



Terminankündigungen | 10.09.2025

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

Kaufbeuren, 10.09.2025 – Im Oktober 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.

Kochkurs | Kinder an die Töpfe

Eltern und Großeltern kochen gemeinsam mit ihren Kindern/Enkeln (2-3 Jahre). Gemeinsam mit Ihrem Kind bereiten Sie einfache, kleine Gerichte zu, die das Geschmacksspektrum erweitern können.

- Montag, 06.10.2025
- 14:30 – 17:30 Uhr
- Referentin: Theresa Michel, Diätassistentin
- Veranstaltungsort: Haus der Begegnung, Jahnstr. 12, 87616 Marktoberdorf
- Teilnahme: 3 € für Lebensmittel
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Marktoberdorf
- **Anmeldeschluss: 01.10.2025**

Vortrag | Vom Brei zum Familientisch

Die B(r)eikost-Zeit neigt sich dem Ende entgegen und das Interesse Ihres Kindes, am Familientisch mitzuessen, wächst. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, durch welche Mahlzeiten die Breie ersetzt werden können.

- Donnerstag, 09.10.2025
- 09:30 – 11:00 Uhr
- Referentin: Friederike Konrad, Diätassistentin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Innenstadt
- **Anmeldeschluss: 09.10.2025**

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.

- Freitag, 10.10.2025
- 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: 07.10.2025**

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.

- Mittwoch, 22.10.2025
- 10:00 – 11:30 Uhr
- Referentin: Theresa Michel, Diätassistentin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Herz Jesu
- **Anmeldeschluss: 21.10.2025**

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.

- Donnerstag, 23.10.2025
- 09:30 – 11:00 Uhr
- Referentin: Theresa Michel, Diätassistentin
- ONLINE-Kurs
- Teilnahme: kostenfrei
- Kooperationspartner: Familienstützpunkte Hand in Hand
- **Anmeldeschluss: 22.10.2025**

Kochkurs | Vegetarische Gerichte für Kleinkinder

Für Eltern und Großeltern

Vegetarische Kostformen liegen im Trend und begeistern auch Familien mit Kleinkindern. Sie lernen die Grundlagen einer bedarfsgerechten Kinderernährung anhand der (vegetarischen) Ernährungspyramide kennen. Neben Informationen erhalten Sie auch die Gelegenheit, kindgerechte vegetarische Gerichte selbst zuzubereiten.

- Donnerstag, 30.10.2025
- 17:00 – 20:00 Uhr
- Referentin: Ulrike Lohmüller, Hauswirtschaftsmeisterin
- Veranstaltungsort: Familienstützpunkt Obergünzburg, Gutbrodstr. 39, 87634 Obergünzburg
- Teilnahme: 3 € für Lebensmittel
- Kooperationspartner: Familienstützpunkt Obergünzburg
- **Anmeldeschluss: 24.10.2025**

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.

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)