



Das Team der Ernährungsberatung von links nach rechts:
D. Springsguth, E. Hölscher, B. Wollschläger

Ansprechpartner

Britta Wollschläger

Leitung Ernährungsberatung
Diätassistentin/ Diätküchenleiterin DGE, Diätassistentin
Adipositas therapie VDD, Diätassistentin Onkologie VDD,
VDD zertifiziert
Tel. 0 23 81/ 871 15-0
bwollschlaeger@reha-bad-hamm.de

Eva Hölscher

Diätassistentin Adipositas therapie,
VDD zertifiziert, Akkreditierte Fettstoffwechseltherapeutin
Tel. 0 23 81/ 871 15-0
ehoelscher@reha-bad-hamm.de

Darleen Springsguth

Diätassistentin
VDD zertifiziert
Tel. 0 23 81/ 871 15-0
dspringsguth@reha-bad-hamm.de

Wir beraten und unterstützen Sie gern!

Alle Informationen zur reha bad hamm sowie das aktuelle Kursprogramm
finden Sie auf unser Internetseite: www.reha-bad-hamm.de

reha bad hamm



Wir bewegen Sie.

Zertifiziert nach:



Standort

Arthur-Dewitz-Straße 5 · 59065 Hamm

Tel. 0 23 81/ 871 15-0 · Fax 0 23 81/ 871 15-19

Öffnungszeiten:

Mo.–Do. 06.45–20.30 Uhr · Fr. 06.45–19.30 Uhr

und Termine nach Vereinbarung

ernaehrung@reha-bad-hamm.de



Parkplätze sind ausreichend vorhanden.

www.reha-bad-hamm.de

reha bad hamm



Wir bewegen Sie.

Ernährungs- beratung

**individuell auf Sie
abgestimmt**



Standort:
Arthur-Dewitz-Str. 5
59065 Hamm

**Infos zum
Angebot**

Ernährungs- beratung

Für die Gesundheit und das Wohlbefinden

Möchten Sie Ihre Ernährung verändern?

Wurde bei Ihnen eine Erkrankung diagnostiziert, die eine besondere Ernährung erfordert?

Sind Sie sich unsicher im Umgang mit Lebensmitteln?

Möchten Sie sich gesund und ausgewogen ernähren?

Wir beraten und unterstützen Sie gern!

Ihr Team der Ernährungsberatung
der reha bad hamm

Kein Mensch is(s)t wie der andere.
Jeder hat seinen eigenen Lebensstil
und seine besonderen Bedürfnisse.

Gute Ernährung macht Spaß und schafft Lebensqualität!

In unserer individuellen Ernährungseinzelberatung beantworten wir Ihre persönlichen Ernährungsfragen gezielt unter der Berücksichtigung aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse.

Wir bieten Ihnen:

- ▶ Analyse Ihres Ernährungs- und Essverhaltens
- ▶ Berechnung und Bewertung des Body-Mass-Index (BMI)
- ▶ Körperfettanalyse (Bioimpedanzanalyse)
- ▶ Gegebenenfalls computergestützte Analyse Ihrer Nahrungsaufnahme mit Analysendiagramm
- ▶ Individuelle Empfehlung zur Nahrungsmittelauswahl
- ▶ Ratschläge zur praktischen Umsetzung
- ▶ Ernährungsberatung für Sportler
- ▶ Ernährungsberatung als Ergänzung zur Spiroergometrie
- ▶ Ernährungsberatung für Kinder
- ▶ Achtsamkeit in der Ernährung



Ernährung als Therapie

Einige Erkrankungen erfordern eine gezielte Ernährungstherapie. Wir beraten und unterstützen Sie gern.

Viele dieser Beratungen werden durch die Krankenkassen bezuschusst oder übernommen. Sie benötigen hierfür eine ärztliche Verordnung, möglichst eine ärztliche Notwendigkeitsbescheinigung (gemäß § 43 SGB V).

Bei folgenden Erkrankungen beraten wir Sie:

- ▶ Adipositas (starkes Übergewicht)
 - ▶ Ernährung vor und nach bariatrischen Operationen
 - ▶ Erhöhte Blutfettwerte – erhöhter Cholesterinspiegel
 - ▶ Bluthochdruck
 - ▶ Ernährung bei onkologischen Erkrankungen sowie bei Strahlen- und Chemotherapie
 - ▶ Magen- und Darmerkrankungen / Reizdarmsyndrom
 - ▶ Diabetes mellitus Typ II
 - ▶ Gicht
 - ▶ Osteoporose
 - ▶ Rheumatische Erkrankungen
 - ▶ Lebensmittelunverträglichkeiten: Lactoseintoleranz / Fructoseintoleranz / Sorbitunverträglichkeit
 - ▶ Untergewicht
- ... und andere – fragen Sie uns!