ZEP-Nachsorge | Pakete & weitere Leistungen

Nachhaltige Begleitung nach Ihrem ZEPmax-Programm

ZEPmax | KOSTENFREIE GRUPPEN-NACHSORGETREFFEN

Für alle ehemaligen Teilnehmer:innen des ZEPmax-Programms.

Vorgesehene Termine:

- ✓ Nachsorgetreffen 1.: Monat 3 nach Ihrem ZEPmax-Jahrestag
  Schwerpunkt: Psychologie & Verhaltensstabilisierung
- ✓ Nachsorgetreffen 2.: Monat 6 nach Ihrem ZEPmax-Jahrestag
  Schwerpunkt: Ernährung & langfristige Alltagstauglichkeit

Die Teilnahme ist kostenlos.

ZEP CARE-PAKET

Nachhaltige Gewichtsmanagement für das erste Jahr nach ZEPmax. Das CARE-Paket bietet eine strukturierte, interdisziplinäre Begleitung zur langfristigen Stabilisierung Ihres Therapieerfolgs.

9 Termine pro Paket

Leistung	Umfang
Ernährungsmedizinische Sprechstunde	1 Termin
Ernährungsmedizinische Sprechstunde inkl. BIA-Messung	1 Termin
Gewichtskontrolle	4 Termine
Einzelgespräche Ernährungstherapie	2 Termine à 50 Minuten
Einzelgespräch Psychologie	1 Termin à 50 Minuten

Laufzeit: max. 12 Monate ab Buchung

Paketpreis: 390,00 EUR

Anmeldung per E-Mail

Die Buchung des Pakets ist jederzeit möglich und kann bei Bedarf beliebig oft wiederholt werden.

SONDERREGELUNG FÜR VERSICHERTE DER AOK BAYERN

Für Teilnehmer:innen mit gültigem AOK Bayern-Vertrag gelten gesonderte Konditionen:

- ✓ *siehe 2 Jahresvertrag mit der AOK Bayern*
- ✓ *Kostenübernahme durch die AOK Bayern einmalig möglich*
- ✓ *dadurch Eigenanteil 0 €*

AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

ZEP-Nachsorge | Pakete & weitere Leistungen

Nachhaltige Begleitung nach Ihrem ZEPmax-Programm

ZEPmax -PLUS

Intensiviertes multimodales Aufbauprogramm: Ein interdisziplinäres Formuladiät-Programm zur Stabilisierung und Vertiefung der Therapieerfolge nach ZEPmax (mehr Info *hier*).

Programmdauer: 7 Wochen, jeweils 2 Stunden pro Woche

Inhalte:

- ✓ Woche 1: Einführung und Organisation; Bestellung der „Formuladiät“
- ✓ Woche 2–5: Formulafasten und Woche 5–6: Aufbau
- ✓ Woche 2-6: Abwechselnd: Ernährungstherapie-, Psychologische- Refreshers, Ärztliche Begleitung
- ✓ Woche 7: Stabilisierung mit gemeinsamer Kocheinheit und Abschluss

Vor Programmstart erfolgt eine medizinische Eingangsuntersuchung inklusive Blutabnahme, Medikamenten-Check und BIA-Messung.

Die Bewegungseinheiten erfolgen über 5 ZEP Sport Credits (*Kursplan*).

Paketpreis: 750,00 EUR (inkl. Formuladiät, Unkostenbeitrag für Kocheinheit)

Anmeldung per E-Mail

AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

VERRECHNUNG MIT DEM AOK BAYERN CARE-PAKET

Einmalig kann das AOK Bayern CARE-Paket mit den Kosten des ZEPmax-plus Programms verrechnet werden.

Voraussetzungen:

✓ *Vollständiger Verzicht auf das CARE-Paket*
→ *Dadurch reduziert sich der Preis für ZEPmax-plus auf 355,88 EUR*
✓ *Die Verrechnung ist ausschließlich innerhalb des bestehenden 2-Jahresvertrags mit der AOK Bayern möglich.*

ZEP-Nachsorge | Pakete & weitere Leistungen

Nachhaltige Begleitung nach Ihrem ZEPmax-Programm

Wir sind stets für Sie da! Adipositas ist eine chronische Erkrankung. Gewichtsschwankungen können im Verlauf auftreten, das ist kein Grund für Unsicherheit oder Scham. Entscheidend ist, dass Sie sich jederzeit Unterstützung holen können. Bitte zögern Sie nicht, sich bei Bedarf wieder an uns zu wenden.

	Angebote	Kosten
Ernährungs-medizinische Sprechstunde für *gesetzlich Versicherte*	Arztgespräch und Ernährungsberatung nach Bedarf (max. 15 Minuten oder siehe unten) ! ZEP Tipp: Ernährungsprotokoll mitbringen	nach GOÄ
+ BIA-Messung	Messung der Körperzusammensetzung	42,62 EUR nach GOÄ
Ernährungs-medizinische Sprechstunde für *privat Versicherte*	Arztgespräche, Ernährungsberatung (30 Minuten), BIA-Messung sowie Labor und Ultraschall	Abrechnung nach GOÄ
ZEP Sport	ZEP Sportkurse: Einzeltraining | Personaltraining | Workshop ! ZEP Tipp: Präventionskurse werden bis zu 100% von den Krankenkassen erstattet	💻 *Website*
ZEP Kochen	Kochkurse ! ZEP Tipp: *Personal Cooking* - Ernährungsberatung ganz praktisch und individuell im Esszimmer	💻 *Website*
Ernährungsberatung	über die ernährungsmedizinische Sprechstunde	
Psychotherapie in der psycho-therapeutischen Praxis von Katharina Steib	Gruppentherapie zur Behandlung von Binge-Eating-Störungen und/oder Essstörungen mit emotionalem Essen Bei Interesse bitte direkte Kontaktaufnahme mit der Praxis unter 0162-8759954. *Telefonische Sprechzeiten:* *Montag 14:00 – 14:30 Uhr,* *Mittwoch 15:00 – 15:25 Uhr und* *Donnerstag 11:00 – 11:45 Uhr*	Kosten-übernahme durch alle Krankenkasse

089-1797-2029

ZEP@barmherzige-muenchen.de