

Kennzahl der Zielgruppe	Kennzeichen der Kategorie	Bezeichnung des Angebotes	Beschreibung des Angebotes	Link zur Homepage	Erläuterungen
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Ernährungsberatung Ulrike Pischke Huisheim	Qualifizierte Ernährungsberatung für alle Menschen	www.ernaehrungshaus.de	
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Seminare und Workshops zu Themen der Jugendarbeit	z.B. gewaltfreie Kommunikation, Kooperative Abenteuerspiele, Erlebnispädagogik, Jugendschutz, Aufsichtspflicht, usw. (auf Anfrage, in Kooperation mit dem KJR Donau-Ries)	www.kjr-donau-ries.de	
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Essstörungen erkennen und vermeiden	Immer mehr Jugendliche leiden unter Essstörungen, die dem Schlankeitswahn geschuldet sind. Die Schüler erfahren diese bei sich und Anderen zu erkennen und erhalten evtl. Hilfsangebote.	www.ries-apotheke.de	
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Stadt - Apotheke Wemding	Ernährungsberatung und Prävention	www.stadt-apotheke-wemding.de	

Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Vorträge: Lebensstil, Übergewicht, Zivilisationskrankheiten	Welche Maßnahmen zur Prävention von Zivilisationskrankheiten können getroffen werden im Bereich Ernährung und Bewegung und zur Vermeidung von Übergewicht.	www.ries-apotheke.de	
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Arbeitskreis Suchtprävention	Mitarbeit im Arbeitskreis mit unterschiedlichen Angeboten: z.B. Lehrerfortbildungen, Elternabenden an Schulen, Präventionsangebote für Schulklassen	Arbeitskreis Suchtprävention	
Jugendliche über 14 Jahren	Ernährung	Weg mit dem Speck	Prinzip: Weniger Kalorien aufnehmen als verbrauchen A: 1. Innerhalb eines Tages (24h) 16 h fasten oder 2. ein Tag essen, ein Tag fasten (10 in 2) oder 3. Kombination aus 1. und 2. letzte Mahlzeit am Tag Eiweiß betont; B: 1 bis 2mal wöchentlich moderates Ausdauertraining (schnelles Gehen, Fahrradfahren) und 1 bis 2mal wöchentlich Krafttraining	Dr. Andreas Becker Balgheimer Str. 19 86753 Möttingen	Gesundheitsprophylaxe: Übergewicht, Bluthochdruck, metabolisches Syndrom, Diabetes 2, Arthrosen