

## Detailauswertung: Tabellen und Diagramme für Oberösterreich

### 1 Workshops

Tabelle 1 *Teilnahme an den Workshops*

	Ernährung in der Schwangerschaft	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter
Anzahl Workshops	64	90
Anzahl BesucherInnen	914	918
Ø Anzahl BesucherInnen pro Workshop	14	10

Tabelle 2 *Zeitraum der Umsetzung der Workshops*

	erster Workshop	letzter Workshop
Ernährung in der Schwangerschaft	2015-01-13	2015-12-10
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	2015-01-09	2015-12-10

### 2 Beschreibung der TeilnehmerInnen

Tabelle 3 *Besucherstatus*

	n	Mütter	Väter	Interessierte	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	801 (98 %)	13 (2 %)	6 (1 %)	0 (0 %)

Tabelle 4 *Alter der TeilnehmerInnen in Jahren*

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Ernährung in der Schwangerschaft	605 (7)	30,1 ± 4,5 (30)	19 – 56
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	795 (25)	30,7 ± 4,4 (30)	17 – 47

Tabelle 5 *Alter der TeilnehmerInnen nach Besucherstatus (Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter)*

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Mütter	776 (25)	30,7 ± 4,4 (30)	17 – 44
Väter	13 (0)	32,9 ± 6,8 (32)	24 – 47
Interessierte	6 (0)	31,7 ± 2,7 (31,5)	28 – 35

Tabelle 6 *Staatsangehörigkeit*

	n	Österreich	andere	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	559 (91 %)	49 (8 %)	4 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	767 (94 %)	49 (6 %)	4 (0 %)

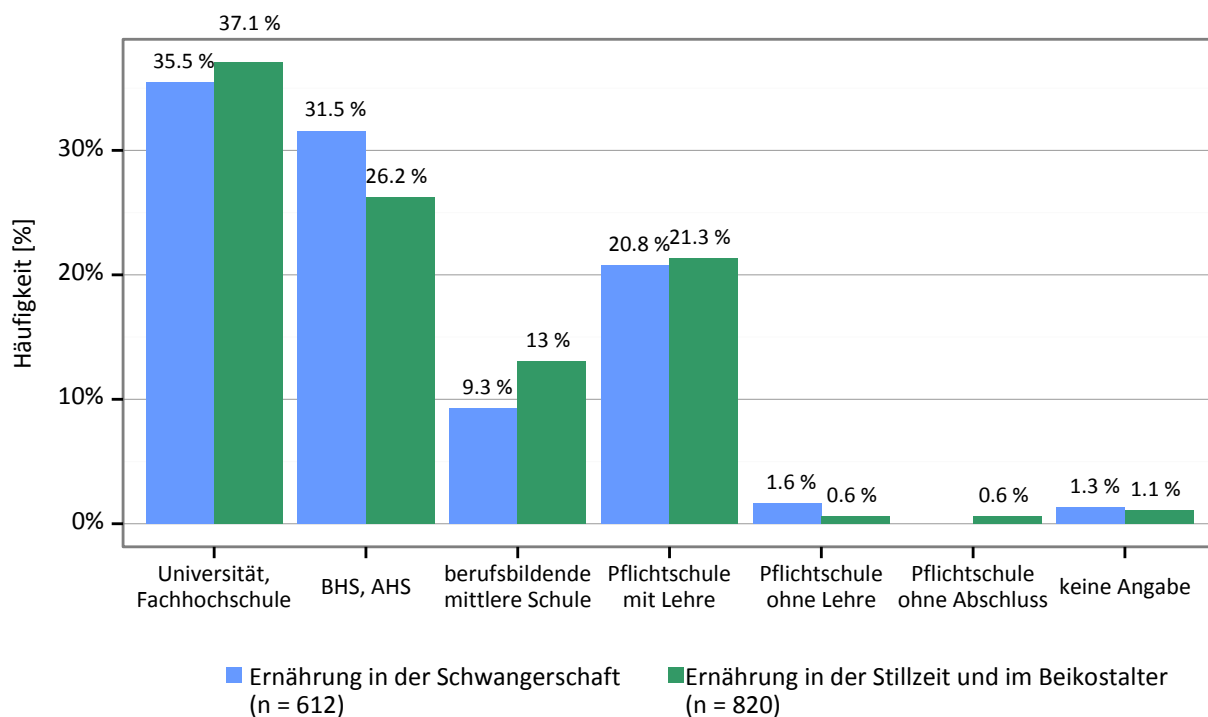
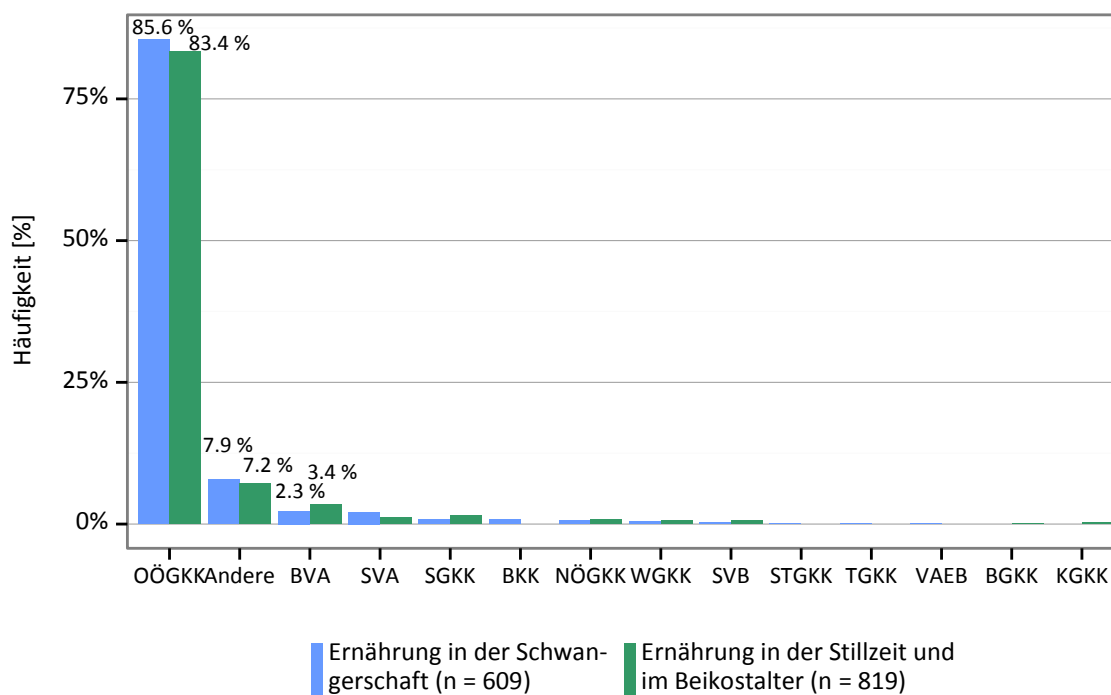
\* Andere Staatsbürgerschaften (wenn angegeben):

**Ernährung in der Schwangerschaft**

*Kroatien (5), Ukraine (3), Bulgarien (2), Polen (2), Serbien (2), Tschechien (2), Ungarn (2), Bosnien (1), Brasilien (1), Frankreich (1), Großbritannien (1), Indien (1), Italien (1), Moldawien (1), Philippinen (1), Rumänien (1), Russland (1), Schweiz (1), Slowakei (1)*

**Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter**

*Rumänien (4), Slowakei (3), Frankreich (2), Polen (2), Russland (2), Tschechien (2), Bulgarien (1), China (1), Finnland (1), Kroatien (1), Portugal (1), Serbien (1), Syrien (1), Ungarn (1)*

Abbildung 1 *Höchste abgeschlossene Schulbildung*Abbildung 2 *Versicherungsträger*

\* Andere Versicherungsträger (wenn angegeben):

**Ernährung in der Schwangerschaft**

LKUF (17), KFG (11), WFK (1)

**Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter**

LKUF (20), KFG (6), Barmer Gek (Deutschland) (1), GESPAG/KFL (1), KVG (1), LKF (1), LKUV (1)

### 3 Fragen zu Größe und Gewicht der TeilnehmerInnen („Ernährung in der Schwangerschaft“)

Tabelle 7 Größe, Gewicht und BMI der Teilnehmerinnen

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Größe [m]	597 (15)	1,67 ± 0,06 (1,68)	1,5 – 1,92
Gewicht zum Zeitpunkt des Workshops [kg]	577 (35)	67,8 ± 11,9 (66)	43 – 133
Gewicht vor der Schwangerschaft [kg]	580 (32)	64,3 ± 11,7 (62)	42 – 130
BMI vor der Schwangerschaft [kg/m <sup>2</sup> ]	580 (32)	23 ± 3,9 (22,1)	16,6 – 45,5

Unter Berücksichtigung der Schwangerschaftswoche ergab sich für die Teilnehmerinnen folgender Gewichtsverlauf:

Abbildung 3 Gewichtszunahme (n = 575)

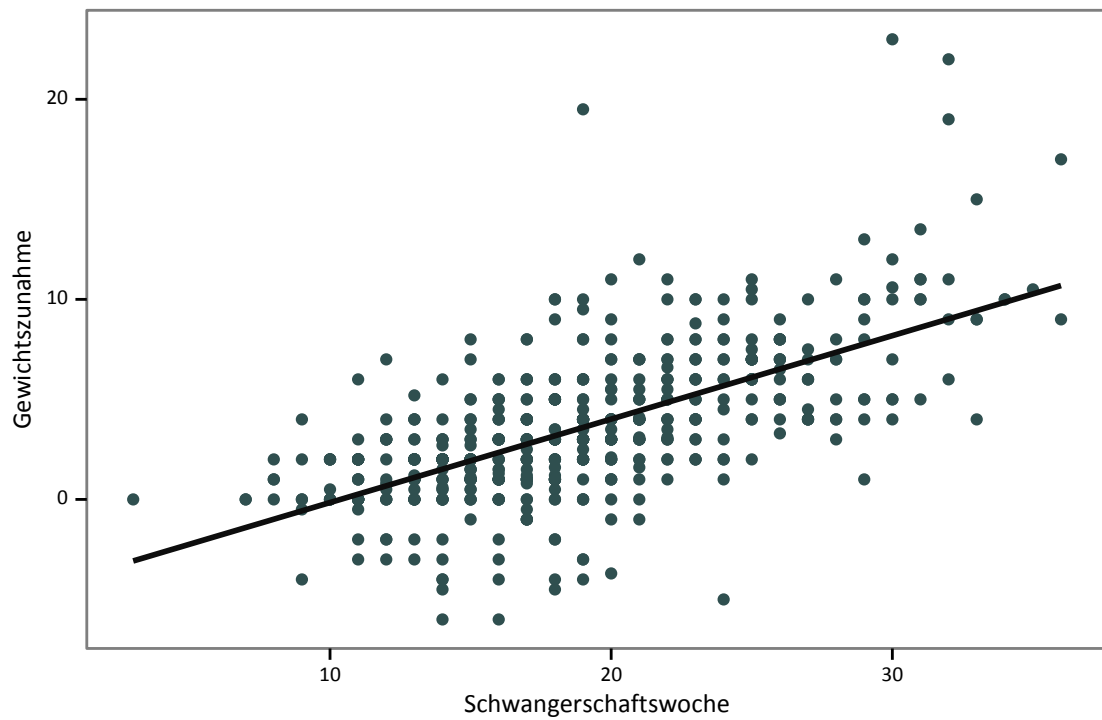


Tabelle 8 BMI-Kategorien der Teilnehmerinnen vor der Schwangerschaft

	n	Unter- gewicht	Normal- gewicht	Über- gewicht	Adi- positas	keine Angabe
BMI (Kategorie)	612	35 (6 %)	414 (68 %)	101 (17 %)	30 (5 %)	32 (5 %)

Tabelle 9 Anzahl der Schwangerschaften

	n	1	2	3	5	keine Angabe
Anzahl der Schwangerschaften	612	528 (86 %)	55 (9 %)	13 (2 %)	1 (0 %)	15 (2 %)

Tabelle 10 Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Schwangerschaftswoche	586 (26)	18,8 ± 5,6 (18)	3 – 36

Tabelle 11 *Absicht zu stillen*

	n	ja	nein	keine Angabe
Absicht zu stillen	612	589 (96 %)	7 (1 %)	16 (3 %)

#### 4 Fragen zum Stillen bzw. zur Beikosteinführung (Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter)

Tabelle 12 *Einführung der Beikost bzw. Absicht zu stillen*

	n	ja	nein	keine Angabe
Kind bereits geboren	820	675 (82 %)	141 (17 %)	4 (0 %)
davon gestillt	675	597 (88 %)	67 (10 %)	11 (2 %)
davon Beikost bereits eingeführt	675	203 (30 %)	462 (68 %)	10 (1 %)
Kind nicht geboren: Absicht zu stillen	141	136 (96 %)	1 (1 %)	4 (3 %)

#### Alter des geborenen Kindes

Das Geburtsdatum der Kinder der TeilnehmerInnen lag zwischen dem 14.04.2014 und dem 13.11.2015.

Tabelle 13 *Alter des Kindes zum Zeitpunkt des Workshops bzw. bei Einführung der Beikost*

Alter des Kindes	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
zum Zeitpunkt des Workshops [in Monaten]	656 (19)	4,1 ± 1,6 (4)	0 – 14
bei Einführung der Beikost [in Lebenswochen]	173 (30)	20,3 ± 2,6 (20)	14 – 31

## 5 Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung (Zufriedenheitsbewertung)

Tabelle 14 Werbung für den Workshop (Mehrfachnennungen)

	Ernährung in der Schwangerschaft (n = 612)	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 818)
GKK Ambulatorium, MuKiPa Stelle	11,8 %	19,8 %
Kinderarzt, -ärztin bzw. Gynäkologe, Gynäkologin	51,6 %	12,6 %
AllgemeinmedizinerIn	0,8 %	0,9 %
HP avomed, GKK, Zeitschrift GKK	24,2 %	36,9 %
FreundInnen, Familie	11,9 %	28,6 %
Sonstige*	14,2 %	13,7 %

\*) Sonstige Quellen für den Workshop (wenn angegeben):

### Ernährung in der Schwangerschaft

Muki-Pass (11), Tipps (6), Zeitung, Tipps (4), Arbeitskollegin (3), Folder (3), Radio (3), Broschüre (2), GKK (2), Internet (2), Anmeldung Geburt (1), Apotheke (1), Arbeit mit den Frauen (1), Barmherzige Brüder (1), besuche ihn das 2. Mal (1), BH Brüder Linz KH (1), Broschüre vom Arzt (1), Dienststelle (KH BHB) (1), Eltern-Kind Zentrum (1), Facebook (1), Facebook, Ärztin (1), Geschenkbox Gynäkologe (1), Hebamme (1), Infomappe von Arbeit (1), Infomaterial vom Gynäkologen (1), Inserate in Tageszeitungen (1), Internetseit BMB (1), KH (1), KH BHB (1), KH Kirchdorf (1), Krankenhaus (1), LFKK-Ambulanz (1), Mutter-Kind-Box, Folder (1), Mutter-Kind-Koffer (1), Radiowerbung (1), Regionale Printmedien (1), Ried Storchentag (1), Tips Eferding (1), Tips Zeitung (1), TV, Radio (1), war Organisatorin des Workshops in Salzburg (1), Zeitung Rundschau (1)

### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

Gevan (13), Zeitung (10), Tips (7), Internet (6), Hebamme (4), Broschüren (2), Folder (2), Gesunde Gemeinde (2), Muki Box (2), Werbung Radio (2), allgemeine Broschüre (1), Andere Workshops (1), Arbeitskollegin (1), Beilage in Box (1), Beim ersten Kind bereits anwesend (1), Broschüre (1), Broschüre von Anfang an (1), Ernährungsworkshop der GKK (1), Familienkarte (1), FIM Katalog (1), Flyer (1), Frauenarzt Broschüre (1), Frauenarzt in Schwangerschaft (1), Frauenarzt (1), Geburtsvorbereitungskurs LKH Steyr (1), Gemeindezeitung (1), GKK Kurs "Ernährung von Anfang an" (1), GKK Seminar (1), GKK Steyr (1), Gyn-Prospekte (1), Gynäkologe (1), Infomaterial (1), Internetforum (1), Krankenhaus (1), Krankenhaus, Diabetikerambulanz (1), Kurs in der Schwangerschaft (1), LFKK (1), LKM (1), M.K. Beratung (1), Mimo (1), Mimo Programm (1), Mutter Kund Pass Werbung (1), Mutterberatung (1), Mutterberatungsstelle (1), OÖGKK Broschüre (1), Radio (1), Schwangerschaftsmappe (1), Starterpaket (1), Stillgruppe (1), Storchentag Krankenhaus Ried (1), Tageszeitung (1), Zeitung, Radio (1), Zeitungen (1)

Tabelle 15 *Zufriedenheit mit dem Workshop insgesamt*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	540 (88 %)	64 (10 %)	2 (0 %)	0 (0 %)	6 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	715 (87 %)	78 (10 %)	3 (0 %)	0 (0 %)	24 (3 %)

Tabelle 16 *Zufriedenheit mit den Workshop-Inhalten*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	533 (87 %)	71 (12 %)	2 (0 %)	1 (0 %)	5 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	708 (86 %)	87 (11 %)	3 (0 %)	0 (0 %)	22 (3 %)

Tabelle 17 *Zufriedenheit mit den TrainerInnen*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	583 (95 %)	22 (4 %)	2 (0 %)	1 (0 %)	4 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	764 (93 %)	31 (4 %)	3 (0 %)	0 (0 %)	22 (3 %)

Tabelle 18 *Zufriedenheit mit dem organisatorischen Ablauf*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	564 (92 %)	38 (6 %)	5 (1 %)	1 (0 %)	4 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	761 (93 %)	42 (5 %)	2 (0 %)	0 (0 %)	15 (2 %)



Tabelle 19 Praxisnahe Tipps zur Umsetzung der Ernährungsempfehlungen im Alltag

	n	stimmen völlig zu	stimmen eher zu	stimmen eher nicht zu	stimmen nicht zu	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	441 (72 %)	165 (27 %)	3 (0 %)	0 (0 %)	3 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	621 (76 %)	167 (20 %)	8 (1 %)	0 (0 %)	24 (3 %)

Tabelle 20 Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können

	n	stimmen völlig zu	stimmen eher zu	stimmen eher nicht zu	stimmen nicht zu	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	612	319 (52 %)	283 (46 %)	8 (1 %)	0 (0 %)	2 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	562 (69 %)	233 (28 %)	3 (0 %)	0 (0 %)	22 (3 %)

## 6 Informationsbeschaffung zum Thema 'Ernährung des Kindes'

Tabelle 21 Quelle der Ernährungsinformation

	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 817)
Familie, FreundInnen	70,1 %
Kinderarzt, -ärztin	41,2 %
Broschüre: Babys erstes Löffelchen/Jetzt ess ich mit den Großen	56,7 %
Bücher, Zeitschriften	51,3 %
Internet	49,3 %
Hebamme oder Kinderkrankenschwester/-pfleger	28,8 %
StillberaterIn oder Stillgruppe	18,4 %
Kinderbetreuung (Tagesmutter, Krippen, ...)	–
AllgemeinmedizinerIn	–
Sonstige*	2 %

\*) Sonstige Quellen der Ernährungsinformation (wenn angegeben):

#### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

Diätologen (1), EKIZ Beikostrunden (1), Eltern Kind Zentren (1), Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit (1), Krabbelgruppe (1), Krankenhaus (1), Mutterberatung (1), Mutterkindberatung (1), Vortrag 1 Löffelchen (1), Wissen (1), Workshop (1)

Tabelle 22 Bekanntheit der Broschüre 'Babys erstes Löffelchen'

	n	ja	nein	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	820	575 (70 %)	241 (29 %)	4 (0 %)

Tabelle 23 Sind die Informationen der Broschüre 'Babys erstes Löffelchen' hilfreich?

	n	ja	nein	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	575	543 (94 %)	7 (1 %)	25 (4 %)

## 7 Kennwerte

Folgende Tabelle gibt eine Übersicht über die berechneten Kennwerte (Mittelwert bzw. Median) unter Angabe der Bandbreite (Min – Max) für Österreich und Oberösterreich. Das in Klammer angegebene n meint die Anzahl der GesamtteilnehmerInnen ohne Berücksichtigung der fehlenden Werte. In der letzten Spalte wurde die Differenz (gerundet) zwischen Gesamtmittelwert bzw. Gesamtmedian (Österreich) und Bundeslandmittelwert bzw. Bundeslandmedian (Oberösterreich) ermittelt.

## Ernährung in der Schwangerschaft

Tabelle 24 Kennwerte aus dem Workshop 'Ernährung in der Schwangerschaft'

	Österreich (n = 1.575)	Oberösterreich (n = 612)	
Inhalte	MW (Max – Min)	MW (Max – Min)	Differenz
Alter der TeilnehmerInnen [Jahre]	31 (64 – 17)	30 (56 – 19)	-1
Schwangerschaftswoche	20 (40 – 0)	19 (36 – 3)	-1
Anzahl Schwangerschaften	1 (5 – 1)	1 (5 – 1)	0
Größe [Meter]	1,67 (1,97 – 1,37)	1,67 (1,92 – 1,5)	0
Gewicht [kg]	67,5 (133 – 42,5)	67,8 (133 – 43)	0
Gewicht vor Schwangerschaft [kg]	63,4 (130 – 39,5)	64,3 (130 – 42)	1
BMI vor Schwangerschaft [kg/m <sup>2</sup> ]	22,8 (45,5 – 15,8)	23 (45,5 – 16,6)	0
Inhalte	MD (Max – Min)	MD (Max – Min)	Differenz
Zufriedenheit insgesamt <sup>1</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zufriedenheit mit TrainerIn <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (4 – 1)	0
Zufriedenheit mit Inhalten des Ernährungsworkshop <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (4 – 1)	0
Zufriedenheit mit organisatorischem Ablauf <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (4 – 1)	0
Der Workshop enthielt praxisnahe Tipps <sup>2</sup>	1 (4 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zuversicht, Inhalte und Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können <sup>2</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0

1 (1) zufrieden, (2) eher zufrieden, (3) eher nicht zufrieden, (4) nicht zufrieden

2 (1) stimme völlig zu, (2) stimme eher zu, (3) stimme eher nicht zu, (4) stimme nicht zu

## Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

Tabelle 25 Kennwerte aus dem Workshop 'Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter'

	Österreich (n = 3.127)	Oberösterreich (n = 820)	
Inhalte	MW (Max – Min)	MW (Max – Min)	Differenz
Alter der TeilnehmerInnen [Jahre]	31 (68 – 17)	31 (47 – 17)	0
Alter des Kindes [Monate]	4,2 (24 – 0)	4,1 (14 – 0)	0
Alter des Kindes bei Beikosteinführung [Wochen]	20,3 (32 – 4)	20,3 (31 – 14)	0
Inhalte	MD (Max – Min)	MD (Max – Min)	Differenz
Zufriedenheit insgesamt <sup>1</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zufriedenheit mit TrainerIn <sup>1</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zufriedenheit mit Inhalten des Ernährungsworkshop <sup>1</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zufriedenheit mit organisatorischem Ablauf <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (3 – 1)	0
Der Workshop enthielt praxisnahe Tipps <sup>2</sup>	1 (4 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zuversicht, Inhalte und Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können <sup>2</sup>	1 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0

1 (1) zufrieden, (2) eher zufrieden, (3) eher nicht zufrieden, (4) nicht zufrieden

2 (1) stimme völlig zu, (2) stimme eher zu, (3) stimme eher nicht zu, (4) stimme nicht zu

## 8 Änderungsvorschläge, Wünsche und Anmerkungen

### Kommentare zum Workshop: Ernährung in der Schwangerschaft (n = 80)

Weiter so!

Vortragsunterlagen von den Vorträgen wären toll!!

mehr Zeit für Wochengeld/Karenzgeldberechnung

Vortrag von Fr. Kapsammer (OÖGKK) war eher bescheiden

Sehr gut wenn Trainerin eigene Kinder hat oder schwanger ist

Mehr Infos zum Wochengeld/Karenzmodelle

Teil mit Wochengeld/Karenzgeld war sehr lieblos und unverständlich. Ernährungsteil war SUPER!

Manche Dinge könnten seitens der GKK kritischer hinterfragt werden (z.B. Lachs etc.); Vortragende sehr sympathisch; auf Fragen gut eingegangen

Zuckergehalt im Obst sehr unterschiedlich

Einbindung AK zu arbeitsrechtlichen Informationen & Karenz

es war gut dass Zeit war, untereinander zu diskutieren

Betrifft: "Rauchfrei von Anfang an" habe keine Einzeltherapie -beratung bekommen;

Gruppenberatung nur in Linz möglich; Steyr ev. im Herbst

Bitte eine genaue Auflistung von den Rohwürsten & Rohmilchprodukte bzw. Käsesorten!! Bitte!!

Liste der Lebensmittel, die man während der Schwangerschaft nicht essen soll!

Liste Ernährung roh

Generelle Liste über Lebensmittel, die man essen darf und nicht darf (nicht nur paar Bsp., sondern z.B. welche Wurstsorten, Käsearten etc.)

Liste über Lebensmittel die man essen darf!

Rezeptbroschüre

Sehr gut gemacht!

Rezeptheft liegt nicht mehr bei

einige Teilnehmer haben die Broschüre bekommen, auch welche die nicht angemeldet waren. Ich war angemeldet und habe keine mehr bekommen!!!! Broschüre Richtige Ernährung in der Schwangerschaft

Teil 1: Schwangerschaft und Stillzeit

bitte mehr auf geschlechtergerechte Sprache (du als Arbeiterin etc.) achten - sonst alles super! toller, informativer Kurs!!!

Sicht auf Präsentation nicht ganz optimal, da ich seitlich zur Leinwand saß! Gerader Blick wäre mir lieber!

Mehr Gemüse anbieten!!!

Trainerin wer sehr sympathisch/viele gute praktische Tipps

Danke!

Die Präsentation (u.a. jene der GKK, weil dort viele Infos waren, die nicht in der Broschüre stehen) zur Verfügung stellen wäre toll -> per E-Mail? Auf der Homepage?

Hätte mir auch einen etwas "alternativen" Zugang gewünscht; schwarzer Sesam -> Eisen / weißen Zucker austauschen durch Agavendicksaft, Birkenzucker etc.

Infomaterial für Wochen-, Karenzgeld

War, glaub ich, besser ohne Präsentation, da es eher wie ein informatives Gespräch wirkte (CD hat nicht funktioniert)

Sehr gutes Angebot!

Ohne Präsentation ist man mehr auf die Vortragende konzentriert - fand ich positiv!

Thema: Stress am Arbeitsplatz

War eine tolle Veranstaltung

PP Folien zusenden

Danke für die tolle Veranstaltung

Rezeptvorschläge für Fisch und Hülsenfrüchte wären toll

zum Thema neue Erkenntnisse gesunde Öle

widerspreche der Ernährungsempfehlungen der OÖGKK teilweise

ich denke nicht, dass der Vortrag Wochengeld in 20 min beim Workshop hilfreich oder sinnvoll ist  
Sesselkreis und Vorstellungsrunde

Mehr zum Thema Leistungen (Rechte, Pflichten, Fristen,...)

Kann alles so weiter machen...

Mehr Termine und/oder Platz in Wels!

Präsentation zur Verfügung stellen

fad & altmodisch, nicht neues

Finde es schade, dass bei einer gesunden Ernährung nie Kräuter/Wildkräuter miteingebunden werden. Brennesseltee ist NICHT schädlich!

Trainerin war spitze! Sehr interessant!

Danke

Christina: Top! Alles Gute!

es war sehr hilfreich

Workshops am Samstag für Berufstätige anbieten

Pausen dazwischen, dauernd sitzen ist anstrengend

Ich war mit der Vortragenden Dame sehr sehr zufrieden!

Sehr nette und kompetente Trainerin!

Lebensmittel kühlen - Die Jause stand gewiss 3 Stunden ungekühlt im Raum

Hat mir sehr gefallen, macht so weiter! Nur sollte das beim FA besser beworben werden, dass es diese Möglichkeit gibt.

weniger Teilnehmer, Kurs war zu groß

Rezeptepool, "Kochkurs" --> praktische Umsetzung

Danke

Jause selbst herrichten --> praktische Umsetzung des Vortrages

Danke!

Hat länger gedauert als angegeben --> sitzen ziemlich "anstrengend"

Qualität bei Lebensmittel

Die Leiterin war sehr freundlich und kompetent. Es herrschte eine angenehme Atmosphäre

Der Bio-Gedanke kommt etwas zu kurz, Jause war super!

etwas viel Information auf 3h, vl. die Pause etwas verlängern

Aktualität bzgl. Kinderbetreuungsgeld sollte gegeben sein

Ein eigenes WS bzgl. Wochengeld/Kinderbetreuungsgeld --> viel zu schnell für so ein kompliziertes Thema --> da brauche ich einen persönlichen Termin

Die Vortragende sollte schon ein Kind haben, dann kann sie auch als Erfahrene sprechen

Diesen Kurs öfter anbieten und nicht nur 3x im Jahr in Freistadt!

Super organisiert/Service top

Es war sehr informativ und hilfreich, super gemacht

vegetarische und vegane Ernährung

Uhrzeit

Rezeptheft Wintergemüse wäre super und Gemüsesnacks für zwischendurch

sehr zufrieden, absolut empfehlenswert  
 eventuell Hebamme Gesundheit Infos geben  
 danke war super und lustig

### Kommentare zum Workshop: Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 81)

mehr Termine!!! (Linz) ->sehr kompetente, engagierte Kursleiterin  
 Erinnerungsmittelung 1 Woche vor Workshop-Beginn  
 Sehr kompetenter u. netter Vortragender!  
 Kindere geeignetes Umfeld wäre toll  
 kürzere Dauer, da mit Kind zu lang  
 Wäre aber cool wenn man einen Aktiven "Babykoch Workshop" macht  
 Überlegung ob es möglich ist den Vortrag im Sesselkreis mit Spielmatten für die Babys davor abzuhalten  
 Rezeptbroschüre wäre hilfreich  
 mehr Praxis  
 ist super!  
 Parkmöglichkeiten anbieten! Folien + farblich schwer lesbar  
 Die blaue Farbe auf Folien, ein wenig dunkler zu machen, da sehr schlecht zum lesen ist  
 Folien - Farben besser leserlich wählen, Ausdruck größer  
 Einfache Übersicht -> wann, was wie  
 Infos zu Parkmöglichkeiten bei Anmeldung bekannt geben  
 Kurs im Gebäude besser beschildern; "neue" Präsentation war anscheinend sehr neu "bessere Vorbereitung"  
 Letztes Jahr (Sept) wurden bei einer anderen Vortragenden verschiedene Breis gekostet (selbstgemachte-gekaufte) und auch Produkte durchbesprochen.... -> diesmal leider nicht!!!  
 Vielleicht Rezeptvorschläge Mitgeben  
 Idee: Brei selbst Vorort zubereiten  
 einen "Koch-Workshop" anbieten  
 Etwas später am Tag (z. B. ab 17 Uhr) ansetzen wegen Kinderbetreuung  
 Beispiele zur Beikosteinführung -> womit zuerst, wie weiter etc.  
 evtl. Getränke  
 größerer Raum oder kleinere Gruppen  
 der Raum war leider viel zu klein  
 Rezeptideen sehr schlecht lesbar  
 großes Lob an den Vortragenden  
 bessere Strukturierung/Aufbau  
 Vortrag und Inhalt waren perfekt  
 Kleingedrucktes nicht gut leserlich  
 Rezepte

Beikost-Workshops generell auch für (Karenz-) Väter anbieten!  
 Termin: auch abends Kurse anbieten  
 Größere Schriftgröße  
 ev. das Thema BLW/Fingerfood aufnehmen  
 Rezeptvorschläge mit KW besser in Lift fahren, keine schweren Türen  
 Danke  
 etwas lange  
 andere Räumlichkeiten  
 Parkplatzproblem!! Ev. Verlegung des Kursortes an einen Ort mit besserer Parkmöglichkeit!  
 nochmal benachrichtigen wann es ist und wo  
 Ausdrücke schwer lesbar  
 mit Partner  
 Rezepte  
 länger dauern  
 Parken, Rezepte  
 Rezepte  
 Die Aussage mit Baby im Schlafzimmer der Eltern oder nicht hat mich irritiert -> Rahmen für diese Fragestellung ev. ungeeignet  
 Eine Pause dazwischen. Zu lang.  
 Teilung:-Praxis Fragen der Teilnehme am Schluss & -Theorie im Überblick zu bekommen  
 mehr Rezepte für Beikost  
 eventuell selber kochen, mit Partner  
 danke  
 größeren Raum, mehr Platz  
 Gemeinsame Analyse der Geaserinhalte sehr hilfreich!  
 Raum zu klein  
 bessere Kopien der Präsentation  
 Babys wenn möglich zu Hause lassen!  
 genaue Rezepte für Beikost wären hilfreich  
 genaue Beispiele  
 Es waren sehr unterschiedlich alte Kinder da, daher waren einige Inhalte für die einen noch nicht relevant, andere Inhalte schon bekannt. Eventuell könnte man eine Altersempfehlung für den Besuch des Workshops geben.  
 mehr Vormittagskurse, früher am Nachmittag  
 Workshop wäre vielleicht gemeinsam Kochen!  
 Vielleicht sollte der Workshop früher (Uhrzeit) stattfinden!  
 Kopie der Broschüren etwas Größer  
 sehr guter Workshop  
 helle Schrift konnte auf Powerpoint nicht gelesen werden  
 in den Sommermonaten auch Workshops anbieten



Handout--> hellblaue Schrift von der Präsentation schlecht zu lesen

Eine Broschüre für den Kurs und ev. Rezepte

kleinere Gruppe

Handout größer

Rezepte

Partner mitnehmen

Nicht nur "Kuhmilch" anführen, sondern sämtl. Tiermilch-Arten als nicht geeignet für's 1. LJ

Sesseln versetzt aufstellen

das Kleingedruckte der Folie ist nicht leserlich

Rezepte

Rezepte

sehr informativ und empfehlenswert

Folien - Farben besser leserlich wählen, Ausdruck größer