

Evaluationsbericht 2013 – Steiermark

Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter



Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie.
Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.



G'scheit g'sund.

Eine Initiative des
Bundesministeriums für Gesundheit.

Impressum

Im Auftrag von:

AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH, Zentrum Ernährung & Prävention, Spargelfeldstraße 191, 1220 Wien, www.ages.at

Bundesministerium für Gesundheit, Radetzkystraße 2, 1030 Wien, www.bmg.gv.at

Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, Kundmanngasse 21, 1031 Wien, www.sozialversicherung.at

Für den Inhalt verantwortlich:

Mag.^a Melanie U. Bruckmüller

Mag.^a Bettina Meidlinger

Dr.ⁱⁿ Birgit Dieminger (Programmleitung)

Unter Mitarbeit von (in alphabetischer Reihenfolge):

Lisa Buchinger, Bakk.

Mag.^a Bernadette Bürger

Nadine Fröschl, MSc

Mag.^a Katrin Seper

Mag.^a Nadja Wüst

Foto: fotolia

Kontakt: team@richtigessenvonanfangen.at

Internet: <http://www.richtigessenvonanfangen.at>

© AGES, BMG & HVB, März 2014

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, sind vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Programms „Richtig essen von Anfang an!“ reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.



Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	8
2	Beschreibung der Maßnahme „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“	8
2.1.	Umsetzung	8
2.2.	Workshopaufbau	9
2.3.	Zielgruppe	9
3	Evaluation	10
3.1.	Fragebogen	10
3.2.	Ziele der Evaluation	11
4	Methodik	11
4.1.	Dateneingabe	11
4.2.	Datenbereinigung	11
4.3.	Statistische Auswertung	11
4.4.	Stichprobe	13
5	Ergebnisse der Evaluierung	13
5.1.	Teilnahme an den Workshops	13
5.2.	Beschreibung der TeilnehmerInnen	14
5.2.1.	Besucherstatus	14
5.2.2.	Alter	14
5.2.3.	Staatsangehörigkeit	14
5.2.4.	Wohndauer in Österreich	15
5.2.5.	Ausbildung	15
5.2.6.	Versicherungsträger	16
5.2.7.	Schwangerschaftswoche und Fragen zum Kind (Alter des Kindes, Geburtsgewicht des Kindes und Termingeburt des Kindes)	16
5.2.8.	Fragen zum Thema „Stillen“	18
5.2.8.1.	Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen bzw. haben Sie Ihr Kind gestillt?	18
5.2.8.2.	Informationsquellen zum Thema „Stillen“	18
5.2.8.3.	Behandlung des Themas „Ernährung in der Stillzeit“	18
5.2.9.	Beikost	19
5.2.9.1.	Einführung der Beikost	19
5.2.9.2.	Alter des Kindes bei der Beikosteinführung	19
5.2.9.3.	Von wem haben Sie Informationen und Tipps zur Ernährung Ihres Kindes erhalten?	19
5.2.10.	Broschüre „Richtig essen von Anfang an! Babys erstes Löffelchen“	20
5.2.10.1.	Bekanntheit der Broschüre „Babys erstes Löffelchen“	20

5.2.10.2.	Falls ja, fanden Sie die Informationen hilfreich?	20
5.3.	Ziele	21
5.3.1.	Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung	21
5.3.2.	Die Überprüfung des Wissenszuwachses	22
5.3.2.1.	Wissenszuwachs	22
5.3.2.2.	Erhalt vieler neuer Informationen durch den Workshop	23
5.3.2.3.	Bereiche des Wissenszuwachses	23
5.3.3.	Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag	24
5.3.3.1.	Praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag	24
5.3.3.2.	Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können	25
5.3.4.	Steigerung der Selbstwirksamkeit der (werdenden) Eltern und Bezugspersonen	25
5.3.4.1.	Beitrag des Workshops für die Gesundheit des Kindes	26
5.3.4.2.	Umsetzung der Empfehlungen	26
5.4.	Erneute Teilnahme und Weiterempfehlung	28
5.4.1.	Besuch des Workshops „Ernährung in der Schwangerschaft“ zuvor	28
5.4.2.	Weiterempfehlung des Workshops „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“	28
6	Anhang	29

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1	Verteilung der Staatsangehörigkeit	15
Abbildung 2	Häufigkeitsverteilung Schwangere und Befragte, die bereits ein Kind haben	16
Abbildung 3	Quelle von Ernährungsinformationen	20
Abbildung 4	Zufriedenheit der TeilnehmerInnen	21
Abbildung 5	Wissensstand der TeilnehmerInnen zum MZP 1 und MZP 2	22
Abbildung 6	Erlangung von neuem Wissen durch den Workshop bei verschiedenen Themengebieten	24
Abbildung 7	Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag	24
Abbildung 8	Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können	25
Abbildung 9	„Selbstwirksamkeit“ – Vergleich MZP 1 mit MZP 2	26
Abbildung 10	Umsetzbarkeit der Empfehlungen – Vergleich MZP 1 mit MZP 2	27

Tabellenverzeichnis

<i>Tabelle 1</i>	<i>Inhalte der Fragebögen Messzeitpunkt 1, 2 und 3</i>	<i>10</i>
<i>Tabelle 2</i>	<i>Alter der TeilnehmerInnen in Jahren</i>	<i>14</i>
<i>Tabelle 3</i>	<i>Wohndauer in der Steiermark in Jahren</i>	<i>15</i>
<i>Tabelle 4</i>	<i>Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen in Wochen</i>	<i>17</i>
<i>Tabelle 5</i>	<i>Alter des Kindes in Monaten</i>	<i>17</i>
<i>Tabelle 6</i>	<i>Geburtsgewicht in Gramm</i>	<i>17</i>
<i>Tabelle 7</i>	<i>Alter bei Beikosteneinführung in Monaten</i>	<i>19</i>

Abkürzungsverzeichnis

BGKK	Burgenländische Gebietskrankenkasse
BKK	Österreichische Betriebskrankenkasse
BVA	Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter
bzw.	beziehungsweise
g	Gramm
KGKK	Kärntner Gebietskrankenkasse
Max	Maximum
MD	Median
Min	Minimum
MW	Mittelwert
MZP	Messzeitpunkt
n	Strichprobenumfang
NÖGKK	Niederösterreichische Gebietskrankenkasse
OÖGKK	Oberösterreichische Gebietskrankenkasse
REVAN	Richtig essen von Anfang an!
sd	Standardabweichung
SGKK	Salzburger Gebietskrankenkasse
SSW	Schwangerschaftswoche
STGKK	Steiermärkische Gebietskrankenkasse
SVA	Sozialversicherungsanstalt der gewerblichen Wirtschaft
SVB	Sozialversicherungsanstalt der Bauern
TGKK	Tiroler Gebietskrankenkasse
VAEB	Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau
WGKK	Wiener Gebietskrankenkasse

1 Einleitung

Die Wichtigkeit einer ausgewogenen Ernährung schon während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie von frühester Kindheit an ist heutzutage wissenschaftlich unumstritten. Die Ernährung von Schwangeren und Stillenden kann dabei unter anderem das Essverhalten des Kindes wesentlich prägen. Daher ist es wichtig, das Ernährungsverhalten der Mutter und des Kindes zu optimieren. Ernährungsdefizite, die während der Schwangerschaft und bis zum Ende des zweiten Lebensjahres erworben werden, lassen sich im späteren Leben nur sehr schwer wieder ausgleichen. Da auch die Prävalenz von Übergewicht und Adipositas in westlichen Industriestaaten in allen Altersgruppen drastisch ansteigt, unterstreicht das die Notwendigkeit einer wissenschaftlich basierten Primärprävention. Die Wirksamkeit von Maßnahmen kann vor allem dann gesteigert werden, wenn diese an die Merkmale der Zielgruppe angepasst werden.

Der Workshop „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“ basiert auf wissenschaftlichen Grundlagen zum Thema „Ernährung in der Stillzeit“ und auf den österreichischen Beikostempfehlungen, die in Zusammenarbeit mit ExpertInnen im Bereich Ernährung und Kindergesundheit erarbeitet wurden. Die Stillförderung und das Wissen einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung in der Stillzeit zu vermitteln, soll mit diesem Workshop angestrebt werden. Ziel ist auch die Gesundheitsförderung von frühester Kindheit an. Denn ein gesunder Start ins Leben zeigt positive Auswirkungen bis ins Erwachsenenalter.

2 Beschreibung der Maßnahme „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“

Die Workshops „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“ finden im Rahmen des nationalen Programms „Richtig essen von Anfang an!“ statt und wurden als Fortsetzung der Workshops „Ernährung in der Schwangerschaft“ konzipiert. Diese Maßnahme ist Teil der österreichweiten Vorsorgestrategie – finanziert aus den Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.

Die Maßnahme besteht aus einem einmalig stattfindenden ca. dreistündigen Workshop. In ganz Österreich erhalten werdende Eltern bzw. Eltern mit Neugeborenen und deren Familien kostenlos praktische Tipps und Hilfestellungen sowie aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema Ernährung in der Stillzeit und Ernährung im ersten Lebensjahr (Beikostalter).

2.1. Umsetzung

Die Umsetzung startete in den beiden Pilotbundesländern Steiermark und Tirol 2012. Im Februar 2012 fand der erste Workshop in der Steiermark statt. Im Jahr 2013 haben in allen Bundesländern reguläre Workshops stattgefunden.

Die Umsetzung der Workshops in Steiermark erfolgt durch die Steiermärkische Gebietskrankenkasse.

2.2. Workshopaufbau

Ein Workshop dauert im Durchschnitt ca. 3 Stunden und wird von einem/einer geschulten TrainerIn abgehalten. Die Durchführung erfolgt in Form einer moderierten Diskussion mit Sensibilisierungsübungen. Die Inhalte werden durch praktische Übungen aufgelockert und somit der Bezug zur Praxis und Alltagstauglichkeit hergestellt. Je nach Gruppe und Interesse der TeilnehmerInnen werden die Inhalte individuell mit Schwerpunkten versehen und besprochen. Folgende Inhalte werden in den Workshops durchgenommen:

Themenblock: Ernährung in der Stillzeit

- Vorteile des Stillens, Richtig essen und trinken während der Stillzeit, Geschmacksprägung, Gewichtsabnahme während der Stillzeit

Themenblock: Ernährung im Beikostalter

- Geschmacksprägung, Beikosteinführung, Energie- und Nährstoffbedarf, Zubereitung, alternative Ernährungsformen, Prävention (Allergie, Zöliakie)

Während und auch nach dem Workshop haben die TeilnehmerInnen die Möglichkeit, Fragen an den/die TrainerIn zu stellen, falls thematische Probleme oder Unklarheiten auftreten.

Zu Beginn und am Ende des Workshops füllen die TeilnehmerInnen jeweils Fragebögen aus, welche sich aus der Erhebung von soziodemografischen Daten und einem Wissensteil zusammensetzen.

2.3. Zielgruppe

Der Workshop richtet sich idealerweise an alle Schwangeren im letzten Drittel der Schwangerschaft und deren Angehörige sowie nahe Bezugspersonen unabhängig von sozialer Herkunft und Migrationshintergrund. Zusätzlich werden die Workshops auch für Stillende und Frauen/Familien mit Säuglingen beworben.

3 Evaluation

Bei der vorliegenden Evaluation handelt es sich um eine begleitende Ergebnisevaluation. Das Hauptziel besteht darin, den Nutzen der einmalig stattfindenden Ernährungsworkshops für die TeilnehmerInnen abzuschätzen und durch die laufende Beobachtung und Reflexion, die Qualität der Maßnahme zu verbessern.

3.1. Fragebogen

Der Fragebogen wurde als Selbstausfüller konzipiert und umfasst pro Messzeitpunkt folgende Inhalte:

Tabelle 1 *Inhalte der Fragebögen Messzeitpunkt 1, 2 und 3*

Messzeitpunkt	Inhalt
Messzeitpunkt 1 direkt vor dem Workshop	<ul style="list-style-type: none"> • Stammdatenblatt TeilnehmerInnen (demographische Daten) zur Beschreibung der Stichprobe • Fragen zum jeweiligen Themenbereich (Stillzeit und Beikostalter) • Selbstwirksamkeitserwartung • Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“
Messzeitpunkt 2 nach dem Workshop	<ul style="list-style-type: none"> • Zufriedenheitsbewertung • Selbstwirksamkeitserwartung • Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“
Messzeitpunkt 3 ein Jahr nach dem Workshop	<ul style="list-style-type: none"> • Fragen zum Kind • Fragen zum Stillen und zur Beikosteinführung • Umsetzbarkeitsbewertung • Selbstwirksamkeitserwartung • Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“

Ein Jahr nach dem Workshopbesuch (Messzeitpunkt 3) erhalten alle TeilnehmerInnen, die eine gültige E-Mail-Adresse angegeben haben, eine Einladung für eine weitere Befragung, die als Onlinebefragung konzipiert wurde. Die Erhebung der E-Mail-Adressen der TeilnehmerInnen von 2012 erfolgte in der Steiermark nachträglich im Jahr 2013. Deshalb wurden die Einladungen für die 3. Erhebung nicht gestaffelt versendet, sondern einmal im Juli und einmal im Dezember 2013.

3.2. Ziele der Evaluation

Ziele der Evaluation sind

- die Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung (Überprüfung der Zufriedenheit).
- die Überprüfung des Wissenszuwachses von ernährungsspezifischen Empfehlungen zum Thema „Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“ durch die Workshops.
- die Feststellung des Ausmaßes der Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag der TeilnehmerInnen (Praktikabilität der Tipps).
- die Überprüfung der Steigerung der Selbstwirksamkeit der Eltern und Bezugspersonen. Dies umfasst die Selbstsicherheit, mit Problemen besser umgehen zu können und – falls Schwierigkeiten auftreten – diese zu meistern.
- die Feststellung des Ausmaßes in dem das Verhalten mit den Empfehlungen übereinstimmt (Einhaltung der Empfehlungen).

4 Methodik

4.1. Dateneingabe

Die Dateneingabe erfolgte durch die Bundesländer mit der Software Microsoft Excel. Dafür erhielt jedes Bundesland vorab eine Eingabemaske, in welche die Daten aus den Fragebögen eingegeben wurden. Nach Abschluss der Dateneingabe wurden die Dateien Anfang 2014 an REVAN national übermittelt.

4.2. Datenbereinigung

Nach der Dateneingabe erfolgte durch REVAN national die Überprüfung auf Plausibilität. Bei Unklarheiten wurde mit dem jeweiligen Bundesland Rücksprache gehalten, um die betreffende Eingabe mit dem ausgefüllten Fragebogen zu überprüfen. Das Ziel der Datenbereinigung war, die Eingabefehler zu minimieren und unklare Antworten auszuschließen.

4.3. Statistische Auswertung

Die statistische Auswertung wurde mit der Software SPSS Version 20 durchgeführt.

Bei metrischen Variablen (wie z. B. dem Alter der BesucherInnen, der Schwangerschaftswoche, dem Alter des Babys zum Zeitpunkt der Befragung und dem Alter des Babys bei der Einführung von Beikost) wurden die statistischen Kennzahlen Mittelwert (MW), Standardabweichung (sd), Minimum (Min) und Maximum (Max) berechnet. Bei den übrigen geschlossenen Fragestellungen wurden relative Häufigkeiten berechnet. Bei ordinalen und nominalen Daten wurden jene Personen, die keine Angabe machten, in die Auswertung miteinbezogen und bei den jeweiligen Antworten als „keine Angabe“ ausgewiesen. Bei metrischen Daten beziehen sich die Kennzahlen ausschließlich auf vorhandene bzw. gültige Einträge. Zur besseren Lesbarkeit wurden im vorliegenden Bericht gerundete Werte verwendet. Aufgrund dieser Rundung ergeben die Summen der relativen Zahlen nicht immer exakt 100 %. Das betrifft sowohl die im Text verwendeten Zahlen als auch Zahlen in Diagrammen und Tabellen.

Bei der Fragestellung „Wenn Sie nicht in Österreich geboren sind, wie lange leben Sie schon in Österreich und welches Land ist Ihr Geburtsland?“, wurden für die Auswertung nur die Angaben zur Mutter verwendet. Für die statistische Auswertung wurden jene Personen eingeschlossen, die entweder eine Angabe zur Wohndauer oder eine Angabe zum Geburtsland tätigten.

Alle TeilnehmerInnen, die zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) zu einer der folgenden Fragen „Ich habe mein Baby bereits geboren und es ist Monate alt.“, „Geburtsgewicht des Babys: g“ und „Termingeburt (nach der 37. Woche; Antwortmöglichkeit: ja/nein)“ eine Angabe machten, wurden in einer neuen Variable als „Baby bereits geboren“ zusammengefasst. Diese neue Variable war erforderlich, um alle Auswertungen zu den Fragen „nach der Geburt“ und „Kind bekommt bereits Beikost“ auf jene Personen beziehen zu können, bei denen das Baby zum Zeitpunkt des Workshops bereits geboren war.

Ähnlich war der Vorgang auch für Fragen, die die Zeit der Schwangerschaft betrafen. Alle Personen, die auf die Frage „Ich bin noch schwanger und in der SSW“ eine Schwangerschaftswoche angaben, wurden für die Auswertung der Frage „Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen?“ herangezogen.

Aus den neu erstellten Variablen „noch schwanger“ und „Baby bereits geboren“ konnte zusätzlich herausgelesen werden, wie hoch der Anteil an Schwangeren und wie hoch der Anteil an Personen mit einem Baby war.

In Bezug auf die Wissensfragen wurde die Berechnung von Gesamtscores (getrennt für MZP 1 und MZP 2) vorgenommen. Der Wissensfragebogen bestand aus insgesamt 11 Multiple-Choice-Fragen (zur Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter), bei denen unterschiedlich viele Antworten korrekt sein konnten; eine Antwort war jedoch mindestens richtig. Bei Fragen mit nur einer richtigen Antwortmöglichkeit, gab es für jede korrekt beantwortete Frage einen Punkt. Bei Fragen, bei denen Mehrfachantworten möglich waren, konnte für jede Antwortmöglichkeit ein Punkt erreicht werden. Wurde die gesamte Frage falsch beantwortet bzw. „bin nicht sicher“ angegeben, wurde für die jeweilige Frage kein Punkt vergeben. Insgesamt konnten 28 Punkte erreicht werden. Für die Berechnung der Gesamtscores wurden nur jene Personen eingeschlossen, die den Wissensfragebogen sowohl zum MZP 1 als auch zum MZP 2 ausfüllten. Die Gesamtscores wurden als Mittelwert (MW), Standardabweichung (sd), Median (MD), Minimum (Min) und Maximum (Max) berechnet. Der Wissensscore der TeilnehmerInnen wurde zusätzlich in drei Gruppen (geringer Wissensstand, mittlerer Wissensstand und hoher Wissensstand) kategorisiert. Personen, die

mindestens drei Viertel der maximalen Punkteanzahl erreichten, wurden in die Kategorie „hoher Wissensstand“ und jene Personen, die die Hälfte oder weniger der maximalen Punkteanzahl erreichten, in die Kategorie „geringer Wissensstand“ eingeteilt. Als „mittel“ wurde der Wissensstand eingeteilt, wenn die TeilnehmerInnen mehr als die Hälfte aber weniger als drei Viertel der zu erreichenden Punkte bekamen.

Zur Überprüfung des Wissenszuwachses von ernährungsspezifischen Empfehlungen sowie zur Überprüfung der Steigerung der Selbstwirksamkeit der Eltern und Bezugspersonen wurden den TeilnehmerInnen zum MZP 1 und MZP 2 die gleichen Fragen vorgelegt. Für die statistische Auswertung zum Wissenszuwachs und zur Steigerung der Selbstwirksamkeit wurden nur jene Personen eingeschlossen, die sowohl vor als auch nach dem Workshop die entsprechenden Fragen ausfüllten. Die Daten wurden zunächst auf Normalverteilung getestet. Da keine Normalverteilung gegeben war, wurden in weiterer Folge nichtparametrische Tests für zwei verbundene Stichproben verwendet. Als statistisch signifikant wurden Unterschiede, bei denen statistische Testverfahren eine Irrtumswahrscheinlichkeit von $p < 0,05$ ergaben, bewertet.

4.4. Stichprobe

Jede Person, die im Zeitraum von Anfang bis Ende 2013 an einem Ernährungsworkshop teilnahm, wurde gebeten, an der Fragebogenevaluation teilzunehmen. Insgesamt füllten in der Steiermark **853 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) und **856 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) aus. Sowohl MZP 1 als auch MZP 2 beantworteten insgesamt **706 Personen** (70,4 %). Gelegentlich wurden Fragen von Seiten der ausfüllenden Personen bewusst oder auch unbeabsichtigt nicht beantwortet. Die Anzahl dieser Fälle wird in den Tabellen im Ergebnisteil durch die Kategorie „keine Angabe“ dargestellt.

Nicht eindeutige oder zweifelhafte Antworten wurden als „keine Angabe“ gewertet.

5 Ergebnisse der Evaluierung

5.1. Teilnahme an den Workshops

Im Jahr 2013 fanden in der Steiermark insgesamt 135 Workshops mit 1.036 BesucherInnen statt. Es kamen insgesamt 27 MultiplikatorInnen zum Einsatz. An der Erhebung zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) nahmen 853 Personen und zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) 856 Personen teil. Im Jahr 2013 wurden im Bundesland Steiermark 10 MultiplikatorInnen geschult.

Zusätzlich wurden in der Steiermark 20 Workshops für die Zielgruppe MigrantInnen mit den Themen „Ernährung in der Schwangerschaft, Stillzeit und im Beikostalter“ abgehalten und damit insgesamt 85 Personen erreicht. Ein weiterer Workshop für diese Zielgruppe behandelte ausschließlich das Thema

„Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“, den 2 TeilnehmerInnen besuchten. All diese Personen nahmen an der hier beschriebenen Erhebung nicht teil, da für die genannten Workshops ein eigener zielgruppenspezifischer Fragebogen erstellt wurde.

5.2. Beschreibung der TeilnehmerInnen

5.2.1. Besucherstatus

Von den zum MZP 1 Befragten (n=853) waren 97,4 % (werdende) Mütter (n=831), 1,9 % (werdende) Väter (n=16) und 0,4 % Angehörige (n=3). 0,4 % machten keine Angabe zu dieser Frage (n=3). Von den TeilnehmerInnen unter „Angehörige/r“ genannte Angaben sind im Anhang aufgelistet.

5.2.2. Alter

In der Steiermark machten insgesamt 844 Personen, der zum MZP 1 befragten BesucherInnen, eine Angabe zum Alter. 9 Personen gaben keine Antwort auf die Frage. Insgesamt betrug das mittlere Alter $31,3 \pm 4,8$ (MW \pm sd) Jahre und reichte von 19 bis 68 Jahre.

Die Frage zum Alter beantworteten 825 (werdende) Mütter. Deren mittleres Alter lag bei $31,2 \pm 4,6$ Jahren. Die jüngste Frau war 19 Jahre und die älteste 48 Jahre alt. Außerdem gaben alle 16 (werdenden) Väter, die den Workshop besuchten ihr Alter an, wobei das durchschnittliche Alter $31,9 \pm 5,4$ Jahre betrug. Bei den 3 Angehörigen, die die Frage zum Alter beantworteten, lag das mittlere Alter bei $52,3 \pm 18,4$ Jahren (Tabelle 2).

Tabelle 2 *Alter der TeilnehmerInnen in Jahren ($n_{\text{gesamt}}=853$)*

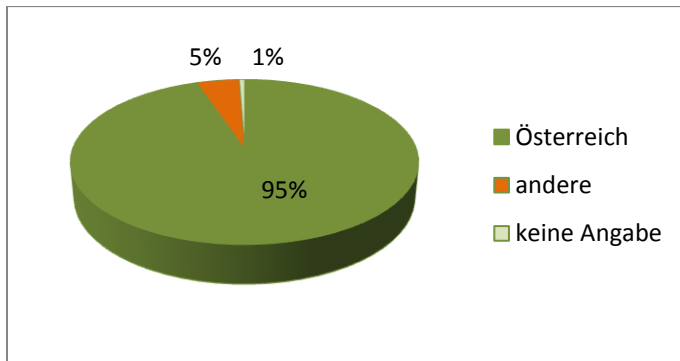
TeilnehmerInnen	n (fehlend)	Alter in Jahren	
		MW \pm sd	Min - Max
Gesamt	844 (9)	$31,3 \pm 4,8$	19 – 68
(werdende) Mütter	825 (6)	$31,2 \pm 4,6$	19 – 48
(werdende) Väter	16 (0)	$31,9 \pm 5,4$	24 – 40
Angehörige	3 (0)	$52,3 \pm 18,4$	32 – 68

5.2.3. Staatsangehörigkeit

Von den teilnehmenden BesucherInnen gaben 94,8 % (n=809) an, eine österreichische Staatsbürgerschaft und 4,6 % (n=39) eine andere Staatsbürgerschaft als die Österreichische zu haben (Abbildung 1). Von jenen Personen, die keine österreichische Staatsbürgerschaft besitzen, war die

Mehrheit (12,8 %, n=5) aus Deutschland und 7,7 % (n=3) aus der Slowakei. Keine Angabe zur Staatsangehörigkeit machten 0,6 % der TeilnehmerInnen (n=5). Weitere Detailangaben sind im Anhang enthalten.

Abbildung 1 Verteilung der Staatsangehörigkeit ($n_{gesamt}=853$)



5.2.4. Wohndauer in Österreich

53 befragte (werdende) Mütter, die nicht in Österreich geboren wurden, gaben an wie lange sie schon in Österreich leben. Der Mittelwert der Wohndauer lag bei $10,9 \pm 9,5$ Jahren und reichte von 1 bis 44 Jahre (Tabelle 3). Eine Person gab keine Antwort. Die genannten Geburtsländer von (werdenden) Müttern, welche nicht in Österreich geboren wurden, sind im Anhang aufgelistet.

Tabelle 3 Wohndauer in der Steiermark in Jahren ($n_{gesamt}=54$)

	n (fehlend)	Wohndauer in Jahren	
		MW \pm sd	Min - Max
(werdende) Mütter	53 (1)	10,9 \pm 9,5	1 – 44

5.2.5. Ausbildung

Gut ein Drittel der befragten EvaluationsteilnehmerInnen (34,3 %, n=293) hatte einen Universitäts- oder Fachhochschulabschluss und ein weiteres Drittel (33,5 %, n=286) der insgesamt 853 TeilnehmerInnen bestätigte, eine berufsbildende oder allgemeinbildende höhere Schule absolviert zu haben. Einen Abschluss einer berufsbildenden mittleren Schule (Fachschule, Handelsschule, etc.) hatten 11,8 % (n=101) der Befragten. 18,3 % (n=156) schlossen eine Lehre ab und ein geringer Anteil von 7 TeilnehmerInnen (0,8 %) besaß einen Pflichtschulabschluss ohne Lehre. Nur eine/r der Befragten gab an, keinen Pflichtschulabschluss zu haben (0,1 %). 9 Personen machten keine Angabe zu dieser Frage (1,1 %).

5.2.6. Versicherungsträger

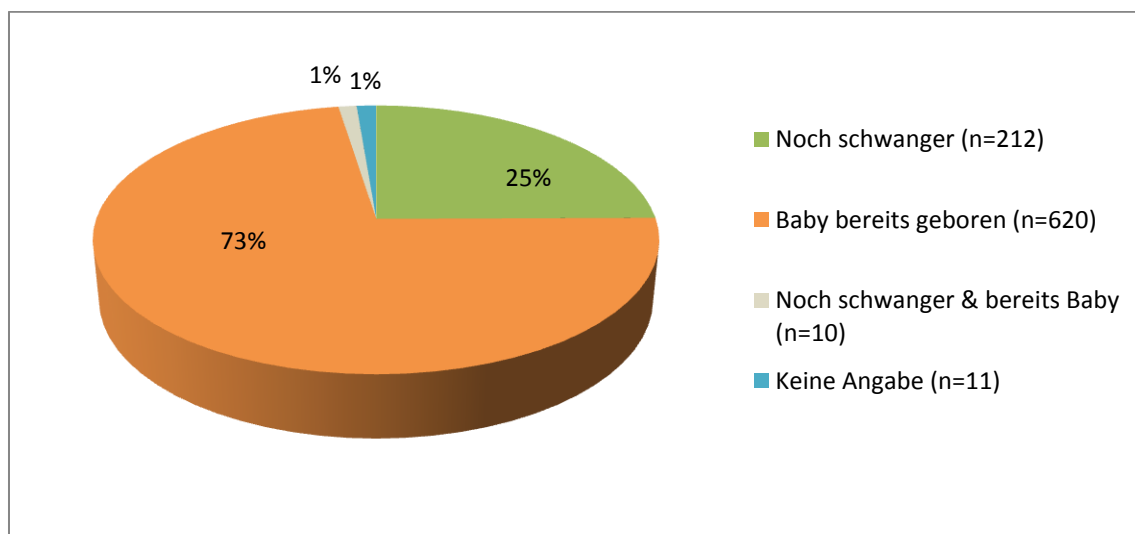
98,8 % (n=843) der insgesamt 853 befragten TeilnehmerInnen beantworteten die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger. 10 Personen (1,2 %) machten keine Angabe. Mehrfachantworten waren möglich.

Auf die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger antworteten 66,5 % (n=567) der TeilnehmerInnen in der Steiermark mit STGKK. 19,7 % (n=168) der Befragten gaben an, bei der BVA versichert zu sein. 4,7 % (n=40) der TeilnehmerInnen gaben an, bei der SGKK versichert zu sein. Bei der SVA waren 2,0 % (n=17), bei der WGKK und VAEB waren jeweils 1,2 % (n=10) versichert. Bei der BGKK waren 6 Befragte (0,7 %), bei der NÖGKK 5 Befragte (0,6 %) und bei der SVB 4 Befragte (0,5 %) versichert. 0,4 % (n=3) waren bei der OÖGKK versichert. 2 TeilnehmerInnen (0,2 %) waren jeweils bei der TGKK bzw. BKK versichert. Eine Person (0,1 %) gab an, bei der KGKK versichert zu sein. 9 Personen (1,1 %) gaben an, bei einer anderen Versicherungsanstalt als den aufgelisteten versichert zu sein. Genauere Angaben hierzu sind dem Anhang zu entnehmen.

5.2.7. Schwangerschaftswoche und Fragen zum Kind (Alter des Kindes, Geburtsgewicht des Kindes und Termingeburt des Kindes)

842 Befragte beantworteten die Frage zur Schwangerschaftswoche, zum Alter und Geburtsgewicht des Kindes und/oder zur Termingeburt des Kindes. 1,3 % (n=11) machten keine Angabe. Von insgesamt 853 Befragten waren 24,9 % (n=212) noch schwanger, bei 72,7 % (n=620) wurde das Kind bereits geboren und 10 Frauen (1,2 %) waren noch schwanger und hatten bereits ein Kind (Abbildung 2).

Abbildung 2 Häufigkeitsverteilung Schwangere und Befragte, die bereits ein Kind haben ($n_{\text{gesamt}}=853$)



Schwangerschaftswoche

222 Personen in der Steiermark gaben eine Schwangerschaftswoche (SSW) an. Im Mittel waren die Frauen in der 30. SSW ($29,8 \pm 7,6$), wobei die Angaben von der 2. bis zur 40. SSW reichten (Tabelle 4).

Tabelle 4 Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen in Wochen ($n_{\text{gesamt}}=222$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Schwangerschaftswoche	222 (0)	$29,8 \pm 7,6$	2 – 40

Alter des Kindes

In der Steiermark wurde von 614 Personen, bei denen das Baby bereits geboren wurde, eine Angabe zum Alter des Babys gemacht. Das mittlere Alter der Kinder lag bei $4,7 \pm 2,3$ Monaten. Das jüngste Kind war einen Monat alt und das älteste Kind war 25 Monate alt (Tabelle 5).

Tabelle 5 Alter des Kindes in Monaten ($n_{\text{gesamt}}=630$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Alter des Kindes in Monaten	614 (16)	$4,7 \pm 2,3$	1 – 25

Geburtsgewicht

Von jenen TeilnehmerInnen, deren Baby bereits auf der Welt war, gaben 603 Personen das Geburtsgewicht ihres Kindes an, wobei das mittlere Geburtsgewicht bei $3.254,3 \pm 576,1$ g lag. Das niedrigste angegebene Geburtsgewicht betrug 999 g, das höchste 6.400 g (Tabelle 6).

Tabelle 6 Geburtsgewicht in Gramm ($n_{\text{gesamt}}=630$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Geburtsgewicht in g	603 (27)	$3.254,3 \pm 576,1$	999 – 6.400

Termingeburt

Diese Frage beantworteten ebenfalls nur jene befragten EvaluationsteilnehmerInnen, bei denen das Kind bereits geboren wurde. Von diesen 630 Personen in der Steiermark, wurde bei 84,6 % ($n=533$) das Kind termingerecht geboren, 11,3 % der Frauen ($n=71$) hatten keine Termingeburt und 4,1 % der Befragten ($n=26$) machten keine Angabe zu dieser Frage.

5.2.8. Fragen zum Thema „Stillen“

5.2.8.1. *Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen bzw. haben Sie Ihr Kind gestillt?*

Die Frage „Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen?“, wurde nur für diejenigen TeilnehmerInnen ausgewertet, welche bei der Frage „Ich bin noch schwanger und in der SSW“ eine Angabe gemacht hatten (n=222). Hingegen wurden bei der Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ diejenigen Personen berücksichtigt, bei welchen bereits das Baby geboren wurde (n=630).

Auf die Frage „Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen?“ antworteten 92,8 % (n=206) der TeilnehmerInnen mit „Ja“. Lediglich 2 Personen (0,9 %) beantworteten die Frage jeweils mit „nein“ oder „weiß nicht“. 12 (5,4 %) der 222 in der Steiermark befragten TeilnehmerInnen machten zu dieser Frage keine Angabe.

Die Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ beantworteten 84,4 % (n=532) der TeilnehmerInnen, bei welchen bereits das Baby geboren wurde, mit „Ja“. 7,8 % der Befragten (n=49) gaben an, dass ihr Kind nicht gestillt wurde. Von 49 (7,8 %) der insgesamt 630 in der Steiermark befragten TeilnehmerInnen mit Baby wurde keine Angabe zu dieser Frage gemacht.

5.2.8.2. *Informationsquellen zum Thema „Stillen“*

Die Frage woher/von wem die teilnehmenden BesucherInnen Informationen zum Stillen erhielten, beantworteten nur jene TeilnehmerInnen, die bereits das Baby geboren hatten. Mehrfachantworten waren möglich.

462 der 630 befragten EvaluationsteilnehmerInnen (73,3 %) hatten Informationen zum Thema Stillen im Krankenhaus erhalten. Im Entbindungsheim erhielten 4,6 % der TeilnehmerInnen (n=29) Informationen zum Stillen. Im Falle von Hausgeburten bekamen 4,6 % der TeilnehmerInnen (n=29) vom medizinischen Personal Informationen zu diesem Thema. 33,3 % der TeilnehmerInnen (n=210) gaben an, Informationen über sonstige Stellen bekommen zu haben. Eine Liste zu den angegebenen „sonstigen Stellen“ befindet sich im Anhang. Keine Angabe zu dieser Frage machten 9,2 % der Personen (n=58).

5.2.8.3. *Behandlung des Themas „Ernährung in der Stillzeit“*

Für die Auswertung der Frage nach der Behandlung des Themas „Ernährung in der Stillzeit durch die oben genannten Informationsquellen“, wurden ebenfalls nur diejenigen Personen herangezogen, bei welchen bereits das Baby geboren wurde (n=630).

46,3 % der EvaluationsteilnehmerInnen (n=292) antworteten auf die Frage, ob bei den von ihnen angegebenen Informationsquellen, das Thema „Ernährung in der Stillzeit“ behandelt wurde, mit „Ja“. Hingegen gaben 41,6 % der TeilnehmerInnen (n=262) an, dass das Thema „Ernährung in der Stillzeit“ nicht behandelt wurde. 76 Personen (12,1 %) von insgesamt 630 Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

5.2.9. Beikost

5.2.9.1. Einführung der Beikost

Auch bei der Frage „Wurde Beikost bereits eingeführt“ wurden nur jene TeilnehmerInnen, bei denen das Baby bereits geboren wurde (n=630), ausgewertet.

28,1 % dieser 630 EvaluationsteilnehmerInnen gaben an, dass Beikost bereits eingeführt wurde (n=177). 62,4 % der Befragten (n=393) gaben noch keine Beikost. Keine Angabe diesbezüglich machten 9,5 % der befragten Personen (n=60).

5.2.9.2. Alter des Kindes bei der Beikosteinführung

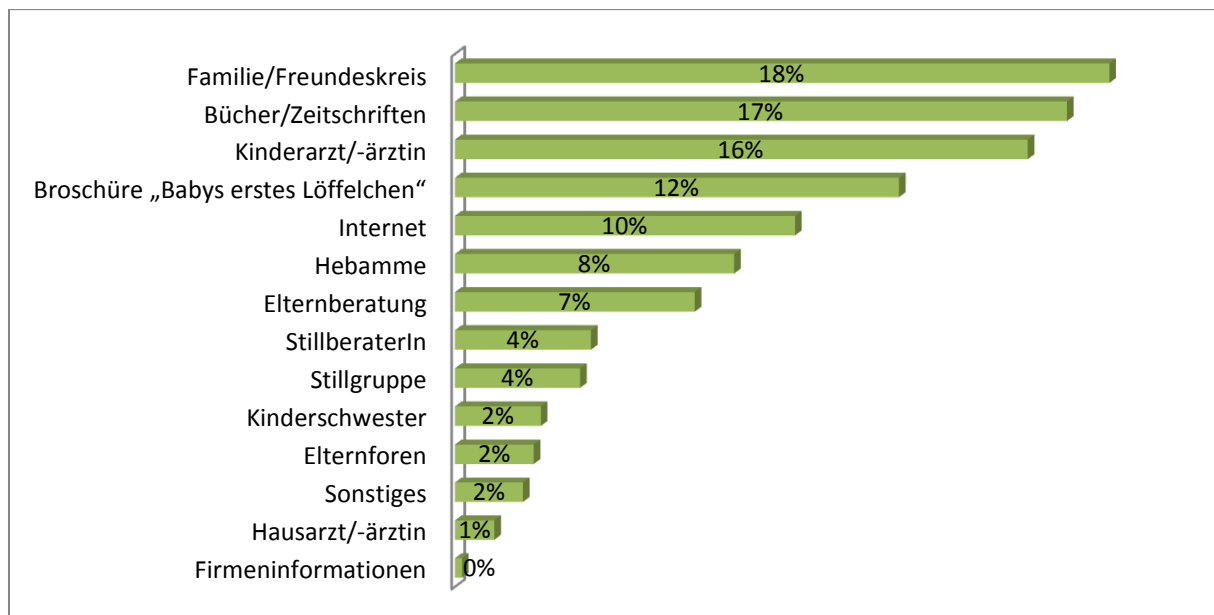
30,6 % (n=193) von 630 TeilnehmerInnen, bei denen bereits das Baby geboren wurde, gaben das Alter des Kindes bei Beikosteinführung an. 69,4 % machten keine Angabe (n=437). Im Mittel lag das Alter bei Beikosteinführung bei $5,0 \pm 1,0$ Monaten. Das jüngste Kind war bei Beikosteinführung einen Monat alt, das älteste 7 Monate (Tabelle 7).

Tabelle 7 Alter bei Beikosteinführung in Monaten ($n_{\text{gesamt}}=630$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Alter in Monaten	193 (437)	$5,0 \pm 1,0$	1 – 7

5.2.9.3. Von wem haben Sie Informationen und Tipps zur Ernährung Ihres Kindes erhalten?

Auf die Frage „Von wem haben Sie Informationen und Tipps zur Ernährung Ihres Kindes erhalten?“ wurde von den TeilnehmerInnen in der Steiermark am häufigsten „Familie/Freundeskreis“ (18,3 %, n=115), sowie „Bücher/Zeitschriften“ (17,1 %, n=108) und „Kinderarzt/Kinderärztin“ (16,0 %, n=101) angekreuzt. 12,4 % (n=78) der TeilnehmerInnen nannten als Quelle für Empfehlungen zur Ernährung des Kindes die Broschüre „Babys erstes Löffelchen“ und 9,5 % (n=60) das Internet. Am seltensten gaben die TeilnehmerInnen in der Steiermark Firmeninformationen (0,2 %, n=1) oder Hausarzt/Hausärztin (1,1 %, n=7) als Quelle für die Vermittlung von Ernährungsempfehlungen an. Weitere Angaben sind in Abbildung 3 ersichtlich. Keine Angabe zu dieser Frage machten 67,1 % der Personen (n=423). Bei dieser Frage waren Mehrfachantworten möglich. Eine Liste zu den angegebenen „sonstigen Stellen“ befindet sich im Anhang.

Abbildung 3 Quelle von Ernährungsinformationen ($n_{\text{gesamt}}=630$)

5.2.10. Broschüre „Richtig essen von Anfang an! Babys erstes Löffelchen“

5.2.10.1. Bekanntheit der Broschüre „Babys erstes Löffelchen“

Bei der Auswertung dieser Frage wurden nur jene Personen inkludiert, welche bereits das Baby geboren haben.

Auf die Frage „Kennen Sie die Broschüre „Babys erstes Löffelchen?““ antworteten 19,4 % der TeilnehmerInnen ($n=122$) in der Steiermark mit „Ja“. 13,3 % ($n=84$) der TeilnehmerInnen gaben an die Broschüre nicht zu kennen. 424 Personen (67,3 %) von insgesamt 630 in der Steiermark Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

5.2.10.2. Falls ja, fanden Sie die Informationen hilfreich?

Auch bei dieser Frage beziehen sich die Antworten auf jene Personen, bei denen bereits das Baby geboren wurde. Zusätzlich wurden nur jene Personen inkludiert, welche auf die Frage „Kennen Sie die Broschüre „Babys erstes Löffelchen?““ mit „Ja“ antworteten.

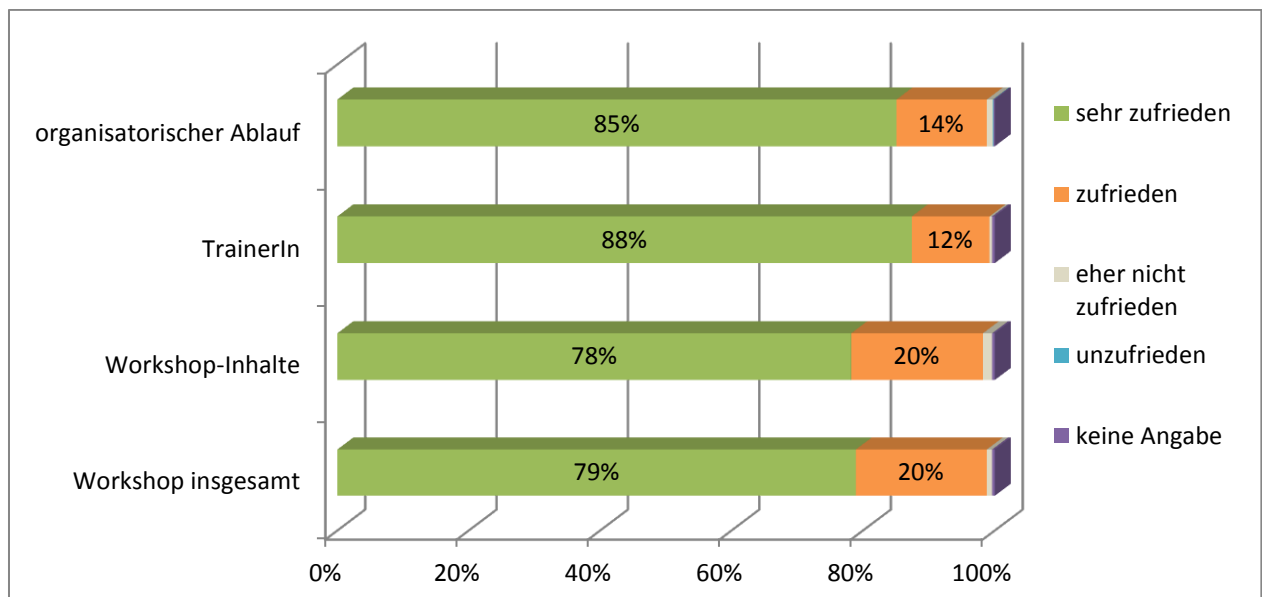
Auf die Frage „Finden Sie die Infos hilfreich?“ antworteten 91,0 % der TeilnehmerInnen ($n=111$) in der Steiermark mit „Ja“. 3,3 % der TeilnehmerInnen ($n=4$) gaben an, dass die Informationen für sie nicht hilfreich waren. 7 Personen (5,7 %) der insgesamt 122 in der Steiermark Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

5.3. Ziele

5.3.1. Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung

Der überwiegende Anteil der EvaluationsteilnehmerInnen in der Steiermark (85,0 %, n=728) war mit dem organisatorischen Ablauf der Workshops sehr zufrieden und 13,7 % (n=117) waren zufrieden. Mit 87,5 % (n=749) äußerte der Großteil der Befragten hohe Zufriedenheit und 11,8 % (n=101) Zufriedenheit mit dem/der TrainerIn. Die Inhalte des Workshops wurden von 78,3 % (n=670) der Befragten als sehr zufriedenstellend und von 20,0 % (n=171) als zufriedenstellend bewertet. Die Mehrheit der TeilnehmerInnen in der Steiermark (79,0 %, n=676) war mit dem Workshop insgesamt sehr zufrieden und 19,9 % (n=170) waren zufrieden. Eher nicht zufrieden waren 8 Personen (0,9 %) mit der Organisation, 1,4 % (n=12) mit den Inhalten, 0,8 % (n=7) mit dem Workshop insgesamt und 0,4 % (n=3) mit dem/der TrainerIn. Unzufrieden war eine Person (0,1 %) mit dem organisatorischen Ablauf und 2 Personen machten diesbezüglich keine Angabe (0,2 %). Jeweils 3 Personen (0,4 %) machten keine Angabe zu den Fragen bzgl. TrainerIn, Inhalte der Workshops und Workshop gesamt (Abbildung 4).

Abbildung 4 Zufriedenheit der TeilnehmerInnen ($n_{gesamt}=856$)



Fazit: Die Zufriedenheit der TeilnehmerInnen mit den Workshops ist insgesamt als sehr positiv zu beurteilen.

5.3.2. Die Überprüfung des Wissenszuwachses

5.3.2.1. Wissenszuwachs

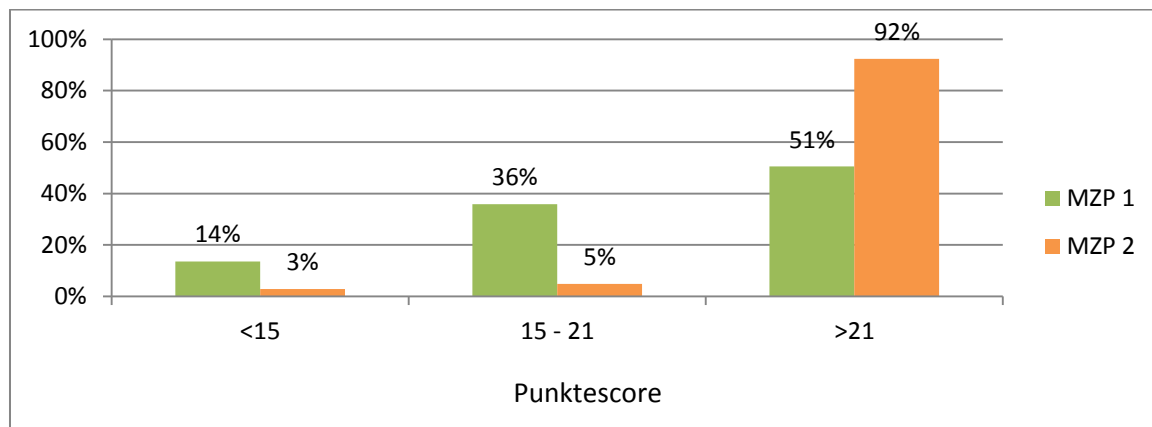
Um den Wissenszuwachs der TeilnehmerInnen zu den Themen Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter zu überprüfen, wurde den Befragten sowohl vor (MZP 1) als auch nach dem Workshop (MZP 2) der gleiche Wissensfragebogen vorgelegt. Der Wissenstest bestand aus insgesamt 3 Fragen zum Thema Ernährung in der Stillzeit und aus insgesamt 8 Fragen zum Thema Ernährung im Beikostalter. Es handelte sich dabei um Multiple-Choice-Fragen, bei denen unterschiedlich viele Antworten korrekt sein konnten; eine Antwort war jedoch mindestens richtig. Bei Fragen mit nur einer richtigen Antwortmöglichkeit, gab es für jede korrekt beantwortete Frage einen Punkt. Bei Fragen, bei denen Mehrfachantworten möglich waren, konnte für jede Antwortmöglichkeit ein Punkt erreicht werden. Wurde die gesamte Frage falsch beantwortet bzw. „bin nicht sicher“ angegeben, wurde für die jeweilige Frage kein Punkt vergeben. Insgesamt konnten 28 Punkte erreicht werden.

Für die Analyse wurden jene Personen eingeschlossen, die den Wissensfragebogen sowohl vor als auch nach dem Workshop ausfüllten. Das ergibt eine Stichprobe von 701 Personen.

Der errechnete Gesamtscore lag vor dem Workshop (MZP 1) im Mittel bei $20,4 \pm 4,7$ Punkten. Rund die Hälfte der TeilnehmerInnen (50,5 %; $n=354$) erzielte dabei mehr als 21 Punkte, 35,9 % ($n=252$) zwischen 15 und 21 Punkten und 13,6 % ($n=95$) der TeilnehmerInnen weniger als 15 Punkte. Die größten Wissenslücken gab es vor allem bei der Frage „Ist ein hartgekochtes Ei für die Beikost geeignet?“ sowie bei der Frage „Darf Fisch bereits im 1. Lebensjahr gegeben werden?“ und bei der Frage „Darf glutenhaltiges Getreide ab Beginn der Beikosteinführung gegeben werden?“.

Nach dem Workshop (MZP 2) konnte in der Steiermark ein signifikanter Wissenszuwachs beobachtet werden ($p < 0,001$). Im Mittel erreichten die TeilnehmerInnen nach dem Besuch des Workshops einen Gesamtscore von $25,3 \pm 3,3$ Punkten. Der Gesamtscore erhöhte sich somit im Durchschnitt um $4,9 \pm 5,1$ Punkte. Beim Messzeitpunkt 2 stieg der Anteil jener Personen, die mindestens drei Viertel der maximalen Punkteanzahl (>21 Punkte) erreichten, auf 92,3 % ($n=647$) an (Abbildung 5).

Abbildung 5 Wissensstand der TeilnehmerInnen zum MZP 1 und MZP 2 ($n_{\text{gesamt}} = 701$)



Fazit: Es fand ein signifikanter Wissenszuwachs ($p < 0,001$) bei den Befragten des Workshops statt. Unmittelbar vor dem Workshop (MZP 1) erreichten die TeilnehmerInnen im Mittel $20,4 \pm 4,7$ Punkte und nach dem Workshop (MZP 2) im Mittel $25,3 \pm 3,3$ Punkte. Dieser Punkteanstieg entspricht einem Wissenszuwachs von 24,0 %.

5.3.2.2. *Erhalt vieler neuer Informationen durch den Workshop*

Die Frage „Durch den Workshop habe ich insgesamt viele neue Informationen erhalten“ beantworteten 854 der 856 befragten EvaluationsteilnehmerInnen unmittelbar nach dem Workshop. Keine Angabe zu dieser Frage machten 2 Personen (0,2 %).

59,6 % der TeilnehmerInnen ($n=510$) stimmten völlig zu, viele neue Informationen erhalten zu haben. Etwas mehr als ein Viertel der TeilnehmerInnen (26,9 %, $n=230$) beantworteten die Frage mit „stimme zu“. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 9,8 % der TeilnehmerInnen ($n=84$). Lediglich 2,2 % der Befragten ($n=19$) antworteten bei dieser Frage mit „stimme eher nicht zu“ und 0,9 % ($n=8$) mit „stimme kaum zu“. Für die Antwort „stimme nicht zu“ entschieden sich 0,4 % der TeilnehmerInnen ($n=3$).

5.3.2.3. *Bereiche des Wissenszuwachses*

Die EvaluationsteilnehmerInnen wurden am Ende des Workshops gefragt, bei welchen der folgenden Themengebiete sie durch die Workshops neues Wissen generieren konnten: „Ernährung in der Stillzeit“, „Säuglingsmilchnahrung“ sowie „Ernährung im Beikostalter“.

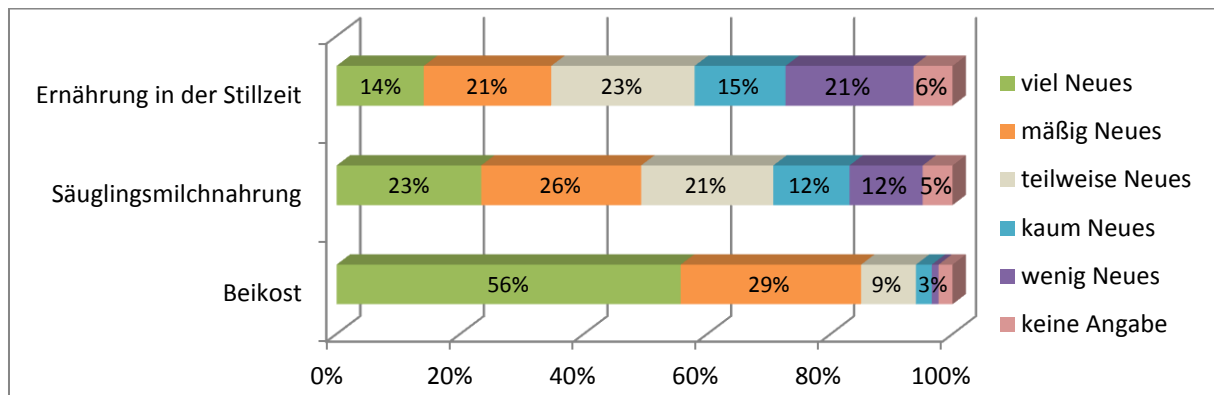
Über das Themengebiet „**Ernährung in der Stillzeit**“ hörten die TeilnehmerInnen der Workshops in der Steiermark größtenteils nur teilweise neue Inhalte (23,2 %, $n=199$). Die wenigsten der TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema viel dazugelernt haben (14,1 %, $n=121$). 55 von insgesamt 856 Personen beantworteten diese Frage nicht (6,4 %).

Die Frage, ob es sich bei den Workshopinhalten zum Thema „**Säuglingsmilchnahrung**“ um neues Wissen gehandelt hat, beantworteten 95,1 % der Befragten in der Steiermark ($n=814$). Der größte prozentuale Anteil an TeilnehmerInnen, ca. ein Viertel (25,9 %, $n=222$), gab an, durch die Workshops mäßig Neues zu diesem Thema gelernt zu haben. Der geringste Anteil an Befragten meinte, dass sie durch die Workshops kaum (12,4 %, $n=106$) bzw. wenig neues Wissen über Säuglingsmilchnahrungen erlangt haben (12,0 %, $n=103$). Viel neues Wissen zum Thema Säuglingsmilchnahrung erlernt zu haben, wurde von 23,4 % ($n=200$) der Personen angegeben.

55,7 % ($n=477$) der Befragten in der Steiermark erfuhr durch die Workshops viel Neues über das Thema „**Beikost**“ und knapp ein Drittel beantwortete die Frage mit mäßig Neues (29,3 %, $n=251$). Nur 9 TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema wenig Neues gelernt haben (1,1 %). Die Frage wurde von insgesamt 836 Personen (97,7 %) beantwortet.

Insgesamt zeigen die Auswertungen, dass es sich für die TeilnehmerInnen in der Steiermark am häufigsten im Bereich der Beikosternährung und am wenigsten häufig beim Thema „Ernährung in der Stillzeit“ um neue Informationen handelte (Abbildung 6).

Abbildung 6 Erlangung von neuem Wissen durch den Workshop bei verschiedenen Themengebieten ($n_{\text{gesamt}}=856$)

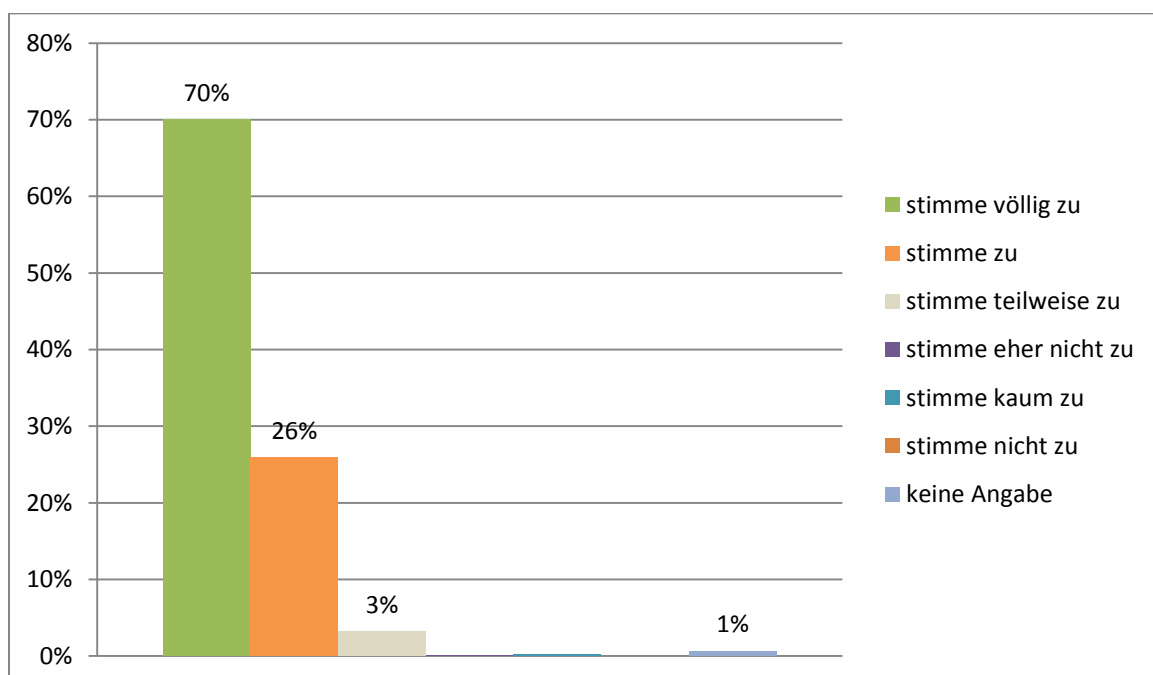


5.3.3. Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag

5.3.3.1. Praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag

851 von 856 TeilnehmerInnen des Workshops beantworteten die Frage „Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag“. Circa 96 % der TeilnehmerInnen stimmten dieser Aussage völlig zu (70,0 %, $n=599$) bzw. stimmten zu (25,9 %, $n=222$). 3,2 % stimmten teilweise zu ($n=27$). Der Anteil, der dieser Aussage eher nicht zustimmte (0,1 %, $n=1$) bzw. kaum zustimmte (0,2 %, $n=2$) war gering. Keine/r der TeilnehmerInnen gab die Antwort „Stimme nicht zu“. 0,6 % ($n=5$) beantworteten diese Frage nicht (Abbildung 7).

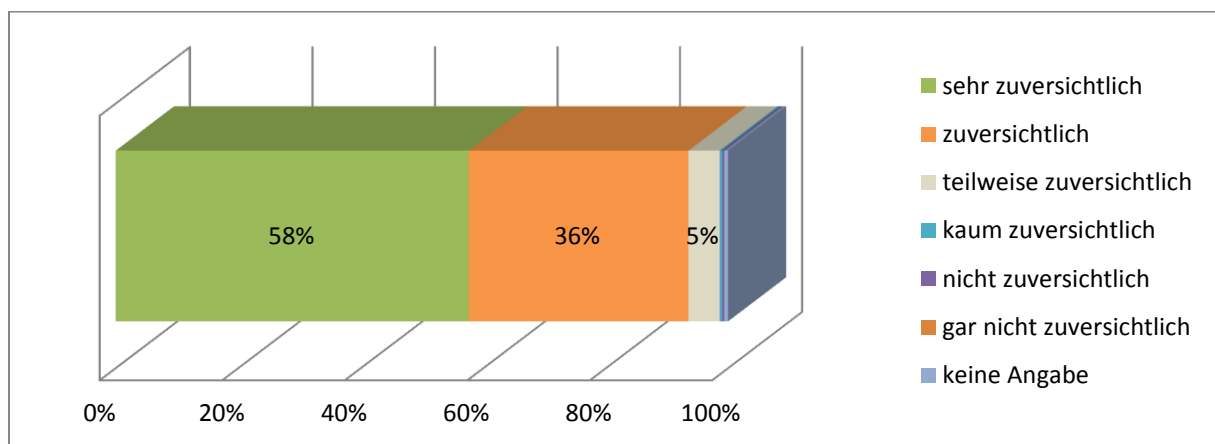
Abbildung 7 Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag ($n_{\text{gesamt}}=856$)



5.3.3.2. Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können

Der überwiegende Anteil der befragten EvaluationsteilnehmerInnen in der Steiermark war sehr zuversichtlich (57,7 %, n=494) bzw. zuversichtlich (35,9 %, n=307), die im Workshop gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können. 5,1 % (n=44) gaben an teilweise zuversichtlich zu sein. Jeweils ein geringer Prozentsatz (0,4 %, n=3) war kaum zuversichtlich bzw. gab an, gar nicht zuversichtlich zu sein. 5 TeilnehmerInnen (0,6 %), der insgesamt 856 Befragten, machten keine Angabe zu dieser Frage und keine befragte Person kreuzte die Antwort „gar nicht zuversichtlich“ an (Abbildung 8).

Abbildung 8 Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können ($n_{gesamt}=856$)



Fazit: Insgesamt wurden die vermittelten Inhalte von den EvaluationsteilnehmerInnen als praxisrelevant und gut umsetzbar eingestuft.

5.3.4. Steigerung der Selbstwirksamkeit der (werdenden) Eltern und Bezugspersonen

Unter Selbstwirksamkeitserwartung wird die Sicherheit verstanden, die Eltern und nahe Bezugspersonen in Bezug auf ihre eigenen Fähigkeiten haben, gesundes und nährstoffreiches Essen für ihr Baby zubereiten zu können sowie mit Problemen besser umgehen zu können und falls Schwierigkeiten auftreten diese zu meistern.

Zwei Fragen wurden über alle Messzeitpunkte dahingehend ausgewertet:

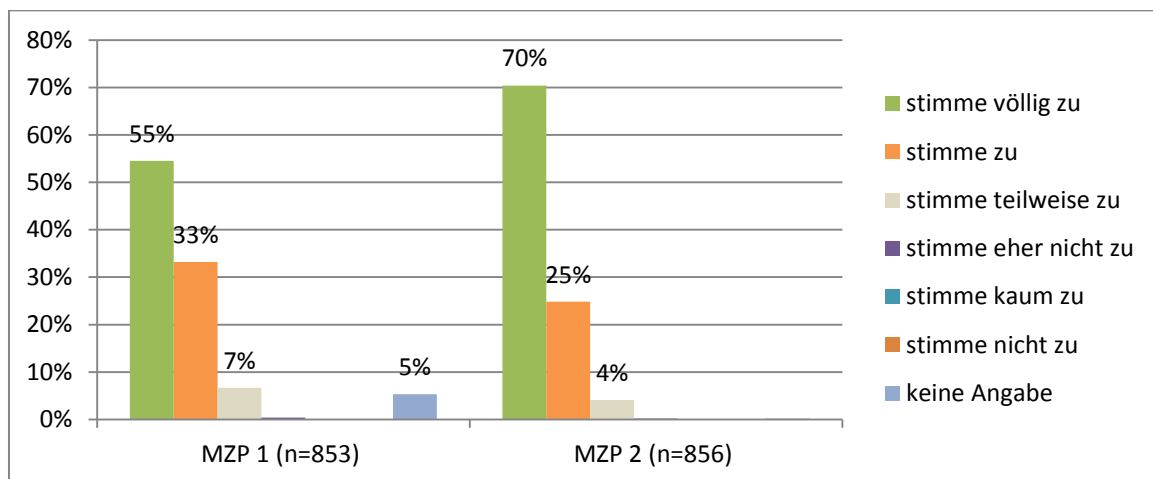
- **Ich bin mir sicher**, dass die Empfehlungen des Beikostworkshops einen großen Beitrag für die Gesundheit meines Babys leisten können.
- **Ich bin mir sicher**, dass ich es schaffe, die Empfehlungen des Beikostworkshops umzusetzen, auch wenn Hindernisse auftreten.

5.3.4.1. Beitrag des Workshops für die Gesundheit des Kindes

Die Frage nach der selbst empfundenen Auswirkung der Empfehlungen des Workshops auf die Gesundheit des Babys beantworteten vor dem Workshop (MZP 1) 808 der 853 in der Steiermark befragten EvaluationsteilnehmerInnen. 45 Befragte (5,3 %) machten keine Angabe. Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben 854 von 856 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort. 2 Personen (0,2 %) beantworteten die Frage nicht.

Bereits vor dem Workshop stimmte der überwiegende Anteil (87,7 %, n=748) der EvaluationsteilnehmerInnen der Aussage „Ich bin mir sicher, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit meines Babys leisten können“ „völlig zu“ (54,5 %, n=465) oder „zu“ (33,2 %, n=283). Weitere 6,7 % (n=57) stimmten teilweise zu. Lediglich 3 Personen (0,4 %) antworteten „stimme eher nicht zu“ und keine Person entschied sich für „stimme kaum zu“ oder „stimme nicht zu“. Unmittelbar nach dem Workshop stieg der Anteil derjenigen TeilnehmerInnen, die der Aussage „völlig zustimmten“ (70,4 %, n=603) oder „zustimmten“ (24,8 %, n=212) weiter an, auf insgesamt 95,2 % (n=815). Der Prozentsatz an Befragten, die nur teilweise ihre Zustimmung gaben, verringerte sich auf 4,1 % (n=35). „Eher nicht“ antworteten 0,2 % der EvaluationsteilnehmerInnen (n=2). „Kaum“ oder „nicht“ der Ansicht, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit ihres Babys leisten können, waren nach dem Workshop, jeweils 0,1 % der TeilnehmerInnen (n=1). Abbildung 9 zeigt die prozentuelle Verteilung der Antworten vor bzw. unmittelbar nach dem Workshop.

Abbildung 9 „Selbstwirksamkeit“ – Vergleich MZP 1 ($n_{gesamt}=853$) mit MZP 2 ($n_{gesamt}=856$)



Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum Messzeitpunkt 1 als auch zum Messzeitpunkt 2 ausfüllten (n=668), konnte eine signifikante Verbesserung ($p<0,001$) beobachtet werden.

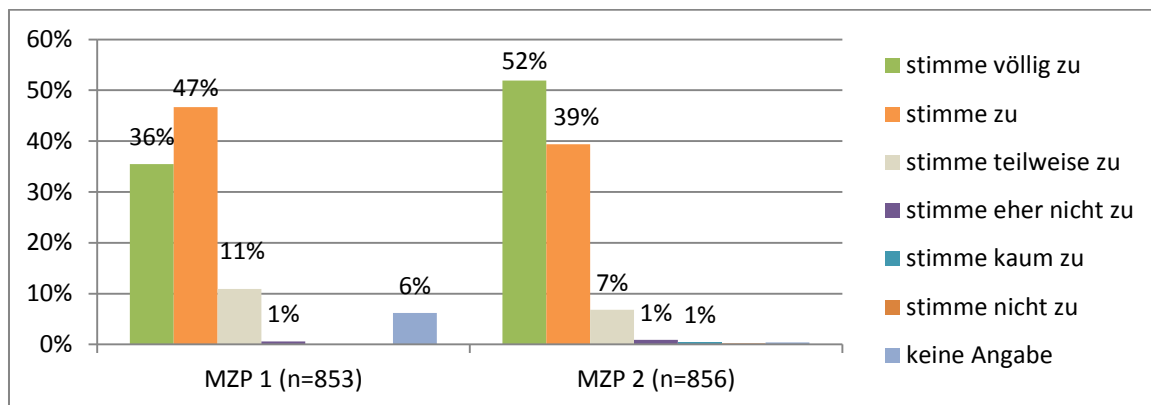
5.3.4.2. Umsetzung der Empfehlungen

Die Frage zur Umsetzbarkeit der Empfehlungen des Workshops beantworteten vor dem Workshop (MZP 1) 800 der 853 TeilnehmerInnen (93,8 %). Keine Angabe zur Umsetzbarkeit machten

53 TeilnehmerInnen (6,2 %). Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben 853 der 856 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort (99,6 %). 3 TeilnehmerInnen (0,4 %) beantworteten die Frage nicht.

Bereits vor dem Workshop stimmte mehr als ein Drittel der TeilnehmerInnen (35,5 %, n=303) völlig zu, sich sicher zu sein, es zu schaffen die Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können, auch wenn Hindernisse auftreten. Der größte Anteil der Befragten, 46,7 % (n=398), beantwortete zu MZP 1 die Frage mit „stimme zu“. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 10,9 % der TeilnehmerInnen (n=93). Lediglich 5 Personen (0,6 %) antworteten bei dieser Frage mit „stimme eher nicht zu“. Keine/r der Befragten befürwortete „stimme kaum zu“ und ein/e TeilnehmerIn (0,1 %) antwortete auf diese Frage mit „stimme nicht zu“. Unmittelbar nach dem Workshop stimmten gut die Hälfte der TeilnehmerInnen (51,9 %, n=444) völlig zu, die Empfehlungen umsetzen zu können, und 39,4 % der Personen (n=337) antworteten auf die Frage mit „stimme zu“. 6,8 % (n=58) stimmten nur teilweise zu. Weitere 8 Personen stimmten eher nicht zu (0,9 %), sicher zu sein, die Empfehlungen trotz auftretenden Hindernissen umsetzen zu können. Die Antwortmöglichkeit „stimme kaum zu“ kreuzten 4 EvaluationsteilnehmerInnen (0,5 %) an und 2 TeilnehmerInnen beantworteten die Frage mit „stimme nicht zu“ (0,2 %). Die nachfolgende Abbildung 10 zeigt, inwieweit die EvaluationsteilnehmerInnen sich zu MZP 1 und MZP 2 sicher sind, die Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können, auch wenn Hindernisse auftreten.

Abbildung 10 Umsetzbarkeit der Empfehlungen – Vergleich MZP 1 ($n_{gesamt}=853$) mit MZP 2 ($n_{gesamt}=856$)



Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum MZP 1 als auch zum MZP 2 ausfüllten (n=661), konnte eine signifikante Verbesserung ($p<0,001$) beobachtet werden.

Fazit: Die Einschätzung, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit des Babys leisten, war nach dem Workshop (MZP 2) insgesamt betrachtet signifikant besser als vor dem Workshop (MZP 1) ($p<0,001$). Auch die Zuversicht, bei Hindernissen den Ernährungsempfehlungen folgen zu können, ist bei den Befragten des Workshops in der Steiermark signifikant gestiegen ($p<0,001$).

5.4. Erneute Teilnahme und Weiterempfehlung

5.4.1. Besuch des Workshops „Ernährung in der Schwangerschaft“ zuvor

Auf die Frage „Haben Sie zuvor den Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ besucht?“ antworteten 25,7 % der TeilnehmerInnen (n=219) in der Steiermark mit „Ja“. 72,7 % der TeilnehmerInnen (n=620) gaben an, den Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ nicht besucht zu haben. 14 Personen (1,6 %) von insgesamt 853 Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

5.4.2. Weiterempfehlung des Workshops „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“

847 der zum MZP 2 befragten 856 EvaluationsteilnehmerInnen (98,9 %) antworteten auf die Frage „Würden Sie den Workshop weiterempfehlen“ mit „Ja“, während 4 TeilnehmerInnen (0,5 %) die Frage verneinten. Weitere 5 TeilnehmerInnen (0,6 %) machten diesbezüglich keine Angabe.

Antworteten die TeilnehmerInnen mit „Nein“, wurde anschließend nach dem Grund gefragt. Die von den TeilnehmerInnen genannten Gründe für keine Weiterempfehlung des Workshops sind im Anhang aufgelistet.

6 Anhang

An dieser Stelle werden die Antworten der offenen Fragen der WorkshopteilnehmerInnen aufgelistet. Wie oft die einzelnen Antworten gegeben wurden, steht jeweils rechts neben der Antwort in Klammer.

6.1. Messzeitpunkt 1

Sie kommen als Angehörige/r:

Oma (1)

Welche andere Staatsangehörigkeit haben Sie (wenn nicht Österreich)?

Deutschland (5), Slowakei (3), Spanien (2), China (2), Algerien (1), Armenien (1), Frankreich (1), Griechenland (1), Großbritannien (1), Polen (1), Rumänien (1), Russland (1), Tschechien (1), USA (1)

Wenn Sie nicht in Österreich geboren sind:

Geburtsland der Mutter:

Deutschland (7), Slowakei (3), Bosnien und Herzegowina (3), China (2), Spanien (2), Rumänien (2), Armenien (1), Tschechoslowakei (1), Frankreich (1), Griechenland (1), Großbritannien (1), Iran (1), Luxemburg (1), Polen (1), Russland (1), Tschechien (1), USA (1), Algerien (1)

Woher/von wem haben Sie Informationen zum Stillen erhalten?

Sonstige Stellen, die genannt wurden:

Hebamme (Hebamme (49), private Hebamme (3), Hebammennachbetreuung (3), Hebamme zu Hause (1), Nachhebamme Geburtsvorbereitungskurs (1), Hebammenzentrum (3), Geburtshaus von der Hebamme (1), Hebamme - ambulante Geburt (1), Hebamme ist Cousine (1), Hebamme Walisch Romana (1), Hausbesuch Hebamme (1), Hebammenberatung (1), Vorbereitung und Nachsorge von der Hebamme (2)), Bücher (28), Geburtsvorbereitungskurs (17), Internet (15), Freunde/Freundin/Freundinnen (12), EBZ (11), EBZ Fernitz (9), Kinderarzt/Kinderärztin (7), EKIZ (5), Mutter/Mütter/andere Mütter (5), Stillgruppe (4), Stillberatung (4), Nachbetreuung (4), Vorbereitungskurs/e (3), Familie (3), EBZ Trofaiach (3), Stillberaterin (3), GKK (3), Folder (3), Ausbildung (z.B. DKKS) (2), Stillambulanz (2), Bekannte (2), EBZ Bruck (2), EBZ Halbenrain (2), Broschüren (2), habe das 1. Kind auch gestillt (2), Geschwister (2), Verwandte (2), Literatur (2),

Geburtsvorbereitungshaus (1), Cousinen (1), Schwester (1), die Woche (1), Dr. Mossier (1), 2. Kind und Geburtsvorbereitungskurs (1), 3. Kind (1), Apotheke (1), EBZ BM (1), EBZ Köflach (1), EBZ Mariazell (1), persönlich informiert (1), EKIZ Programmheft (1), EKIZ Weiz (1), Eltern (1), Elternberatung Straßgang (1), Erfahrung, Literatur vom 1. Kind (1), Folder der GKK Weiz (1), Ratgeber (1), Frau Köberl (1), Frauenarzt (1), Geburtsvorbereitungskurs EBZ (1), GKK Stelle Mariazell (1), GKK Workshop für Schwangere (1), GKK Zeitschrift (1), Frauengesundheitszentrum (1), Google (1), Stillambulanz Leoben (1), Immer & Überall (1), Zeitschriften (1), La Leche Liga (1), Elternberatung (1), Pädagogische Hochschule (1), selbst darüber gelesen (1), Sanatorium Ragnitz (1), Sanatorium Leonhard (1), Sanatorium (1), Stillambulanz AKH Linz (1), Stillberaterin privat (1), Internat (1), Stillberatung EKIZ (1), Stillbuch (1), Workshop (1)

Von wem haben Sie Informationen und Tipps zur Ernährung Ihres Kindes erhalten?

Sonstige Informationsquellen, die genannt wurden:

EKIZ (1), Erfahrung vom 1. Kind (1), Ernährungsberaterin Fr. Steiner (1), Freunde (1), Kinderklinik (1), LKH-Graz (1), meine Schwester (1), Pädagogische Fortbildung (1), Steiner Sigrid (1), Vortrag (1)

Wo sehen Sie die größten Herausforderungen/Fragen zum Thema Ernährung in der Stillzeit und Beikost für sich und Ihr Baby?

- Beikost: Ab wann? Was? Wie? Abfolge? Wie oft? Wie viel? Gekocht oder roh? Beikost unterwegs? Bei Frühgeburten? Trinken? Welche Getränke? Was nicht? Umstellung auf feste Nahrung, "normale Kost"? (112)
- Selbst frisch, abwechslungsreich, gesund, schonend zu kochen (mit Geschwistern/für ganze Familie); Zubereitung, Konservierung und Bevorratung der Beikost (55)
- Zeit (zum Kochen, frisch Zubereiten, zum Essen, für mich) (42)
- Akzeptanz - Verweigerung der Beikost, Geduld dabei beweisen. Was schmeckt dem Baby? Wie gehe ich mit Ablehnung um? (35)
- Abwechslungsreiche, ausgewogene, gesunde Ernährung für Eltern und Kind (ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Nährstoffen) (21)
- Allergien, Unverträglichkeit, Verträglichkeit (Stuhlgang): richtig zu erkennen, Vermeidung, Angst, Allergieneigung der Eltern (20)
- Einkauf, Verfügbarkeit von frischen Lebensmitteln und BIO (17)
- Abstillen: Wann, wie, Fläschchen? (10)
- Verdauungsproblemen (Bauchweh, Blähungen) vorbeugen bei Eltern und Kind (10)
- Alles richtig zu machen (das Richtige zu geben, die Empfehlungen richtig umzusetzen, das Beste für mich und mein Kind) (6)
- Unsicherheiten (dass ich nichts falsch mache oder etwas Falsches gebe) (6)
- Ernährung in der Stillzeit, eigene Ernährung (5)
- Umsetzung im Alltag (5)
- Jedes Kind ist anders (4)

- Keine (4)
- Woran soll man sich halten bei der Fülle von Informationen? (4)
- Eigener Wille des Kindes (3)
- Gläschen oder Selberkochen? Welche Gläschenprodukte? (3)
- Laktose-, Fruktoseintoleranz (2)
- Milchprodukte (2)
- Richtige Gewichtszunahme (2)
- Weiß ich noch nicht. (2)
- Zöliakie (2)
- Alles ist wichtig (1)
- Auf Ratschläge der Oma etc. diplomatisch zu reagieren (1)
- Baby isst schlecht (1)
- Beikost - dass auch die restliche Familie - Großeltern z.B. sich daran halten. (1)
- Das Kind dazu bringen gesundes Essen zu mögen und Neues auszuprobieren. (1)
- Dass durch die Ernährung keine Schäden beim Kind entstehen (1)
- Dass sich Omis an meine Empfehlungen halten. (1)
- Dem Kind einen guten Ess-Start zu geben (1)
- Den richtigen Zeitpunkt zwischen Hunger und Interesse zu erwischen. (1)
- Eigener Schweinehund, Löffel nehmen. (1)
- Geduld (1)
- Gesundheit (1)
- Gluten (1)
- Gute Mischung (1)
- Ich will Informationen und vorhandenes Wissen vertiefen (1)
- Im familiären Umfeld -"Aber sicher kannst du dem Baby schon Schokolade geben"! 2. Kind - wenn man unterwegs ist! (1)
- Integrierung in den Familienalltag (1)
- Kann ich nicht beantworten (1)
- Konsequenz (1)
- Mehr in den Mund als auf das Letzerl zu bekommen. (1)
- Nicht Babys "Gelüsten" nachzugeben! (1)
- Nitrat (1)
- Pädagogische Herangehensweise (1)
- Regelmäßiges Essen immer zur selben Uhrzeit. (1)
- Richtig angewöhnen und vor allem Kombination mit Stillen, Essen unterwegs, ich mache selbst die Gläser nicht..... (1)
- Ruhiges "Sitzen" (1)
- Stillprobleme, Essen ablenken (1)
- Stillen (1)
- Timing, schmackhaft zu kochen. (1)
- Vegane Ernährung, Gleichgewicht (1)
- Vegetarisch (1)
- Welche "Folgemilch"? (1)

- Welches Öl soll ich verwenden? (1)
- Wie soll der Stuhl aussehen? (1)
- Zu stillen, obwohl man keinen Schlaf hat! (1)
- Zucker? (1)

Ihr zuständiger Versicherungsträger:

Andere Versicherungsanstalten, die genannt wurden:

KFA (5), Unica (1), Unica/Selbstständig (1), Privat (1), Notariatsversicherung (1)

6.2. Messzeitpunkt 2

Würden Sie den Workshop „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“ weiterempfehlen? Wenn Nein, warum nicht?

- Antworten auf persönliche Fragen wurden sehr allgemein beantwortet, wenig Konkretes, bzw. aus Folder "Richtig Essen" bekannt. (1)
- etwas langwierig (1)
- Ich würde vorschlagen, nur einen Kurs für Beikost abzuhalten. Der erste Teil war für mich, da ich nicht stille, nicht so von Interesse! (1)
- Inhalte gleichen sehr der Broschüre, liest man die, weiß man alles, chaotisch. (1)
- Ja, wenn die Anmeldung funktioniert! (1)
- Mir fehlte die orthopädische und logopädische Sicht! (1)
- Sehr hilfreiche Tipps! (1)
- Weil ich zuerst Absage bekam und erst später Zusage zu Termin - obwohl ich nach Anmeldung Zusage bekam. (1)

Zu welchem Themengebiet würden Sie sich gerne mehr Informationen wünschen, bzw. gibt es Themengebiete/Infos die nicht vorkamen und für Sie von Interesse wären? Oder hätte etwas kürzer sein können?

- Alles super, hat alles gepasst, Perfekt, entspannte Atmosphäre. Länge super (27)
- Mehr Rezepte beim Thema Beikost. Beikost selber machen (10)
- Beikost (6)
- Die Beratung von Stillenden/Schwangeren und normale Beikost trennen, sonst dauert es zu lange! Ernährung in der Schwangerschaft nicht nötig (5)
- Rezepte (5)
- Zubereitung der Beikost (4)
- Baby led Weaning (3)

- Beikostzubereitung - einfrieren - wie lange haltbar? Haltbarmachen (3)
- Kinderernährung (3)
- Rezepte (3)
- Rezepte bzw. Essensvorschläge - früh, mittags, abends wären gut. (3)
- 3h fast zu kurz. Eher länger, zu wenig Zeit (2)
- Erdbeeren (2)
- Ernährung im Kleinkinderalter (2)
- Ernährung in der Stillzeit. (2)
- Fingerfood (2)
- Kürzer - Ernährung in der Stillzeit. (2)
- Stillen (2)
- Themenblock Beikost könnte länger sein (2)
- Themengebiet Stillen hätte kürzer sein können (2)
- 2. Kind, daher Vorwissen groß (1)
- Alle Themen wurden ausreichend besprochen, auf die Fragen wurde sehr gut eingegangen. (1)
- Allergien, Krankheiten, Reflux, Blähungen im Zusammenhang mit der Ernährung. (1)
- Alternative Beikost (1)
- Alternative Ernährung sinnvoll einsetzen. (1)
- alternative Methoden (1)
- Alternativen bei Allergien oder Unverträglichkeiten (1)
- Außer Gemüse-Fleisch Brei wurde nichts angesprochen. Mehr Infos zu anderen. Beikost hat mir gefehlt (1)
- Beikost kulturell (Asien.....) (1)
- Beikost sollte wirklich Beikost sein - weniger Stillzeit "Mutter-Ernährung". (1)
- Beikostabfolge (1)
- Breie- verschiedene Arten (1)
- Ein Kochworkshop für Beikost (1)
- Einige Folien wurden nicht durchgemacht. (1)
- Einkauf der LM - genauer - wo man was kauft und worauf man bei der Verpackung besonders achten soll/muss. (1)
- Entwicklungspsychologische Themen. (1)
- Ernährung für Frühgeburten (1)
- Ernährung in der Stillzeit wäre eher bei Ernährung in der SS Kurs zu behandeln (1)
- Ernährung in der Stillzeit. Jeder der kurz vor Einführung der BK steht stillt bereits und sollte wissen wie man sich ernähren soll (1)
- Ev. dem Folder eine Liste mit aktuellen Primärquellen beifügen (für Interessierte) (1)
- Eventuell mehr über die praktische Umsetzung im Alltag (wo einkaufen, wie/wann vorbereiten, für unterwegs - Tipps von Müttern? (1)
- Eventuelle Allergien. (1)
- Extra Kurs - Schwangerschaft, Stillen, Beikost. Würde die Dauer verkürzen mit Baby zu Hause. (1)
- Feste Nahrung (verschlucken), Babygeschirrempfehlung? (1)

- Genauer "Fahrplan" für Beikost, Modell-Wochenplan für 5. u. 6. LM. (1)
- Handout für: "Wenn man im Jänner/Februar mit der Beikost beginnt" wäre hilfreich. (1)
- Hätte etwas kürzer sein können, 1.Pause gleich am Anfang nicht nötig - besser in der Mitte eine Pause. (1)
- Ich habe den Kurs besucht da er über Beikost ist, die Infos übers Stillen waren für mich nicht wichtig (1)
- Ich hätte gerne nur das Thema Ernährung in der SS behandelt gehabt (1)
- Ich hätte mir genauere Angaben gewünscht, wann und wie Beikost zu geben und zu steigern ist. (1)
- Ich rufe an bei Fragen, danke. (1)
- Information über fertige Beikosternährung in Bezug auf deren Zuckergehalt und praktische Kochtipps. (1)
- Kleinkind, Ernährung nach dem 1. LJ. (1)
- Lebensmittelverträglichkeit in der Stillzeit (1)
- Mehr Ernährung für die Kinder/Mütter. (1)
- Mehr gesunde Zubereitungsarten von Beikost. (1)
- Mehr Infos zum Thema Kuhmilch! (1)
- Mehr praktische Tipps - wie man Kindern das Essen schmackhaft macht, was tun - wenn das Kind das Essen verweigert? (1)
- Meine Fragen wurden alle beantwortet! (1)
- Mengen (1)
- Mengen/Zeit ist aber individuell (1)
- Menüvorschläge (1)
- Milch, TCM-Kontroversen (1)
- Nitrat (1)
- Noch mehr Beikostrezepte (schnelle) (1)
- Noch mehr zu Beikost, Ablauf (1)
- Praktische Anwendung - Beikostzubereitung. (1)
- Praktische Übungen - Kochen- Lagerung (1)
- Praktische Umsetzung, welche Stillmahlzeit wie ersetzt wird (1)
- Praxisbeispiel bzgl. Einführung der Beikost und weiter Schritte. (1)
- PreNahrung Produkte, nach welchen Kriterien aussuchen (1)
- Spezialessen wie Frühchenernährung, Verdauungsprobleme bei Babys. (1)
- Stille seit 5 Monaten, dazu brauche ich keine Tipps, alternative Sichtweisen zusätzlich wären interessant, nicht Schema "F". (1)
- Tipps für Eltern, die Breie (Getreide-Obst) selber machen und nicht immer Hipp Gläschen geben. (1)
- Vegetarische Ernährung von Kindern (1)
- Vielleicht einen etwas detaillierteren Zeitplan. (1)
- Vielleicht mehr über die Ernährung mit Fläschchen bei Erstgeborenen (1)
- Vielleicht noch etwas mehr über Fläschchennahrung, da es doch so viele verschiedene Marken gibt (Milupa, Hipp, Aptamil...), welche am besten wäre (1)
- Vorbereitung der Beikost (1)

- Wann gebe ich was richtig? (1)
- Wie gesagt, den Kurs trennen, dann ist er spezieller für gewisse Personen. (1)
- Wurde alles abgedeckt, da sehr flexibel auf die Fragen eingegangen wurde. (1)
- Zubereitung und Bevorratung von Selbstgekochem (1)
- Zum Kochen (1)

Haben Sie sonstige Änderungsvorschläge/Wünsche/Anmerkungen?

- Nein, Alles bestens, Danke sehr, weiter so! Vortrag war spitze! Lebendig gestaltet, sympathisch, Weiterempfehlung! Super Powerpoint (36)
- Themenblöcke Schwangerschaft, Stillen und Beikost sollten getrennt werden, da völlig eigenständige Themen und damit auch andere Fragen! (6)
- Rezepte für Breie, Rezeptvorschläge für die erste Breizusammenstellung. (4)
- Workshop sollte länger sein, Mehr Zeit einplanen (4)
- Andere Uhrzeit, Etwas früher Beginn, 13/14 Uhr, Zeitlich späterer Start als 08:00 Uhr (3)
- Beispiele aus dem Alltag! Mehr Praxis (3)
- Sehr gutes Wissen der Vortragenden! Sehr nette Vortragende (3)
- Bitte auf Emailanmeldungen besser eingehen. Ich habe nicht gewusst, dass man das Kind mitnehmen darf, obwohl ich das extra gefragt habe. Auf diese Frage ist nicht eingegangen worden, daher dachte ich, man kann es nicht (Babysitter organisiert!) (2)
- Etwas zu lange, Komprimieren/kürzen (2)
- Mehr Pausen, mehr Zeit für Fragen. Kleine Snacks für Teilnehmer (2)
- Mehr Rezepte (2)
- Räumlichkeit nicht optimal, Kühlere Räume (2)
- Barrierefreien Seminarraum nicht im 1. Stock ohne Lift! (1)
- Beschilderung vom Eingang wäre nett, war anfangs etwas verloren, da zum 1. Mal am Veranstaltungsort. (1)
- Besonders wertvoll: zusätzlich zu allgemeinen Ernährungsstandards - persönliche Meinung der Vortragenden! (1)
- Bitte, die Folien durchmachen. (1)
- Da der WS "Babys erstes Löffelchen" heißt, brauche ich keinen Vortrag über Ernährung in der SS, bzw. Ernährung in der Stillzeit. (1)
- Dass Rauchen in der Stillzeit auch in die Muttermilch übergeht! (1)
- Dauer/Möglichkeiten für Babys wickeln, Sitzgelegenheiten etc. (1)
- Die Trainerin war hervorragend. Rhetorisch sehr gut und sehr praxisnah. Nicht so extrem alternativ - toll! (1)
- Direktes Zubereiten von z.B. Breimahlzeiten 1x Gemüse/Fleisch und 1 x Getreidebrei. (1)
- Ein Kochkurs für Breie und für die Stillzeit usw. wäre toll! (1)
- Einiges deckt sich auch mit dem Schwangeren-Workshop, mehr auf den Alltag mit dem Baby eingehen, also Praxistipps. (1)
- Es wäre interessant gewesen, wie man das Kind an den Topf gewöhnt (Empfehlungen). (1)

- Etwas mehr Sensibilität beim Umgang mit dem Thema Stillen, z.B. "sie können immer so lange stillen, so lange Sie wollen". (1)
- Fahrplan für Beikost Einführung bereitstellen, die Informationen sind sehr umfangreich. Z.B. Menüplan für 2 Wochen. (1)
- Fragebögen -Antwortmöglichkeiten zu ungenau z.B. Frage 8, Antwort b - gewaschenes Gemüse z.B. ganze Karotte oder in entsprechender Form. (1)
- Interesse für einen Workshop für Kinderernährung nach dem 1. LJ. (1)
- Kochkurs (1)
- Lokalität "St. Leonhard" kein Parkplatz! (1)
- Noch mehr Brei zu kochen wäre wünschenswert! (1)
- Schade, dass der Workshop nur in Graz zustande kam! (1)
- Stillzeit zum WS Ernährung in der SS! (1)
- Super, dass die Referentin zuerst nach unseren Wünschen gefragt hat. So waren die Inhalte perfekt auf uns abgestimmt. Super, dass jederzeit Fragen erwünscht und erörtert wurden (1)
- Toll fand ich, dass auch psychologische Aspekte behandelt wurden (1)
- Toller Vortrag mit Kostprobe! (1)
- Übersicht der Produkte am Markt. (1)
- Viele Themen in kurzer Zeit. (1)
- Vielleicht die Menge von Fleisch, Getreide vorlegen, dass die Eltern eine Menge sehen - viele können sich unter dem Gewicht nichts vorstellen. (1)
- Vielleicht ein, zwei Hipp Gläschen zum Probieren (für Mutter) um die Entscheidung zu erleichtern beim Kauf (Karotte, Pastinake) (1)
- Wie man Allergien vermeiden kann. (1)
- Wochenplan - wie man am besten z.B. 3 Wochen welchen Brei gibt (1)
- Workshop nur ohne Kinder! (1)
- Zuerst Beikost, dann Ernährung! (1)