

Evaluationsbericht 2013 – Oberösterreich

Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter



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



G'scheit g'sund.

Eine Initiative des
Bundesministeriums für Gesundheit.

Impressum

Im Auftrag von:

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

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

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

Für den Inhalt verantwortlich:

Mag.^a Melanie U. Bruckmüller

Mag.^a Bettina Meidlinger

Dr.ⁱⁿ Birgit Dieminger (Programmleitung)

Unter Mitarbeit von (in alphabetischer Reihenfolge):

Lisa Buchinger, Bakk.

Mag.^a Bernadette Bürger

Nadine Fröschl, MSc

Mag.^a Katrin Seper

Mag.^a Nadja Wüst

Foto: fotolia

Kontakt: team@richtigessenvonanfangen.at

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

© AGES, BMG & HVB, März 2014

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



Inhaltsverzeichnis

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

5.2.10.2.	Falls ja, fanden Sie die Informationen hilfreich?	20
5.3.	Ziele	21
5.3.1.	Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung	21
5.3.2.	Die Überprüfung des Wissenszuwachses	22
5.3.2.1.	Wissenszuwachs	22
5.3.2.2.	Erhalt vieler neuer Informationen durch den Workshop	23
5.3.2.3.	Bereiche des Wissenszuwachses	23
5.3.3.	Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag	24
5.3.3.1.	Praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag	24
5.3.3.2.	Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können	25
5.3.4.	Steigerung der Selbstwirksamkeit der (werdenden) Eltern und Bezugspersonen	25
5.3.4.1.	Beitrag des Workshops für die Gesundheit des Kindes	26
5.3.4.2.	Umsetzung der Empfehlungen	27
5.4.	Erneute Teilnahme und Weiterempfehlung	28
5.4.1.	Besuch des Workshops „Ernährung in der Schwangerschaft“ zuvor	28
5.4.2.	Weiterempfehlung des Workshops „Babys erstes Löffelchen - Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter“	28
6	Anhang	29

Abbildungsverzeichnis

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

Tabellenverzeichnis

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

Abkürzungsverzeichnis

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

1 Einleitung

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

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

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

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

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

2.1. Umsetzung

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

Die Umsetzung der Workshops in Oberösterreich erfolgt durch die Oberösterreichische Gebietskrankenkasse.

2.2. Workshopaufbau

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

Themenblock: Ernährung in der Stillzeit

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

Themenblock: Ernährung im Beikostalter

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

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

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

2.3. Zielgruppe

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

3 Evaluation

Bei der vorliegenden Evaluation handelt es sich um eine begleitende Ergebnisevaluation. Das Hauptziel besteht darin, den Nutzen der einmalig stattfindenden Ernährungsworkshops für die

TeilnehmerInnen abzuschätzen und durch die laufende Beobachtung und Reflexion, die Qualität der Maßnahme zu verbessern.

3.1. Fragebogen

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

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

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

Ein Jahr nach dem Workshopbesuch (Messzeitpunkt 3) erhalten alle TeilnehmerInnen, die eine gültige E-Mail-Adresse angegeben haben, eine Einladung für eine weitere Befragung. Der dafür vorgesehene Fragebogen wurde als Onlinefragebogen konzipiert. Seit September 2013 werden in Oberösterreich monatlich die BesucherInnen desselben Monats im Vorjahr angeschrieben und eingeladen, an einer Onlineumfrage teilzunehmen. Im Bundesland Oberösterreich werden Fragebögen auch per Post verschickt, da von vielen BesucherInnen die Postadresse, jedoch nicht die E-Mail-Adresse bekannt ist.

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 Beikostalder), 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 Oberösterreich **899 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) und **877 Personen** den Fragebogen zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) aus. Sowohl MZP 1 als auch MZP 2 beantworteten insgesamt **789 Personen** (79,9 %). 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 Oberösterreich insgesamt 121 Workshops mit 972 BesucherInnen statt. Es kamen insgesamt 30 MultiplikatorInnen zum Einsatz. An der Erhebung zum Messzeitpunkt 1 (MZP 1) nahmen 899 Personen und zum Messzeitpunkt 2 (MZP 2) 877 Personen teil. In Oberösterreich wurden im Jahr 2013 keine MultiplikatorInnen geschult.

5.2. Beschreibung der TeilnehmerInnen

5.2.1. Besucherstatus

Von den zum MZP 1 Befragten (n=899) waren 97,4 % (werdende) Mütter (n=876). 4 Personen (0,4 %) waren (werdende) Väter und eine Person (0,1 %) war ein/e Angehörige/r. 2,0 % machten keine Angabe zu dieser Frage (n=18). Von den TeilnehmerInnen unter „Angehörige/r“ genannte Angaben sind im Anhang aufgelistet.

5.2.2. Alter

In Oberösterreich machten insgesamt 876 Personen, der zum MZP 1 befragten BesucherInnen, eine Angabe zum Alter. 23 befragte Personen gaben keine Antwort auf diese Frage. Insgesamt betrug das mittlere Alter $30,5 \pm 4,4$ (MW \pm sd) Jahre und reichte von 18 bis 59 Jahre.

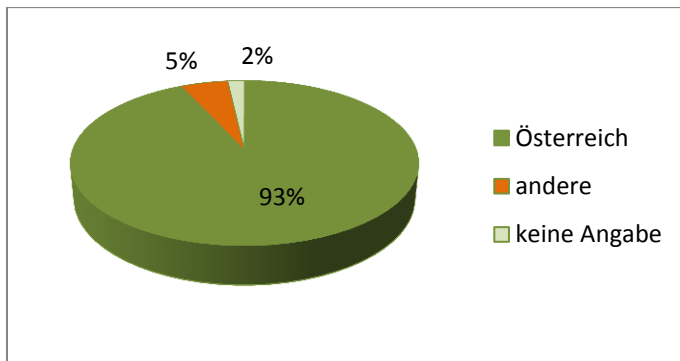
Die Frage zum Alter beantworteten 869 (werdende) Mütter. Deren mittleres Alter lag bei $30,4 \pm 4,3$ Jahren. Die jüngste Frau war 18 Jahre und die älteste 46 Jahre alt. Außerdem gaben 4 (werdende) Väter ihr Alter an, wobei das durchschnittliche Alter $33,0 \pm 7,4$ Jahre betrug. Ein/e Angehörige/r gab sein/ihr Alter mit 59 Jahren an (Tabelle 2).

Tabelle 2 Alter der TeilnehmerInnen in Jahren ($n_{gesamt}=899$)

TeilnehmerInnen	n (fehlend)	Alter in Jahren	
		MW \pm sd	Min - Max
Gesamt	876 (23)	$30,5 \pm 4,4$	18 – 59
(werdende) Mütter	869 (7)	$30,4 \pm 4,3$	18 – 46
(werdende) Väter	4 (0)	$33,0 \pm 7,4$	25 – 43
Angehörige	1 (0)	59	-

5.2.3. Staatsangehörigkeit

Von den teilnehmenden BesucherInnen gaben 93,1 % (n=837) an, eine österreichische Staatsbürgerschaft und 5,1 % (n=46) eine andere Staatsbürgerschaft als die Österreichische zu haben (Abbildung 1). Von jenen Personen, die keine österreichische Staatsbürgerschaft besitzen, war die Mehrheit (60,9 %, n=28) aus Deutschland und 6,5 % (n=3) aus Polen. Keine Angabe zur Staatsangehörigkeit machten in Oberösterreich 1,8 % der TeilnehmerInnen (n=16). Weitere Detailangaben sind im Anhang enthalten.

Abbildung 1 Verteilung der Staatsangehörigkeit ($n_{\text{gesamt}}=899$)

5.2.4. Wohndauer in Österreich

56 befragte (werdende) Mütter, die nicht in Österreich geboren wurden, gaben an wie lange sie schon in Österreich leben. Der Mittelwert der Wohndauer lag bei $10,7 \pm 7,9$ Jahren und reichte von 0,3 bis 30 Jahre (Tabelle 3). Keine Angabe machten 2 befragte Personen. Die genannten Geburtsländer von (werdenden) Müttern, welche nicht in Österreich geboren wurden, sind im Anhang aufgelistet.

Tabelle 3 Wohndauer in Oberösterreich in Jahren ($n_{\text{gesamt}}=58$)

	n (fehlend)	Wohndauer in Jahren	
		MW \pm sd	Min - Max
(werdende) Mütter	56 (2)	$10,7 \pm 7,9$	0,3 – 30

5.2.5. Ausbildung

Circa ein Drittel der befragten EvaluationsteilnehmerInnen (32,9 %, $n=296$) hatte einen Universitäts- oder Fachhochschulabschluss. 28,8 % ($n=259$) der insgesamt 899 TeilnehmerInnen bestätigten, eine berufsbildende oder allgemeinbildende höhere Schule absolviert zu haben. Einen Abschluss einer berufsbildenden mittleren Schule (Fachschule, Handelsschule, etc.) hatten 12,3 % ($n=111$) der Befragten. 22,9 % ($n=206$) schlossen eine Lehre ab und 5 TeilnehmerInnen (0,6 %) besaßen einen Pflichtschulabschluss ohne Lehre. Nur 4 der Befragten gaben an, keinen Pflichtschulabschluss zu haben (0,4 %). 18 Personen machten keine Angabe zu dieser Frage (2,0 %).

5.2.6. Versicherungsträger

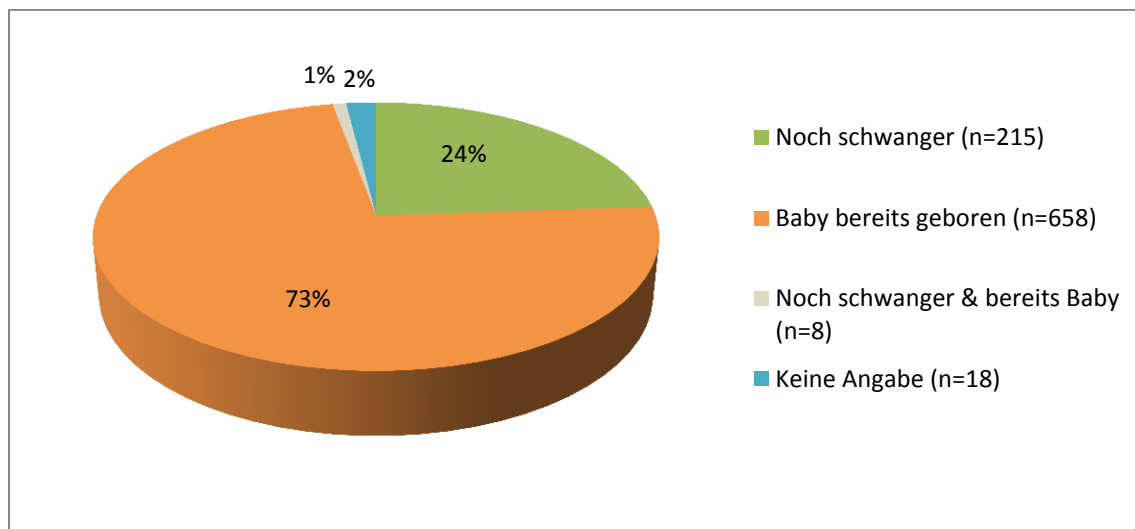
98,6 % (n=886) der insgesamt 899 befragten TeilnehmerInnen beantworteten die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger. 13 Personen (1,4 %) machten keine Angabe. Mehrfachantworten waren möglich.

Auf die Frage nach dem zuständigen Versicherungsträger antworteten 81,9 % (n=736) der TeilnehmerInnen in Oberösterreich mit OÖGKK. Bei der BVA waren 3,0 % (n=27), bei der NÖGKK 1,7 % (n=15) und bei der SVA 1,1 % (n=10) versichert. 1,0 % (n=9) der TeilnehmerInnen kamen als Versicherte der SGKK. Von der WGKK waren 7 Versicherte (0,8 %) in den Workshops. Jeweils 3 Personen (0,3 %) gaben an, bei der SVB bzw. VAEB versichert zu sein. 2 Personen (0,2 %) waren jeweils bei der STGKK bzw. TGKK versichert und jeweils eine Person (0,1 %) bei der KGKK bzw. BGKK. 8,8 % (n=79) der Befragten gaben an, bei einem anderen als den aufgelisteten Trägern versichert zu sein (siehe Anhang).

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

881 Befragte beantworteten die Frage zur Schwangerschaftswoche, zum Alter und Geburtsgewicht des Kindes und/oder zur Termingeburt des Kindes. 2,0 % (n=18) machten keine Angabe. Von insgesamt 899 Befragten waren 23,9 % (n=215) noch schwanger, bei 73,2 % (n=658) wurde das Kind bereits geboren und 8 Frauen (0,9 %) waren noch schwanger und hatten bereits ein Kind (Abbildung 2).

Abbildung 2 Häufigkeitsverteilung Schwangere und Befragte, die bereits ein Kind haben (n_{gesamt}=899)



Schwangerschaftswoche

223 Personen in Oberösterreich gaben eine Schwangerschaftswoche (SSW) an. Im Mittel waren die Frauen in der 33. SSW ($32,6 \pm 4,8$), wobei die Angaben von der 3,5. bis zur 40. SSW reichten (Tabelle 4).

Tabelle 4 Schwangerschaftswoche der Teilnehmerinnen in Wochen ($n_{\text{gesamt}}=223$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Schwangerschaftswoche	223 (0)	$32,6 \pm 4,8$	3,5 – 40

Alter des Kindes

In Oberösterreich wurde von 657 Personen, bei denen das Baby bereits geboren wurde, eine Angabe zum Alter des Babys gemacht. Das mittlere Alter der Kinder lag bei $4,5 \pm 2,1$ Monaten. Das jüngste Kind war ein Monat alt und das älteste Kind war 27 Monate alt (Tabelle 5).

Tabelle 5 Alter des Kindes in Monaten ($n_{\text{gesamt}}=666$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Alter des Kindes in Monaten	657 (9)	$4,5 \pm 2,1$	1 – 27

Geburtsgewicht

Von jenen TeilnehmerInnen, deren Baby bereits auf der Welt war, gaben 641 Personen das Geburtsgewicht ihres Kindes an, wobei das mittlere Geburtsgewicht bei $3.312,9 \pm 704,1$ g lag. Das niedrigste angegebene Geburtsgewicht betrug 700 g, das höchste 7.000 g (Tabelle 6).

Tabelle 6 Geburtsgewicht in Gramm ($n_{\text{gesamt}}=666$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Geburtsgewicht in g	641 (25)	$3.312,9 \pm 704,1$	700 – 7.000

Termingeburt

Diese Frage beantworteten ebenfalls nur jene befragten EvaluationsteilnehmerInnen, bei denen das Kind bereits geboren wurde. Von diesen 666 Personen in Oberösterreich, wurde bei 86,6 % ($n=577$) das Kind termingerecht geboren, 9,6 % der Frauen ($n=64$) hatten keine Termingeburt und 3,8 % der Befragten ($n=25$) 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=223). Hingegen wurden bei der Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ diejenigen Personen berücksichtigt, bei welchen bereits das Baby geboren wurde (n=666).

Auf die Frage „Haben Sie vor, Ihr Kind zu stillen?“ antworteten 92,8 % (n=207) der TeilnehmerInnen mit „Ja“. Lediglich eine befragte Person (0,4 %) beantwortete die Frage mit „Nein“ und 3 (1,3 %) Personen gaben an noch nicht zu wissen, ob das Kind gestillt werden wird oder nicht („weiß nicht“). 12 (5,4 %) der 223 in Oberösterreich befragten TeilnehmerInnen machten diesbezüglich keine Angabe.

Die Frage „Haben Sie Ihr Kind gestillt?“ beantworteten 89,8 % (n=598) der TeilnehmerInnen, bei welchen bereits das Baby geboren wurde, mit „Ja“. 5,4 % der Befragten (n=36) gaben an, dass ihr Kind nicht gestillt wurde. Von 32 (4,8 %) der insgesamt 666 in Oberösterreich befragten TeilnehmerInnen mit Baby wurde keine Angabe zu dieser Frage gemacht.

5.2.8.2. *Informationen zum 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.

558 der 666 befragten EvaluationsteilnehmerInnen (83,8 %) hatten Informationen zum Thema Stillen im Krankenhaus erhalten. Im Entbindungsheim erhielten 5 TeilnehmerInnen (0,8 %) Informationen zum Stillen. Im Falle von Hausgeburten bekamen 5,3 % der TeilnehmerInnen (n=35) vom medizinischen Personal Informationen zu diesem Thema. 34,7 % der TeilnehmerInnen (n=231) 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 7,8 % der Personen (n=52).

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=666).

54,7 % der EvaluationsteilnehmerInnen (n=364) antworteten auf die Frage, ob bei den von ihnen angegebenen Informationsquellen, das Thema „Ernährung in der Stillzeit“ behandelt wurde, mit „Ja“. Hingegen gaben 37,1 % der TeilnehmerInnen (n=247) an, dass das Thema „Ernährung in der Stillzeit“

nicht behandelt wurde. 55 Personen (8,3 %) von insgesamt 666 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=666), ausgewertet.

25,5 % dieser 666 EvaluationsteilnehmerInnen gaben an, dass Beikost bereits eingeführt wurde (n=170). 69,7 % der Befragten (n=464) gaben noch keine Beikost. Keine Angabe diesbezüglich machten 4,8 % der befragten Personen (n=32).

5.2.9.2. Alter des Kindes bei der Beikosteinführung

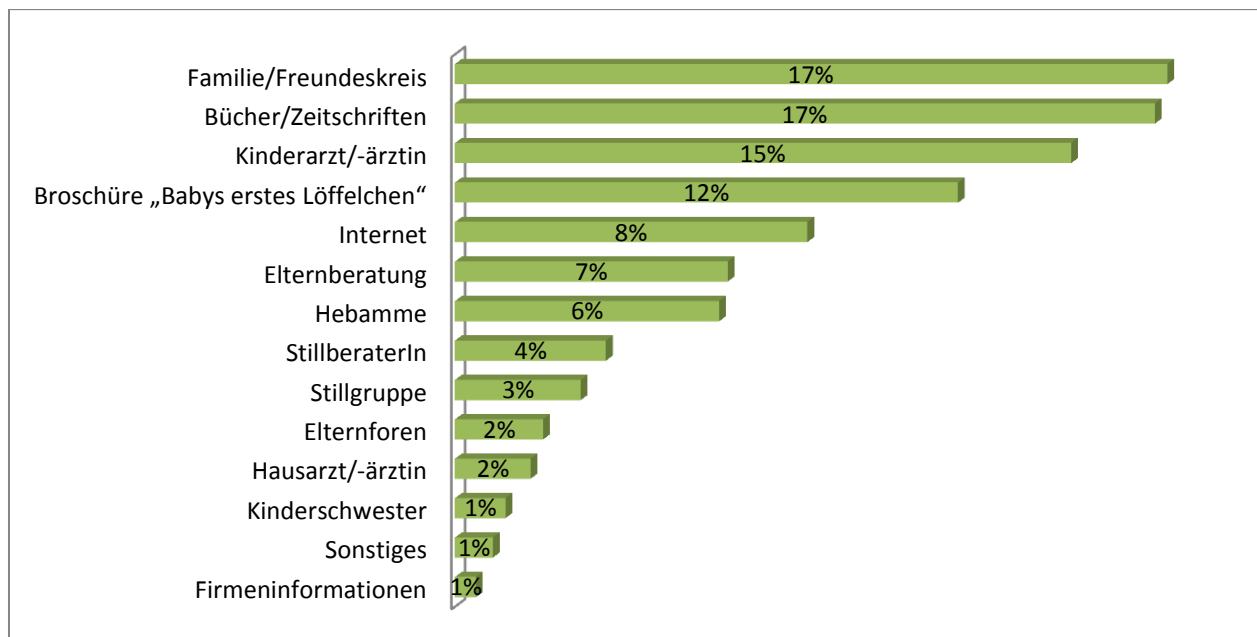
25,8 % (n=172) von 666 TeilnehmerInnen, bei denen bereits das Baby geboren wurde, gaben das Alter des Kindes bei Beikosteinführung an. 74,2 % machten keine Angabe (n=494). Im Mittel lag das Alter bei Beikosteinführung bei $5,0 \pm 0,8$ Monaten. Das jüngste Kind war bei Beikosteinführung 2 Monate alt, das älteste 7,5 Monate (Tabelle 7).

Tabelle 7 Alter bei Beikosteinführung in Monaten ($n_{\text{gesamt}}=666$)

	n (fehlend)	MW \pm sd	Min - Max
Alter in Monaten	172 (494)	$5,0 \pm 0,8$	2 – 7,5

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 Oberösterreich am häufigsten „Familie/Freundeskreis“ (17,0 %, n=113), sowie „Bücher und Zeitschriften“ (16,7 %, n=111) und „Kinderarzt/Kinderärztin“ (14,7 %, n=98) angekreuzt. 12,0 % (n=80) der TeilnehmerInnen nannten als Quelle für Empfehlungen zur Ernährung des Kindes die Broschüre „Babys erstes Löffelchen“ und 8,4 % (n=56) das Internet. Am seltensten gaben die TeilnehmerInnen in Oberösterreich Firmeninformationen (0,5 %, n=3) oder „Sonstiges“ als Quelle für die Vermittlung von Ernährungsempfehlungen (0,9 %, n=6) an. Weitere Angaben sind in Abbildung 3 ersichtlich. Keine Angabe zu dieser Frage machten 70,6 % der Personen (n=470). Bei dieser Frage waren Mehrfachantworten möglich. Weitere Detailangaben sind im Anhang enthalten.

Abbildung 3 Quelle von Ernährungsinformationen ($n_{\text{gesamt}}=666$)

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 29,9 % der TeilnehmerInnen ($n=199$) in Oberösterreich mit „Ja“. 24,2 % der TeilnehmerInnen ($n=161$) gaben an die Broschüre nicht zu kennen. 306 Personen (45,9 %) von insgesamt 666 in Oberösterreich 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.

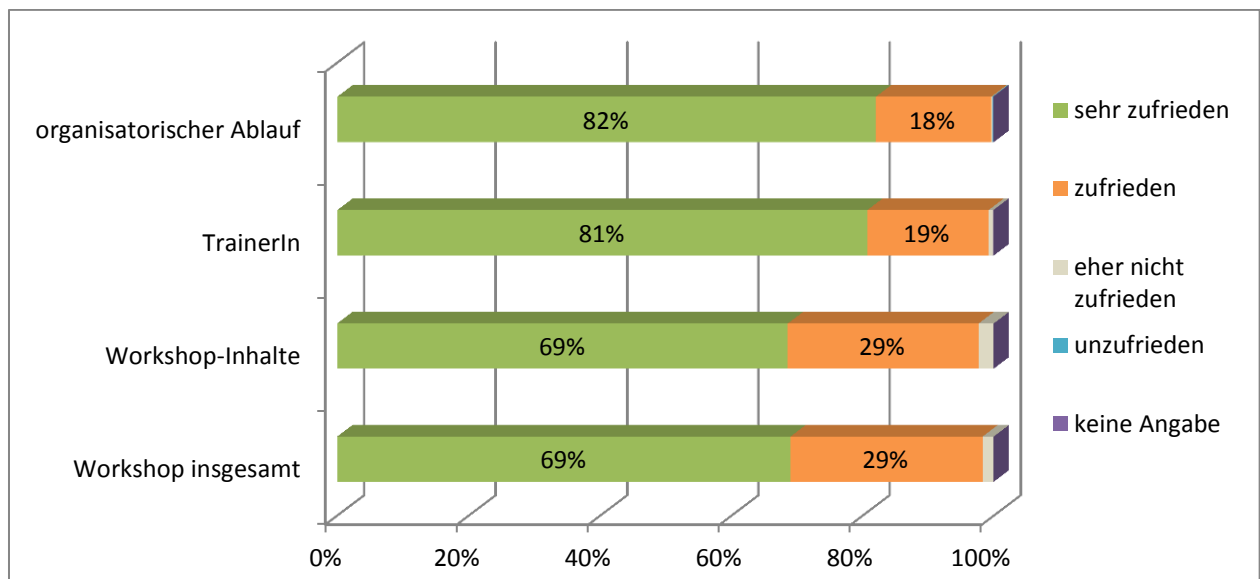
Auf die Frage „Finden Sie die Infos hilfreich?“ antworteten 93,0 % der TeilnehmerInnen ($n=185$) in Oberösterreich mit „Ja“. 1,5 % der TeilnehmerInnen ($n=3$) gaben an, dass die Informationen für sie nicht hilfreich waren. 11 Personen (5,5 %) der insgesamt 199 in Oberösterreich Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

5.3. Ziele

5.3.1. Sicherung der Qualität der Maßnahme während der Umsetzung

Der überwiegende Anteil der EvaluationsteilnehmerInnen in Oberösterreich war mit dem organisatorischen Ablauf des Workshops sehr zufrieden (82,0 %, n=719) und 17,6 % (n=154) waren zufrieden. Mit 80,7 % (n=708) äußerten mehr als drei Viertel der Befragten sehr hohe Zufriedenheit und 18,5 % (n=162) Zufriedenheit mit dem/der TrainerIn. Die Inhalte des Workshops wurde ebenso von der Mehrheit der Befragten als sehr zufriedenstellend (68,6 %, n=602) bzw. zufriedenstellend (29,1 %, n=255) empfunden. Etwas mehr als zwei Drittel der TeilnehmerInnen in Oberösterreich waren mit dem Workshop insgesamt sehr zufrieden (69,0 %, n=605) und 29,3 % waren zufrieden (n=257). 15 Personen (1,7 %) waren mit dem Workshop insgesamt eher nicht zufrieden und 20 Personen (2,3 %) mit den Inhalten. 6 Personen (0,7 %) waren mit dem/der TrainerIn eher nicht zufrieden. 2 Personen (0,2 %) waren mit dem organisatorischen Ablauf eher nicht zufrieden und eine Person damit unzufrieden (0,1 %). Eine Person (0,1 %) machte keine Angabe zu den Fragen über den organisatorischen Ablauf und die Zufriedenheit des Trainers/der Trainerin (Abbildung 4).

Abbildung 4 Zufriedenheit der TeilnehmerInnen ($n_{\text{gesamt}}=877$)



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

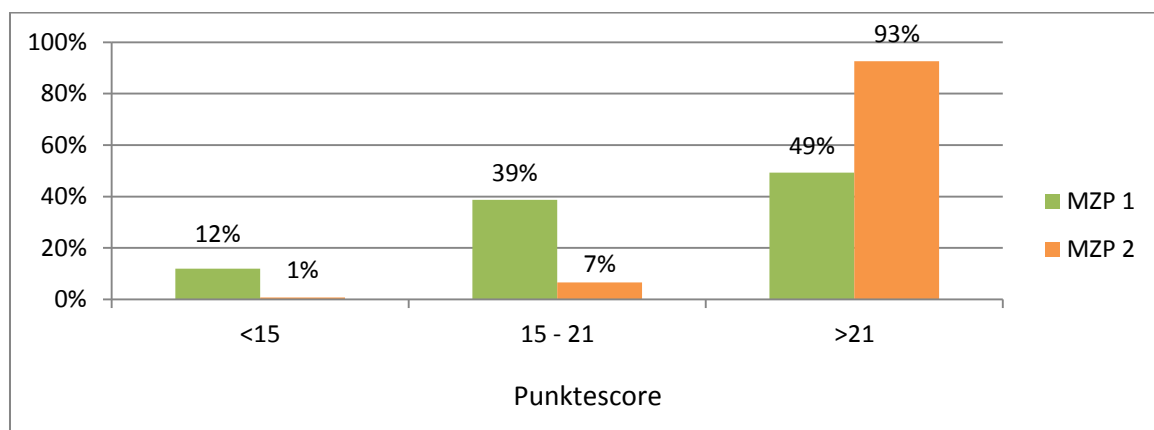
Um den Wissenszuwachs der TeilnehmerInnen zu den Themen Ernährung in der Stillzeit und im Beikostalter zu überprüfen, wurde den Befragten sowohl vor (MZP 1) als auch nach dem Workshop (MZP 2) der gleiche Wissensfragebogen vorgelegt. Der Wissenstest bestand aus insgesamt 3 Fragen zum Thema Ernährung in 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 783 Personen.

Der errechnete Gesamtscore lag vor dem Workshop (MZP 1) im Mittel bei $20,5 \pm 4,4$ Punkten. Knapp die Hälfte der TeilnehmerInnen (49,3 %, $n=386$) erzielte dabei mehr als 21 Punkte, 38,7 % ($n=303$) zwischen 15 und 21 Punkten und 12,0 % der TeilnehmerInnen ($n=94$) weniger als 15 Punkte. Die größten Wissenslücken gab es vor allem bei der Frage „Ist ein hartgekochtes Ei für die Beikost geeignet?“ sowie bei der Frage „Darf Fisch bereits im 1. Lebensjahr gegeben werden?“ und bei der Frage „Darf glutenhaltiges Getreide ab Beginn der Beikosteinführung gegeben werden?“.

Nach dem Workshop (MZP 2) konnte in Oberösterreich ein signifikanter Wissenszuwachs beobachtet werden ($p < 0,001$). Im Mittel erreichten die TeilnehmerInnen nach dem Besuch des Workshops einen Gesamtscore von $25,3 \pm 2,7$ Punkten. Der Gesamtscore erhöhte sich somit im Durchschnitt um $4,9 \pm 4,4$ Punkte. Beim MZP 2 stieg der Anteil jener Personen, die mindestens drei Viertel der maximalen Punkteanzahl (>21 Punkte) erreichten auf 92,6 % ($n=725$) an (Abbildung 5).

Abbildung 5 Wissensstand der TeilnehmerInnen zum MZP 1 und MZP 2 ($n_{\text{gesamt}}=783$)



Fazit: Es fand ein signifikanter Wissenszuwachs ($p < 0,001$) bei den Befragten des Workshops statt. Unmittelbar vor dem Workshop (MZP 1) erreichten die TeilnehmerInnen im Mittel $20,5 \pm 4,4$ Punkte und nach dem Workshop (MZP 2) im Mittel $25,3 \pm 2,7$ Punkte. Dieser Punkteanstieg entspricht einem Wissenszuwachs von 23,4 %.

5.3.2.2. Erhalt vieler neuer Informationen durch den Workshop

Die Frage „Durch den Workshop habe ich insgesamt viele neue Informationen erhalten“ beantworteten 873 der 877 befragten EvaluationsteilnehmerInnen unmittelbar nach dem Workshop. Keine Angabe zu dieser Frage machten 4 Personen (0,5 %).

Rund die Hälfte der TeilnehmerInnen (50,7 %, $n=445$) stimmten völlig zu, viele neue Informationen erhalten zu haben. 30,0 % der TeilnehmerInnen ($n=263$) beantworteten die Frage mit „stimme zu“. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 12,4 % der TeilnehmerInnen ($n=109$). Lediglich 3,3 % der Befragten ($n=29$) antworteten bei dieser Frage mit „stimme eher nicht zu“ und 2,3 % ($n=20$) mit „stimme kaum zu“. Für die Antwort „stimme nicht zu“ entschieden sich 0,8 % der TeilnehmerInnen ($n=7$).

5.3.2.3. Bereiche des Wissenszuwachses

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

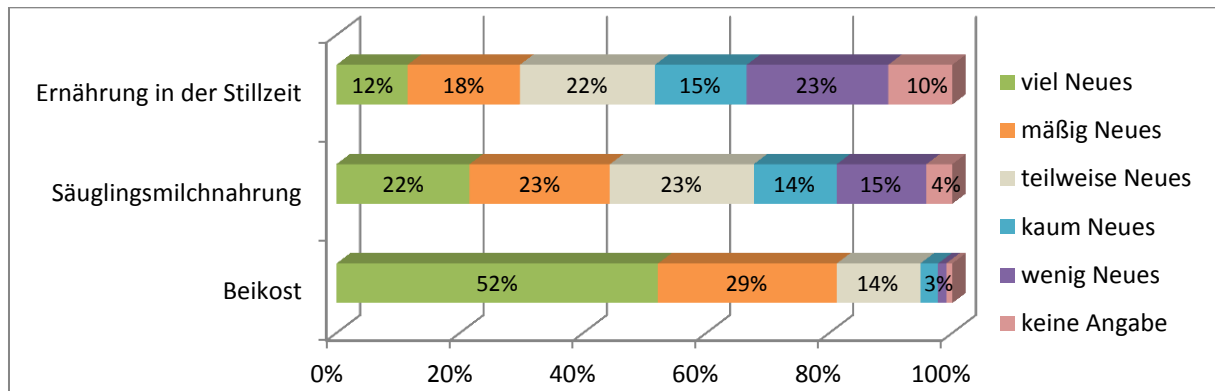
Über das Themengebiet „**Ernährung in der Stillzeit**“ hörten die TeilnehmerInnen der Workshops in Oberösterreich größtenteils wenig neue Inhalte (23,0 %, $n=202$) bzw. teilweise Neues (21,9 %, $n=192$). Die wenigsten der TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema viel dazugelernt haben (11,5 %, $n=101$). 91 von insgesamt 877 Personen beantworteten diese Frage nicht (10,4 %).

Die Frage, ob es sich bei den Workshopinhalten zum Thema „**Säuglingsmilchnahrung**“ um neues Wissen gehandelt hat, beantworteten 95,8 % der Befragten in Oberösterreich ($n=840$). Jeweils fast gleiche Anteile der TeilnehmerInnen gaben an, durch die Workshops viel (21,6 %, $n=189$), mäßig (22,8 %, $n=200$) oder teilweise Neues (23,4 %, $n=205$) zu diesem Thema gelernt zu haben. Ebenfalls je fast der gleiche Anteil an Befragten meinte, dass sie durch die Workshops kaum (13,5 %, $n=118$) bzw. wenig neues Wissen über Säuglingsmilchnahrungen erlangt haben (14,6 %, $n=128$).

Etwas mehr als die Hälfte der Befragten in Oberösterreich erfuhr durch die Workshops viel Neues über das Thema „**Beikost**“ (52,2 %, $n=458$) und knapp ein Drittel beantwortete die Frage mit mäßig Neues (29,1 %, $n=255$). Die wenigsten der TeilnehmerInnen gaben an, dass sie zu diesem Thema wenig Neues gelernt haben (1,3 %, $n=11$). Die Frage wurde von insgesamt 868 Personen (99,0 %) beantwortet.

Insgesamt zeigen die Auswertungen, dass es sich für die TeilnehmerInnen in Oberösterreich 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 ($n_{\text{gesamt}}=877$)

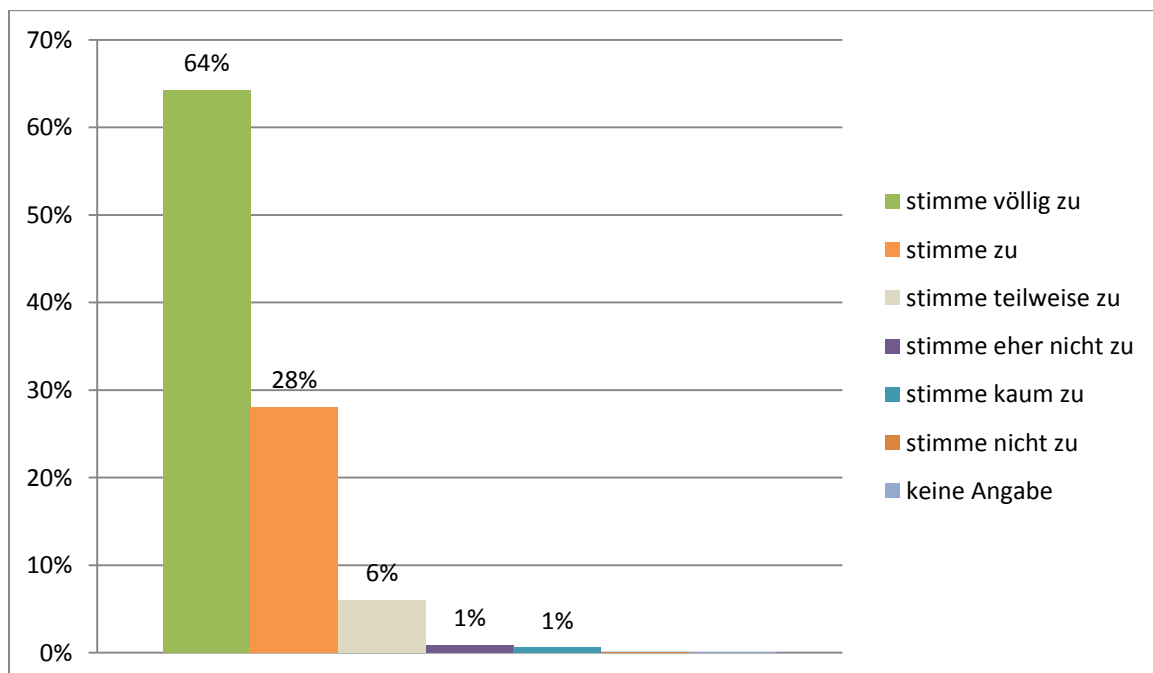


5.3.3. Anwendbarkeit der vermittelten Inhalte im Lebensalltag

5.3.3.1. Praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag

876 von 877 TeilnehmerInnen des Workshops beantworteten die Frage "Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag". Über 92 % der TeilnehmerInnen stimmten dieser Aussage völlig zu (64,2 %, $n=563$) bzw. stimmten zu (28,1 %, $n=246$). 6,0 % stimmten teilweise zu ($n=53$), 0,9 % ($n=8$) stimmten eher nicht zu und 0,6 % ($n=5$) stimmten kaum zu. Je eine Person (je 0,1 %) stimmte dieser Antwort nicht zu bzw. gab keine Antwort auf diese Frage (Abbildung 7).

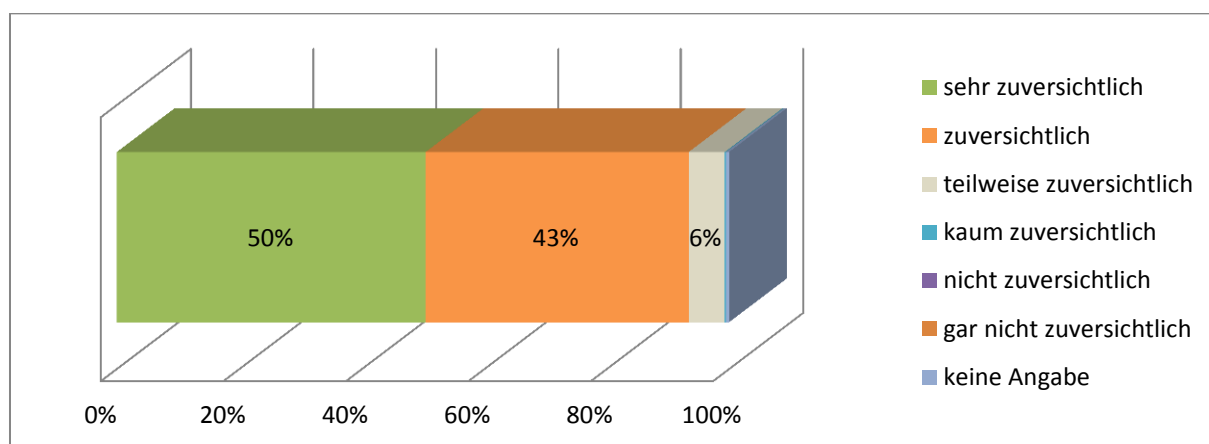
Abbildung 7 Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung im Alltag ($n_{\text{gesamt}}=877$)



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

Der überwiegende Anteil der befragten EvaluationsteilnehmerInnen in Oberösterreich war sehr zuversichtlich (50,4 %, n=442) bzw. zuversichtlich (43,0 %, n=377), die im Workshop gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können. 5,9 % (n=52) gaben an teilweise zuversichtlich zu sein. Ein geringer Prozentsatz (0,2 %, n=2) war kaum zuversichtlich. 4 TeilnehmerInnen (0,5 %), der insgesamt 877 Befragten, machten keine Angabe zu dieser Frage. Keine der befragten TeilnehmerInnen kreuzte die Antworten „nicht zuversichtlich“ und „gar nicht zuversichtlich“ an (Abbildung 8).

Abbildung 8 Zuversicht, die gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können ($n_{\text{gesamt}}=877$)



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:

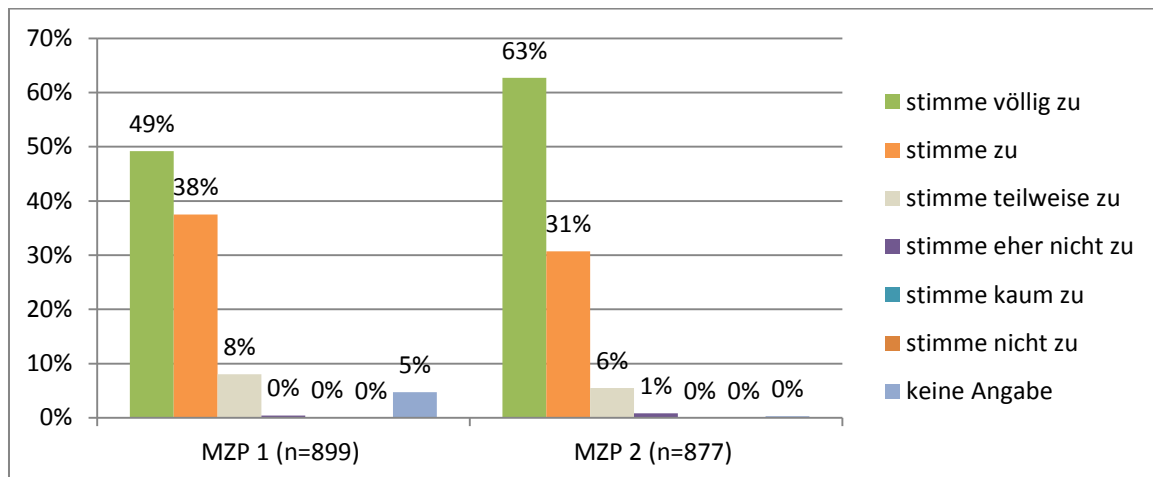
- **Ich bin mir sicher**, dass die Empfehlungen des Beikostworkshops einen großen Beitrag für die Gesundheit meines Babys leisten können.
- **Ich bin mir sicher**, dass ich es schaffe, die Empfehlungen des Beikostworkshops umzusetzen, auch wenn Hindernisse auftreten.

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) 857 der 899 in Oberösterreich befragten EvaluationsteilnehmerInnen. 42 Befragte (4,7 %) machten keine Angabe. Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben 874 von 877 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort. 3 Personen (0,3 %) beantwortete die Frage nicht.

Bereits vor dem Workshop stimmte der überwiegende Anteil der befragten EvaluationsteilnehmerInnen (86,7 %, n=779) der Aussage „Ich bin mir sicher, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit meines Babys leisten können“ „völlig zu“ (49,2 %, n=442) bzw. „zu“ (37,5 %, n=337). Weitere 8,0 % (n=72) stimmten „teilweise zu“ und nur ein kleiner Teil der Befragten entschied sich für die Antwort „stimme eher nicht zu“ (0,4 %, n=4). 2 Personen (0,2 %) antworteten „stimme kaum zu“ und keine Person gab die Antwort „stimme nicht zu“. Unmittelbar nach dem Workshop stieg der Anteil derjenigen TeilnehmerInnen, die der Aussage „völlig zustimmten“ (62,7 %, n=550) oder „zustimmten“ (30,7 %, n=269), auf insgesamt 93,4 % (n=819). Der Prozentsatz an Befragten, die nur teilweise ihre Zustimmung gaben, sank leicht auf 5,5 % (n=48). 0,8 % der Personen (n=7) antworteten „stimme eher nicht zu“, dass die Empfehlungen des Workshops einen großen Beitrag für die Gesundheit ihres Babys leisten können. Hingegen entschied sich nach dem Workshop (im Gegensatz zu vorher) keine TeilnehmerIn für die Antwort „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 ($n_{gesamt}=899$) mit MZP 2 ($n_{gesamt}=877$)



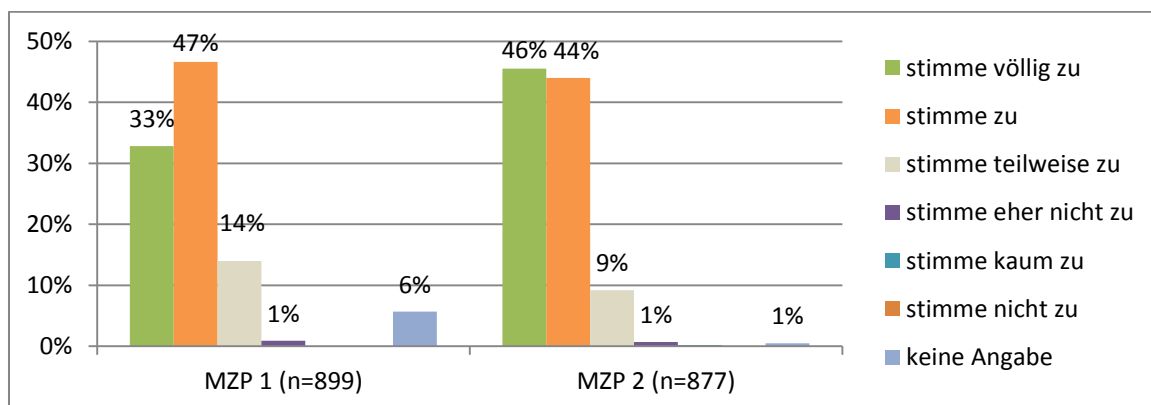
Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum Messzeitpunkt 1 als auch zum Messzeitpunkt 2 ausfüllten (n=756), konnte eine signifikante Verbesserung ($p<0,001$) beobachtet werden.

5.3.4.2. Umsetzung der Empfehlungen

Die Frage zur Umsetzbarkeit der Empfehlungen des Workshops beantworteten vor dem Workshop (MZP 1) 848 der 899 TeilnehmerInnen (94,3 %). Keine Angabe zur Umsetzbarkeit machten 51 TeilnehmerInnen (5,7 %). Unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) gaben 873 der 877 Personen, die den Fragebogen ausfüllten, eine Antwort (99,5 %). 4 TeilnehmerInnen (0,5 %) beantworteten die Frage nicht.

Bereits vor dem Workshop stimmte rund ein Drittel der TeilnehmerInnen (32,8 %, n=295) völlig zu, sich sicher zu sein, es zu schaffen die Empfehlungen des Workshops umsetzen zu können, auch wenn Hindernisse auftreten. Der größte Anteil der Befragten, 46,6 % (n=419), beantwortete zum MZP 1 die Frage mit „stimme zu“. Die Antwortmöglichkeit „stimme teilweise zu“ befürworteten 14,0 % der TeilnehmerInnen (n=126). Lediglich 8 Personen (0,9 %) antworteten 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 stimmten insgesamt knapp 90 % der TeilnehmerInnen zu fast gleichen Anteilen entweder völlig zu (45,5 %, n=399) oder zu (44,0 %, n=386), die Empfehlungen umsetzen zu können. 9,2 % (n=81) stimmten nur teilweise zu. Weitere 6 Personen (0,7 %) stimmten eher nicht zu und eine Person stimmte kaum zu (0,1 %), 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 ($n_{gesamt}=899$) mit MZP 2 ($n_{gesamt}=877$)



Bei jenen TeilnehmerInnen, die diese Frage sowohl zum MZP 1 als auch zum MZP 2 ausfüllten (n=748), konnte eine signifikante Verbesserung ($p<0,001$) beobachtet werden.

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

5.4. Erneute Teilnahme und Weiterempfehlung

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

Auf die Frage „Haben Sie zuvor den Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ besucht?“ antworteten 42,6 % der TeilnehmerInnen (n=383) in Oberösterreich mit „Ja“. 54,7 % der TeilnehmerInnen (n=492) gaben an, den Workshop „Ernährung in der Schwangerschaft“ nicht besucht zu haben. 24 Personen (2,7 %) von insgesamt 899 Befragten machten zu dieser Frage keine Angabe.

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

846 der zum MZP 2 befragten 877 EvaluationsteilnehmerInnen (96,5 %) antworteten auf die Frage „Würden Sie den Workshop weiterempfehlen“ mit „Ja“, während 24 TeilnehmerInnen (2,7 %) die Frage verneinten. Weitere 7 TeilnehmerInnen (0,8 %) machten diesbezüglich keine Angabe.

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

6 Anhang

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

6.1. Messzeitpunkt 1

Sie kommen als Angehörige/r:

Vater (1)

Welche andere Staatsangehörigkeit haben Sie (wenn nicht Österreich)?

Deutschland (28), Polen (3), Slowakei (2), Ukraine (2), Ungarn (2), Finnland (1), Kolumbien (1), Marokko (1), Portugal (1), Russland (1), Tschechien (1), USA (1), Weißrussland (1), Bosnien und Herzegowina (1)

Wenn Sie nicht in Österreich geboren sind:

Geburtsland der Mutter:

Deutschland (28), Bosnien und Herzegowina (8), Polen (4), Ungarn (2), Slowakei (2), Tschechien (2), Ukraine (2), Eritrea (1), Finnland (1), Indien (1), Kolumbien (1), Kosovo (1), Marokko (1), Russland (1), USA (1), Weißrussland (1)

Woher/von wem haben Sie Informationen zum Stillen erhalten?

Sonstige Stellen, die genannt wurden:

Hebamme (Hebamme (61), Hebammennachbetreuung (9), Hebamme zu Hause (7), Geburtsvorbereitungskurs (Hebamme) (3), Hebamme Kinderschwester (1), Hebamme nach der Geburt zu Hause & Stillambulanz LFKK (1), Hebamme Vorbereitungskurs (1), freie Hebamme (1), Hebammenstudio (1), bin selber Hebamme (1), freie Hebamme (1), pers. Hebamme (Wahlhebamme) (1)), Bücher (31), Internet (21), Geburtsvorbereitungskurs (17), Stillberaterin (13), Stillberatung (11), Freunde/Freundin (10), Broschüren (8), Literatur (7), Zeitung (6), Bekannte (5), Tipps (4), Mutterberatung (3), Stillvorbereitungskurs (3), Schwester (3), Vorbereitungskurs/e (2), Kurs/e (2), Nachbetreuung (2), GKK (2), Fachliteratur (2), Stillambulanz (2), Stillgruppe (2), 1. Kind wurde auch gestillt (1), 1. Workshop (1), AKH Stillberatung (1), Babypflegekurs (1), priv. Geburtsvorbereitungskurs (1), bereits 2. Kind (1), Zeitschriften (1), Caritas (1), DGKS – Schule (1), DGKS auf einer Geburtsstation

(1), Fortbildung Stillkurs (1), diverse Homepages (1), EKIZ (1), EKIZ Timelkam (1), EKZ (1), ELKI (1), Folder GKK (1), Workshops (1), Geburtsvorbereitungskurs der VHS (1), Geburtsvorbereitungsseminar (1), Inserat in der Zeitung (1), Infomaterial (1), in meiner Ausbildung (1), Infomappen (1), Kurs im Elki (1), Lektüre (1), Mutter-Kind-Beratung (1), Nachbarn (1), Schwangerschaftskurs (1), Selbstrecherche (1), Stillberaterin Volkshilfe (1), Stillberaterin, da Infos im KH sehr spärlich sind (1), eigene Ernährung (1), Stillberatung Familienzentrum (1), Tipps Zeitung (1), Verwandte (1), von meiner Mama (1), Volkshilfe (1), Familie (1)

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

Sonstige Informationsquellen, die genannt wurden:

Broschüre: Richtig essen von Anfang an (1), Buch von Ingeborg Hanreich (1), Bücher (1), Schwester (1), ellinger (1), Erfahrungen erstes Kind (1), Familienhilfe (1), Ingeborg Hanreich (1), Zeitung (1)

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, was nicht? Reihenfolge der Lebensmittel? Wie? Was muss ich beachten? (141)
- Zeitmangel (Kochen, Einkauf, Zubereitung, ältere Geschwister, für ganze Familie kochen) (56)
- Zubereitung von Beikost (gesund kochen, frisch zubereiten, haltbar machen, aufbewahren, mit Kind kochen) (50)
- Allergie/Unverträglichkeit (Vorbeugung, Allergieneigung der Eltern, was wird vertragen, was wird nicht vertragen) (36)
- Stillen (Stillprobleme, wie lange stillen, genug Milch, ausreichend Nährstoffe in der Muttermilch, stillen und Flasche, abstillen (10), weiterstillen (3)) (30)
- Ausgewogene, abwechslungsreiche, gesunde Ernährung allgemein und des Kind (ausreichend Nährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe, Zusammensetzung) (29)
- Akzeptanz/Verweigerung der Beikost (schmeckt es, Gewöhnung an Beikost, Ablehnung von Beikost, Fütterprobleme) (26)
- Ernährung der Mutter allgemein und während der Stillzeit (Süßigkeiten, Verträglichkeit bestimmter Lebensmittel, Einfluss der Ernährung der Mutter auf das gestillte Kind) (19)
- Verdauungsprobleme allgemein und beim Kind (Blähende Lebensmittel, Blähung, Verstopfung, Bauchschmerzen) (17)
- Einkauf der Lebensmittel (Bio)/Verfügbarkeit qualitativ hochwertiger Lebensmittel (16)
- Brei selbst zubereiten oder kaufen? (14)
- Umsetzung unterwegs (11)
- Organisation und Umsetzung im Alltag, Rhythmus, Routine (10)
- Viele verschiedene Empfehlungen, Informationen, Meinungen und Erfahrungen verschiedener Personen; viel Angebot in den Regalen (9)

- Geduld, Durchhaltevermögen, Konsequenz (9)
- Rezepte für die Beikost und für die ganze Familie (7)
- Alles richtig zu machen! (5)
- Biolebensmittel (biologische Ernährung selber kochen, Bio ja oder nein?, Biogemüse) (3)
- "Baby Led Weaning" (2)
- Kosten (2)
- Umfeld überzeugen, was gesund bzw. ungesund ist (Oma, Opa, Ältere ...) (2)
- Unsicherheiten (2)
- Vermeidung von Süßigkeiten, Umgang mit Süßigkeiten (2)
- 2 Geschmäcker treffen – Zwillinge (1)
- 2 sollen satt werden (1)
- Ab wann ändert sich die Beikost immer? (1)
- Alle "Richtlinien" genau einzuhalten - eigene Disziplin hinsichtlich Essenszeiten (1)
- Auf bestimmte Lebensmittel zu verzichten (1)
- Auf die Bedürfnisse des Babys zum richtigen Zeitpunkt einzugehen (1)
- Auswahl der Produkte (1)
- Baby genießt Stillen, Stillen statt Schnuller (1)
- Baby nicht satt bekommen od. Baby wird zu dick! (1)
- Baby will Essen der Eltern (1)
- Bei der Auswahl der Lebensmittel (1)
- Das Kind ohne Glutamat, Farbstoffe, E-Nummern ... gesund aufzuziehen (1)
- Das Richtige finden (1)
- Dass Angehörige (Oma's, ..) nicht absichtlich/unabsichtlich einmal etwas geben, was noch nicht "geplant" ist. Oder bei älteren Geschwistern etwas Süßes abfällt. (1)
- Dass das Baby gerne isst (1)
- Dass das Baby mit der Beikost nicht überfordert wird (1)
- Die Empfehlungen sind schwierig einzuhalten, wenn man bereits ältere Geschwister da sind (1)
- Do's & don'ts während Stillzeit (1)
- Eigene Entscheidungen treffen bzgl. Auswahl beim Beikoststart (1)
- Einen guten Mittelweg zu finden (1)
- Einführen/Beginn von verschiedenen Geschmacksrichtungen(1)
- Ernährungsplan (1)
- Erstes Mal ist ungewohnt (1)
- Essen als Genuss zu vermitteln, nicht als Muss (1)
- Extra Kochen für Familie + Kind (1)
- Gemüse oder Brei, zu früh? (1)
- Geschmacksvorlieben (1)
- Gesund, frisch, Zusatzstoffe, Geschmacksverstärker (1)
- Gewohnheiten der Eltern (1)
- Habe noch überhaupt keine Informationen eingeholt (1)
- Herausforderung Beikost hängt vom Baby ab (1)

- Ich habe viele Fragen, kann alles nicht schreiben. Viele Fragen, da ich fast gar nichts über Beikost für Babys weiß. (1)
- Individualität des Kindes (1)
- Ist mein Baby satt? Was ist das Beste für mein Kind? (1)
- Jedes Kind ist (bzw. isst) anders (1)
- Kann ich noch nicht beurteilen (1)
- Keine Fertigprodukte zu verwenden (1)
- Konsequenz beim Selberkochen sämtlicher Breie (1)
- Mache ich alles richtig (1)
- Mal anzufangen (1)
- Mein Kind zufrieden zu stellen (1)
- Möglichst viel Selbstgekochtes zu verwenden (1)
- Nährstoffe, Eiweiß, wie die Zusammensetzung sein soll (1)
- Nahrung, wenn dann Vater in Karenz - Kochkunst? (1)
- Nahrungsaufnahme des Babys (Zungenstoßreflex usw.) (1)
- Nicht zu pingelig sein mit Empfehlungen, sondern Empfehlungen mit Hausverstand??? (1)
- Noch keine Ahnung (1)
- Ob das Baby mitmacht (1)
- Ob man das Beste und Gesundeste dem Kind gibt (1)
- Platz im Gefrierfach für den Brei zu schaffen :) (1)
- Punkt 20 und 21 kann man vor Workshop nicht ausfüllen (1)
- Regelmäßige Essenszeiten einzuhalten 81)
- Rhythmusunterbrechungen (1)
- Schon während der Schwangerschaft (1)
- Selbst kochen, Abstimmung mit 2. Kind (1)
- Sich selbst treu bleiben (1)
- Umgang mit Frühchen (1)
- Vegetarisch möglich? (1)
- Verhältnis z.B. v. Obst u. Getreide (1)
- Vermisst Mamas Busen (1)
- Verständigung zw. Baby und Eltern (ohne Worte), Allergieprävention (1)
- Verunsicherung durch Wertung (1)
- Verzicht auf Lieblingsspeisen (1)
- Was hat sich alles in puncto Ernährung d. Babys in den letzten paar Jahren geändert? (1)
- Was kann ich essen? Worauf muss ich achten? Womit soll ich anfangen? (1)
- Was kann man essen (1)
- Weil ich eine Essstörung habe (1)
- Wenig Rezeptvorschläge in den Broschüren (1)
- Wie es kommt, so kommt's (1)
- Wie rege ich die Geschmacksrichtungen an? (1)
- Wille d. Babys (1)
- Zeitspanne bis zum fertigen Essen so kurz wie möglich halten, um Gebrüll zu vermeiden (1)

- Zu wissen was gesund und wichtig ist für das Baby und mich (1)
- Zusammenstellung des Speiseplans (1)

Ihr zuständiger Versicherungsträger:

Andere Versicherungsanstalten, die genannt wurden:

KFL (35), LKUF (25), KFG (16), KFW (1), Generali (1), Wohlfahrtsfond (1)

6.2. Messzeitpunkt 2

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

- Aber nicht mit Baby, eventuell schon während der Schwangerschaft (1)
- Auf die Reihenfolge der Lebensmittel wurde wenig eingegangen. Anscheinend kann man eh alles zum Essen geben. (1)
- Blöd war... Kurs im 1. Stock und kein Lift (1)
- Das was besprochen wird, ist eh bekannt -> auf detaillierte Fragen bekommt man eine ungenügende Antwort (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?

- Passt genau, Alles bestens, Ausreichend Informationen (21)
- (Mehr) Rezepte (13)
- (Mehr) Beikostrezepte (7)
- Weniger Stillen/ Ernährung in der Stillzeit (7)
- Beikost/Breikost (6)
- Auf Stillen besser eingehen, zusätzlich Stillberaterin vortragen lassen, Mehr Infos Stillen, Stillzeit 5 min vor Ende, Stillzeit nicht behandelt (4)
- Ernährung der Mutter in der Stillzeit (4)
- Mehr Info über Beikost (4)
- Stillen, Stillzeit (4)
- Baby led weaning (3)
- Mehr Praxis (3)
- Praxistipps für Zubereitung, zum Selbermachen des Breis. (3)
- Allergie (2)
- Fingerfood (2)

- Mehr zum Thema Beikost selbst machen, Zubereitung (2)
- Vegetarische Ernährung (2)
- Zahnen (2)
- Alles ok, es wurde auf Fragen eingegangen (1)
- Aufbewahrungen, Vorschläge (1)
- Beginn womit, Reihenfolge der Beikost, Ersatz welcher Mahlzeit, Zeitplan gemeinsam mit Alter des Kindes (1)
- Beikost ab dem 6. Monat (1)
- Beikost selber machen – mehr (1)
- Beikost: klare Informationen wären wünschenswert (1)
- Breits 2. Kind, deshalb nicht so viel Neues dabei (1)
- Essen nach . Monat (1)
- Folien bitte im Kurs austeilen!! -> zum Mitschreiben (1)
- Habe bereits ein Kind, daher viele Infos bereits vorhanden (1)
- Hatte schon Vorwissen, aber der Workshop war gut gemacht (1)
- Hintergrundwissen z.B. Warum darf man Honig nicht essen (1)
- Histamine bei Babys? (1)
- Ich finde die Themen Stillzeit und Säuglingsmilchnahrung können kürzer sein. (1)
- Ich würde Stillkost und Beikost teilen, allein Beikost 3h ist nötig für jene mit Kids (1)
- Inhaltsstoffe Flockenbreie (1)
- Keine (1)
- Kochen (1)
- Kürzer, max. 2 Stunden (1)
- Langzeitstillen (1)
- Mehr Austausch (1)
- Mehr Begründungen für "neue Wahrheiten" (1)
- Mehr Infos konkret zur Einführung (1)
- Mehr Inhalte über praktischen Teil der Beikosteinführung (wie fange ich an, wann neues Lebensmittel,...) (1)
- Mehr über Ernährung in Stillzeit & mehr praktische Beispiele (Rezepte) zur Breikost
- Nahrungsmittel Blähungen, roter Hintern, nicht essen in der Stillzeit (1)
- Problematische Lebensmittel (1)
- Säuglingsmilchnahrung (1)
- Selbst kochen oder fertige Beikost: was ist besser? Schadstofffrei? Bio? (1)
- Tatsächlich etwas ausprobieren (1)
- Temperatur des Breies. (1)
- Toll, dass Still-Ernährung zum Schluss, damit man evtl. früher gehen kann... danke! (1)
- Überlegenswert ist, ob Kochen im Workshop besser einbezogen wird. (1)
- Übersicht Fertignahrungen im Geschäft mehr Info gewünscht (1)
- VI. Alternativansätze wie Ernährung nach 5 Elementen (1)
- War schon gut informiert (1)
- Was darf man in der Stillzeit nicht essen (1)
- Was, wenn das Baby nicht mitspielt? (1)

- Wie der Tag essensmäßig gestaltet wird. (1)
- Zu allen oben genannten Themengebieten (1)
- Zubereitung Essen kürzer, News über Neues sehr gut (1)

Haben Sie sonstige Änderungsvorschläge/Wünsche/Anmerkungen?

- Unterlagen weitergeben, Folien aushändigen, Ausführlichere Unterlagen, Skript (Folien) zum Mitschreiben (22)
- Nein, Alles bestens, Danke, Guter Vortrag und Vortragende, Sehr informative Veranstaltung (13)
- Eine andere Lokalität für den Vortrag bzw. Sitzmöglichkeiten Bequemere Sitzgelegenheiten/Sessel (5)
- Praktischer Block mit Kochen, Zubereiten von einem Brei im Workshop (4)
- Mehr Rezepte (3)
- Sehr viel Information (etwas geordneter) waren etwas durcheinander vorgebracht, Strukturierter Überblick am Anfang (3)
- Einsatz von Trainerinnen, die selber Mütter sind. Man merkte, dass die Vortragende noch keine eigenen Kinder hat-> Erfahrungswerte fehlen ein wenig (2)
- Evtl. im Workshop auch Breikost zubereiten (2)
- Ablauf am Anfang/Einstieg könnte zügiger sein (1)
- Angabe über Parkmöglichkeiten wäre interessant, wenn man mit Baby unterwegs ist (1)
- Angebot für Beikostkochkurs (1)
- Ausgehändigte Power-Point-Folien werden ausgeteilt (1)
- Chi in Lebensmittel (chinesische Heilmethode) (1)
- Da Ernährung in der Schwangerschaft auch vorkam, sollte Titel geändert werden (1)
- Den Themenblock "Ernährung in der Stillzeit" hätte ich nicht benötigt ebenso "Säuglingsmilchnahrung", da mein Sohn schon 3,5 Monate ist, und ich mich darüber bereits vor der Geburt informiert habe. (1)
- Die empfohlenen Gerichte sind sehr aufwändig zu kochen und in der Praxis kaum umzusetzen (1)
- Die Folien im Voraus (während) des Kurses zu haben wäre sinnvoll, um Notizen machen zu können und nicht alles mitschreiben zu müssen. Die Broschüre selbst beinhaltet wenige Informationen, hauptsächlich Rezepte. (1)
- Die Trainerin (Diestenreiter) ist super! (1)
- Eine kleine Pause einplanen (1)
- Es scheint, dass der Workshopinhalt nicht durch die Vortragende erstellt wurde und diese Fragen oft nicht 100% auf den Inhalt abgestimmt sind. (1)
- Extra Beikost - war lt. Online Anmeldung! Das das Thema Stillen inkludiert ist, war nicht erkenntlich – leider (1)
- Fragebogen, Erklärungen abgeben (1)
- Gemeinsames Zubereiten von Breien (1)

- Genauere Zusammenfassung der Power Point Präsentation (1)
- Größere Souveränität, Fragen direkt beantworten, nicht auf später verschieben. Aufmerksamkeit wegen Babys sonst geschwächt (1)
- Herr Weigel hat praxisnahe und sehr gut die Fragen und Wünsche bearbeitet (eingegangen) (1)
- Hinweis auf Broschüren war klasse! (1)
- Ich finde Karotten verstopfen (1)
- Keine Fragebögen (1)
- Kochkurs (1)
- Kompetente Vortragende (1)
- Konkrete Angaben: wie genau (1)
- Kurszeit am Vormittag; Babys sind nachmittags mehr aufgedreht! (1)
- Längere Kursdauer, Erfahrungsberichte (1)
- Langes Fragebogen ausfüllen vor Beginn unangenehm, wenn man zum Stillen heim muss (1)
- Mehr Broschüren, Infos - vom Vortrag - so viel zum Mitschreiben (1)
- Mehr über Beikost (1)
- Mehr Zeit bzw. unterschiedliche Kurse 1. Stillen 2. Beikost (1)
- Praxistipps besonders interessant, Kostprobe war super (1)
- Rechtschreibfehler der Folien (1)
- Sehr umfangreich - hoffentlich gibt es die Infos auch noch in einer Broschüre zum Nachlesen (1)
- Sitzgelegenheit war miserabel, extremer Lärmpegel durch Babys, daher schwer verständlich, trotzdem super, dass man Babys mitbringen kann -> vl. mehr durchmischen, sodass weniger Babys anwesend sind (1)
- So viel Fakten zu Beginn. Einfach was ich nach Alter geben kann (1)
- Spielzeuge für Kinder, da die ganze Zeit langweilig für Kinder war. (1)
- Stillberatung (1)
- Tiefgarage für Kursteilnehmer öffnen (1)
- Tisch; mit Kind sonst schwierig; ggf. etwas kürzer, weil Kind schnell unruhig (1)
- Toll mit Praxis-Kochen! Konnte mich wegen Baby manchmal leider nicht so gut konzentrieren, ist auf kurze Zeit viel, aber gut zum Nachlesen! DANKE (1)
- Trainerin, die auf Babys-/Kinderernährung spezialisiert ist (1)
- Ungeeigneter Kursraum, sehr kühl, viele Stufen -> nicht Kinderwagen geeignet (1)
- Vorher kurzen Überblick über die 5 Mahlzeiten geben (1)
- Workshop ist nicht zutreffend, Vortrag/Seminar ist passender (1)
- Zeit fehlt, zu kurz. (1)