

SCHULUNGEN

Intensive Ernährungstherapie bei Primärer Indikation

Das Wichtigste für die Ernährung nach der Adipositas-Operation erfahren Sie in unseren 90-minütigen Schulungen, die wöchentlich im Wechsel angeboten werden.

Kosten: 20 € pro Termin

Eiweiß-Schulung FETTABBAU STATT MUSKELVERLUST!

Vitamin-Mineralstoff-Schulung GESUNDHEIT STATT MANGEL!

Die angebotenen Termine erfahren Sie bei allen Ernährungstherapeutinnen.

Wir beraten Sie wahlweise online oder in Präsenz.

ORTE

- 1 EILBEK - Schön Klinik, Dehnhaid 120
- 2 ROTHERBAUM / GRINDEL - Hochallee 55
- 3 BARMBEK - Glückstrasse 57
- 4 MUNDSBURG - Harmoniabad, Lerchenfeld 14, 3. OG
- 5 LANDKREIS HARBURG - Wenzendorf-Dierstorf
- 6 Online

Erklärungen:
Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE),
Berufsverband Oecotrophologie (VDOe),
Institut für Qualitätssicherung in der
Ernährungstherapie und -beratung (QUETHEB),
Arbeitsgemeinschaft Adipositaschulung bei Kindern (AGA)
der Deutschen Adipositasgesellschaft (DAG),
Deutsche Gesellschaft für systemische Therapie,
Beratung und Familientherapie (DGSF)
Deutsche Diabetes Gesellschaft (DDG)

Stand: 09 / 2024

AdipositasOP@zeb-hh.de
www.zeb-hh.de

ERNÄHRUNGS THERAPIE

FÜR PATIENTINNEN UND PATIENTEN MIT ADIPOSITAS

Ansprechpartnerin und Koordination

2 Dipl. oec. troph. Ute Hantelmann

Ernährungsberaterin/DGE
Systemische Beraterin/DGSF
Adiposilogin/DAG-DDG
040 / 45 99 59 - u.hantelmann@gmx.de
www.ernaehrungsberatung-hh.de



1
3 B. Sc. oec. troph. Nataliya Govorukhina

Ernährungsberaterin/VFED
Adiposilogin/DAG-DDG
0176 / 24 21 06 63
nataliya.govorukhina@gmail.com



5 Dipl. oec. troph. Monika Luskow

Ernährungsberaterin/VDOE
Mediatorin
Natur- und Landschaftsführerin
0172 / 408 33 06
monikalueskow@yahoo.de
www.monikalueskow.de



2
4 Dipl. oec. troph. Marlis Schwarz

Ernährungsberaterin/QUETHEB
Adiposilogin/DAG-DDG
0171 / 424 83 01
info@marlis-john.de
www.marlis-john.de



1 B. Sc. oec. troph. Jennifer Kupka

Ernährungsberaterin/DGE
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Tanzpädagogin
0176 / 83 49 03 87
ernaehrungstherapie-kupka@web.de



3 Dipl. oec. troph. Margarete Nowag

Ernährungsberaterin/VDOE
Systemische Beraterin
040 / 18 88 04 77 oder 0157 / 74 52 56 36
margarete.nowag@outlook.com
www.ernaehrung-nowag.de



6 Dipl. oec. troph. Farnaz Yazdanian

Ernährungsberaterin/VFED
0151 / 71 00 21 93
f_yazdan@hotmail.com



In Kooperation mit:

Offene GRUPPEN BERATUNG

Konservative Ernährungstherapie

Jedes Treffen behandelt geschlossen ein Thema, z.B. aktuelle Ernährungsempfehlungen, Sinnesschulung, Beobachtung und Beeinflussung von Essverhalten, Selbstkontrolle, Hunger-Sättigungs-Regulation.

Bitte melden Sie sich - zur besseren Planung - telefonisch oder per E-Mail an.

Kosten: 20 € pro Termin.

Ute Hantelmann	Online	Jeden 1. Montag im Monat 10.00 - 11.30 Uhr
Marlis Schwarz	Online	Jeden 2. Montag im Monat 18.30 - 20.00 Uhr jeden 4. Mittwoch im Monat 18.30 - 20.00 Uhr
Margarete Nowag	Online	Monatlich an einem Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr
Sabrina Thaden	Online	Jeden 1. Montag im Monat 18:30 bis 20:00 Uhr 16:30 bis 18:00 Uhr

Aylin Özcan Türkçe Beslenme Grup Danışmanlığı	Online	Ayda bir kere çarşamba günü (lütfen tam tarihi sorunuz) Saat: 10:30 ile 12:00 arası
--	--------	---

Farnaz Yazdanian فرناز یزدانیان	آنلاین	ماهانه در یک روز چهارشنبه (تاریخ ملاقات را سوال کنید) از ساعت 10:00 تا 11:30 فارسی
---	--------	---

Nataliya Govorukhina Наталья Говорухина групповая терапия на русском языке	Онлайн	Ежемесячно по вторникам в 10:00 – 11:30 (пожалуйста, уточните точную дату)
--	--------	---

Alanood Abdalkedra العنود عبدالقدرة مع اخصائية التغذية اوتا هانتلمان	اونلاین	يوجد شهريا جلسة واحدة يوم السبت من الساعة 10:30 - 12:00 (يرجى التواصل معنا لمعرفة موعد الجلسة الجماعية)
--	---------	---

Individuelle EINZEL BERATUNG

Deutsch-muttersprachliche Ernährungstherapie

Im Netzwerk der Zentrale für Ernährungsberatung e.V. arbeiten mehrsprachige Kolleginnen und Kollegen, sowie Studierende der Hochschule für Angewandte Wissenschaften (HAW). So kann die Ernährungstherapie für einige Sprachen auch deutsch-muttersprachlich angeboten werden. Das Angebot entwickelt sich weiter. **Fragen Sie gern nach Ihrer Sprache.** Beratungen in Englisch, Französisch und Schwedisch bieten die Kolleginnen der Zentrale für Ernährungsberatung e.V. ebenfalls an.

Arabisch

جلسات فردية باللغة العربية بالتعاون مع اخصائية التغذية اوتا هانتلمان
نجيب بكل سرور على اسئلتكم عن أي موضوع من مواضيع التغذية
للحجز والاستفسار يرجى التواصل معنا على العناوين التالية
هاتف: +49 163 / 515 02 35
البريد الإلكتروني:
AdipositasOP@zeb-hh.de

Farsi

(مشاوره غذایی فردی) درمان از طریق تغذیه
به زبان فارسی/داری
مشاوره از طریق آنلاین
لطفا با ایمیل و یا تلفن زیر تماس بگیرید
(تلفن: +49 151 / 71 00 21 93) (فرناز یزدانیان)
یا ایمیل:
AdipositasOP@zeb-hh.de

Polnisch

Indywidualna terapia żywieniowa
w języku polskim
osobiście lub w formie wideokonsultacji
Proszę skontaktuj się z nami:
Mobil: +49 173 / 849 49 67
(Anna Dubas-Tietjens)
lub E-mail:
AdipositasOP@zeb-hh.de (niemiecki/polski)

Russisch

Индивидуальная терапия по
питанию на русском языке
Лично или по видеосвязи
Пожалуйста, свяжитесь с нами:
Тел: +49 176 / 24 21 06 63
(Говорухина Наталия)
Интернет-адрес:
nataliya.govorukhina@gmail.com
(немецкий / русский)

Spanisch

Terapia nutricional individual en español
en modalidad de videollamada
Contáctenos en el número telefónico:
+49 40 / 45 99 59 (Ute Hantelmann)
o por correo electrónico:
AdipositasOP@zeb-hh.de (alemán/español)

Türkisch

Türkçe Bireysel Beslenme Terapisi (Yüz
Yüze veya Online Danışmanlık)
Randevu almak için hemen iletişime geçin:
Aylin Özcan
Tel: +49 176 / 31 29 16 74
E-Mail: oezcan-aylin@outlook.de

**Rufen Sie einfach an, wir besprechen Ihr Anliegen und unsere Angebote.
Ernährungstherapie ist eine Leistung, die Ihre Krankenkasse auf Antrag bezuschusst.**