



Terminankündigungen | 13.01.2026

Richtig gut essen und bewegen– Kurse in Theorie und Praxis für junge Eltern

Kaufbeuren, 13.01.2026 – Im April bietet das Netzwerk „Junge Eltern/Familien“ am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Kaufbeuren wieder verschiedene Kurse an. Angesprochen sind Mütter, Väter und alle, die Kinder bis zu drei Jahren betreuen.

Vortrag | Die Muttermilch macht's!

Muttermilch wird von nationalen und internationalen Fachgesellschaften als Goldstandard betrachtet. Sie ist optimal auf die Bedürfnisse des Säuglings abgestimmt. Außerdem hat das Stillen Vorteile für Mutter und Kind. Nicht nur ausschließliches Stillen, sondern auch teilweises Stillen ist hilfreich und wichtig! In dieser Veranstaltung erhalten Sie wichtige Informationen rund um das Thema Stillen und praktische Tipps für einen erfolgreichen Stillstart und eine gelungene Stillbeziehung.

- Donnerstag, 09.04.2026
- 09:30 – 11:00 Uhr
- Referentin: Anja Müller, Dipl. Ökotrophologin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkte Ostallgäu
- **Anmeldeschluss: 08.04.2026**

Praxiskurs | Spiel & Spaß in der Natur - Bei jedem Wetter!

Bewegungsabenteuer im Freien erleben! Mutig sein und Ausprobieren macht Ihr Kind stark. Kinder bewegen sich gern und lernen mit dem ganzen Körper. Durch Bewegung erfahren Kinder Erfolgserlebnisse und entwickeln Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten. Spielerische Bewegungen und Sinneswahrnehmungen in der Natur und im Freien fördern eine gesunde Entwicklung. Eltern erhalten in dieser Praxisveranstaltung Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen mit Alltags- und Naturgegenständen, die auch bei Regen die Sonne scheinen lassen. Richtig angezogen macht Bewegung im Freien bei jedem Wetter Spaß!

- Dienstag, 14.04.2026
- 15:00 – 16:30 Uhr
- Referentin: Tanya Mayer, Übungsleiterin
- Treffpunkt: Kapelle St. Wendelin auf dem Weg zum Spielplatz (Hexenspielplatz) Parkmöglichkeit: Genoveva-Brenner-Weg, 87616 Marktoberdorf ca. 10 Minuten Fußweg bis zum Spielplatz
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Marktoberdorf
- **Anmeldeschluss: 09.04.2026**

Vortrag mit praktischen Anregungen| Bewegung bewegt alles! Bewegung, Sinneswahrnehmung und Spiel in den ersten drei Lebensjahren

Bewegung bewegt alles und ist der Motor für eine gesunde Entwicklung! Das Baby „be-greift“ die Welt mit allen Sinnen und mit Hilfe der Bewegung. Sie erhalten Hintergrundwissen mit Fokus auf die ersten drei Lebensjahre ihres Kindes und Tipps, wie sie die körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes gezielt unterstützen können. Der Vortrag mit vielen praktischen Beispielen zeigt, wie Bewegung zu einem festen Bestandteil in der Lebensgestaltung von Kindern und deren Familien werden kann und somit auch die soziale Bindung gestärkt werden kann.

- Freitag, 17.04.2026
- 09:00 – 10:30 Uhr
- Referentin: Martina Fischer, PEKiP-Gruppenleiterin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Obergünzburg
- **Anmeldeschluss: 16.04.2026**

Kochkurs | Kinder an die Töpfe

Können denn Kleinkinder im Alter von 1 bis 3 Jahren in der Küche schon mithelfen?

Viele scheuen sich davor, Kinder in die Küche zu lassen. Doch durch das Mithelfen können Kleinkinder viel lernen und bekommen einen näheren Bezug zu Lebensmitteln. In dieser Veranstaltung lernen Sie die Grundlagen der Kinderernährung kennen. Gemeinsam mit Ihrem Kind bereiten Sie einfache, kleine Gerichte zu, die das Geschmacksspektrum erweitern.

- Freitag, 17.04.2026
- 15:00 - 18:00 Uhr
- Referentin: Ulrike Lohmüller, Hauswirtschaftsmeisterin
- Veranstaltungsort: AWO FamilienForum mit Familienstützpunkt, Weidachstr. 49, 87629 Füssen
- Teilnahme: 3 € für Lebensmittel

- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Füssen
- **Anmeldeschluss: 13.04.2026**

Kochkurs | Kinder an die Töpfe

Können denn Kleinkinder im Alter von 1 bis 3 Jahren in der Küche schon mithelfen?

Viele scheuen sich davor, Kinder in die Küche zu lassen. Doch durch das Mithelfen können Kleinkinder viel lernen und bekommen einen näheren Bezug zu Lebensmitteln. In dieser Veranstaltung lernen Sie die Grundlagen der Kinderernährung kennen. Gemeinsam mit Ihrem Kind bereiten Sie einfache, kleine Gerichte zu, die das Geschmacksspektrum erweitern.

- Samstag, 18.04.2026
- 14:30 - 17:30 Uhr
- Referent: Lars Blum, Diätassistent
- Veranstaltungsort: FSP Buchloe, Kaufbeurener Str. 4, 86807 Buchloe
- Teilnahme: 3 € für Lebensmittel
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Buchloe
- **Anmeldeschluss: 13.04.2026**

Vortrag | Babybrei trifft Fingerfood

Die Phase, in der bei Ihrem Kind Milch- durch Breimahlzeiten ersetzt werden, steht bevor. Wie Sie den Übergang von der Milch zur Beikost Schritt für Schritt gestalten können, ist Inhalt dieser Veranstaltung. Sie erhalten nicht nur Informationen zur klassischen Brei-Beikost, sondern auch Hinweise zum sogenannten Baby-led weaning sowie hilfreiche Anregungen für die Praxis.

- Dienstag, 21.04.2026
- 10:00 – 11:30 Uhr
- Referentin: Andrea Passenberg, Dipl. Ökotrophologin
- ONLIE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Apfelkern
- **Anmeldeschluss: 20.04.2026**

Praxiskurs | Spiel & Spaß in der Natur - Bei jedem Wetter!

Bewegungsabenteuer im Freien erleben! Mutig sein und Ausprobieren macht Ihr Kind stark. Kinder bewegen sich gern und lernen mit dem ganzen Körper. Durch Bewegung erfahren Kinder Erfolgserlebnisse und entwickeln Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten. Spielerische Bewegungen und Sinneswahrnehmungen in der Natur und im Freien fördern eine gesunde Entwicklung. Eltern erhalten in dieser Praxisveranstaltung Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen mit Alltags- und Naturgegenständen, die auch bei Regen die Sonne scheinen lassen. Richtig angezogen macht Bewegung im Freien bei jedem Wetter Spaß!

- Donnerstag, 30.04.2026
- 15:00 – 16:30 Uhr
- Referentin: Susanne Trillof, Ergotherapeutin
- Treffpunkt: Parkplatz an der Schießstätte Buchloe, Schießstattstr. 21, 86807 Buchloe
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Buchloe
- **Anmeldeschluss: 27.04.2026**

Die Kosten übernimmt das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten.

Nähere Informationen und das gesamte Programm finden Sie auf unserer Homepage: www.aelf-kf.bayern.de/ernaehrung/familie.

Dort können Sie sich online anmelden.

Weitere Auskünfte erhalten Sie telefonisch unter 08341 9002-0 oder per E-Mail an poststelle@aelf-kf.bayern.de.



Bildunterschrift: Netzwerk Junge Eltern/Familie

Bildnachweis: (c) freepik (Abdruck honorarfrei)