

## Detailauswertung: Tabellen und Diagramme für Wien

### 1 Workshops

Tabelle 1 *Teilnahme an den Workshops*

	Ernährung in der Schwangerschaft	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter
Anzahl Workshops	23	58
davon Kurzworkshops	0	0
Anzahl BesucherInnen	137	444
Ø Anzahl BesucherInnen pro Workshop	6	8

Tabelle 2 *Teilnahme an den Migrationsworkshops*

	Ernährung in der Schwangerschaft	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	Ernährung in der Schwangerschaft, Stillzeit und im Beikostalter
Anzahl Workshops	5	34	29
davon Kurzworkshops	0	0	0
Anzahl BesucherInnen	37	382	279

Tabelle 3 *Zeitraum der Umsetzung der Workshops*

	erster Workshop	letzter Workshop
Ernährung in der Schwangerschaft	2016-01-13	2016-12-20
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	2016-01-12	2016-12-14

## 2 Beschreibung der TeilnehmerInnen

Tabelle 4 Besucherstatus

	n	Mütter	Väter	Interessierte	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	328 (95 %)	12 (3 %)	5 (1 %)	0 (0 %)

Tabelle 5 Alter der TeilnehmerInnen in Jahren

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Ernährung in der Schwangerschaft (nur Schwangere)	109 (0)	31,3 ± 4,2 (31)	21 – 47
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	320 (25)	33,2 ± 5 (33)	20 – 60

Tabelle 6 Alter der TeilnehmerInnen nach Besucherstatus (Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter)

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Mütter	303 (25)	32,9 ± 4,4 (33)	20 – 48
Väter	12 (0)	34,5 ± 6,5 (34)	23 – 46
Interessierte	5 (0)	46 ± 13,5 (46)	32 – 60

Tabelle 7 Staatsangehörigkeit

	n	Österreich	andere*	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	110	78 (71 %)	32 (29 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	274 (79 %)	68 (20 %)	3 (1 %)

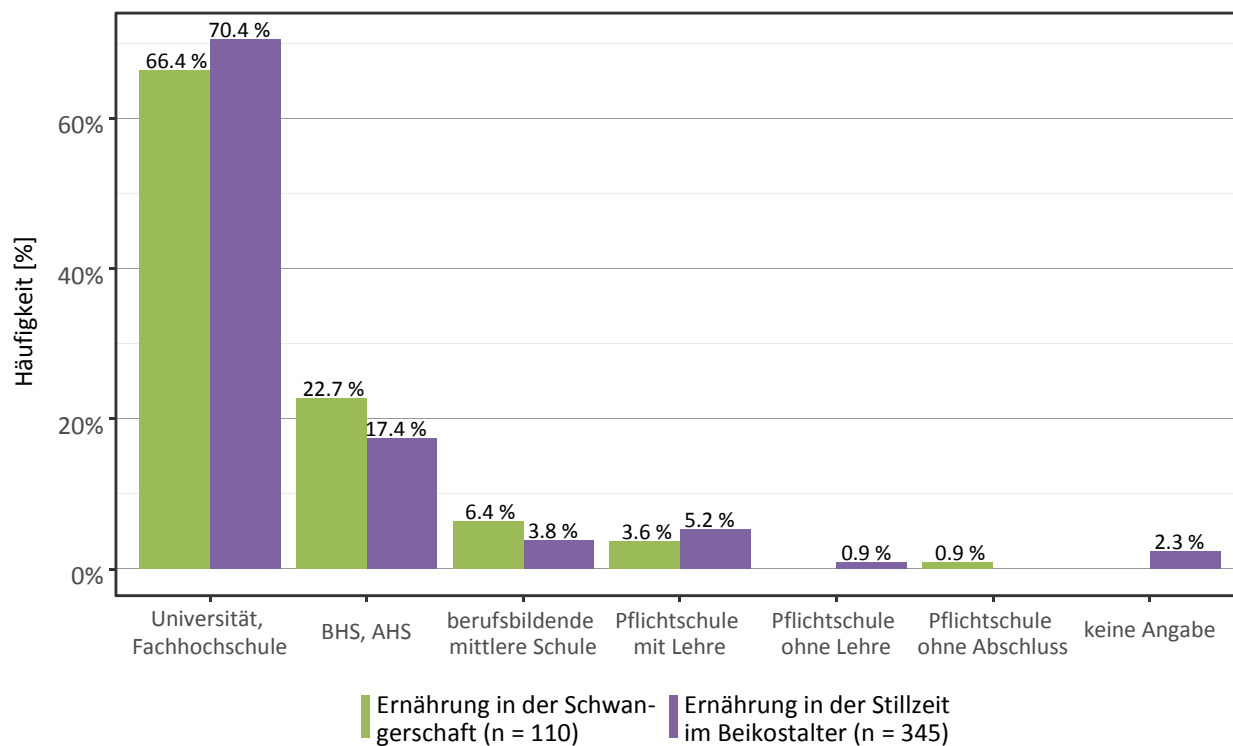
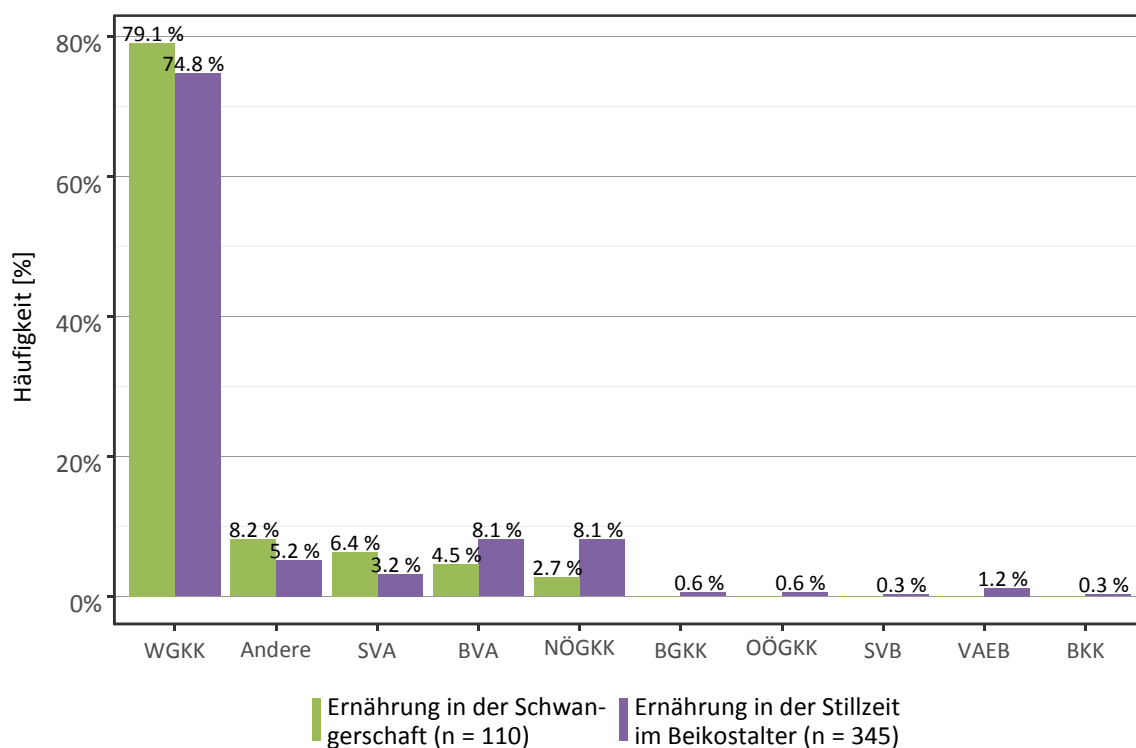
\* Andere Staatsbürgerschaften (wenn angegeben):

### Ernährung in der Schwangerschaft

Deutschland (6), Slowakei (5), Polen (3), Bulgarien (2), Argentinien (1), Bosnien (1), Brasilien (1), Indonesien (1), Italien (1), Kroatien (1), Moldau (1), Mongolei (1), Rumänien (1), Russland (1), Serbien (1), Thailand (1), Tschechien (1), Türkei (1), Ungarn (1), Vietnam (1)

### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

Deutschland (23), Ungarn (6), Polen (4), Slowakei (4), Rumänien (3), Russland (3), Bosnien (2), Bulgarien (2), Frankreich (2), Kroatien (2), Serbien (2), Spanien (2), Ukraine (2), Bulgarien/Venezuela (1), Estland (1), Georgien (1), Italien (1), Mazedonien (1), Peru (1), Slowenien (1), Thailand (1), Tschechien (1), Türkei (1)

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

Andere Versicherungsträger (wenn angegeben):

#### Ernährung in der Schwangerschaft

KFA (8), Privat (1)

#### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

KFA (16), CIGNA vom Arbeitgeber International (Auslandsösterreicherin) (1), IKK (1)

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

Tabelle 8 Größe, Gewicht und BMI der schwangeren Teilnehmerinnen

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Größe [m]	109 (0)	1,66 ± 0,06 (1,65)	1,53 – 1,81
Gewicht zum Zeitpunkt des Workshops [kg]	108 (1)	67,5 ± 13 (64)	49 – 120
Gewicht vor der Schwangerschaft [kg]	105 (4)	63,7 ± 13,8 (60)	43 – 126
BMI vor der Schwangerschaft [kg/m <sup>2</sup> ]	105 (4)	23,1 ± 5,1 (21,9)	17 – 48,6

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

Abbildung 3 Gewichtszunahme (n = 105)

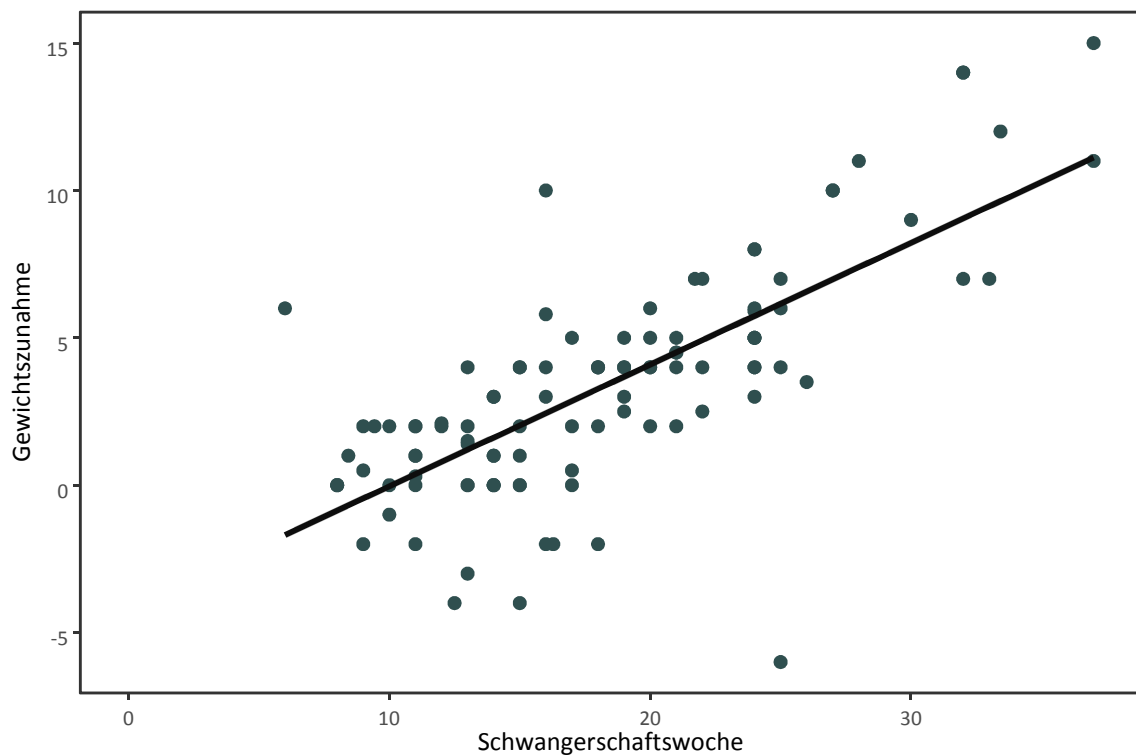


Tabelle 9 BMI-Kategorien der Teilnehmerinnen vor der Schwangerschaft

	n	Unter- gewicht	Normal- gewicht	Über- gewicht	Adi- positas	keine Angabe
BMI (Kategorie)	109	15 (14 %)	64 (59 %)	19 (17 %)	7 (6 %)	4 (4 %)

Tabelle 10 Anzahl der Schwangerschaften

	n	1	2	3	5	keine Angabe
Anzahl der Schwangerschaften	109	90 (83 %)	13 (12 %)	3 (3 %)	1 (1 %)	2 (2 %)

Tabelle 11 Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen

	n (missing)	MW ± SD (MD)	Min – Max
Schwangerschaftswoche	105 (4)	18,2 ± 6,8 (17)	6 – 37

Tabelle 12 Absicht zu stillen

	n	ja	nein	keine Angabe
Absicht zu stillen	109	102 (94 %)	5 (5 %)	2 (2 %)

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

Tabelle 13 Einführung der Beikost bzw. Absicht zu stillen

	n	ja	nein	keine Angabe
Kind bereits geboren	345	237 (69 %)	108 (31 %)	0 (0 %)
davon gestillt	237	219 (92 %)	10 (4 %)	8 (3 %)
davon Beikost bereits eingeführt	237	103 (43 %)	128 (54 %)	6 (3 %)
Kind nicht geboren: Absicht zu stillen	108	105 (97 %)	1 (1 %)	2 (2 %)

#### Alter des geborenen Kindes

Das Geburtsdatum der Kinder der TeilnehmerInnen lag zwischen dem 02.03.2002 und dem 30.09.2016.

Tabelle 14 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]	226 (11)	5,3 ± 11,6 (4)	0 – 174
bei Einführung der Beikost [in Lebenswochen]	100 (3)	21,4 ± 4,1 (21)	1 – 36

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

Tabelle 15 Werbung für den Workshop (Mehrfachnennungen)

	Ernährung in der Schwangerschaft (n = 110)	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 342)
GKK Ambulatorium, MuKiPa-Stelle	17,3 %	14,6 %
Kinderarzt, -ärztin bzw. Gynäkologe, Gynäkologin	21,8 %	6,7 %
Apotheke	4,5 %	2,3 %
AllgemeinmedizinerIn	0 %	0,6 %
Homepage GKK	9,1 %	6,1 %
Facebook	0 %	0,3 %
www.richtigessenvonanfangen.at	13,6 %	14,6 %
andere Internetseite	3,6 %	1,2 %
Zeitschrift GKK	3,6 %	1,5 %
Aussendung GKK	0 %	9,1 %
FreundInnen, Familie	12,7 %	35,7 %
Sonstige*	23,6 %	17,3 %

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

### Ernährung in der Schwangerschaft

**Krankenhaus/Hebamme/Arzt (11):** Hebamme (5), Familienhebammen (1), Hebammenzentrum (1), Hebammenzentrum (Teilnehmerin) (1), KH Göttlicher Heiland (1), Krankenhaus (1), Wilheminspital (1);

**Infomaterial (6):** Broschüre beim Gyn. (1), Flyer (1), Flyer beim Arzt (1), Flyer in der KK (1), Folder (1), Werbung im Spital (1);

**Sonstiges (3):** Ernährungsberatung U3Med (1), Vital Akademie (1), von der letzten SS (1);

**Arbeitsumfeld (2):** Arbeitskontext (1), WGKK Mitarbeiter (1);

**Elternguppe (2):** Eltern-Kind-Zentrum (1), Eltern-Kind-Zentrum Wickelrucksack (1);

**Geburtsvorbereitung (1):** Geburtsvorbereitungskurs (1);

**Magistrat (1):** MA 11 (1);

#### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

**Krankenhaus/Hebamme/Arzt (26):** Familienhebammen (8), Hebamme (7), Frauenarzt/-ärztin (4), KH (2), Hebamme WSP (1), Krankenhaus (1), Krankenhaus Hanusch (1), Mutter-Kind-Box/Frauenarzt (1), im Krankenhaus (1);

**Infomaterial (11):** Beilage im Mutter-Kind-Pass (1), Broschüre (1), Broschüre v. Infostelle/Krankenhaus (1), Broschüre/Leaflet (Hebammenzentrum?/Wickelrucksack) (1), Eltern-Kind-Zentrum, Broschüre lag auf (1), Folder (1), Folder d. GKK (in Mutter-Kind Box) (1), Frauenarzt Folder (1), Frauenärztin Folder aufgelegt (1), GKK Plakate (1), Uni Aushang, Gyn. Aushang (1);

**Elterngruppe (4):** Babygruppe (1), Babymoms (1), Babytreff (1), Hebammenzentrum (1);

**Geburtsvorbereitung/Rückbildung (4):** Geburtsvorbereitungskurs d. Familienhebammen (2), Geburtsvorbereitungskurs (1), Rückbildungskurs Stadt Wien (1);

**Sonstiges (3):** Kinderbuch Kinder in Wien (1), Unterlagen, weiß nicht mehr woher (1), andere Schwangere (1);

**E-Mail/Post (2):** Babymamas-Newsletter (1), Newsletter BABYMAMA (1);

**Fachberatung (2):** Diätologinnen (1), Ernährungsberaterin (1);

**Magistrat (2):** MA. (1), Magistratisches Amt (1);

**Arbeitsumfeld (1):** Arbeit + voriger SSW-Workshop (1);

**Versicherungsträger (1):** WGKK Kundenzentrum (1);

**Workshop/Seminar (1):** Besuch Workshop Essen in der SS (1);

**Zeitung (1):** Zeitschrift (1);

Tabelle 16 Zufriedenheit mit dem Workshop insgesamt

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	110	100 (91 %)	9 (8 %)	0 (0 %)	0 (0 %)	1 (1 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	302 (88 %)	37 (11 %)	2 (1 %)	0 (0 %)	4 (1 %)

Tabelle 17 Zufriedenheit mit den Workshop-Inhalten

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	110	101 (92 %)	9 (8 %)	0 (0 %)	0 (0 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	304 (88 %)	35 (10 %)	2 (1 %)	0 (0 %)	4 (1 %)

Tabelle 18 *Zufriedenheit mit den TrainerInnen*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	110	106 (96 %)	4 (4 %)	0 (0 %)	0 (0 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	319 (92 %)	21 (6 %)	1 (0 %)	0 (0 %)	4 (1 %)

Tabelle 19 *Zufriedenheit mit dem organisatorischen Ablauf*

	n	zufrieden	eher zufrieden	eher nicht zufrieden	nicht zufrieden	keine Angabe
Ernährung in der Schwangerschaft	110	107 (97 %)	3 (3 %)	0 (0 %)	0 (0 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	326 (94 %)	13 (4 %)	1 (0 %)	0 (0 %)	5 (1 %)

Tabelle 20 *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	110	80 (73 %)	29 (26 %)	1 (1 %)	0 (0 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	265 (77 %)	74 (21 %)	3 (1 %)	0 (0 %)	3 (1 %)

Tabelle 21 *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	110	59 (54 %)	49 (45 %)	2 (2 %)	0 (0 %)	0 (0 %)
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	232 (67 %)	107 (31 %)	2 (1 %)	0 (0 %)	4 (1 %)



## 6 Informationsbeschaffung zum Thema 'Ernährung des Kindes'

Tabelle 22 *Quelle der Ernährungsinformation*

	Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 343)
Familie, FreundInnen	65 %
Kinderarzt, -ärztin	55,7 %
Broschüre: Babys erstes Löffelchen/Jetzt ess ich mit den Großen	42,3 %
Bücher, Zeitschriften	63,6 %
Internet	68,2 %
Hebamme oder Kinderkrankenschwester/-pfleger	33,8 %
StillberaterIn oder Stillgruppe	23,9 %
Kinderbetreuung (Tagesmutter, Krippen, ...)	–
AllgemeinmedizinerIn	–
Sonstige*	2,9 %

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

### Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter

**Sonstige (3):** andere Mütter (2), Bekannte (1);

**Apotheke (1):** Apotheke (1);

**Arbeitsumfeld (1):** Im Zuge meiner Ausbildung zur Dipl. Ernährungstrainerin (1);

**Elterngruppe (1):** Elternberatung, Großer Weg, 1220 Wien, Essling (1);

**Workshop/Seminar (1):** ev. Vortrag (1);

Tabelle 23 *Bekanntheit der Broschüre 'Babys erstes Löffelchen'*

	n	ja	nein	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	345	151 (44 %)	184 (53 %)	10 (3 %)

Tabelle 24 Sind die Informationen der Broschüre 'Babys erstes Löffelchen' hilfreich?

	n	ja	nein	keine Angabe
Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter	151	133 (88 %)	0 (0 %)	18 (12 %)

## 7 Kennwerte

Folgende Tabelle gibt eine Übersicht über die berechneten Kennwerte (Mittelwert bzw. Median) unter Angabe der Bandbreite (Min – Max) für Österreich und Wien. 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 (Wien) ermittelt.

### Ernährung in der Schwangerschaft

Tabelle 25 Kennwerte aus dem Workshop 'Ernährung in der Schwangerschaft'

	Österreich (n = 1591)	Wien (n = 110)	
<b>Inhalte</b>	<b>MW (Max – Min)</b>	<b>MW (Max – Min)</b>	<b>Differenz</b>
Alter der TeilnehmerInnen [Jahre]	31 (52 – 15)	31 (47 – 21)	0
Schwangerschaftswoche	20 (39 – 0)	18 (37 – 0)	-2
Anzahl Schwangerschaften	1 (6 – 0)	1 (5 – 0)	0
Größe [Meter]	1,67 (1,86 – 1,44)	1,66 (1,81 – 1,53)	0
Gewicht [kg]	68,5 (146 – 44)	67,4 (120 – 49)	-1
Gewicht vor Schwangerschaft [kg]	64,1 (138 – 40)	63,7 (126 – 43)	0
BMI vor Schwangerschaft [kg/m <sup>2</sup> ]	22,9 (50,3 – 15,6)	23,1 (48,6 – 17)	0
<b>Inhalte</b>	<b>MD (Max – Min)</b>	<b>MD (Max – Min)</b>	<b>Differenz</b>
Zufriedenheit insgesamt <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (2 – 1)	0
Zufriedenheit mit TrainerIn <sup>1</sup>	1 (4 – 1)	1 (2 – 1)	0
Zufriedenheit mit Inhalten des Ernährungsworkshop <sup>1</sup>	1 (3 – 1)	1 (2 – 1)	0
Zufriedenheit mit	1 (4 – 1)	1 (2 – 1)	0

	Österreich (n = 1591)	Wien (n = 110)	
organisatorischem Ablauf <sup>1</sup>			
Der Workshop enthielt praxisnahe Tipps <sup>2</sup>	1 (3 – 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 26 Kennwerte aus dem Workshop 'Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter'

	Österreich (n = 3321)	Wien (n = 345)	
Inhalte	MW (Max – Min)	MW (Max – Min)	Differenz
Alter der TeilnehmerInnen [Jahre]	32 (64 – 17)	33 (60 – 20)	1
Alter des Kindes [Monate]	4,3 (174 – 0)	5,3 (174 – 0)	1
Alter des Kindes bei Beikosteinführung [Wochen]	20,1 (39 – 1)	21,4 (36 – 1)	1
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 (3 – 1)	1 (3 – 1)	0
Zuversicht, Inhalte und Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können <sup>2</sup>	1 (4 – 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 = 22)

Kategorie	Anzahl	Anmerkung
Lob/Dank	11	Alles super :)
		Alles super, ist gut auf individ. Fragen eingegangen worden
		Bitte weiterhin diese Workshops anbieten, weil es zu viele Internetforen gibt, in denen Schwangere sehr verunsichert werden.
		Danke es hat mir gut gefallen!
		Danke für das Angebot!
		Ein sehr guter Vortrag, den ich sicherlich weiterempfehlen werde!
		TOP-Veranstaltung; sehr informativ, TOP-Vortragende --> sehr kompetent
		Toll, dass es diesen Workshop gibt!
		sehr nette Vortragende, ging auf alle Fragen gut ein, sehr empfehlenswert, vielen Dank! gute Print-Materialien
		sehr zufrieden
		tolles Angebot, unbedingt weiterführen
Unterlagen	3	Ich hätte gerne die Broschüre: Empfehlungen zur Vermeidung von Lebensmittelinfektionen in der SS
		Präsentation zum umblättern etwas größer
		mehrsprachige Materialien, evtl. nicht nur auf Ernährung und Bewegung, auch auf seelische Gesundheit eingehen
mehr Praxis	3	Bei den Rezeptvorschlägen wären "gesunde" Nachspeisen interessant
		Beispiele für Rezepte für eine Woche?
		prakt. Abläufe im Alltag durchgehen; Rezeptbsp.
Dauer/Zeit	1	Kurs zeitlich später ansetzen ( ca 17 Uhr Start) - für Berufstätige
Organisatorisches	1	Vorträge auch im 20. Bezirk, 21. Bezirk & 22. Bezirk
Sonstiges	1	ZIEL-Publikum-Strategien DANKE!
mehr Infos	1	Evtl. internationale Küchen z. B. SO-Asiatisch
Änderungsvorschläge	1	mehr Interaktivität, Frage-Antwort Runden - von allen Teilnehmerinnen

### Kommentare zum Workshop: Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter (n = 58)

Kategorie	Anzahl	Anmerkung
Lob/Dank	24	Danke! (2)
		Alles war super! Danke :)
		DANKE!! War sehr informativ!
		Danke für die nützlichen Infos!!! Toll war's!
		Der Workshop war sehr gut und sehr hilfreich. Vielen Dank, bin sehr zufrieden, sehr nützlich.
		Der Workshop war sehr informativ und gut vorgetragen
		Ich habe viele nützliche Infos geholt, alles hat gepasst!!
		Nein. Sehr informativ und praxisnah. Vielen Dank!
		Super Vortrag
		Super Vortrag, viele hilfreiche Informationen
		Tolles Angebot, sehr hilfreich + praxisnah!
		Vielen Dank
		Vielen Dank für den informativen Workshop
		Vielen lieben Dank für den Vortrag.
		Vormittagskurs ist super für Eltern mit schul-/kindergartenpflichtigen Kindern
		Vortragende war immer offen für Fragen und sich Zeit genommen, diese auch gut u. verständlich zu beantworten.
		War sehr informativ & schonungslos ehrlich, toll
		sehr gut vorbereitete Trainerin, interessante Tipps, kann ich nur weiterempfehlen Danke!
		sehr zufrieden
		super Verkostung, tolle Infos - DANKE
		tolle Vortragende! Verständlicher Inhalt - sehr gut aufbereitet!
		toller Workshop, finde das Angebot sehr hilfreich!
		vielen Dank - super Workshop!
		Organisatorisches
Ein ebenerdiger Raum wäre babyfreundlicher		
Getränke in Pause		
Krabbeleckere für Kinder wäre toll		
Kursort mit Matten am Boden wäre einfacher mit Baby		
Raum wo alle am Boden sitzen --> für Babies		
Wickeltisch		
Wickeltisch wäre super		
evt. etwas mehr Termine am VM - mein Kind ist am Abend/später NM gerne zu Hause.		

Kategorie	Anzahl	Anmerkung
		frühere Info an Mütter senden zB im Rahmen Wochengeld, nicht erst bei KBG
		kein Lift in VHS Donaustadt --> schwierig mit Kinderwagen, ansonsten sehr zufrieden
		mehr Termine
mehr Praxis	10	Etwas mehr praktische Beispiele wünschenswert sonst sehr gut!
		Eventuell mit Praxisteil - etwas für Babys kochen/zubereiten können
		Mehr praktische Breiablaufstage - wie ein Tag praktisch aussehen könnte von Beginn an.....
		Mehr praxisbezogen erklären.
		Praxis! Breie kochen, ausprobieren
		Rezepte
		ein paar mehr Rezepte
		event. mehr Rezeptideen mitgeben
		mehr Praxistips
		mehr Rezepte!
Änderungsvorschläge	5	Ernährung während Stillens extra Workshop - damit Dauer verkürzt wird (3h inkl. Baby sehr lang)
		Es gab viele Information, die von Teil 1 schon bekannt ist.
		Vielleicht Videos
		vielleicht eine Kleinigkeit zu essen, weil über die Mittagszeit
		zuerst Unterlagen austeilen, dann referieren, somit kann man sich Notizen dazu machen
Unterlagen	3	Broschüre sollte mehr praktische Beispiele enthalten; mehr Infos zur fleischlosen Ernährung;
		Hinweis, ob Infos/Broschüren digital/online verfügbar sind.
		Power Point anstelle von "Kalender" --> zwecks Lesbarkeit
Sonstiges	2	Brei frei aufnehmen
		Geburtsambulanz im Hanusch KH wieder einführen !!!!!
Dauer/Zeit	1	Workshop auf 2 Stunden ansetzen statt 3, um die Planung zu erleichtern (hat auch nur 2h gedauert)
mehr Infos	1	Informationen zum Abstillen wären gut