MEDIENINFORMATION

Greifswald, am 29. Oktober 2026

Vortrag am 19. November 2026 zur Ernährung von Kindern und Jugendlichen:

Ernährung mit Genuss und Wirkung

Die Universitätsmedizin Greifswald lädt am Donnerstag, 19. November 2026, um 17 Uhr zu einer Informationsveranstaltung zum Thema Ernährung in den Hörsaal Nord ein. Unter dem Titel „Ernährung mit Genuss – kleine Veränderung, große Wirkung“ geht es darum, wie eine ausgewogene Ernährung von Kindern im Alltag gelingen kann: ohne Diäten und Verbote, dafür mit verständlichen Informationen und praktischen Impulsen. Die Teilnahme an der Veranstaltung der Unimedizin ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Der Wunsch nach gesunder Ernährung wirft im Alltag viele Fragen auf: Was braucht der Körper wirklich? Welche Ernährungsempfehlungen bieten Orientierung und wie sind aktuelle Trends wie Zero-Produkte zu bewerten? Diätassistentin Lara Gabler gibt in ihrem Vortrag anhand der Ernährungspyramide einen verständlichen Überblick über die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung und zeigt, wie sich diese alltagsnah umsetzen lassen. Ergänzend werden Ernährungsfragen in verschiedenen Lebensphasen und die Bedeutung sozialer Medien für das Essverhalten von Kindern und Jugendlichen beleuchtet.

Die Veranstaltung des Zentrums für Kinderheilkunde richtet sich insbesondere an Kinder und Jugendliche sowie ihre Angehörigen und Betreuungspersonen. Die Veranstaltung dauert etwa 90 Minuten.

Mit dem Vortrag startet eine neue Informationsreihe der Universitätsmedizin Greifswald, die sich verschiedenen Aspekten von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen widmet. Das Angebot ergänzt die bestehende Adipositas-Sprechstunde und berücksichtigt neben medizinischen Aspekten auch alltägliche Einflussfaktoren, die für die Entstehung und den Umgang mit Übergewicht eine Rolle spielen.

Im Anschluss an die Vorträge besteht die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen und mit dem Team ins Gespräch zu kommen.

Pressesprecher:
Christian Arns
Walther-Rathenau-Straße 46, 17475 Greifswald
+49 3834 – 86 – 5288
christian.arns@med.uni-greifswald .de
www.unimedizin-greifswald.de
www.facebook.com/UMGreifswald Instagram @UMGreifswald
www.linkedin.com/company/universitaetsmedizin-greifswald