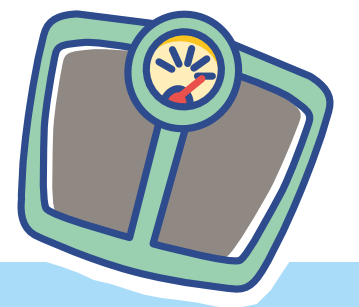


# Deutschlandweit verfügbare Abnehmprogramme (Beispiele)

## Zugangsmöglichkeiten, Kosten und weitere Informationen



Name des Programms	Entwickelt durch	Kosten (Stand 29.01.2019)	Zugang	Weitere Informationen
„Abnehmen mit Genuss“ – Ihr AOK Programm	wdv Gesellschaft für Medien & Kommunikation mbH & Co. OHG Bad Homburg	79,90 Euro für 12 Monate (44,90 Euro für AOK-Mitglieder)	Online-Programm	<a href="http://www.abnehmen-mit-genuss.de">www.abnehmen-mit-genuss.de</a>
Bodymed	Bodymed AG Kirkel	unbekannt	Regionale Center in ganz Deutschland	<a href="http://www.bodymed.com">www.bodymed.com</a>
„ICH nehme ab“	Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e. V. Bonn	- Anleitung (Manual): 35,00 Euro - die Kursgebühren werden durch die Anbieter festgelegt	- Anleitung für die Durchführung zu Hause - Gruppenkurse mit Ernährungsfachkräften, die eine Kursleiterschulung der DGE absolviert haben	<a href="http://www.dge.de/ernaehrungspraxis/diaetenfasten/ich-nehme-ab/">www.dge.de/ernaehrungspraxis/diaetenfasten/ich-nehme-ab/</a> - Geprüft durch die „Zentrale Prüfstelle Prävention“ und bis April 2020 zertifiziert - Von vielen Krankenkassen bezuschusst
OPTIFAST® 52 Programm	Nestlé Deutschland AG Frankfurt/Main	ca. 3500,00 Euro* für ein Jahr	- Betreuung in Gruppen, auch Einzelberatungen möglich - in Therapiezentren - unter Beteiligung von Ärzten, Ernährungsexperten, Bewegungstherapeuten, Psychologen	<a href="http://www.optifast.de/abnehmprogramm/52-programm">www.optifast.de/abnehmprogramm/52-programm</a>
Wellnes that works (ehemals Weight Watchers)	WW (Deutschland) GmbH Düsseldorf	- Abonnementprinzip - verschiedene Pakete buchbar	- in Gruppen mit einem Coach und/oder online möglich	<a href="http://www.weightwatchers.com/de/">www.weightwatchers.com/de/</a>

Quellen: Webseiten der Programme sowie \*Verbraucherzentrale NRW e.V. (2016)