



**Terminankündigungen | 10.06.2025**

---

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

**Kaufbeuren, 10.06.2025** – Im Juli 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 | 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.

- Donnerstag, 10.07.2025
- 10:00 – 11:30 Uhr
- Referentin: Andrea Passenberg, Dipl. Ökotrophologin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkte OAL
- **Anmeldeschluss: 09.07.2025**

Seite 1 von 4

## **Vortrag | Kinderernährung-geht das auch vegetarisch oder vegan?**

Alternative Kostformen ohne Milch, Ei, Fleisch, Fisch sind im Trend. Doch was sagt die Wissenschaft dazu? Kann eine rein auf Pflanzen basierte Ernährung eine ausreichende Nährstoffversorgung im Kleinkindalter sicherstellen? Wie sieht eine ausgewogene Ernährung aus und wie kann der pflanzliche Anteil erhöht werden? Die Veranstaltung gibt aktuelle Informationen und zeigt Umsetzungsmöglichkeiten in den Alltag auf.

- Freitag, 11.07.2025
- 9:30 – 11:00 Uhr
- Referentin: Anja Müller, Dipl. Ökotrophologin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkte Ostallgäu
- **Anmeldeschluss: 10.07.2025**

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

Für Eltern und Großeltern mit Kindern zwischen 2 und 3 Jahren

Mutig sein und Ausprobieren macht Ihr Kind stark. Eltern erhalten Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen mit Alltags- und Naturgegenständen.

- Mittwoch, 16.07.2025
- 15:00 – 16:30 Uhr
- Referentin: Lina Meese, Sportwissenschaftlerin
- Treffpunkt: Kapelle St. Wendelin auf dem Weg zum Spielplatz (Hexenspielplatz), Marktoberdorf  
Parkmöglichkeit: Genoveva-Brenner-Weg, 87616 Marktoberdorf
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Marktoberdorf
- **Anmeldeschluss: 11.07.2025**

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

Für Eltern und Großeltern mit Kindern zwischen 2 und 3 Jahren

Mutig sein und Ausprobieren macht Ihr Kind stark. Eltern erhalten Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen mit Alltags- und Naturgegenständen.

- Donnerstag, 17.07.2025
- 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: 14.07.2025**

### **Vortrag | Gut ernährt mit Muttermilch oder Säuglingsmilchnahrung**

Das Baby ist (bald) da - und mit ihm viele Fragen zur Ernährung. Stillen ist für Mutter und Kind ideal. Doch auch wer nicht stillt, kann sein Baby optimal versorgen. In dieser Veranstaltung beantworten wir Ihre Fragen rund ums Stillen. Außerdem stellen wir Ihnen unterschiedliche Säuglingsmilchnahrungen vor und vergleichen diese.

- Freitag, 18.07.2025
- 09:30 – 11:00 Uhr
- Referentin: Christine Bauer, M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkte OAL
- **Anmeldeschluss: 17.07.2025**

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](http://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](mailto:poststelle@aelf-kf.bayern.de).



**Bildunterschrift:** Netzwerk Junge Eltern/Familie

**Bildnachweis:** (c) freepik (Abdruck honorarfrei)