

SPERRFRIST: 16.09.2026, 13.00 Uhr

Superkraft Stillen

Weltstillwoche 2026 macht auf Potenzial von Muttermilch aufmerksam

Mit der Fähigkeit zum Stillen haben Frauen nicht nur die einzigartige Möglichkeit, ihr Kind optimal zu ernähren: Muttermilch unterstützt die gesamte Entwicklung des Kindes und schützt die Gesundheit von Mutter und Kind. Unter dem Motto der diesjährigen Weltstillwoche „Stillen. Deine Superkraft.“ werben das Netzwerk Gesund ins Leben und seine 53 Partnerinstitutionen dafür, bestmögliche Rahmenbedingungen für das Stillen zu schaffen und frühzeitig zu informieren, um allen Familien selbstbestimmte Entscheidungen zu ermöglichen.

Bonn, 16. September 2026

„Stillen. Deine Superkraft“ lautet das Motto der vom 28.09. – 04.10.2026 stattfindenden Weltstillwoche. Die Aktionswoche wirbt dafür, dass Frauen diese Kraft für sich und ihr Kind nutzen können. Sein Kind zu stillen geht weit über optimale Ernährung hinaus. Stillen fördert eine innige Bindung zwischen Mutter und Kind und schützt die Gesundheit von beiden. Außerdem ist es praktisch, denn Muttermilch ist jederzeit verfügbar und immer richtig temperiert.

Idealerweise werden Frauen bereits im Rahmen der Schwangerenvorsorge und Geburtsvorbereitung zum Stillen und zur Babyernährung informiert und beraten. Nach der Geburt unterstützen Ärztinnen und Ärzte, Hebammen, Pflegefachpersonen und Fachkräfte in den Frühen Hilfen die Familien entsprechend ihrer individuellen Bedürfnisse. Sie gehen auf Fragen und Bedenken ein, suchen gemeinsam mit den Frauen ressourcenorientiert Lösungen, respektieren deren Entscheidungen und bemühen sich, strukturelle Hürden abzubauen.

Ein breites Bündnis macht sich für das Stillen und die Verbesserung der Rahmenbedingungen in Deutschland stark: Im Auftrag der Bundesregierung informiert das Netzwerk Gesund ins Leben mit seinen 53 Partnerinstitutionen im Rahmen der Weltstillwoche über das Stillen und sensibilisiert für eine individuelle, die Selbstbestimmung fördernde Stillberatung. Die Kommunikationsmaßnahmen sind Teil der Nationalen Strategie zur Stillförderung, deren Ziel es ist, die Rahmenbedingungen zum Stillen zu verbessern und Deutschland stillfreundlicher zu machen.

Das Bundesministerium für Landwirtschaft, Ernährung und Heimat (BMLEH), das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ), das Bundesministerium für Gesundheit (BMG) sowie das Max Rubner-Institut (MRI) unterstützen die Weltstillwoche und begrüßen Maßnahmen und Initiativen zur Verbesserung der Stillfreundlichkeit in Deutschland.

Aktionen und Materialien rund um die Weltstillwoche vom 28. September bis 4. Oktober 2026:

- [Media-Kit](#) zur Weltstillwoche
- **Website** zur [Weltstillwoche 2026](#)

- „Warum gehört Stillvorbereitung zur Geburtsvorbereitung?“ [Nachgefragt beim Netzwerk](#)
- Instagram [@gesund.ins.leben](#) mit allen relevanten Infos

Medien / Fortbildungen des Netzwerks:

- „Schwangerschaft – Gesund und aktiv“, Flyer, Artikel-Nr.: 0963
- „Antworten zum Stillen“, Infokarte, Artikel-Nr.: 0867
- „Motivierend zum Stillen beraten“ - kostenlose Online-Fortbildungen [hier anmelden](#)

Zudem finden bundesweit zahlreiche Presseaktivitäten und lokale Aktionen statt, beispielsweise in babyfreundlichen Krankenhäusern, stillfreundlichen Kommunen oder auf Initiative von weiteren engagierten Menschen.

Hintergrundinformationen:

Unter Beteiligung von WHO und UNICEF ist die Weltstillwoche die größte gemeinsame Kampagne aller stillfördernden Organisationen weltweit. Ziel ist es, Stillen als natürliche und selbstverständliche Ernährung für Säuglinge in den Mittelpunkt zu stellen und sowohl Familien als auch die Gesellschaft über die positiven Effekte des Stillens zu informieren. In Deutschland wird die Weltstillwoche von der Nationalen Stillförderung e. V. ausgerichtet. In diesem Jahr lautet das Motto „Stillen. Deine Superkraft.“

Das Netzwerk Gesund ins Leben ist ein Zusammenschluss von Institutionen, Fachgesellschaften und Verbänden zur Förderung der frühkindlichen Gesundheit – von der Zeit vor der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter. Alle Akteure dieses Netzwerks unterstützen Familien beim gesunden Aufwachsen ihrer Kinder. Basis dafür sind die fachlich gesicherten, konsentierten Handlungsempfehlungen.

Das Netzwerk stellt Informationen für Fachkreise, Familien und Presse zur Verfügung: auf der Webseite, auf Instagram, per Newsletter, durch Fortbildungen, auf Veranstaltungen und in Informationsmaterialien. Darüber hinaus wirkt das Netzwerk auf strukturelle Rahmenbedingungen ein, um Familien und Multiplikatorinnen und Multiplikatoren im Alltag zu unterstützen.

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

Für Redaktionen: Bildmaterial zur kostenfreien Veröffentlichung

Die Verwendung des Bildes ist ausschließlich im Rahmen einer redaktionellen Nutzung dieser Meldung erlaubt. Die Angabe des Copyrights ist verpflichtend.

Copyright: Martin Kitzmann / KI

Ich akzeptiere den rechtlichen Hinweis und möchte das Bild herunterladen.

(Download ab 16.09.2026, 13 Uhr)

Für Rückfragen steht Ihnen gerne zur Verfügung:

Pressekontakt

Gudrun Kinzel
Referentin
Referat 632, Netzwerk Gesund ins Leben
Bundeszentrum für Ernährung (BZfE)
in der Bundesanstalt für Landwirtschaft und Ernährung
Deichmanns Aue 29, 53179 Bonn
Telefon: +49 (0)228 6845 2729
E-Mail: gudrun.kinzel@ble.de
Internet: www.gesund-ins-leben.de
Instagram: [@gesund.ins.leben](https://www.instagram.com/gesund.ins.leben)