

„Durch Dick und Dünn“ startet wieder im September - Jetzt für das Adipositas-Schulungsprogramm anmelden

10.6.2026 - Julia Weber | Universitätsklinikum Bonn

Einziges Therapieangebot dieser Art in Bonn unterstützt Kinder und Jugendliche mit Adipositas sowie ihre Familien bei nachhaltigen Veränderungen im Alltag.

Bonn, 10. Juni - Nach den Sommerferien startet am Universitätsklinikum Bonn (UKB) erneut das ambulante Adipositas-Schulungsprogramm „Durch Dick und Dünn“. Das einjährige Therapieangebot richtet sich an Kinder und Jugendliche im Alter von acht bis 16 Jahren mit Adipositas sowie deren Familien. Ziel ist es, gemeinsam langfristige Veränderungen der Lebensgewohnheiten zu erreichen und damit die gesundheitlichen Folgen der Erkrankung zu reduzieren. Interessierte Familien können sich ab sofort über das Kontaktformular auf der UKB-Homepage oder per E-Mail an ddud@ukbonn.de anmelden.

Adipositas zählt zu den häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter. Neben einem erhöhten Risiko für körperliche Folgeerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselstörungen oder Gelenksbeschwerden kann sie auch die psychische Gesundheit und das Selbstwertgefühl der Betroffenen beeinträchtigen.

Seit 2012 begleitet das Programm „Durch Dick und Dünn“ Kinder und Jugendliche mit Adipositas sowie ihre Familien auf dem Weg zu einem gesünderen Alltag. Das UKB setzt dabei gemeinsam mit dem Förderverein Psychomotorik Bonn e. V. und der Katholischen Familienbildungsstätte Bonn auf einen ganzheitlichen Ansatz, der Bewegung, Ernährung, medizinische Betreuung und psychologische Unterstützung miteinander verbindet.

„Adipositas ist eine chronische Erkrankung, die eine langfristige Behandlung erfordert. Nachhaltige Veränderungen entstehen nicht durch Verbote oder kurzfristige Diäten, sondern durch neue Gewohnheiten im Alltag. Deshalb begleiten wir die Kinder und Jugendlichen gemeinsam mit ihren Familien und unterstützen sie dabei, Schritt für Schritt einen gesünderen Lebensstil zu entwickeln“, sagt Prof. Dr. Bettina Gohlke, Leiterin des Schwerpunktes Kinderendokrinologie, -diabetologie, Adipositas und Stoffwechsel am UKB.

Das Schulungsprogramm läuft über zwölf Monate und findet in zwei altersgerechten Gruppen während der NRW-Schulzeiten statt. Betreut werden die Teilnehmenden von einem multiprofessionellen Team aus Ärztinnen und Ärzten, Psychologinnen und Psychologen, Ökotrophologinnen und Ökotrophologen sowie Sporttherapeutinnen und Sporttherapeuten. Neben einer langfristigen Gewichtsstabilisierung stehen vor allem mehr Freude an Bewegung, ein bewusster Umgang mit Ernährung sowie die Stärkung von Selbstvertrauen und Eigenverantwortung im Mittelpunkt.

„Kinder und Jugendliche mit Adipositas benötigen eine individuelle und langfristige Begleitung. Deshalb verbinden wir in unserem Programm Ernährungswissen, Bewegung, Erweiterung der Gesundheitskompetenzen, medizinische Betreuung und bei Bedarf psychologische Unterstützung zu einem ganzheitlichen Konzept. Besonders wichtig ist uns dabei, die Eltern aktiv einzubeziehen, denn nachhaltige Veränderungen entstehen durch neue Alltagsroutinen“, sagt Projektkoordinatorin

Katalin Wachendorff.

Teilnehmen können Kinder und Jugendliche zwischen acht und 16 Jahren mit extremer Adipositas oder einer Adipositas mit zusätzlichen Risikofaktoren. Das Programm startet nach den Sommerferien am **14. September 2026** und findet an verschiedenen Standorten in Bonn statt.

Die Teilnahme wird durch die Kostenübernahme der Krankenkassen sowie einen Familienbeitrag finanziert. Interessierte Familien werden bei Fragen zur Kostenübernahme individuell beraten.

Weitere Informationen und Anmeldung:

www.ukbonn.de/ddud

E-Mail: ddud@ukbonn.de

Bildmaterial:

Bildunterschrift: Gemeinsam neue Wege gehen: Teilnehmende des UKB-Adipositasprogramms „Durch Dick und Dünn“ bei einem Ausflug in den Kletterwald.

Bildnachweis: Katalin Wachendorff

Pressekontakt:

Julia Weber

Pressereferentin/Medizinredakteurin

Public Relations and Corporate Communication am UKB

Telefon: (+49) 228 287-10469; E-Mail: julia.weber@ukbonn.de

Zum Universitätsklinikum Bonn: Als eines der leistungsstärksten Universitätsklinika Deutschlands verbindet das UKB Höchstleistungen in Medizin und Forschung mit exzellenter Lehre. Jährlich werden am UKB über eine halbe Million Patienten ambulant und stationär versorgt. Hier studieren rund 3.500 Menschen Medizin und Zahnmedizin, zudem werden jährlich über 600 Personen in Gesundheitsberufen ausgebildet. Mit rund 9.900 Beschäftigten ist das UKB der drittgrößte Arbeitgeber in der Region Bonn/Rhein-Sieg. In der Focus-Klinikliste belegt das UKB Platz 1 unter den Universitätsklinika in NRW und weist unter den Universitätsklinika bundesweit den zweithöchsten Case-Mix-Index (Fallschweregrad) auf. 2024 konnte das UKB knapp 100 Mio. € an Drittmitteln für Forschung, Entwicklung und Lehre einwerben. Das F.A.Z.-Institut zeichnete das UKB im vierten Jahr in Folge als „Deutschlands Ausbildungs-Champion“ und „Deutschlands begehrtesten Arbeitgeber“ aus. Aktuelle Zahlen finden Sie im Geschäftsbericht unter: geschaeftsbericht.ukbonn.de.

<https://www.ukbnewsroom.de/durch-dick-und-duenn-startet-wieder-im-september-jetzt-fuer-das-adipositas-schulungsprogramm-anmelden>