

## Finanzierung

Die Teilnahme wird durch die Kostenübernahme der Krankenkassen und einen Familienbeitrag von 300€ finanziert. Eine Ratenzahlung ist möglich.

### Teilnehmende Krankenkassen:

- > IKK
- > AOK Rheinland/Hamburg
- > Knappschaft
- > Landwirtschaftliche Krankenkasse NRW
- > Actimonda

### Andere Kassen:

Versicherte anderer Krankenkassen müssen eine individuelle Anfrage zur Kostenübernahme bei der jeweiligen Krankenkasse stellen. Wir beraten Sie gerne!

## Teilnahmekriterien

Mitmachen können alle Jungen und Mädchen zwischen 8 und 16 Jahren und deren Eltern/Erziehungsberechtigte, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- > BMI über der 99,5. Perzentile (extreme Adipositas)
- > BMI über der 97. Perzentile plus Risikofaktoren
- > ausreichende Deutschkenntnisse
- > ausreichende Motivation
- > normale Schulfähigkeit der Teilnehmer

## Kooperationspartner

Das Zentrum für Kinderheilkunde des Universitätsklinikum Bonn arbeitet seit 2012 zusammen mit dem Förderverein Psychomotorik Bonn e.V. und der Familienbildungsstätte Bonn.



Ausflüge und andere Events werden durch die freundliche und treue Unterstützung der „Freunde und Förderer der Universitätskinderklinik Bonn e.V.“ ermöglicht. Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende!

**Verwendungszweck:** „Durch Dick und Dünn“

**Konto:** Freunde und Förderer der UKK Bonn

**Bank:** Sparda Bank West eG

**IBAN:** DE 38 3706 0590 0003 6655 00

oder per

**PayPal:** paypal@freunde-ukkb.de

## Anmeldung und Kontakt

„Durch Dick und Dünn“  
Universitätsklinikum Bonn  
Eltern-Kind-Zentrum (ELKI)  
Geb. B 30, Abteilung KEDAS  
Venusberg-Campus 1, 53127 Bonn

Telefon: **0228 287-38277**

E-Mail: **ddud@ukbonn.de**

Internet: **www.ukbonn.de/ddud**



# Durch Dick und Dünn

## Ambulantes Adipositas Schulungsprogramm

## Adipositas

Adipositas bedeutet „krankhaftes Übergewicht“. Diese Erkrankung ist mittlerweile die häufigste chronische Erkrankung im Kindes- und Jugendalter. Das liegt unter anderem an unseren veränderten Lebensbedingungen mit einem übergroßen Angebot an Nahrungsmitteln und gleichzeitig reduzierter Bewegung.



Sportstunde der Jugendlichen

## Folgeerkrankung

Je länger die Adipositas besteht, desto mehr steigt das Risiko Folgeerkrankungen zu entwickeln.

- > Fettstoffwechselstörungen
- > Leberverfettung und Gallensteine
- > Herz-/Kreislaufkrankungen
- > Schäden der Gelenke und der Wirbelsäule
- > Schlaf-Apnoe-Syndrom
- > Hormonstörungen
- > psychische Belastung, soziale Probleme, negative Selbstwahrnehmung

## Behandlung

Adipositas entsteht langsam, dementsprechend gibt es keine Therapie die „von heute auf morgen“ wirkt. Um eine Adipositas erfolgreich zu behandeln, müssen langfristige Lebensgewohnheiten verändert werden. Nur so kann dauerhaft eine Gewichtsstabilisierung erreicht werden.



Abschluss im Kletterwald

## Säulen der Therapie:

- > Bewegungstherapie und Sport
- > Ernährungslehre
- > medizinische Betreuung
- > psychologische Unterstützung
- > Elternschulung



Familien-Team-Sport im Förderzentrum E.J. Kiphard

## Schulungszeiten

Das Programm findet über 12 Monate in zwei Altersgruppen während der NRW-Schulzeiten statt.

Montag	Donnerstag
15:30-17:00h (8-12J.) 17:00-18:30h (13-16J.)	16:00-17:00h (8-12J.) 17:15-18:15h (13-16J.)
„Sport und Bewegung“	Ernährung, Kochen, Kompetenz-Training
St.Hedwigschule, Turnhalle	Familienbildungsstätte Bonn
An der Josefshöhe 1 53117 Bonn	Lennéstraße 5 53113 Bonn

## Unser Team

Unser Team besteht aus Ärzten, Psychologen, Ökotrophologen und Diplom- Sportlehrern. Das multidisziplinäre Behandlungskonzept unterstützt die Teilnehmer und deren Familien bei der Umsetzung ihrer individuellen Ziele.



Einzelberatung mit Eltern