Erfolgreich abnehmen
mit und ohne OP

Ernährungstherapie

Termine 2026

INN KLINIKUM
ALTÖTTING UND MÜHLDORF

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