

**Kosten für das Adipositas-Trainer-Seminar:  
680,00 €**

Auch wenn die Ausbildung „Theorieseminar“ heißt, werden Sie in praktischen Übungen lernen, Adipositas-Schulungsstunden selbst zu gestalten. Dazu gehört auch, dass Sie Sportkleidung mitbringen.

Die Unterrichtseinheiten werden überwiegend in Doppelstunden à 90 Min. abgehalten.

Neben den Mittagspausen werden Kaffee-, Tee- und Obstpausen eingelegt. Im Preis inbegriffen sind Pausengetränke/-verpflegung. Gegen eine Kostenbeteiligung bieten wir Ihnen außerdem gerne ein Mittagessen in beiden Kliniken an.

**Sylt** erreichen Sie von Hamburg aus mit den Personenzügen der DB (IC-Anschluss) oder der NOB, ferner mit dem Autozug ab Niebüll, oder mit der Fähre über Dänemark (Römö).

---

Die gesamte Ausbildung zum Adipositas-Trainer umfasst nach den Richtlinien von KgAS und AGA insgesamt drei Abschnitte:

**Ausbildungs-Block 1: Hospitation**

- Bei einer zertifizierten Schulungseinrichtung (min. 18 Unterrichtseinheiten)

**Ausbildungs-Block 2: Theorieseminar**

- Seminar mit praxisbezogenen Inhalten und Übungen, insgesamt 54 Unterrichtseinheiten

**Ausbildungs-Block 3: Supervision**

- Die Supervision von selbst durchgeführten Schulungseinheiten ist abschließender Baustein der Adipositas-Trainer-Ausbildung.

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Wir möchten Sie recht herzlich zu unserem zehnten Ausbildungs-Kurs

**Zertifizierte/r Adipositas - Trainer/in der KgAS sowie der AGA“**

an der Adipositas-Akademie Nord einladen. Die Adipositas Akademie Nord bietet die Möglichkeit, diese Zusatzqualifikation zu erwerben. Basierend auf dem Rahmenkonzept und Trainermanual „Leichter – Aktiver – Gesünder“ (aid-Verlag) werden in theoretischen und praktischen Unterrichtseinheiten die Inhalte der Ausbildung vermittelt.

**Die Ausbildung richtet sich an Ärztinnen und Ärzte, Psychologinnen und Psychologen, Sozialpädagoginnen und -pädagogen, Sport- und Ernährungsfachkräfte.**

Sie können Adipositas-Trainer(in) werden, wenn Sie den Kriterien von KgAS und AGA entsprechen. Informationen hierzu erhalten sie unter [www.kg-as.de](http://www.kg-as.de). Bei weiteren Fragen sprechen Sie uns an!

**Die Adipositas-Akademie Nord ist von der AGA (Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter) seit Juni 2010 als Fortbildungseinrichtung „Adipositastrainer-Akademie für Kinder und Jugendliche“ zertifiziert. Sie ist ferner seit 2005 anerkannte KgAS-Akademie.**

**Anmeldung:**

Informationen und Unterlagen erhalten Sie bei Uwe Tiedjen, zu erreichen unter

[Adipositas-Akademie@Rehaforschung-Sylt.de](mailto:Adipositas-Akademie@Rehaforschung-Sylt.de)

oder Adipositas-Akademie Nord  
Rehaforschung Fachklinik Sylt  
Steinmannstr. 52-54  
25980 Sylt / OT Westerland  
Tel. 0171-6829196



KONSSENSUSGRUPPE  
ADIPOSITASSCHULUNG  
FÜR KINDER UND  
JUGENDLICHE



Arbeitsgemeinschaft Adipositas  
im Kindes- und Jugendalter

## Adipositas Akademie Nord

Ausbildung zum/zur

# Adipositas- Trainer/in

für Kinder und Jugendliche

**Ausbildungs-Block 2:  
Theorie-Seminar**

## Frühjahr 2012

Leitung:

Dipl.Päd. Uwe Tiedjen, Westerland  
Dr. Wolfgang Gruber, Potsdam

auf Sylt

vom 24. – 27. Februar und  
vom 09. – 12. März 2012

## Termine Theorie-seminar:

### Teil 1:

**Fachklinik Sylt, Westerland**  
**Freitag, 24. Februar, 14:00 Uhr bis**  
**Montag, 27. Februar 2012, 14:00 Uhr**  
- 27 Unterrichtseinheiten à 45 min. -

### Teil 2:

**Fachklinik Sylt, Westerland**  
**Freitag, 09. März, 14:00 Uhr bis**  
**Montag 12. März 2012, 13.00 Uhr**  
- 27 Unterrichtseinheiten à 45 min. -

## Inhalte des Seminars

Die Seminarteile entsprechen den Ausbildungsrichtlinien der KgAS sowie der AGA (siehe auch [www.kg-as.de](http://www.kg-as.de), [www.a-g-a.de](http://www.a-g-a.de) :

### Allgemeine Grundlagen Adipositasschulung

- Epidemiologie, psychosoziale Bedeutung der Adipositas, Leitlinien, Prognose, gesellschaftliche Kosten, offene und strittige Fragen in der Adipositasbehandlung
- Bedeutung der Schulung für die Adipositasbehandlung, Schulungsphilosophie, Grenzen der Schulung.
- Indikation und Ziele der Adipositasschulung
- Rahmenbedingungen, Qualitätssicherung und Evaluation
- Grundlagen der Rhetorik, Methodik und Didaktik der Adipositasschulung
- Aufgaben des Schulungsteams
- Flexible Kontrolle
- Selbstbeobachtungstagebuch u. Verstärker
- Materialien der Schulung
- Entwicklung eigener Schulungen

### Bereich Medizin

- Definition und Folgen der Adipositas
- Ursachen der Adipositas
- Überblick über die Behandlung der Adipositas

### Bereich Psychosoziales

- Selbstwahrnehmung
- Selbstakzeptanz
- Ausgewogene Lebensgestaltung
- Soziale Kompetenz und zwischenmenschliche Konfliktbewältigung
- Funktion von Essen, Bewegung und Körpermasse

### Bereich Ernährung

- Ernährungslehre
- Essverhaltenstraining
- Mahlzeitenstraining/Kochen
- Einkaufstraining

### Bereich Körperliche Aktivität und Sport

- Wirkung, Grenzen und Risiken von körperlicher Aktivität und Sport
- Sportpädagogische Ansätze für die Praxis der Adipositasschulung
- Trainingssteuerung
- Spezielle Konfliktlösung und Motivation
- Umsetzung der verschiedenen Schulungsthemen

### Bereich Familie

- Förderung der Erziehungskompetenz
- Elterliche Förderung der Selbstwahrnehmung und Selbstakzeptanz des Kindes
- Motivationsförderung und Zielplanung
- Beeinflussung des Ess-, Ernährungs- und Bewegungsverhaltens
- Mahlzeitenzubereitung und Kochen

## Das Dozenten-Team der Adipositas Akademie Nord

- Uwe Tiedjen, Diplom-Pädagoge, Rehaforschung Fachklinik Sylt
- Dr. Wolfgang Gruber, Sportwissenschaftler, Potsdam
- Dr. Rainer Stachow, Kinder- und Jugendarzt, Fachklinik Sylt
- Prof. Dr. Dieter Kiosz, Kinder- und Jugendarzt, Universität Kiel
- Andrea Kühn-Dost, Dipl.-Ökotrophologin, Klinik Lüneburger Heide, Bad Bevensen
- Dr. Birgit Sievers-Böckel, Dipl.-Psychologin, ConFirma, Paderborn
- Anja Biemer, Diätassistentin, Fachklinik Sylt

## Adipositas Akademie Nord

Sprecher:

Uwe Tiedjen, Rehaforschung Fachklinik Sylt  
Dr. Wolfgang Gruber, Potsdam

Träger der Adipositas-Akademie Nord:  
Rehaforschung Fachklinik Sylt e.V.  
Steinmannstr. 52-54  
25980 Sylt / OT Westerland

Die Schulungsakademie ist von der Umsatzsteuer befreit.

Amtsgericht Flensburg, VR 367 NI

[www.Rehaforschung-Sylt.de](http://www.Rehaforschung-Sylt.de)

jetzt auch auf

**facebook:** Adipositas-Akademie Nord