

## So finden Sie uns



### Öffnungszeiten

Mo - Fr von 07:30 bis 21:45 Uhr  
Sa von 09:30 bis 15:30 Uhr  
So von 10:00 bis 16:00 Uhr

## Mobilé

Abteilung für  
Physiotherapie und Gesundheitssport  
am St. Vincenz-Krankenhaus Datteln

Rottstr. 11a · 45711 Datteln

Tel.: 0 23 63 / 108- 26 21

Fax: 0 23 63 / 108- 26 23

e-mail: [mobilé@vincenz-datteln.de](mailto:mobilé@vincenz-datteln.de)

Internet: [www.vincenz-datteln.de](http://www.vincenz-datteln.de)



TRÄGER:  
VESTISCHE CARITAS-KLINIKEN GMBH



St. Vincenz-Krankenhaus  
Datteln

# Mobilé

## Ernährungsberatung



Immer in  
Bewegung!

## Ernährungsberatung

### Mein Weg zum Wohlfühlgewicht (Kurs)

Wir zeigen Ihnen, wie Sie schlank werden und es auch bleiben. Dabei müssen Sie nicht auf alle Freuden des Essens verzichten. Lernen Sie mit den Dickmachern bewusst und maßvoll umzugehen und das Richtige zu essen. Gezielte Bewegung unterstützt Sie beim Abnehmen und steigert die Fitness. Zu empfehlen ist eine Kombination mit dem Kurs „Rundum Fit“.

### Bewusst essen – gesund älter werden (Kurs)

Wohlbefinden und Vitalität sind wesentliche Voraussetzungen für die persönliche Lebensqualität. Die Ernährung nimmt hierbei einen großen Stellenwert ein, denn die meisten Krankheiten und gesundheitlichen Beschwerden lassen sich mit der richtigen Ernährung positiv beeinflussen. In diesem Kurs erhalten Sie Tipps für eine gesundheitsbewusste Ernährungsweise.

## Einzelberatung

Wir bieten Ihnen neben den Ernährungsberatkursen auch die Möglichkeit einer Einzelberatung.

**Bei Vorlage einer ärztlichen Verordnung zahlen die Krankenkassen einen Zuschuss.**

**Erstberatung** (60 Minuten)

**Folgeberatung** (45 Minuten)

Termine nach Vereinbarung!

## Treffpunkt Ernährung

Für jene, die nach dem Besuch eines Ernährungsberatkurses oder nach Einzelberatungen weitere Informationen für eine gesunde Ernährung haben möchten, bieten wir unseren Ernährungstreffpunkt an.

**Termine, Preise und Zeiten erfragen Sie bitte bei unserer diplomierten Ernährungsberaterin Petra Bertram.**

