

Teilnahmebescheinigung

Aylin Özcan

hat an der

**Kursleiterschulung zum DGE-Programm „ICH nehme ab“
Einsatzmöglichkeiten in der Gruppenberatung**

vom 24.10. bis 26.10.2023 in Friedrichsdorf teilgenommen.

Das Programm „ICH nehme ab“ erfüllt die Anforderungen laut „Leitfaden Prävention. Handlungsfelder und Kriterien nach § 20 Abs. 2 SGB V zur Umsetzung der §§20, 20a und 20b SGB V vom 21. Juni 2000“ in der jeweils aktuellen Fassung.

Inhalte des Seminars:

- Darstellung der Konzeption, Kursphilosophie und Evaluation des DGE-Programms „ICH nehme ab“
- Grundlegende Aspekte zu spezifischen Anforderungen an die Kursleiterrolle und die Konsequenzen für die Leitung von Gruppenkursen „ICH nehme ab“
- Methodisch-didaktische Umsetzung der einzelnen Kursschritte einschließlich Anfangs- und Abschlussituationen
- Bedeutung von Bewegung und Sport im Gewichtsmanagement – praktische Beispiele
- Bedeutung von Körperwahrnehmung, Achtsamkeit und Entspannung – praktische Beispiele

Dauer: 24 Unterrichtseinheiten (UE) à 45 Minuten

Bonn, 26.10.2023



Dr. Ute Brehme
Referatsleiterin

