



## „Ernährung und Lifestyle bei dem PCOS“

Zeit: Mittwochs von 18.30 - ca. 20.00Uhr

Ort: Paula-Modersohn-Str. 29, 27616 Beverstedt, Pavillion

Termine:

Nr.	Datum	Geplanter Inhalt
1.	26.08.2026	Vorstellung, Fragen + Wünsche + Bedenken der Teilnehmer, Besprechung der Themen, Ziele bestimmen Einstieg
2.	02.09.2026	Ernährungsmaßnahmen, Herausforderungen durch PCOS
3.	09.09.2026	Ernährungsmaßnahmen
4.	23.09.2026	Problematische ernährungsabhängige Situationen
5.	30.09.2026	Lifestyle

Die Inhalte richten sich nach Ihren Wünschen und können gerne von den geplanten Inhalten abweichen → Die Gruppe entscheidet gemeinsam!!

Vorbehaltlich aller Irrtümer und Änderungen, Marina Prigge-Fichtel