

## IPRÄMO

### Das integrative Abnehmkonzept für Menschen mit geistiger Behinderung (Vertiefungsseminar gemäß PräVO)

Sie betreuen Menschen, die übergewichtig sind? Sicherlich haben Sie schon oft die Erfahrung gemacht, dass die Gewichtsreduzierung im Alltag schwierig ist oder sogar unmöglich scheint. Gründe hierfür könnten sein, dass der/die Bewohner\_in oder Klient\_in sich in der Freizeit oder am Arbeitsplatz ungünstige Lebensmittel kauft, gesundes Essen nicht mag, sich bei kleinen Portionen benachteiligt fühlt oder aber die Motivation fehlt, da der Sinn der Gewichtsabnahme nicht verstanden wird.

In der Regel sind die herkömmlichen Abnehmmethoden für Menschen mit einer geistigen Behinderung zu abstrakt. Der Vorteil des Integrativen Präventionsmodell (IPRÄMO) ist, dass die Methodik für alle geeignet ist, also unabhängig von den kognitiven Fähigkeiten.

Im Mittelpunkt stehen fünf Faktoren, die dazu beitragen, dass die Person ihre eigenen Potentiale aktiviert und dabei unterstützt wird, diese bedürfnisorientiert und zielfokussiert einzusetzen. Neu erlernte Handlungsstrategien und Assistenzleistungen sind somit langfristig erfolgreich.

#### Inhalte im Überblick:

- Basiswissen über Ernährung und Abnehm-Mythen;
- Vermittlung einer einfachen Methodik für die Zusammenstellung von Lebensmitteln (ohne Lesen zu müssen);
- entwicklungspsychologische und biographische Aspekte des Essverhaltens;
- psychologische Grundlagen des allgemeinen Verhaltens;
- Rolle von Motivation und Wertehierarchien sowie
- Entwicklung von bedürfnisorientierten und selbstbestimmten Handlungsstrategien mit Hilfe des IPRÄMO Bogens.

#### Nummer

34022-015

#### Datum

16.02.2022  
17.02.2022

#### Zeit

10:00 - 16:30 Uhr

#### Ort

Diözesan-Caritasverband für  
das Erzbistum Köln e. V.  
Georgstraße 7  
50676 Köln

#### Zielgruppen

Mitarbeitende der Eingliederungshilfe

#### Referent/in

##### Pia Röhrig

NLP-Trainerin (DVNLP), Interkulturelle Trainerin, Live-  
Online-Trainerin  
Diplom-Sozialarbeiterin

#### Teilnehmende (max.)

16

#### Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

200.00 €

#### Normaler Preis für Externe

240.00 €

#### Pflegepunkte (RbP)

10.00

#### Ansprechpartner/in

Wanda Spielhoff

#### Verpflegung

Getränke und Mittagessen

#### Unterrichtsstunden

0