

## Zentrum für Adipositasschulung Bremen-Stadt (ZABS) e.V.

Das Zentrum für Adipositas-Schulung Bremen-Stadt e.V., kurz ZABS, gründete sich als gemeinnütziger Verein im Jahr 2012. Wir können auf vielfältige Erfahrungen in der ambulanten Schulung mit adipösen Kindern, Jugendlichen und Familien zurück blicken. Mit den Jahren entwickelten wir unsere Kompetenzen weiter, die wir an die Schulungsteilnehmer\* Innen weiter geben.

Wir arbeiten in einem Team mit verschiedenen und zugleich ineinandergreifenden Schwerpunkten in den zentralen Bereichen der Adipositas-Schulung von Bewegung, Ernährung und Psychosozialen Inhalten.

Unsere Arbeit findet dabei stets auf Augenhöhe mit den Familien statt. Wertschätzend und nicht wertend begegnen wir den Schulungsteilnehmer\* Innen und deren Familien, um individuelle und zugleich umfassende Unterstützung anbieten zu können.

Wir entwickeln uns beständig weiter. Fortbildungen, Schulungsinhalte und -gestaltung obliegen einer konstanten Reflexion mit dem Anspruch, eine unterstützende und begleitende Schulung anzubieten mit einem sicheren Netzwerk für die Familien und Teilnehmer\* Innen, ohne Wertung und Erwartungsdruck.

Dabei arbeiten wir unabhängig von Arztpraxen, Kliniken oder anderen Einrichtungen. Dies bringt Limitierungen, aber auch Vorteile mit sich. Wir können eigenständig und selbstbestimmt arbeiten, sind dabei zugleich immer auf unsere eigenen Ressourcen angewiesen, die wir ohne Drittmittel nicht grenzenlos erweitern können.

### Angebote

Unsere Einzel- und Gruppenangebote werden begleitet durch ein interdisziplinäres Team aus den Kernbereichen Ernährung, Sport und Psychologie. Die Angebote richten sich an übergewichtige und adipöse Kinder, Jugendliche und deren Familien.

Wir bieten als ZABS-Intensiv-Schulung die Jahresschulung in zwei Altersgruppen an, sowie darüber hinaus das Angebot der individuellen Ernährungstherapie und der Nachsorge nach einer stationären Rehabilitationsmaßnahme.

In unserer ZABS Jahresschulung bieten wir ein ambulantes einjähriges Schulungsprogramm für zwei Altersgruppen im Kindes- und Jugendalter für adipöse Kinder und ihre Familien an.

Die Nachsorge kann im Anschluss an eine stationäre oder ambulante Reha in Anspruch genommen werden.

Für eine individuelle Ernährungsberatung oder -therapie bieten wir gerne Termine an.

Ziele unserer Angebote sind Gewichtserhalt oder -abnahme, Stärkung des Selbstwertgefühls, Lust auf Bewegung, verbesserte Körperwahrnehmung und Entwicklung von mehr Aktivität im Alltag.

In einem ersten Gespräch wird gemeinsam besprochen, welche Maßnahme die jeweils Passende ist.

Die Kosten für unsere Leistungen werden in der Regel zu einem Großteil von den Krankenkassen getragen.

## Individuelle Ernährungstherapie

### **Antje Büssenschütt (Leitung)**

Tel: (0421) 491 864 50

Fax: (0421) 430 9696

Mail: [Antje.Buessenschuett@zabs-bremen.org](mailto:Antje.Buessenschuett@zabs-bremen.org)

### **? auf die Merkliste**

**Adresse:**

Schwachhauser Heerstraße 50

ZABS e.V. im medicum

28209 Bremen

**Telefon:**

0421 491 87 90

**E-Mail-Adresse:**

[info@zabs-bremen.org](mailto:info@zabs-bremen.org)

**Internetadresse:**

[www.zabs-bremen.org](http://www.zabs-bremen.org)