

## Evaluationsbericht 2013 – Salzburg

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](http://www.ages.at)

**Bundesministerium für Gesundheit**, Radetzkystraße 2, 1030 Wien, [www.bmg.gv.at](http://www.bmg.gv.at)

**Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger**, Kundmanngasse 21, 1031 Wien, [www.sozialversicherung.at](http://www.sozialversicherung.at)

### Für den Inhalt verantwortlich:

Mag.<sup>a</sup> Melanie U. Bruckmüller

Mag.<sup>a</sup> Bettina Meidlinger

Dr.<sup>in</sup> Birgit Dieminger (Programmleitung)

### Unter Mitarbeit von (in alphabetischer Reihenfolge):

Lisa Buchinger, Bakk.

Mag.<sup>a</sup> Bernadette Bürger

Nadine Fröschl, MSc

Mag.<sup>a</sup> Katrin Seper

Mag.<sup>a</sup> Nadja Wüst

Foto: fotolia

Kontakt: [team@richtigessenvonanfangen.at](mailto: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

<b>1</b>	<b>Einleitung</b>	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>Beschreibung der Maßnahme „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“</b>	<b>8</b>
2.1.	Umsetzung	8
2.2.	Workshopaufbau	9
2.3.	Zielgruppe	9
<b>3</b>	<b>Evaluation</b>	<b>10</b>
3.1.	Fragebogen	10
3.2.	Ziele der Evaluation	11
<b>4</b>	<b>Methodik</b>	<b>11</b>
4.1.	Dateneingabe	11
4.2.	Datenbereinigung	11
4.3.	Statistische Auswertung	11
4.4.	Stichprobe	13
<b>5</b>	<b>Ergebnisse der Evaluierung</b>	<b>13</b>
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“	17
5.2.8.1.	Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen bzw. haben Sie Ihr Kind gestillt?	17
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
<b>5.3.</b>	<b>Ziele</b>	<b>21</b>
5.3.1.	Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung	21
5.3.2.	Die Überprüfung des Wissenszuwachses	21
5.3.2.1.	Wissenszuwachs	21
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	25
5.3.4.2.	Umsetzung der Empfehlungen	26
<b>5.4.</b>	<b>Erneute Teilnahme und Weiterempfehlung</b>	<b>27</b>
5.4.1.	Besuch des Workshops „Ernährung in der Schwangerschaft“ zuvor	27
5.4.2.	Weiterempfehlung des Workshops „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“	28
<b>6</b>	<b>Anhang</b>	<b>29</b>

## 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 Salzburg 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

BVA	Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter
bzw.	beziehungsweise
g	Gramm
Max	Maximum
MD	Median
Min	Minimum
MW	Mittelwert
MZP	Messzeitpunkt
n	Strichprobenumfang
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
VAEB	Versicherungsanstalt für Eisenbahnen und Bergbau
VGKK	Vorarlberger Gebietskrankenkasse
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 im Februar 2012. Im Juni 2012 fand der erste reguläre Workshop in Salzburg statt. Im Jahr 2013 haben in allen Bundesländern reguläre Workshops stattgefunden.

Die Umsetzung der Workshops in Salzburg erfolgt durch die Salzburger 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"> <li>• Stammdatenblatt TeilnehmerInnen (demographische Daten) zur Beschreibung der Stichprobe</li> <li>• Fragen zum jeweiligen Themenbereich (Stillzeit und Beikostalter)</li> <li>• Selbstwirksamkeitserwartung</li> <li>• Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“</li> </ul>
Messzeitpunkt 2 nach dem Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zufriedenheitsbewertung</li> <li>• Selbstwirksamkeitserwartung</li> <li>• Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“</li> </ul>
Messzeitpunkt 3 ein Jahr nach dem Workshop	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fragen zum Kind</li> <li>• Fragen zum Stillen und zur Beikosteinführung</li> <li>• Umsetzbarkeitsbewertung</li> <li>• Selbstwirksamkeitserwartung</li> <li>• Wissensfragen zu den Themen „Ernährung in der Stillzeit“ und „Ernährung im Beikostalter“</li> </ul>

Ein Jahr nach dem Workshopbesuch (Messzeitpunkt 3) erhalten alle TeilnehmerInnen, die eine gültige E-Mail-Adresse angegeben haben, eine Einladung für eine weitere Befragung. Der dafür vorgesehene Fragebogen wurde als Onlinefragebogen konzipiert. Seit Juni 2013 werden in Salzburg pro Monat die BesucherInnen desselben Monats im Vorjahr angeschrieben und eingeladen, an einer Onlineumfrage teilzunehmen.

## 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 Salzburg **217 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) und **205 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) aus. Sowohl MZP 1 als auch MZP 2 beantworteten insgesamt **187 Personen** (79,6 %). 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 Salzburg insgesamt 38 Workshops mit 288 BesucherInnen statt. Es kamen insgesamt 10 MultiplikatorInnen zum Einsatz. An der Erhebung zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) nahmen 217 Personen und zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) 205 Personen teil. Im Jahr 2013 wurden im Bundesland Salzburg 75 MultiplikatorInnen geschult.

Zusätzlich wurden in Salzburg 2 Workshops für die Zielgruppe MigrantInnen abgehalten und damit insgesamt 6 Personen erreicht. 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=217) waren 96,8 % (werdende) Mütter (n=210). Jeweils 1,4 % (n=3) waren (werdende) Väter bzw. Angehörige. Eine Person machte keine Angabe zu dieser Frage (0,5 %). Von den TeilnehmerInnen unter „Angehörige/r“ genannte Angaben sind im Anhang aufgelistet.

### 5.2.2. Alter

In Salzburg machten insgesamt 216 Personen, der zum MZP 1 befragten BesucherInnen, eine Angabe zum Alter. Lediglich eine Person gab keine Antwort auf die Frage. Insgesamt betrug das mittlere Alter  $31,4 \pm 5,0$  (MW  $\pm$  sd) Jahre und reichte von 18 bis 58 Jahre.

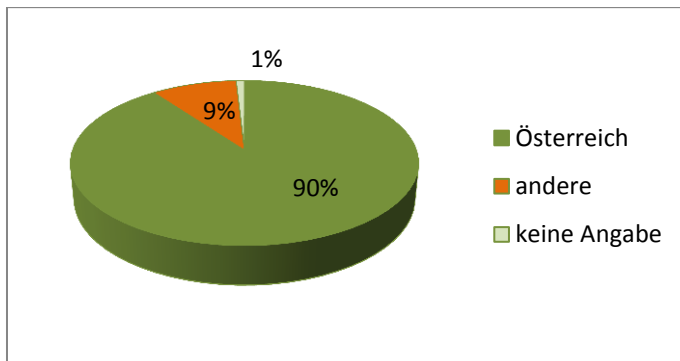
Die Frage zum Alter beantworteten alle 210 (werdenden) Mütter, die den Workshop besuchten. Deren mittleres Alter lag bei  $31,1 \pm 4,6$  Jahren. Die jüngste Frau war 18 Jahre und die älteste 49 Jahre alt. In Salzburg lag das angegebene Alter der 3 (werdenden) Väter zwischen 27 und 40 Jahren, der Mittelwert betrug  $33,7 \pm 6,5$  Jahre. Bei den 3 Angehörigen, die die Frage zum Alter beantworteten, lag das mittlere Alter bei  $45,7 \pm 13,1$  Jahren (Tabelle 2).

Tabelle 2 *Alter der TeilnehmerInnen in Jahren ( $n_{\text{gesamt}}=217$ )*

TeilnehmerInnen	n (fehlend)	Alter in Jahren	
		MW $\pm$ sd	Min - Max
Gesamt	216 (1)	$31,4 \pm 5,0$	18 – 58
(werdende) Mütter	210 (0)	$31,1 \pm 4,6$	18 – 49
(werdende) Väter	3 (0)	$33,7 \pm 6,5$	27 – 40
Angehörige	3 (0)	$45,7 \pm 13,1$	32 – 58

### 5.2.3. Staatsangehörigkeit

Von den teilnehmenden BesucherInnen gaben 89,9 % (n=195) an, eine österreichische Staatsbürgerschaft und 9,2 % (n=20) eine andere Staatsbürgerschaft als die Österreichische zu haben (Abbildung 1). Von jenen Personen, die keine österreichische Staatsbürgerschaft besitzen, war die Mehrheit (90,0 %, n=18) aus Deutschland und jeweils 5,0 % (n=1) aus Tschechien und den USA. Lediglich 2 TeilnehmerInnen (0,9 %) machten keine Angabe zur Staatsangehörigkeit. Weitere Detailangaben sind im Anhang enthalten.

Abbildung 1 Verteilung der Staatsangehörigkeit ( $n_{\text{gesamt}}=217$ )

#### 5.2.4. Wohndauer in Österreich

19 befragte (werdende) Mütter, die nicht in Österreich geboren wurden, gaben an wie lange sie schon in Österreich leben. Der Mittelwert der Wohndauer lag bei  $8,2 \pm 8,2$  Jahren und reichte von 1 bis 34 Jahre (Tabelle 3). Keine Angabe machten 3 befragte Personen. Die genannten Geburtsländer von (werdenden) Müttern, welche nicht in Österreich geboren wurden, sind im Anhang aufgelistet.

Tabelle 3 Wohndauer in Salzburg in Jahren ( $n_{\text{gesamt}}=22$ )

	n (fehlend)	Wohndauer in Jahren	
		MW $\pm$ sd	Min - Max
(werdende) Mütter	19 (3)	$8,2 \pm 8,2$	1 – 34

#### 5.2.5. Ausbildung

Gut ein Drittel der befragten EvaluationsteilnehmerInnen (33,6 %,  $n=73$ ) hatte einen Universitäts- oder Fachhochschulabschluss. 27,6 % ( $n=60$ ) der insgesamt 217 TeilnehmerInnen bestätigten, eine berufsbildende oder allgemeinbildende höhere Schule absolviert zu haben. Einen Abschluss einer berufsbildenden mittleren Schule (Fachschule, Handelsschule, etc.) hatten 14,7 % ( $n=32$ ) der Befragten. 23,0 % ( $n=50$ ) schlossen eine Lehre ab. Kein/e TeilnehmerIn gab die Antwort „Pflichtschulabschluss ohne Lehre“ oder „keinen Pflichtschulabschluss“. 2 Personen machten keine Angabe zu dieser Frage (0,9 %).

### 5.2.6. Versicherungsträger

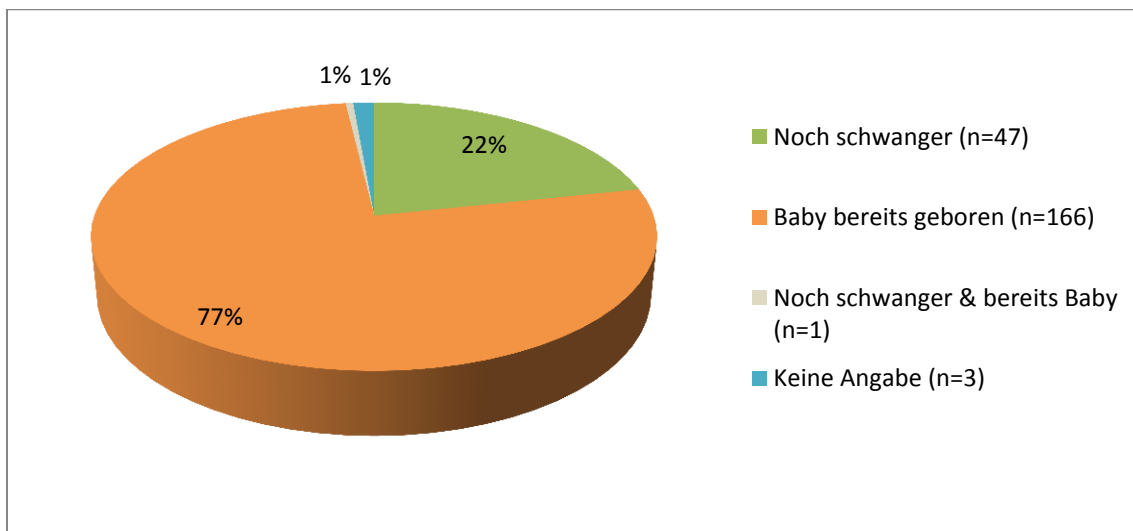
99,5 % (n=216) der insgesamt 217 befragten TeilnehmerInnen beantworteten die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger. Eine Person (0,5 %) machte keine Angabe. Mehrfachantworten waren möglich.

Auf die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger antworteten 72,8 % (n=158) der TeilnehmerInnen in Salzburg mit SGKK. 15,7 % (n=34) der Befragten gaben an, bei der BVA versichert zu sein. Bei der OÖGKK waren 5,1 % (n=11) und bei der VAEB 1,8 % (n=4) versichert. 2 Personen (0,9 %) waren bei der VGKK versichert. Jeweils eine Person (0,5 %) gab an bei der STGKK, SVA, WGKK bzw. SVB versichert zu sein. 1,8 % (n=4) gaben eine anderen Versicherungsanstalt als den aufgelisteten an. 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)

214 Befragte beantworteten die Frage zur Schwangerschaftswoche, zum Alter und Geburtsgewicht des Kindes und/oder zur Termingeburt des Kindes. 1,4 % (n=3) machten keine Angabe. Von insgesamt 217 Befragten waren 21,7 % (n=47) noch schwanger, bei 76,5 % (n=166) wurde das Kind bereits geboren und eine Frau (0,5 %) war noch schwanger und hatte bereits ein Kind (Abbildung 2).

Abbildung 2 Häufigkeitsverteilung Schwangere und Befragte, die bereits ein Kind haben ( $n_{gesamt}=217$ )



#### Schwangerschaftswoche

48 Personen in Salzburg gaben eine Schwangerschaftswoche (SSW) an. Im Mittel waren die Frauen in der 32. SSW ( $31,9 \pm 5,4$ ), wobei die Angaben von der 18. bis zur 40. SSW reichten (Tabelle 4).



Tabelle 4 Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen in Wochen ( $n_{\text{gesamt}}=48$ )

	n (fehlend)	MW $\pm$ sd	Min - Max
Schwangerschaftswoche	48 (0)	31,9 $\pm$ 5,4	18 – 40

#### Alter des Kindes

In Salzburg wurde von 165 Personen, bei denen das Baby bereits geboren wurde, eine Angabe zum Alter des Babys gemacht. Das mittlere Alter der Kinder lag bei 4,4  $\pm$  1,9 Monaten. Das jüngste Kind war ein Monat alt und das älteste Kind war 11 Monate alt (Tabelle 5).

Tabelle 5 Alter des Kindes in Monaten ( $n_{\text{gesamt}}=167$ )

	n (fehlend)	MW $\pm$ sd	Min - Max
Alter des Kindes in Monaten	165 (2)	4,4 $\pm$ 1,9	1 – 11

#### Geburtsgewicht

Von jenen TeilnehmerInnen, deren Baby bereits auf der Welt war, gaben 162 Personen das Geburtsgewicht ihres Kindes an, wobei das mittlere Geburtsgewicht bei 3.368,9  $\pm$  687,9 g lag. Das niedrigste angegebene Geburtsgewicht betrug 781 g, das höchste 7.000 g (Tabelle 6).

Tabelle 6 Geburtsgewicht in Gramm ( $n_{\text{gesamt}}=167$ )

	n (fehlend)	MW $\pm$ sd	Min - Max
Geburtsgewicht in g	162 (5)	3.368,9 $\pm$ 687,9	781 – 7.000

#### Termingeburt

Diese Frage beantworteten ebenfalls nur jene befragten EvaluationsteilnehmerInnen, bei denen das Kind bereits geboren wurde. Von diesen 167 Personen in Salzburg, wurde bei 87,4 % ( $n=146$ ) das Kind termingerecht geboren, 10,8 % ( $n=18$ ) hatten keine Termingeburt und 1,8 % der Befragten ( $n=3$ ) 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=48). Hingegen wurden bei der Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ diejenigen Personen berücksichtigt, bei welchen bereits das Baby geboren wurde (n=167).

Auf die Frage „Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen?“ antworteten 93,8 % (n=45) der befragten TeilnehmerInnen mit „Ja“. Keine Befragte beantwortete die Frage mit „nein“ und lediglich eine Person (2,1 %) mit „weiß nicht“. 2 (4,2 %) der 48 in Salzburg befragten TeilnehmerInnen machten diesbezüglich keine Angabe.

Die Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ beantworteten 86,2 % (n=144) der befragten TeilnehmerInnen, bei welchen bereits das Baby geboren wurde, mit „Ja“. 4,8 % der Befragten (n=8) gaben an, dass ihr Kind nicht gestillt wurde. Von 15 (9,0 %) der insgesamt 167 in Salzburg 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.

137 der 167 befragten EvaluationsteilnehmerInnen (82,0 %) hatten Informationen zum Thema Stillen im Krankenhaus erhalten. Im Entbindungsheim erhielten 4 TeilnehmerInnen (2,4 %) Informationen zum Stillen. Im Falle von Hausgeburten bekamen ebenfalls 4 TeilnehmerInnen (2,4 %) vom medizinischen Personal Informationen zu diesem Thema. 32,9 % der TeilnehmerInnen (n=55) 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 10,2 % der Personen (n=17).

#### **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=167).

50,3 % der Befragten (n=84) antworteten auf die Frage, ob bei den von ihnen angegebenen Informationsquellen, das Thema „Ernährung in der Stillzeit“ behandelt wurde, mit „Ja“. Hingegen gaben 35,9 % der TeilnehmerInnen (n=60) an, dass das Thema „Ernährung in der Stillzeit“ nicht behandelt wurde. 23 Personen (13,8 %) von insgesamt 167 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=167), ausgewertet.

27,5 % dieser 167 EvaluationsteilnehmerInnen gaben an, dass Beikost bereits eingeführt wurde (n=46). 64,1 % der Befragten (n=107) gaben noch keine Beikost. Keine Angabe diesbezüglich machten 8,4 % der befragten Personen (n=14).

### 5.2.9.2. Alter des Kindes bei der Beikosteinführung

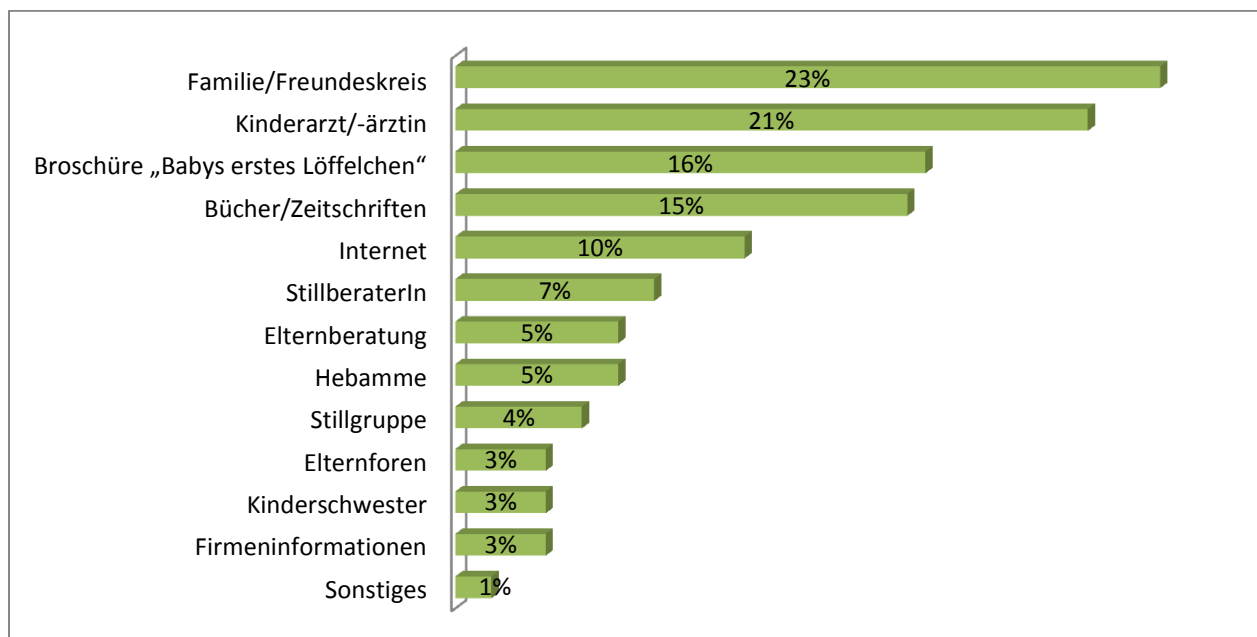
32,3 % (n=54) von 167 TeilnehmerInnen, bei denen bereits das Baby geboren wurde, gaben das Alter des Kindes bei Beikosteinführung an. 67,7 % machten keine Angabe (n=113). Im Mittel lag das Alter bei Beikosteinführung bei  $5,2 \pm 1,0$  Monaten. Das jüngste Kind war bei Beikosteinführung 4 Monate alt, das älteste 8 Monate (Tabelle 7).

Tabelle 7 *Alter bei Beikosteinführung in Monaten (n<sub>gesamt</sub>=167)*

	n (fehlend)	MW $\pm$ sd	Min - Max
Alter in Monaten	54 (113)	$5,2 \pm 1,0$	4 – 8

### 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 Salzburg am häufigsten „Familie/Freundeskreis“ (23,4 %, n=39), sowie „Kinderarzt/Kinderärztin“ (21,0 %, n=35) und die Broschüre „Babys erstes Löffelchen“ (15,6 %, n=26) angekreuzt. 15,0 % (n=25) der TeilnehmerInnen nannten als Quelle für Empfehlungen zur Ernährung des Kindes „Bücher/Zeitschriften“ und 9,6 % (n=16) das Internet. Am seltensten gaben die TeilnehmerInnen in Salzburg Elternforen, Kinderschwester, Firmeninformationen (jeweils 3,0 %, n=5) oder „Sonstiges“ (1,2 %, n=2) als Quelle für die Vermittlung von Ernährungsempfehlungen an. Der Hausarzt bzw. die Hausärztin wurde nie genannt. Weitere Angaben sind in Abbildung 3 ersichtlich. Keine Angabe zu dieser Frage machten 64,1 % der Personen (n=107). Bei dieser Frage waren Mehrfachantworten möglich. Eine Liste zu den angegebenen „sonstigen Stellen“ befindet sich im Anhang.

Abbildung 3 Quelle von Ernährungsinformationen ( $n_{\text{gesamt}}=167$ )

### 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 rund ein Viertel der TeilnehmerInnen (25,1 %,  $n=42$ ) in Salzburg mit „Ja“. 32,9 % der TeilnehmerInnen ( $n=55$ ) gaben an die Broschüre nicht zu kennen. 70 Personen (41,9 %) von insgesamt 167 in Salzburg 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 97,6 % der TeilnehmerInnen ( $n=41$ ) in Salzburg mit „Ja“. Keine Person gab an, dass die Informationen für sie/ihn nicht hilfreich waren. Eine Person (2,4 %) der insgesamt 42 in Salzburg Befragten machte zu dieser Frage keine Angabe.

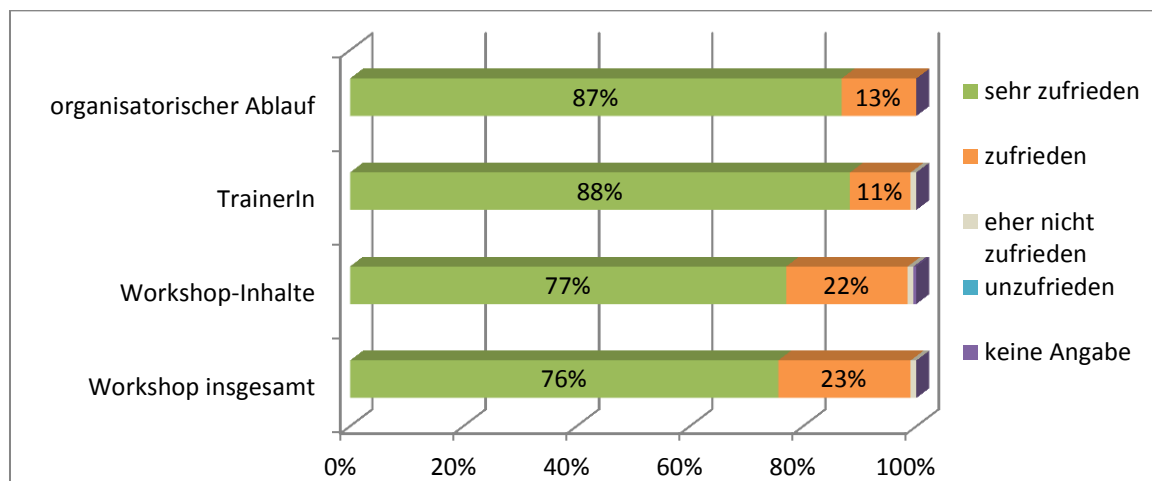
### 5.3. Ziele

#### 5.3.1. Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung

Der überwiegende Anteil der befragten EvaluationsteilnehmerInnen in Salzburg war mit dem organisatorischen Ablauf der Workshops sehr zufrieden 86,8 % (n=178) bzw. zufrieden (13,2 %, n=27). Mit 88,3 % (n=181) äußerte der Großteil der Befragten hohe Zufriedenheit und 10,7 % (n=22) Zufriedenheit mit dem/der TrainerIn. Die Inhalte des Workshops wurden von über drei Viertel der Befragten als sehr zufriedenstellend (77,1 %, n=158) und von 21,5 % (n=44) als zufriedenstellend bewertet. drei Viertel der TeilnehmerInnen in Salzburg waren mit dem Workshop insgesamt sehr zufrieden (75,6 %, n=155) und knapp ein Viertel waren zufrieden (23,4 %, n=48).

Keine/r der TeilnehmerInnen zeigte sich unzufrieden mit der Organisation, je 2 Personen (1,0 %) waren mit der/dem TrainerIn, den Inhalten oder dem Workshop insgesamt eher nicht zufrieden. Alle Fragen wurden beantwortet, bis auf die Frage zu den Inhalten, welche von einer Person nicht angekreuzt wurde (Abbildung 4).

Abbildung 4 Zufriedenheit der TeilnehmerInnen ( $n_{\text{gesamt}}=205$ )



**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

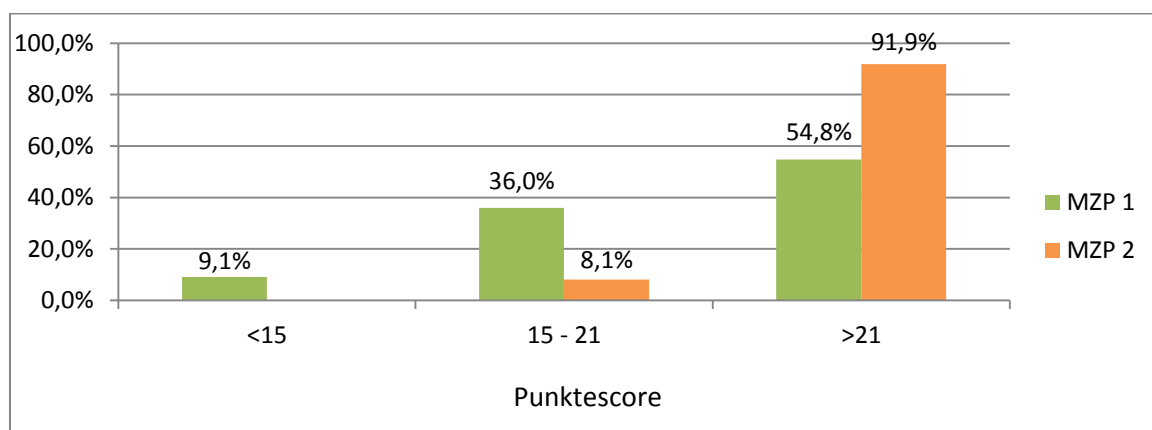
zum Thema Ernährung in der Stillzeit und aus insgesamt 8 Fragen zum Thema Ernährung im Beikostalter. Es handelte sich dabei um Multiple-Choice-Fragen, bei denen unterschiedlich viele Antworten korrekt sein konnten; eine Antwort war jedoch mindestens richtig. Bei Fragen mit nur einer richtigen Antwortmöglichkeit, 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 186 Personen.

Der errechnete Gesamtscore lag vor dem Workshop (MZP 1) im Mittel bei  $21,1 \pm 4,0$  Punkten. Mehr als die Hälfte der TeilnehmerInnen (54,8 %,  $n=102$ ) erzielte dabei mehr als 21 Punkte, 36,0 % ( $n=67$ ) zwischen 15 und 21 Punkten und 9,1 % der TeilnehmerInnen ( $n=17$ ) weniger als 15 Punkte. Die größten Wissenslücken waren vor allem bei der Frage „Darf Fisch bereits im 1. Lebensjahr gegeben werden?“ sowie bei der Frage „Ist ein hartgekochtes Ei für die Beikost geeignet?“ und bei der Frage „Sind natriumarme abgepackte Wässer als Getränke zur Deckung des Flüssigkeitsbedarfs der Kinder geeignet?“.

Nach dem Workshop (MZP 2) konnte in Salzburg ein signifikanter Wissenszuwachs beobachtet werden ( $p < 0,001$ ). Im Mittel erreichten die TeilnehmerInnen nach dem Besuch des Workshops einen Gesamtscore von  $25,3 \pm 2,2$  Punkten. Der Gesamtscore erhöhte sich somit im Durchschnitt um  $4,2 \pm 4,0$  Punkte. Beim MZP 2 stieg der Anteil jener Personen, die mindestens drei Viertel der maximalen Punktzahl ( $>21$  Punkte) erreichten, auf 91,9 % ( $n=171$ ) an (Abbildung 5).

Abbildung 5 Wissensstand der TeilnehmerInnen zum MZP 1 und MZP 2 ( $n_{\text{gesamt}}=186$ )



**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  $21,1 \pm 4,0$  Punkte und nach dem Workshop (MZP 2) im Mittel  $25,3 \pm 2,2$  Punkte. Dieser Punkteanstieg entspricht einem Wissenszuwachs von 19,9 %.

### 5.3.2.2. Erhalt vieler neuer Informationen durch den Workshop

Die Frage „Durch den Workshop habe ich insgesamt viele neue Informationen erhalten“ beantworteten 204 der 205 befragten EvaluationsteilnehmerInnen unmittelbar nach dem Workshop. Keine Angabe zu dieser Frage machte ausschließlich eine Personen (0,5 %).

57,1 % der TeilnehmerInnen (n=117) stimmten völlig zu, viele neue Informationen erhalten zu haben. Rund ein Viertel der TeilnehmerInnen (24,9 %, n=51) beantworteten die Frage mit „stimme zu“. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 11,7 % der TeilnehmerInnen (n=24). Lediglich 3,9 % der Befragten (n=8) antworteten bei dieser Frage mit „stimme eher nicht zu“ und 2,0 % (n=4) mit „stimme kaum zu“. Keine Person entschied sich für die Antwort „stimme nicht zu“.

### 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“.

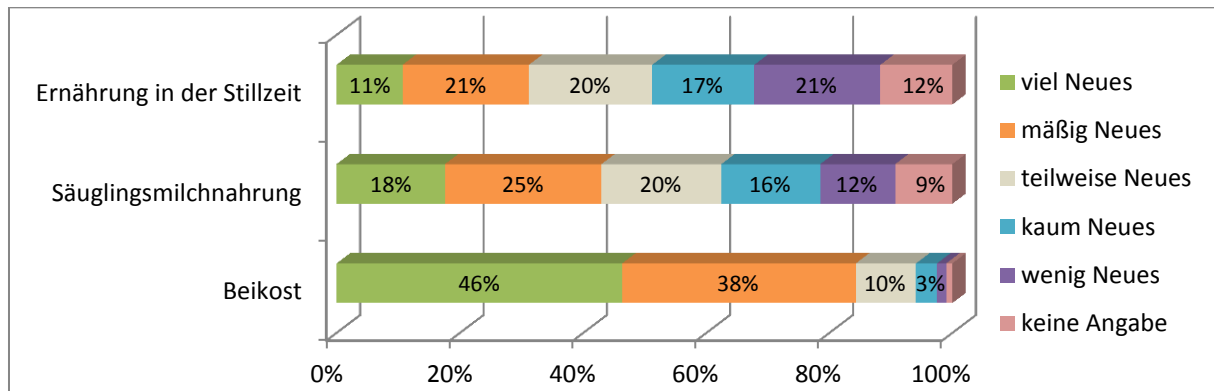
Über das Themengebiet **„Ernährung in der Stillzeit“** hörte jeweils ca. ein Fünftel der TeilnehmerInnen der Workshops in Salzburg mäßig, teilweise oder wenig neue Inhalte (Abbildung 6). Die wenigsten der TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema viel dazugelernt haben (10,7 %, n=22). 24 von insgesamt 205 Personen beantworteten diese Frage nicht (11,7 %).

Die Frage, ob es sich bei den Workshopinhalten zum Thema **„Säuglingsmilchnahrung“** um neues Wissen gehandelt hat, beantworteten 90,7 % der Befragten in Salzburg (n=186). Mit ca. einem Viertel der TeilnehmerInnen gab der größte Anteil an, durch die Workshops mäßig Neues (25,4 %, n=52) zu diesem Thema gelernt zu haben. Der geringste Personenanteil meinte, dass sie durch die Workshops wenig neues Wissen über Säuglingsmilchnahrungen erlangt haben (12,2 %, n=25). Viel neues Wissen zum Thema Säuglingsmilchnahrung erlernt zu haben, wurde von 17,6 % (n=36) der Befragten angegeben.

46,3 % (n=95) der Befragten in Salzburg erfuhr durch die Workshops viel Neues über das Thema **„Beikost“**, gefolgt von denjenigen, welche die Frage mit mäßig Neues (38,0 %, n=78) beantworteten. Nur 3 TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema wenig Neues gelernt haben (1,5 %). Die Frage wurde von insgesamt 203 Personen (99,0 %) beantwortet.

Insgesamt zeigen die Auswertungen, dass es sich für die TeilnehmerInnen in Salzburg 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 ( $n_{\text{gesamt}}=205$ )

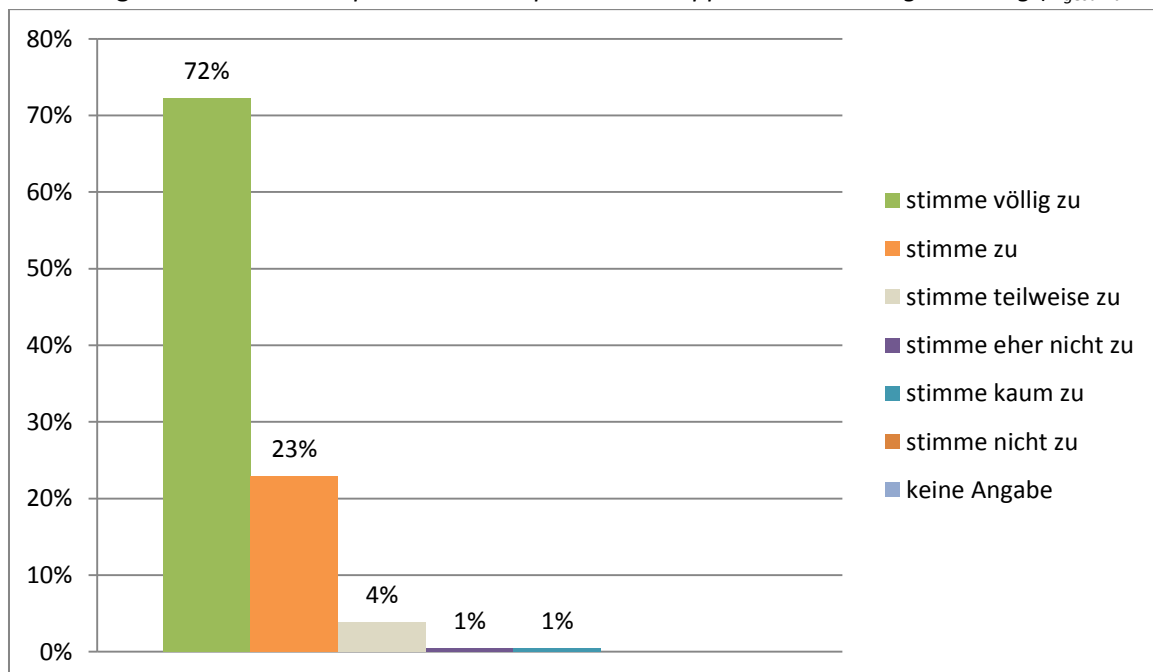


### 5.3.3. Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag

#### 5.3.3.1. Praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag

Alle 205 TeilnehmerInnen des Workshops beantworteten die Frage „Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag“. Circa 95 % der TeilnehmerInnen stimmten dieser Aussage völlig zu (72,2 %,  $n=148$ ) bzw. stimmten zu (22,9 %,  $n=47$ ). 3,9 % stimmten teilweise zu ( $n=8$ ) und jeweils eine Person (je 0,5 %) stimmten eher nicht oder kaum zu. Keine Person gab die Antwort „stimme nicht zu“ (Abbildung 7).

Abbildung 7 Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag ( $n_{\text{gesamt}}=205$ )

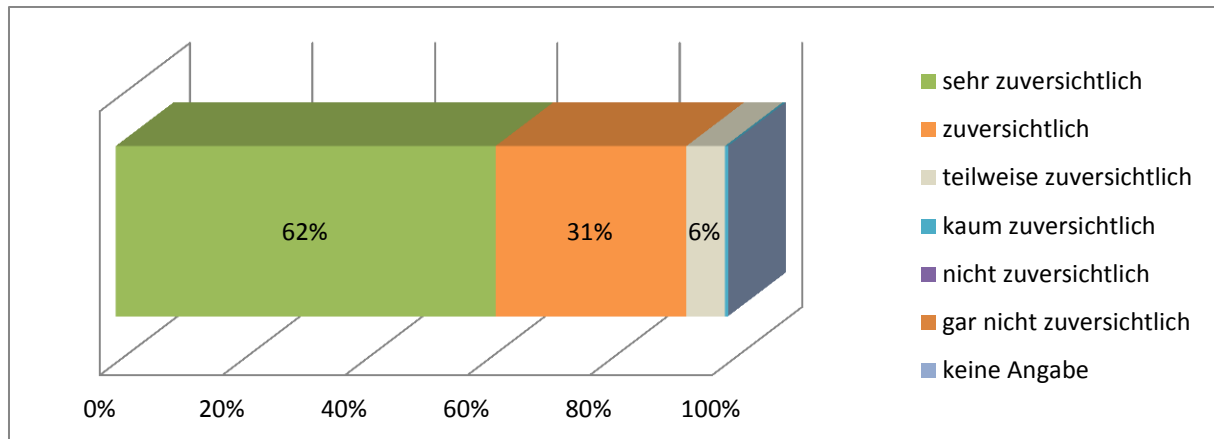




### 5.3.3.2. Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können

Der überwiegende Anteil der befragten EvaluationsteilnehmerInnen in Salzburg war sehr zuversichtlich (62,0 %, n=127) bzw. zuversichtlich (31,2 %, n=64), die im Workshop gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können. 6,3 % (n=13) gaben an teilweise zuversichtlich zu sein. Eine Person (0,5 %) ist kaum zuversichtlich. Alle machten eine Angabe zu dieser Frage (Abbildung 8).

Abbildung 8 Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können ( $n_{\text{gesamt}}=205$ )



**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.

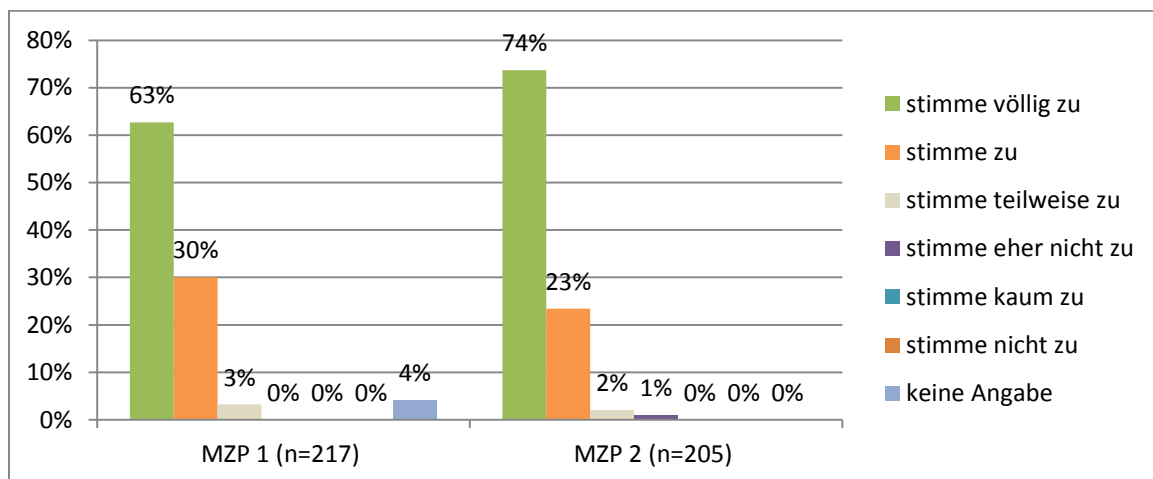
#### 5.3.4.1. Beitrag des Workshops für die Gesundheit des Kindes

Die Frage nach der selbst empfundenen Auswirkung der Empfehlungen des Workshops auf die Gesundheit des Babys beantworteten vor dem Workshop (MZP 1) 208 der 217 in Salzburg befragten

EvaluationsteilnehmerInnen. 9 Befragte (4,1 %) machten keine Angabe. Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben alle 205 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort.

Bereits vor dem Workshop stimmten 92,7 % der EvaluationsteilnehmerInnen (n=201) der Aussage „Ich bin mir sicher, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit meines Babys leisten können“ „völlig zu“ (62,7 %, n=136) bzw. „zu“ (30,0 %, n=65). Alle weiteren TeilnehmerInnen (3,2 %, n=7) stimmten teilweise zu. Keine Person antwortete mit „stimme eher nicht zu“ oder „stimme kaum zu“ oder „stimme nicht zu“. Unmittelbar nach dem Workshop stieg der Anteil derjenigen TeilnehmerInnen, die der Aussage völlig zustimmten (73,7 %, n=151) oder zustimmten (23,4 %, n=48) an, auf insgesamt 97,1 % (n=199). Der Prozentsatz an Befragten, die nur teilweise ihre Zustimmung gaben verringerte sich auf 2,0 % (n=4). Lediglich 2 Personen (1,0 %) war nach dem Workshop „eher nicht“ der Ansicht, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit ihres Babys leisten können. Keine Person antwortete beim MZP2 „stimme kaum zu“ oder „stimme nicht zu“. Abbildung 9 zeigt die prozentuelle Verteilung der Antworten vor bzw. unmittelbar nach dem Workshop.

Abbildung 9 „Selbstwirksamkeit“ – Vergleich MZP 1 ( $n_{\text{gesamt}}=217$ ) mit MZP 2 ( $n_{\text{gesamt}}=205$ )



Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum Messzeitpunkt 1 als auch zum Messzeitpunkt 2 ausfüllten (n=179), konnte keine signifikante Verbesserung ( $p>0,05$ ) beobachtet werden.

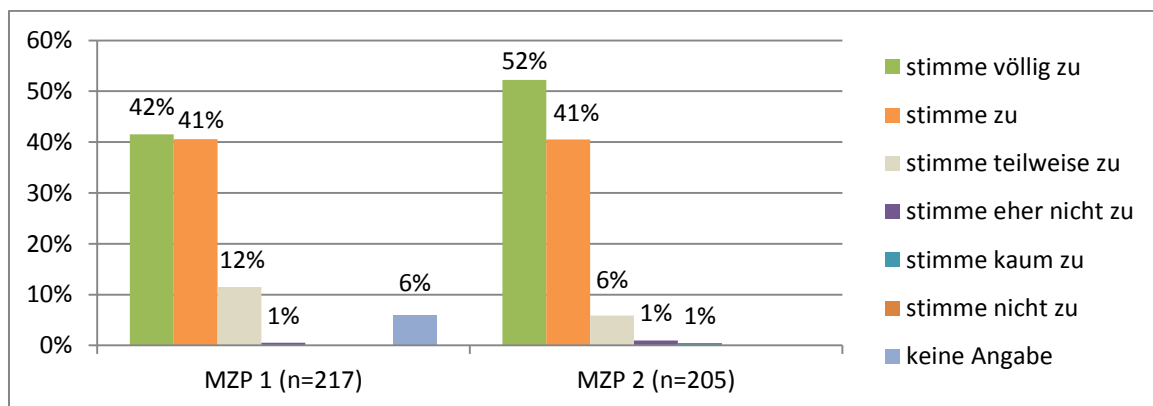
#### 5.3.4.2. Umsetzung der Empfehlungen

Die Frage zur Umsetzbarkeit der Empfehlungen des Workshops beantworteten vor dem Workshop (MZP 1) 204 der 217 TeilnehmerInnen (94,0 %). Keine Angabe zur Umsetzbarkeit machten 13 TeilnehmerInnen (6,0 %). Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben alle 205 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort.

Bereits vor dem Workshop stimmten je rund zwei Fünftel der TeilnehmerInnen völlig zu (41,5 %, n=90) oder zu (40,6 %, n=88), sich sicher zu sein, es zu schaffen die Empfehlungen des Workshops

umsetzen zu können, auch wenn Hindernisse auftreten. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 11,5 % der TeilnehmerInnen (n=25). Lediglich eine Person (0,5 %) antwortete bei dieser Frage mit „stimme eher nicht zu“. Keine/r der Befragte/n wählte „stimme kaum zu“ oder „stimme nicht zu“. Unmittelbar nach dem Workshop stimmte mit rund der Hälfte (52,2 %, n=107) der größte Anteil der TeilnehmerInnen völlig zu, die Empfehlungen umsetzen zu können, und zwei Fünftel der Personen (40,5 %, n=83) antworteten auf die Frage mit „stimme zu“. 5,9 % (n=12) stimmten nur teilweise zu. Weitere 2 Personen (1,0 %) stimmten eher nicht zu und eine Person stimmte kaum zu (0,5 %), sicher zu sein, die Empfehlungen trotz auftretenden Hindernissen umsetzen zu können. Kein/e TeilnehmerIn beantwortete die Frage mit „stimme nicht zu“. 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 ( $n_{gesamt}=217$ ) mit MZP 2 ( $n_{gesamt}=205$ )*



Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum MZP 1 als auch zum MZP 2 ausfüllten (n=175), konnte eine signifikante Verbesserung ( $p<0,01$ ) beobachtet werden.

**Fazit:** Die Einschätzung, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit des Babys leisten, zeigte nach dem Workshop (MZP 2) keinen signifikanten Unterschied zu vor dem Workshop (MZP 1). Die Zuversicht, bei Hindernissen den Ernährungsempfehlungen folgen zu können, ist bei den Befragten des Workshops in Salzburg hingegen signifikant gestiegen ( $p<0,01$ ).

## 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 25,3 % der TeilnehmerInnen (n=55) in Salzburg mit „Ja“. 73,7 % der TeilnehmerInnen

(n=160) gaben an, den Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ nicht besucht zu haben. 2 Personen (0,9 %) von insgesamt 217 Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

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

200 der zum MZP 2 befragten 205 EvaluationsteilnehmerInnen (97,6 %) antworteten auf die Frage „Würden Sie den Workshop weiterempfehlen“ mit „Ja“, während 5 TeilnehmerInnen (2,4 %) die Frage verneinten. Alle TeilnehmerInnen machten eine Angabe zu dieser Frage.

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 (2)

#### Welche andere Staatsangehörigkeit haben Sie (wenn nicht Österreich)?

Deutschland (18), Tschechien (1), USA (1)

#### Wenn Sie nicht in Österreich geboren sind:

Geburtsland der Mutter:

Deutschland (19), Tschechien (1), USA (1)

#### Woher/von wem haben Sie Informationen zum Stillen erhalten?

Sonstige Stellen, die genannt wurden:

Hebamme (11), Geburtsvorbereitungskurs (11), Bücher (5), Stillgruppe (3), Stillberatung (3), GVK (3), Familie (3), Internet (3), Freunde/Freundin/Freundinnen (3), GBVK (3), La Leche Liga (2), Stillberaterin (2), Arzt (1), Barbara Schneider (1), Bekannte (1), Eltern-Kind-Zentrum (1), SALK Stillvorbereitung (1), Hebamme zu Hause (1), Fachbücher (1), Kurs (1), Lektüre (1), selbst informiert und recherchiert (1), SWK (1)

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

Sonstige Informationsquellen, die genannt wurden:

Freunde/Freundinnen (2)

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

- Beikost: Ab wann? Wie viel? Was? Wie oft? (18)
- Zeitaufwand für gesunde Beikost, Einkauf, frisch kochen, für Vorrat an Babybrei, Essen für einen selber (11)
- Abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung (8)
- Verträglichkeit, Umstellung der Verdauung, welche NM blähen (4)
- Selbst zu kochen (3)
- Theorie in die Praxis umzusetzen (3)
- Verdauungsprobleme bei Beikost (3)
- Ausreichende Versorgung mit Nährstoffen (2)
- Baby richtig satt - stuhlregenerierende Beikost – Blähungen, Blähungen bei Einführung von Beikost (2)
- Regelmäßigkeit (Uhrzeit) (2)
- Abstillen (1)
- Allergien (1)
- Allg. zum Thema Stillen & Beikost (1)
- Anpassung an Entwicklungsstadium (1)
- Auch unter Zeitdruck gesund zu kochen (1)
- Auf manche Lebensmittel verzichten (1)
- Baby nicht überfordern (1)
- Baby verweigert Beikost fast ganz (1)
- Beim Starten und gesunde Ernährung für mein Baby (1)
- Biologische Lebensmittel; Fleisch kochen (bin Vegetarierin),
- Dass es dem Baby gut geht und immer gut trinkt (1)
- Dem Kind das Richtige geben und zubereiten (1)
- Die Umstellung stressfrei und erfolgreich zu schaffen (1)
- Eigene Konsequenz (1)
- Eigener Wille, Durchhaltevermögen und Verzicht auf Süßes (1)
- Frage, ob und was meinem Baby schmeckt (1)
- Frisch kochen? Oder Gläschen (Rezepte) (1)
- Geduld (1)
- Gesunde, biologische Nahrungsmittel (1)
- Gesunde, regelmäßige Mahlzeiten (1)
- Gesundes einkaufen, vorbereiten (1)
- Jeder sagt was anderes (1)
- Kauf v. schadstoffarmen LM (1)
- Labile Verdauung meines Kindes (1)
- Milchproduktion zu viel/zu wenig; wie viel wovon; etwas falsch zu machen (1)
- Problem Essen mit Löffel (1)
- Selbst hergestellte Beikost - Ernährungsplan – Verträglichkeit (1)
- Stets frische Sachen kochen/verwenden (1)

- Süßigkeiten (1)
- Unbehandelte Lebensmittel (1)
- Vegetarische Ernährung d. Mutter (1)
- Verdauung einstellen, alle Lebensmittelgruppen in kurzer Zeit durchbringen (1)
- Was ist gesund fürs Baby (1)
- Was schmeckt meinem Kind (1)
- Was tu ich, wenn mein Kind das Essen verweigert? Kuhmilch im 1. Lebensjahr - ja/nein? (1)
- Welche LM zuerst (Obst, Gemüse), wann Fleisch (1)
- Wenn zu aufwendig - dann mach ich's nicht. (1)
- Wertvolle Zwischenmahlzeiten (1)
- Wie oft Gemüse, Obst, leicht kochen? (1)
- Wie oft man stillen sollte - Regelmäßigkeit; Beikost - welche Inhaltsstoffe, Abwechslung (1)
- Wie ungesund ist Zucker (1)
- Wieso plötzlich so bald? Wirklich weniger Allergien, plötzlich ganz andere Lebensmittel (1)
- Wille des Kindes (1)
- wirklich gesundes Obst und Gemüse finden (1)
- Zubereitung, Reihenfolge, Rhythmus (1)

Ihr zuständiger Versicherungsträger:

Andere Versicherungsanstalten, die genannt wurden:

DPK (1), AOK (1), Debeka (1), KFA (1)

## 6.2. Messzeitpunkt 2

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

- Im Internet nachlesbar (1)
- Keine neuen Infos (1)
- Unbedingt mehr Möglichkeiten für Mütter mit Babys; von Anfang an Matten auflegen, mehr Platz (1)
- War durcheinander (1)
- Zu langwierig (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. Inhalt sehr gut (6)
- Mehr Rezeptideen (5)
- Babybeikost (4)
- Stillzeit, Stillen (3)
- Beikost Praxisbezogen (1)
- Ernährung id. SS (1)
- Ernährung/Stillzeit kürzer (1)
- Kochen für das Baby (1)
- Konkrete Zubereitung (1)
- Zufüttern bei zu wenig Milch (1)

*Haben Sie sonstige Änderungsvorschläge/Wünsche/Anmerkungen?*

- Eventuell kürzere Kursdauer, wenn Babys anwesend, evtl. späterer Beginn (1)
- Kleine Gruppen (1)
- Sehr viel Infos in kurzer Zeit (1)
- Systematischer Ablauf (1)