

Resilienz von Anfang an stärken: Ernährungsministerin Michaela Kaniber eröffnet das Forum Junge Eltern und Familien 2026

14.9.2026 - | Bayerische Staatsregierung

(14. September 2026) München - Was Kinder essen, wie viel sie sich bewegen und wie verlässlich ihr Familienalltag ist, prägt ihre Gesundheit weit über die ersten Lebensjahre hinaus. Eltern können deshalb schon früh viel dafür tun, dass ihre Kinder körperlich und seelisch widerstandsfähig werden. Wie das auch unter Zeitdruck, bei knappen Ressourcen oder in Krisensituationen gelingt, zeigt das Forum Junge Eltern und Familien 2026 unter dem Motto „Kinderernährung in Bewegung: Resilienz fördern in herausfordernden Zeiten“. Im Mittelpunkt stehen praxistaugliche Wege, mit denen Familien die Gesundheitskompetenz und Resilienz ihrer Kinder stärken können.

„Kinder brauchen starke Wurzeln, damit sie auch in schwierigen Zeiten fest im Leben stehen. Gesundes Essen, Freude an Bewegung und ein liebevolles Miteinander in der Familie geben ihnen dafür Halt. Mit unserem Forum vermitteln wir Eltern und Fachkräften, die sie begleiten, Wissen und praktische Unterstützung für den Familienalltag. Denn wer früh die Gesundheit unserer Kinder stärkt, gibt ihnen das beste Rüstzeug für ihre Zukunft“, betont Ernährungsministerin Michaela Kaniber.

Rund 400 pädagogische Fachkräfte, Ernährungsfachkräfte sowie Multiplikatorinnen und Multiplikatoren nehmen an dem jährlich stattfindenden Online-Forum des bayernweiten Netzwerks Junge Eltern und Familien teil. Auch in diesem Jahr verbinden renommierte Expertinnen und Experten dort aktuelle Erkenntnisse aus der Wissenschaft mit konkreten, praxisnahen Handlungsempfehlungen. Experten zeigen, wie sich wissenschaftliche Empfehlungen zur Kinderernährung mit den Anforderungen des Familienalltags in Einklang bringen lassen und wie Familien Lebensmittel alltagstauglich bevorraten können. Auch das wichtige Thema Bewegung und ihr Einfluss auf die Widerstandskraft der Kinder wird angesprochen werden. Praktische Bewegungsanregungen, Spiele und Rituale für den Familienalltag runden das Programm ab. Damit vermittelt das Forum neben wissenschaftlicher Orientierung auch ganz konkrete Ideen für die tägliche Arbeit mit Familien.

Hinter dem Netzwerk Junge Eltern und Familien stehen die Ämter für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten. Mit einem kostenfreien Kursangebot unterstützen sie Eltern mit Kindern bis zu sechs Jahren dabei, einen gesundheitsförderlichen Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und viel Bewegung von Anfang an fest im Familienalltag zu verankern.

Die Anmeldung zum Forum Junge Eltern und Familien 2026 sowie weitere Informationen zum Netzwerk und zu den Angeboten finden Interessierte unter:
<https://www.weiterbildung.bayern.de/index.cfm?seite=veranstaltungsliste&jumpto=51653>.

<https://www.bayern.de/resilienz-von-anfang-an-staerken-ernaehrungsministerin-michaela-kaniber-eroeffnet-das-forum-junge-eltern-und-familien-2026>