

Fachtag: Adipositas im Kindesalter. Mach doch einfach Sport – Warum es mehr braucht in der Adipositas-Therapie.

Eine gemeinsame Veranstaltung vom Kommunalen Gesundheitsförderungsmanagement (KGFM) Wandsbek und der Lokalen Vernetzungsstelle Prävention Jenfeld.

7. November 2025, Jenfeld-Haus, 9:30-12:30 Uhr

Die Veranstaltung wurde von zwei Schriftdolmetscherinnen begleitet.

Die Veranstaltung richtete sich an Fachkräfte und behandelte medizinische, psychosoziale, bewegungsorientierte und ernährungsphysiologische Grundlagen sowie Präventionsmöglichkeiten kindlicher Adipositas.

Jens Kötter (Diplom Pädagoge, Adiposologe, Katholisches Kinderkrankenhaus Wilhelmstift) und Sabine Linke (Kinderendokrinologin und -diabetologin, Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin, Katholisches Kinderkrankenhaus Wilhelmstift) stellten zu Beginn **medizinische und psychosoziale Grundlagen kindlicher Adipositas in ihrem Vortrag** dar.

Nach einer Pause folgten zwei kurze Impulse. Anke Tieken (District Managerin und Kids Coach bei „Wir bewegen Kids“) und Katharina Liedtke (Sozialpädagogin / Beraterin für Kinderernährung i.A.) stellten **praxisorientierte Ansätze** mit Blick auf die Handlungsfelder **Bewegung** und **Ernährung** vor.

Anke Tieken betonte die Bedeutung regelmäßiger, verlässlicher und kostenfreier **Bewegungsangebote**, die an den Lebenswelten der Kinder ansetzen und alle Bezugspersonen einbeziehen. Sie hob hervor, dass weniger als die Hälfte der Kinder die empfohlene tägliche Bewegungsdauer erreichen, wobei sozioökonomische Faktoren und Geschlecht eine Rolle spielen.

Katharina Liedtke erläuterte die Prävention kindlicher Adipositas beginnend in der Schwangerschaft durch vielfältige mütterliche **Ernährung** und die zentrale Rolle der Eltern als Vorbilder für eine positive Esskultur. Sie unterstrich die Bedeutung von wiederholtem, zwanglosem Probieren neuer Lebensmittel, die Einbindung der Kinder in Mahlzeitenplanung und die Vermeidung von Verboten zugunsten angemessener Portionsgrößen. Zudem thematisierte sie die Aufklärung über irreführendes Marketing und die Optimierung der Ernährung anhand der Ernährungspyramide.

Zur gemeinsamen Diskussion fanden sich zum Abschluss alle Referierenden zusammen. Die Rückmeldungen, Fragen und Anregungen der Teilnehmenden betrafen insbesondere folgende Themen:

- Vernetzung der verschiedenen Akteure und Akteurinnen
- Erfordernis von Strukturen in Grundschulen wie Schulgesundheitsfachkräfte
- Angebote für Kinder mit Inklusionsbedarf
- Bedarf an Angeboten außerhalb von Institutionen (Kita und Schule)
- Herausforderung der Beratung von Eltern

Zum Abschluss wurden die Referierenden um ein kurzes Statement mit Blick auf die Frage gebeten, was es auf der Ebene der **Verhältnisprävention von Adipositas im Kindesalter** braucht:

- Finanzielle Mittel
- Gewichtshomogene Bewegungsangebote
- Anerkennung von Adipositas als chronische Krankheit
- Mehr Wege zu Fuß und mit dem Fahrrad
- Angemessene Lebensmittelwerbung (z.B. verstärkter Fokus auf die Gefahren zuckerhaltiger Lebensmittel)

Die Veranstaltung wurde durch eine Mentimeter-Befragung evaluiert.

Kontaktdaten:

Kommunales Gesundheitsförderungsmanagement Wandsbek

Tabea Eißing & Sabine Roenes Bart

Robert-Schuman-Brücke 8

22041 Hamburg

E-Mail: gesundheitsfoerderung@wandsbek.hamburg.de

Jens Kötter & Sabine Linke

Adipositaszentrum Wilhelmstift

Katholisches Kinderkrankenhaus Wilhelmstift gGmbH (KKH)

Liliencronstr. 130

22149 Hamburg

Telefon: 040/673770

E-Mail: info@kkh-wilhelmstift.de

Internet-Seite: <https://www.kkh-wilhelmstift.de/>

Katharina Liedtke

Sozialpädagogin / Beraterin für Kinderernährung (i.A.)

E-Mail: Katharina.liedtke@familienhelden-ev.de

Telefon: 0157/85143004

Lokale Vernetzungsstelle Prävention Jenfeld

Heike Steinkamp (Kordinatorin)

Bei den Höfen 23

22043 Hamburg

E-Mail: steinkamp@lvs-jenfeld.de

Anke Tieken District Managerin und Kids Coach

„Wir bewegen Kids“

E-Mail: Anke.tieken@wirbewegenkids.de

Internet-Seite: <https://wirbewegenkids.de/>