30 EUR): 180 €

Die gesetzlichen Krankenkassen erstatten ca.
65 - 80 % der Kosten

Gesund Abnehmen ist gar nicht so einfach. Diäten gibt es wie Sand am Meer. Doch wie funktioniert eine erfolgreiche Gewichtsreduktion ohne Jo-Jo-Effekt?

Wir unterstützen Sie bei Ihrer Ernährungsumstellung, u.a. mit den Themen Stoffwechsel ankurbeln, Vorsätze in den Alltag integrieren, Umgang mit Heißhunger und vielem mehr.

GRUPPENTHERAPIE

Termine können individuell ausgewählt werden:

Montags, 17.00 – 18.30 Uhr

12.1., 26.1., 2.2., 9.2., 23.2., 2.3., 9.3., 23.3., 30.3., 13.4., 27.4., 4.5., 11.5., 1.6., 8.6., 13.7., 27.7., 3.8., 10.8., 24.8., 7.9., 14.9., 28.9., 12.10., 26.10., 2.11., 9.11., 23.11., 30.11., 7.12.

Dienstags, 10.00 – 11.30 Uhr

13.1., 27.1., 10.2., 24.2., 10.3., 24.3., 14.4., 28.4., 12.5., 26.5., 2.6., 9.6., 14.7., 28.7., 11.8., 25.8., 15.09., 29.09., 13.10., 27.10., 10.11., 24.11., 8.12.

Nach der Adipositas-Operation: (kostenfrei)

Montags, 17.00 - 18.30 Uhr

19.1., 16.2., 16.3., 20.4., 18.5., 15.6., 20.7., 17.8., 21.09., 19.10., 16.11., 14.12.

EINZELGESPRÄCHE: Termine nach Vereinbarung & mit BIA-Messung auf Wunsch

Anmeldung und Infos:



Jutta Peters

Diplom Ökotrophologin VDOE Gruppenleitung

Ernährungstherapie

jutta.peters@innklinikum.de

Tel: (08631) 613 4165

Mobil: 0151 55359107 (auch via WhatsApp)



Franziska Laumer

Diätassistentin

franziska.laumer@innklinikum.de

Tel: (08631) 613 4166

Mobil: 0151 55805549 (auch via WhatsApp)

InnKlinikum Altötting und Mühldorf gKU

Adipositaszentrum

Krankenhausstr. 1

84453 Mühldorf

www.innklinikum.de/adipositaszentrum

087 | Bildquelle: Canva