

09:30 Uhr **Ankommen und Netzwerken**
10:00 Uhr **Gemeinsames Plenum**

Begrüßung

- 👤 **Dr. Laura Hörster**, Leitung Geschäftsbereich Health Care, MedEcon Ruhr
- 👤 **Dr. Sabine Schipper**, Geschäftsführerin der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft, Landesverband Nordrhein-Westfalen e.V.
- 👤 **Dr. Maria del Pilar Andrino**, Franz Sales Haus, Leitung Gesundheitszentrum, Essen

10:30 Uhr **Keynote**

Gesunde Ernährung von Anfang an – Chancen und Hürden

- 👤 **Dr. Kathrin Sinnigen**, stellv. Leitung Forschungsdepartment Kinderernährung, Ernährungswissenschaftlerin, Universitätskinderklinik Bochum

Anschließende Diskussionsrunde mit

- 👤 **Dr. Burkhard Rodeck**, Vertreter der Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V. (DGKJ) und der BAG Gesundheit & Frühe Hilfen
- 👤 **Berit Schoppen**, Leiterin der Landesvertretung Nordrhein-Westfalen, DAK-Gesundheit
- 👤 **Dr. Kathrin Sinnigen**, stellv. Leitung Forschungsdepartment Kinderernährung, Ernährungswissenschaftlerin, Universitätskinderklinik Bochum
- 👤 **Moderation: Dr. Sabine Schipper**, Geschäftsführerin DMSG-Landesverband NRW & Vorstandsvorsitzende MedEcon Ruhr e.V., Bochum

12:00 Uhr **Mittagessen und Networking**
13:00 Uhr **Drei parallel stattfindende Foren**
15:00 Uhr **Networking bei Kaffee und Kuchen**

Fokus Ernährung: Eine interprofessionelle Herausforderung

Ernährungsgewohnheiten von Kindern und Jugendlichen haben sich in den vergangenen Jahren deutlich verändert und stellen eine wachsende gesundheitliche und gesellschaftliche Herausforderung dar. Ernährung beeinflusst nicht nur Wachstum und körperliche Entwicklung, sondern ebenso psychisches Wohlbefinden, soziale Teilhabe und langfristige Gesundheitsverläufe. Bereits im Kindes- und Jugendalter zeigen sich gesundheitliche Belastungen wie unausgewogene Ernährung, Bewegungsmangel und eingeschränkte Zugänge zu gesundheitsfördernden Angeboten. Diese verstärken bestehende soziale und sozioökonomische Ungleichheiten.

Gleichzeitig gewinnen psychische Aspekte des Essverhaltens zunehmend an Bedeutung. Essstörungen, emotionales Essverhalten sowie gesellschaftliche Körpnormen und soziale Medien beeinflussen junge Menschen in besonderem Maße. Ernährung ist daher nicht allein eine Frage individuellen Wissens oder Verhaltens, sondern eng mit sozialen, emotionalen und strukturellen Bedingungen verknüpft. Ernährung im Kindes- und Jugendalter ist somit eine interprofessionelle Aufgabe, die Gesundheitswesen, Bildung, Kommunen und Politik gleichermaßen betrifft.

Der Kongress richtet sich an alle Interessierten aus Medizin, Therapie, Pädagogik, Sozialarbeit, Wissenschaft, Kommunen, Kitas, Schulen und Betreuungseinrichtungen.

Für ärztliches Fachpersonal werden CME-Punkte beantragt.

Veranstalter:

MEDECON^{RUHR}
Netzwerk der Gesundheitswirtschaft an der Ruhr
www.medecon.ruhr



Fokus Ernährung: Eine interprofessionelle Herausforderung

04.07.2026 Hotel Franz, Essen



Wir danken den Unterstützern:



Forum I

Essverhalten im Spannungsfeld psychischer Belastungen und gesellschaftlicher Einflüsse

Essverhalten von Kindern und Jugendlichen ist eng mit ihrem psychischen Wohlbefinden verknüpft. Leistungsdruck, soziale Ungleichheit, familiäre Belastungen sowie gesellschaftliche Körperideale und soziale Medien prägen zunehmend den Umgang mit Essen.

Psychische Belastungen können sich in restriktiven Essmustern, emotionalem Essen oder Essstörungen zeigen und wirken sich nachhaltig auf Gesundheit, Selbstwert und soziale Teilhabe aus. Gleichzeitig sind betroffene Kinder und Jugendliche häufig mit Scham, Stigmatisierung und fehlenden Unterstützungsangeboten konfrontiert.

Das Forum rückt die psychischen Dimensionen von Ernährung in den Mittelpunkt und lädt dazu ein, gemeinsam zu diskutieren, wie Prävention, frühe Unterstützung und angemessene Versorgungsstrukturen gestaltet werden können.

Judith Lepper

M. Sc. Psychologin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters, LVR-Universitätsklinik Essen

Regina Maienhöfer

Gesundheitsamt Kreis Recklinghausen, Kinder- und Jugendgesundheitsdienst, Gesundheitsförderung

Sabine Dohme

Pädagogische Fachkraft und digitale Streetworkerin, ANAD Versorgungszentrum Essstörungen des AWO Bezirksverbands Obb.

Forum II

Prävention: Von der individuellen Entscheidung zur fairen Ernährungsumgebung

Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen entsteht nicht isoliert, sondern im Zusammenspiel mit ihrem sozialen, ökonomischen und räumlichen Umfeld. Bildungsstand, Einkommen, Verfügbarkeit von Lebensmitteln sowie die Gestaltung von Kitas, Schulen und Wohnquartieren prägen maßgeblich, was im Alltag möglich ist. Gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten ist daher weniger eine Frage individueller Disziplin als vielmehr abhängig von strukturellen Rahmenbedingungen, die gesunde Entscheidungen erleichtern oder erschweren. Ungleiche Ernährungsumgebungen tragen dazu bei, dass sich soziale Unterschiede in Gesundheit früh verfestigen.

Das Forum nimmt diese Zusammenhänge in den Blick und lädt dazu ein, gemeinsam zu diskutieren, wie Prävention wirksam gestaltet werden kann, wenn Verhaltensansätze mit strukturellen Veränderungen in Lebenswelten zusammengedacht werden. Im Fokus stehen interprofessionelle Perspektiven sowie die Frage, wie faire Ernährungsumgebungen geschaffen werden können, die Kinder und Jugendliche unabhängig von ihrer sozialen Lage unterstützen.

Prof. Dr. Stephanie Stock

Projektleitung FrühstArt, Medizinische Fakultät der Universität zu Köln – Institut für Gesundheitsökonomie und klinische Epidemiologie

Andrea Sippel

Rechtsfachwirtin, Zentrum für Naturheilkunde und Planetare Gesundheit, Projektleitung Kinder kochen für Kinder „Kiko for Kids“, Universitätsklinikum Essen

João Rodrigues

Landesvertretung BARMER

Forum III

Ernährung im Kontext chronischer Erkrankungen

Chronische Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter verändern den Blick auf Prävention. Besteht eine Erkrankung bereits, geht es nicht mehr nur um Vorbeugung, sondern um die Begleitung, Stabilisierung und langfristige Unterstützung im Alltag. Ernährung spielt dabei eine zentrale Rolle, da sie den Krankheitsverlauf beeinflusst und das Risiko für Folgeerkrankungen mitprägen kann. Dies betrifft ein breites Spektrum chronischer Erkrankungen: Von kardiovaskulären Risiken über Diabetes bis hin zu onkologischen Erkrankungen.

Das Forum stellt Ernährung als wichtigen Bestandteil der Begleitung chronisch erkrankter Kinder und Jugendlicher in den Mittelpunkt und lädt dazu ein, gemeinsam zu diskutieren, wie sekundärpräventive Ansätze, interprofessionelle Zusammenarbeit und unterstützende Versorgungsstrukturen gestaltet werden können, um Kinder und Familien im Alltag zu entlasten.

Viola Singer

Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin (VT), Abteilung für Pädiatrische Endokrinologie, Diabetes und Ernährungsmedizin, Vestische Kinder- und Jugendklinik Datteln

Stefanie Biermann

B. Sc. Clinical Nutrition, zertifizierte Ernährungstherapeutin, Praxis für Ernährungstherapie Nutretec GmbH

Dr. med. Henriette Högl

Geschäftsführerin, Kindernetzwerk e.V. – Dachverband der Selbsthilfe von Familien mit Kindern und jungen Erwachsenen mit chronischen Erkrankungen und Behinderungen

Im Anschluss: Networking – Ausklang des Kongresses bei Kaffee und Kuchen