

# Enorm in Form Terminübersicht September 2022-Jänner 2023



## Mein Gesundheitszentrum Floridsdorf

Karl-Aschenbrenner-Gasse 3, 1210 Wien

Die Termine finden immer gemeinsam für Kinder und jeweils einen Elternteil bzw. Erziehungsberechtigten statt! **Bitte beachten Sie, dass der Enorm in Form-TEILNAHMEPASS zu jedem Termin mitzubringen ist! Für den erfolgreichen Programmabschluss ist eine Teilnahme von 75 % erforderlich:** Teilnahme Ernährung an mind. 3 Modulen, Teilnahme Sport an mind. 25 Terminen, Teilnahme Psychotherapie an mind. 15 Terminen

Sport	Psychotherapie	Ernährung
<b>Kurs 1:</b> <b>Montag 17 – 18:30 Uhr</b> 12.09.22 - 16.01.23 <b>Ort:</b> Prinzgasse 3/TS3, 1220 Wien 12.09.2022 19.09.2022 26.09.2022 03.10.2022 10.10.2022 17.10.2022 24.10.2022 07.11.2022 21.11.2022 28.11.2022 05.12.2022 12.12.2022 19.12.2022 09.01.2023 16.01.2023  <b>Donnerstag 17:30–19 Uhr</b> 15.09.22 – 19.01.23 <b>Ort:</b> Prinzgasse 3/TS3, 1220 Wien 15.09.2022 22.09.2022 29.09.2022 06.10.2022 13.10.2022 20.10.2022 03.11.2022 10.11.2022 17.11.2022 24.11.2022 01.12.2022 15.12.2022 22.12.2022 12.01.2023 19.01.2023	<b>Ort:</b> Gesundheitszentrum Floridsdorf <b>Ab 07.09.22 - 25.01.23</b> <b>Gruppe Kinder: jeden</b> <b>Mittwoch 16–17 Uhr</b> 07.09.2022 14.09.2022 21.09.2022 28.09.2022 05.10.2022 12.10.2022 19.10.2022 02.11.2022 09.11.2022 16.11.2022 23.11.2022 30.11.2022 07.12.2022 14.12.2022 21.12.2022 11.01.2023 18.01.2023 25.01.2023  <b>Gruppe Eltern:</b> 1x monatlich <b>Mittwoch 17 – 18:30 Uhr</b> 14.09.2022 19.10.2022 23.11.2022 14.12.2022 25.01.2023	<b>Ort:</b> Gesundheitszentrum Floridsdorf Vor jedem Termin Anmeldung mit <b>e-Card</b> (Kind + Begleitperson) am <b>Schalter im EG</b> .  <b>Erstgespräch Ernährung</b> nach individueller Terminvereinbarung unter 05 0766-1140239 oder 05 0766-1140178  BIA: Messung der Körperzusammensetzung in <b>der Kinderambulanz</b> VOR jedem Gruppenmodul im <b>EG</b>  <b>Gruppenmodule Ernährung im 1. Stock Zi 144</b> 1x monatlich am <b>Diens- tag</b> <b>Gruppe 1:</b> <b>12:30 Uhr</b> BIA Messung <b>13:30 – 14:30 Uhr</b> Modul Di 04.10.22 Di 08.11.22 Di 06.12.22 Di 17.01.23  <b>Gruppe 2:</b> <b>13:30 Uhr</b> BIA Messung <b>14:30 – 15:30 Uhr</b> Modul Di 04.10.22 Di 08.11.22 Di 06.12.22 Di 17.01.23

Österreichische Gesundheitskasse

Mein Gesundheitszentrum Floridsdorf

<p><b>Kurs 2:</b>  <b>Montag 15:30-17:00 Uhr</b>  12.09.22 - 16.01.23  <b>Ort:</b> ASKÖ Ballsport Center Bernoullistraße 7-9  12.09.2022  19.09.2022  26.09.2022  03.10.2022  10.10.2022  17.10.2022  24.10.2022  07.11.2022  21.11.2022  28.11.2022  05.12.2022  12.12.2022  19.12.2022  09.01.2023  16.01.2023</p> <p><b>Freitag 16 – 17:30 Uhr</b>  16.09.22 – 13.01.23  <b>Ort:</b> ASKÖ Ballsport Center Bernoullistraße 7-9  16.09.2022  23.09.2022  30.09.2022  07.10.2022  14.10.2022  21.10.2022  04.11.2022  11.11.2022  18.11.2022  25.11.2022  02.12.2022  09.12.2022  16.12.2022  23.12.2022  13.01.2023</p>		<p><b>Gruppe 3:</b>  <b>12:30 Uhr</b> BIA Messung  <b>13:30 – 14:30 Uhr</b> Modul  Di 11.10.22  Di 15.11.22  Di 13.12.22  Di 24.01.23</p> <p><b>Gruppe 4:</b>  <b>13:30 Uhr</b> BIA Messung  <b>14:30 – 15:30 Uhr</b> Modul  Di 11.10.22  Di 15.11.22  Di 13.12.22  Di 24.01.23</p> <p>Themen der Gruppenmodule Ernährung:  Modul 1: Das Geheimnis der Ernährungspyramide  Modul 2: Einkaufstraining  Modul 3: Frühstück und Jause  Modul 4: Süßes und Fast-food</p> <p><b>Checkup-Termine</b> und <b>Abschlussgespräch</b> Ernährung (Einzelgespräche): nach individueller Terminvereinbarung unter 05 0766-1140239 oder 05 0766-1140178</p>
<b>Sport</b>	<b>Psychotherapie</b>	<b>Ernährung</b>

Terminänderungen vorbehalten!

An Feiertagen, Ferien bzw. schulfreien Tagen finden **keine** Gruppeneinheiten statt.