



Klinikum Memmingen AöR

Lehrkrankenhaus der
Ludwig-Maximilians-Universität München

Sozialpädiatrisches Zentrum

Ambulante Adipositaschulung
für Kinder und Jugendliche

Orientierung

Als Maß für die Ausprägung der Adipositas wird der Body-Mass-Index (BMI) herangezogen. Er berechnet sich aus dem Verhältnis von Gewicht und Körpergröße (kg/m^2).

Körpermasse-Index (BMI) kg/m^2 :

Körpergewicht in Kilogramm

Körpergröße (in Metern) x Körpergröße (in Metern)

Anmeldung und Fragen:

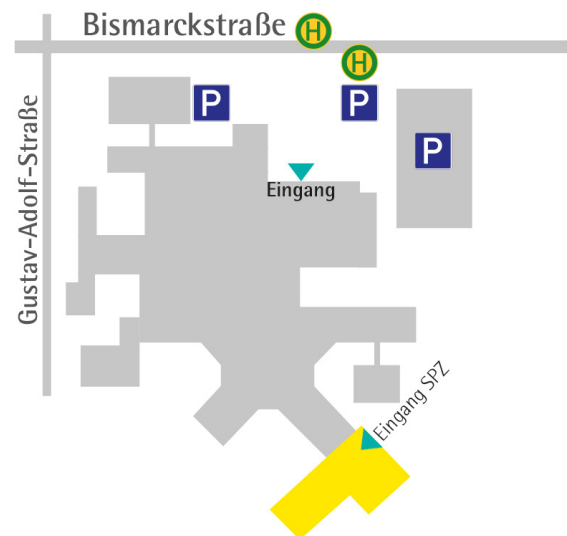
Sandra Ballenberger
Kurskoordinatorin und Diätassistentin
Klinikum Memmingen

Telefon: 08336 / 8139974

Mail: sandra.ballenberger@klinikum-memmingen.de

Hausanschrift

Klinikum Memmingen, Bismarckstraße 23,
87700 Memmingen



Herausgeber: Klinikum Memmingen

Fotonachweis: Ralph Koch, fotografixx, Liudmila Chernetska, ZUMA Press

Stand: April 2026, Druckfehler vorbehalten

www.klinikum-memmingen.de

Liebe Eltern,

Adipositas (starkes Übergewicht) stellt ein zunehmendes Problem im Kindes- und Jugendalter dar.

Für die Betroffenen ist dies oft eine sehr belastende Erkrankung, welche nicht selten durch Begleiterkrankungen erschwert wird.

Zudem ist bekannt, dass eine Adipositas im Kindes- und Jugendalter Folgeerkrankungen im Erwachsenenalter begünstigt (Bluthochdruck, Diabetes mellitus Typ 2, Fettstoffwechselstörungen, Arthrose).

Auch haben adipöse Kinder und Jugendliche häufig sekundäre psychische Probleme.

Im Folgenden möchten wir Sie über die Möglichkeit einer ambulanten Adipositasschulung für Kinder und Jugendliche am Klinikum Memmingen informieren.

Ihr Adipositas-Team



Für wen ist die Schulung geeignet?

- Für übergewichtige Kinder und Jugendliche zwischen 9 und 16 Jahren sowie für deren Eltern.
- Zugangsvoraussetzung ist ein BMI über der 97. Altersperzentile.

Durchführungsstruktur:

- Wöchentliche Gruppentermine, jeweils dienstags zwischen 17:30 Uhr und 19:30 Uhr, mit körperlicher Aktivität, Gewichtskontrolle und inhaltlicher Erarbeitung wichtiger Wissensbausteine aus den Bereichen der Ernährung, Psychologie und Medizin.
- Aktive Einbeziehung der Eltern im Rahmen von Informationsabenden, praktischen Übungseinheiten (u.a. Kochen, Einkaufen) und Elterncoaching.
- Gesamtdauer ist ein Jahr; während der Ferienzeiten finden keine Termine statt.

Behandlungsziele:

- Entwicklung und Stabilisierung eines günstigen Essverhaltens.
- Verbesserung des Bewegungsverhaltens und Entwicklung eines positiven Körpererlebens.
- Förderung der psychischen Gesundheit durch Zuwachs an sozialen Kompetenzen.

Kosten:

- Die AOK Bayern hat mit dem Klinikum Memmingen einen Vertrag, worin die volle Kostenübernahme zugesichert wird.