

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, Dehnhaiide 120
- 2 ROTHERBAUM / GRINDEL - Hochallee 55
- 3 BARMBEK - Gluckstrasse 57
- 4 MUNDSBURG - Harmoniabad, Lerchenfeld 14, 3. OG
- 5 PINNEBERG - Am Drosteipark 3
- 6 NIENDORF - Nordalbinger Weg 19, 3. OG
- 7 ausschließlich 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)

Stand: 02 / 2023

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

ERNÄHRUNGSTHERAPIE

FÜR PATIENTINNEN UND PATIENTEN MIT ADIPOSITAS

Ansprechpartnerin und Koordination

2 Dipl. oec. troph. Ute Hantelmann

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



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

Ernährungsberaterin/VFED
0176 / 24 21 06 63
nataliya.govorukhina@gmail.com



7 B. Sc. oec. troph. Ayse Gülbin Güngör

Ernährungsberaterin/VFED
0157 / 73 42 08 41
aysegulbin.gungor@gmail.com



2
4 Dipl. oec. troph. Marlis John

Ernährungsberaterin/QUETHEB
040 / 87 50 92 36 oder 0171 / 424 83 01
info@marlis-john.de
www.marlis-john.de



1
6 B. Sc. oec. troph. Jennifer Kupka

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



3
5 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



7 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 und in Präsenz - gleichzeitig Praxis Hochallee 55, 20149 Hamburg	Jeden 1. Montag im Monat 10.00 - 11.30 Uhr
Marlis John	Online	Jeden 2. Montag im Monat 18.30 - 20.00 Uhr jeden 4. Mittwoch im Monat 18.30 - 20.00 Uhr
Margarete Nowag	Online oder - soweit möglich - in Präsenz SCHÖN KLINIK Hamburg Eilbek Haus 7, Raum bitte am Empfang erfragen	Monatlich an einem Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr Monatlich an einem Freitag 16.00 - 17.30 Uhr
Sabrina Thaden	Online oder - soweit möglich - in Präsenz SCHÖN KLINIK Hamburg Eilbek Haus 7, Raum bitte am Empfang erfragen	Jeden 1. Montag im Monat 18:30 bis 20:00 Uhr jeden 3. Mittwoch im Monat 16:30 bis 18:00 Uhr
Ayse Gülbin Güngör Türkçe beslenme grup terapisi	Online	Ayda bir kere cumartesi günü (lütfen tam tarihi sorunuz) 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 عبدالقذرة مع اخصائية التغذية اوتا هانتلمان
جلسات تغذية جماعية

يوجد شهريا جلسة واحدة يوم السبت من الساعة
10:30 - 12:00
(يرجى التواصل معنا لمعرفة موعد الجلسة الجماعية)
اونلاين

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) (دری
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 Наталья)
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
(Görüntülü veya Yüz yüze)
Lütfen bizimle irtibata geçiniz:
Ayşe Gülbin Güngör
+ 49 157 / 73 42 08 41
email: aysegulbin.gungor@gmail.com

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