

# Fachtag „Schwangere begleiten“



**Über 15 Jahre einheitliche  
Botschaften für alle**

**Das Netzwerk Gesund ins  
Leben**

Dr. Constance Rybak

# Relevanz der frühkindlichen Prävention

**654.300 Chancen pro Jahr!**

## Präkonzeption und Schwangerschaft

- 32 % decken geschätzten mittleren Jobbedarf nicht (*DEGS1; KiGGS Welle 2*)
- 28 % konsumieren Alkohol, 11 % rauchen (*KiGGS Welle 2; GEDA 2009, 2010, 2012*)
- 26 % starten mit Übergewicht, weitere 19 % mit Adipositas (*IQTIG 2024*)
- 8 % entwickeln Gestationsdiabetes (*IQTIG 2022*)

## Säuglings- und Kindesalter

- 630 Kinder mit Neuralrohrdefekt pro Jahr (*Fehlbildungsmonitoring Sachsen-Anhalt, 2012-2023*)
- 2.800 Kinder mit fetalem Alkoholsyndrom (FAS), 12.000 Kinder mit fetalen Alkoholspektrumstörungen (FASD) pro Jahr (*GEDA 2009, 2010, 2012*)

# 15+ Jahre einheitliche Botschaften (1)

## Unsere Vision

*Alle werdenden und jungen Familien in Deutschland besitzen die Kompetenzen, sich gesund zu ernähren und zu bewegen.*

Um das zu erreichen,

- **informieren** wir Familien und die sie umgebenden Fachkräfte verständlich, alltagsnah, unabhängig und fachlich gesichert
- wirken wir auf **strukturelle Rahmenbedingungen** ein, um sie im Alltag zu unterstützen

# 15+ Jahre einheitliche Botschaften (2)

## Wie sind wir organisiert?

### **Geschäftsstelle**

Umsetzung, Koordination und Moderation aller Netzwerkaktivitäten

### **Lenkungsgruppe**

Strategische Beratung mit Praxisperspektive

### **Wissenschaftlicher Beirat**

Fachexpertise zur Verständigung auf einheitliche Empfehlungen

### **Akteursnetzwerk zur Stillförderung**

Kommunikationsnetzwerk mit Fach- und Lebensweltexpertise

# 15+ Jahre einheitliche Botschaften (3)

## ♥-Stück Handlungsempfehlungen: Von Kinderwunsch bis Kleinkindalter



Übergang

Übergang

Übergang

Präkonzeption

Schwangerschaft

Geburt

Postpartale Phase

Kleinkindalter

Kinderwunschphase

+

erste 1000 Tage (Konzeption bis 2. Geburtstag des Kindes)

+

3. Lebensjahr

# 15+ Jahre einheitliche Botschaften (4)

## Was zeichnet unsere Handlungsempfehlungen aus?

- ganzheitlich
- wissenschaftlich basiert
- praxisnah
- gemeinsam getragen



# 15+ Jahre einheitliche Botschaften (5)

## Wissenschafts-Praxis-Transfer

### Handlungsempfehlungen

Qualifizierung von  
Multiplikator\*innen

Stillpraxis  
anlegen  
Stillpositionen  
nach Bedarf  
Unterstützung  
Clusterfeeding  
feinfühlig  
schreien  
Entlastung  
Beikostreife  
Stilldauer  
Lebenspartner  
Gewichtsentwöhnung  
Folsäure  
Hungersignale  
Lotionsfunktion  
Still- und Laktationsberatung

Materialien für die  
Beratung



Öffentlichkeitsarbeit

gesund.ins.leben



Netzwerk Gesund ins Leben

584

10,2 Tsd.



Netzwerkarbeit

# Danke

für Ihre Aufmerksamkeit

# Impressum / 2026

## **Herausgeberin:**

Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE)  
Präsidentin: Dr. Margareta Büning-Fesel  
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn, Telefon: 0228 / 68 45 – 0  
ble.de, bzfe.de, gesund-ins-leben.de

## **Gestaltung:**

Bundeszentrum für Ernährung (BZfE), BLE

## **Nutzungsrechte:**

Die Nutzungsrechte an den Inhalten der pdf- und PowerPoint-Dateien liegen ausschließlich bei der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE).

Die Ergänzung von Inhalten/Folien für die eigene Vortragsplanung, die im Einklang mit den einheitlichen Handlungsempfehlungen des Netzwerks stehen, ist unter Wahrung der Urheberrechte erlaubt. Die Weitergabe der pdf- und PowerPoint-Dateien in der Originalfassung oder in der bearbeiteten Fassung an Dritte ist unzulässig. Für die überarbeiteten Inhalte übernimmt die Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung (BLE) keine Haftung.

Das Netzwerk Gesund ins Leben ist Teil des Bundeszentrums für Ernährung (BZfE) im Geschäftsbereich des Bundesministeriums für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH).