

**research
team**



Richtig essen
von **Anfang** an!

Evaluationsbericht Kärnten 2011



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



G'scheit g'sund.
Eine Initiative des
Bundesministeriums für Gesundheit.

2012
F357120315



Hauptverband der österreichischen
Sozialversicherungsträger

Kontaktadresse für Rückfragen:

research-team – Jimenez-Schmon-Höfer OG

Brandhofgasse. 7, A-8010 Graz,

Tel. (+43) 0676 844 510310, Fax: (+43) 0676 844 510390

office@research-team.at

www.research-team.at

Inhalt

Einleitung	4
Vorteile der Ernährungsberatung in der Schwangerschaft	4
Beschreibung des Workshops	4
Zielgruppe	5
Anwerbung	5
Ziele der Evaluation	5
Methode	6
Ergebnisse der Evaluierung	7
Teilnahme an den Workshops in den Bundesländern	7
Beschreibung der Teilnehmerinnen	7
Überprüfung der Evaluationsziele	11
Erfassung der Gewohnheiten und des Gesundheitszustandes	11
Gewohnheiten	11
Gesundheit	11
Ernährung	12
Überprüfung der Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Workshops	13
Evaluationsziel 1: Wissenszuwachs	13
Evaluationsziel 2: Übertragbarkeit der Ernährungstipps in den Alltag	15
Evaluationsziel 3: Steigerung der Selbstwirksamkeitserwartung der Schwangeren	16
Nebenfragestellungen	17
Kommentare	19

Einleitung

Richtige Ernährung ist wichtig – vor allem in der Schwangerschaft. Zahlreiche Studien belegen, dass sich viele werdende Mütter falsch ernähren. Die Mehrheit der Schwangeren nimmt nur die Hälfte der benötigten Vitamine und Mineralstoffe über die normale Nahrung zu sich, die für die optimale Entwicklung des Fötus erforderlich sind. Dieser Umstand hat nicht nur Konsequenzen für die Schwangeren selbst, sondern betrifft auch die Gesundheit des ungeborenen Kindes. Die Folgen reichen von geringem Geburtsgewicht und Entwicklungsstörungen bis hin zu Krankheiten von Mutter und Kind.

Der Hauptgrund für dieses essensbezogene Fehlverhalten liegt insbesondere im mangelnden Wissen über die richtige Ernährungsweise während der Schwangerschaft. Viele werdende Mütter haben nur wenig Wissen darüber, was gut für sie und ihr ungeborenes Kind ist.

Deshalb ist es wichtig Aufklärungsarbeit zu betreiben, um den Betroffenen das nötige Wissen zu vermitteln, welches für eine nachhaltig gesunde Ernährung erforderlich ist. Nicht nur um das Geburts- und Krankheitsrisiko für Mutter und Kind zu verringern, sondern auch um etwaige Schwangerschaftsbeschwerden zu mildern, die häufig auf falsche Ernährungsweisen rückführbar sind.

Ernährungsberatung in der Schwangerschaft soll dem angesprochenen Wissensdefizit entgegen wirken und den Schwangeren die Möglichkeit geben, ihr Ernährungsverhalten positiv zu beeinflussen.

Vorteile der Ernährungsberatung in der Schwangerschaft

Die richtige Ernährung während der Schwangerschaft hat weitreichende Auswirkungen für alle Beteiligten, die über die eigentliche Schwangerschaft hinaus reichen. Auf der einen Seite wird die Entwicklung des (ungeborenen) Kindes durch eine gesunde und nährstoffreiche Ernährung positiv beeinflusst, indem das Risiko von Fehlgeburten oder Krankheiten verringert wird. Ein weiterer wichtiger Aspekt ist, dass bereits im Mutterleib die Geschmacksvorlieben des Kindes geprägt werden, wodurch die Ernährung während der Schwangerschaft langfristige Konsequenzen auf die Entwicklung des Kindes hat. Auf der anderen Seite profitieren auch die Mütter von einer abwechslungsreichen Kost und die Schwangerschaftsbeschwerden nehmen ab. Zudem sind Frauen während der Schwangerschaft eher gewillt ihre Ernährungsgewohnheiten langfristig umzustellen, als in anderen Lebensphasen. Dieses Ernährungsverhalten wirkt sich oft auf den Lebensstil der gesamten Familie aus. Davon profitieren langfristig die Krankenkassen, die durch einen gesünderen Lebensstil der Versicherten ihre Kosten senken können.

Beschreibung des Workshops

Die Workshops finden im Rahmen des nationalen Projektes „Richtig essen von Anfang an!“ statt. Ein Workshop dauert 3,5 Stunden und beschäftigt sich vor allem mit ernährungsrelevanten Themen während der Schwangerschaft, wobei ca. eine halbe Stunde für Informationen und Kontaktdaten bezüglich des Kinderbetreuungs- und Wochengeldes verwendet wird. Zu Beginn und am Ende des Workshops füllen die Teilnehmerinnen jeweils Fragebögen aus, die für die Evaluierung

der Workshops relevant sind. Während des Workshops haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit (weiterführende) Fragen an die LeiterInnen zu stellen, aber auch nach Beendigung der Ernährungsberatung besteht die Möglichkeit mit den jeweiligen TrainerInnen in Kontakt zu treten, falls thematische Probleme oder Unklarheiten bestehen.

Zielgruppe

Der Workshop richtet sich primär an Schwangere, idealerweise in den ersten Schwangerschaftswochen, und deren Angehörige. Zusätzlich können auch Interessierte, nicht Schwangere, daran teilnehmen.

Anwerbung

Um die relevante Zielgruppe zu erreichen wurden unterschiedliche Informationswege genutzt. So wurden GynäkologInnen und AllgemeinmedizinerInnen über die Abhaltung der Workshops informiert und umfangreiche Informationen über die GKK (Website, Zeitschrift) verbreitet. Ziel war es, die Schwangeren in einer möglichst frühen Schwangerschaftsphase anzusprechen, um den größtmöglichen Folgeeffekt erzielen zu können.

Ziele der Evaluation

Ziel der vorliegenden Evaluation ist zum einen

- den **Wissensstand bezüglich schwangerschaftsrelevanter Themen** und
- die **aktuellen Ernährungsgewohnheiten** von Schwangeren

zu erfassen. Zum anderen gilt es zu überprüfen,

- ob die **einmalig durchgeführten Workshops einen Beitrag zur Wissenserweiterung leisten** und
- **wie diese Workshops von den Teilnehmerinnen wahrgenommen** werden.

Im Idealfall helfen die Workshops den Teilnehmerinnen bei der Bewältigung etwaiger Schwangerschaftsbeschwerden, beinhalten praxisnahe Ernährungstipps, steigern die Selbstwirksamkeitswirkung, verbessern das eigenverantwortliche Handeln der Schwangeren, sind gut organisiert und werden von freundlichen und kompetenten LeiterInnen abgehalten.

Um diese Evaluationsziele überprüfen zu können, sollen die Workshop-Teilnehmerinnen zu bestimmten Befragungszeitpunkten eigens erstellte Fragebögen ausfüllen, die in weiterer Folge ausgewertet werden.

Methode

Die Evaluation im Bundesland Kärnten im Jahr 2011 umfasst zwei Befragungen zu zwei verschiedenen Messzeitpunkten.

Messzeitpunkt 1 (MPZ1) ist gleich **zu Beginn des Workshops** und dient der Erfassung der demographischen Daten und der Erstellung einer Ist-Analyse über die momentanen Ernährungsgewohnheiten und des schwangerschaftsbezogenen Wissenszustandes der Teilnehmerinnen.

Messzeitpunkt 2 (MZP2) ist **unmittelbar nach dem Workshop** und zielt auf ein Feedback zum Ernährungsworkshop ab. Zudem wird erneut derselbe Wissensfragebogen wie zu Beginn des Workshops (MZP 1) vorgelegt, um einen etwaigen Wissenszuwachs erfassen zu können.

GEPLANT ab 2012:

Messzeitpunkt 3 (MZP3) findet **drei Monate nach Besuch des Workshops** statt.

Durch das Fehlen des dritten Messzeitpunktes für die Workshops im Jahr 2011, ist in der vorliegenden Evaluation die Erreichung von Evaluationsziel 4 "Verbesserung des eigenverantwortlichen Handelns" und von Evaluationsziel 5 "Überprüfung der Verminderung von Schwangerschaftsbeschwerden" (siehe unten) nicht überprüfbar.

Abbildung 1: Untersuchungsplan der Evaluierung 2011, MZP =Messzeitpunkt



Ergebnisse der Evaluierung

Teilnahme an den Workshops in den Bundesländern

Im Jahr 2011 wurden in Kärnten insgesamt 2 Workshops mit **12 Teilnehmerinnen** abgehalten.

Die Workshops fanden am 29.09.2011 in Klagenfurt mit 7 Teilnehmerinnen sowie am 07.10.2011 in Villach mit 5 Teilnehmerinnen statt. Dabei kam eine Trainerin (Eisner/Winkler) zum Einsatz.

Tabelle 1 fasst die Rücklaufquoten zu den verschiedenen Befragungszeitpunkten zusammen.

Tabelle 1: Rücklaufquoten zu den verschiedenen Messzeitpunkten (MZP)

Befragungszeitpunkt	1	2	3	Rücklaufquote zu MZP2	Rücklaufquote zu MZP3
Kärnten	12	12	0	100 %	0 %

Beschreibung der Teilnehmerinnen

Alter

Im Durchschnitt sind die 12 Teilnehmerinnen 32,3 Jahre alt. Die Hälfte aller Befragten ist zwischen 29 und 36 Jahre alt. Besonders stark sind die 28-Jährigen (16,7 %), die 29-Jährigen (16,7 %) und die 31-Jährigen (33,3 %) vertreten.

Anzahl der Schwangerschaften

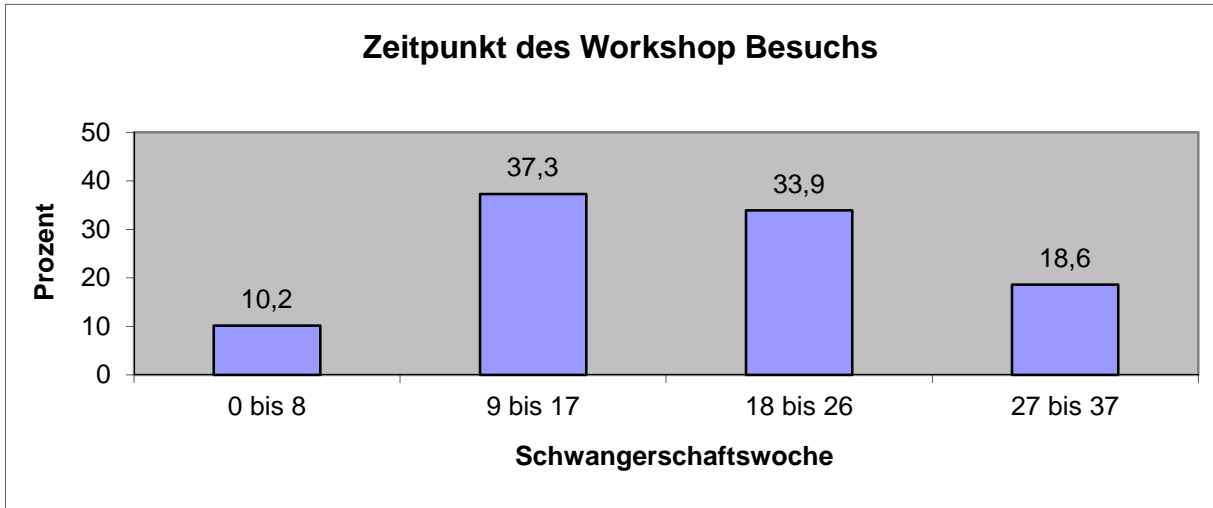
Für 8 teilnehmende Frauen (d.s. 72,7 %) handelte es sich die **erste Schwangerschaft**, für weitere 2 Frauen (d.s. 18,2 %) um die **zweite Schwangerschaft** zum Zeitpunkt des Workshops.

Eine Frau (d.s. 9,1%) war beim Besuch des Workshops nicht schwanger, sondern lediglich am Workshopthema **interessiert**.

Schwangerschaftswoche

Die folgende Tabelle zeigt die prozentuelle Verteilung der Schwangerschaftswochen, in welcher sich die Teilnehmerinnen zum Zeitpunkt des Workshop-Besuchs befanden.

Abbildung 2: In welcher Schwangerschaftswoche fand der Workshop-Besuch statt?



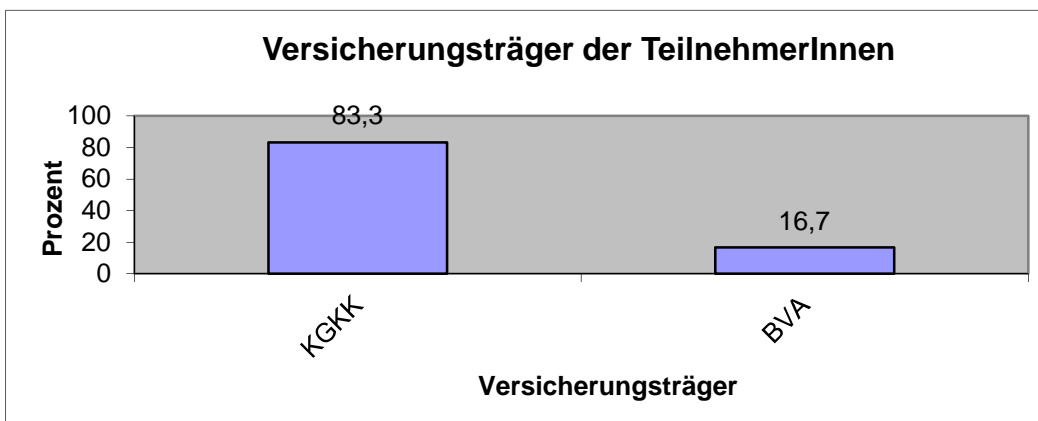
Staatsbürgerschaft bzw. Herkunftsland

11 der 12 Teilnehmerinnen besitzen die **österreichische Staatsbürgerschaft**, und sind ebenso wie deren Partner bzw. Väter der ungeborenen Kinder hier in Österreich geboren. Eine Teilnehmerin machte keine Angaben zur Staatsbürgerschaft bzw. Geburtsland.

Versicherungsträger

Auf die Frage, welchen zuständigen Versicherungsträger die Teilnehmerinnen in Anspruch nehmen, zeigt sich, dass der Großteil bei der KGKK (83,3 %; d.s. 10 Personen) versichert ist. 16,7 % (d.s. 2) der Personen sind bei der BVA eingeschrieben. Die genauen Ergebnisse sind in Abbildung 3 dargestellt.

Abbildung 3: Wo sind die TeilnehmerInnen versichert?



Beschäftigungsverhältnis bzw. Karenzierung

4 der 12 Teilnehmerinnen befinden sich in **Karenz** (d.s. 33,3 %).

Von jenen, die noch nicht in Karenz sind, gehen 75 % einem **Vollzeitjob** (d.s. 6 Frauen) nach, weitere 25 % (d.s. 2 Frauen) arbeiten in **Teilzeit**.

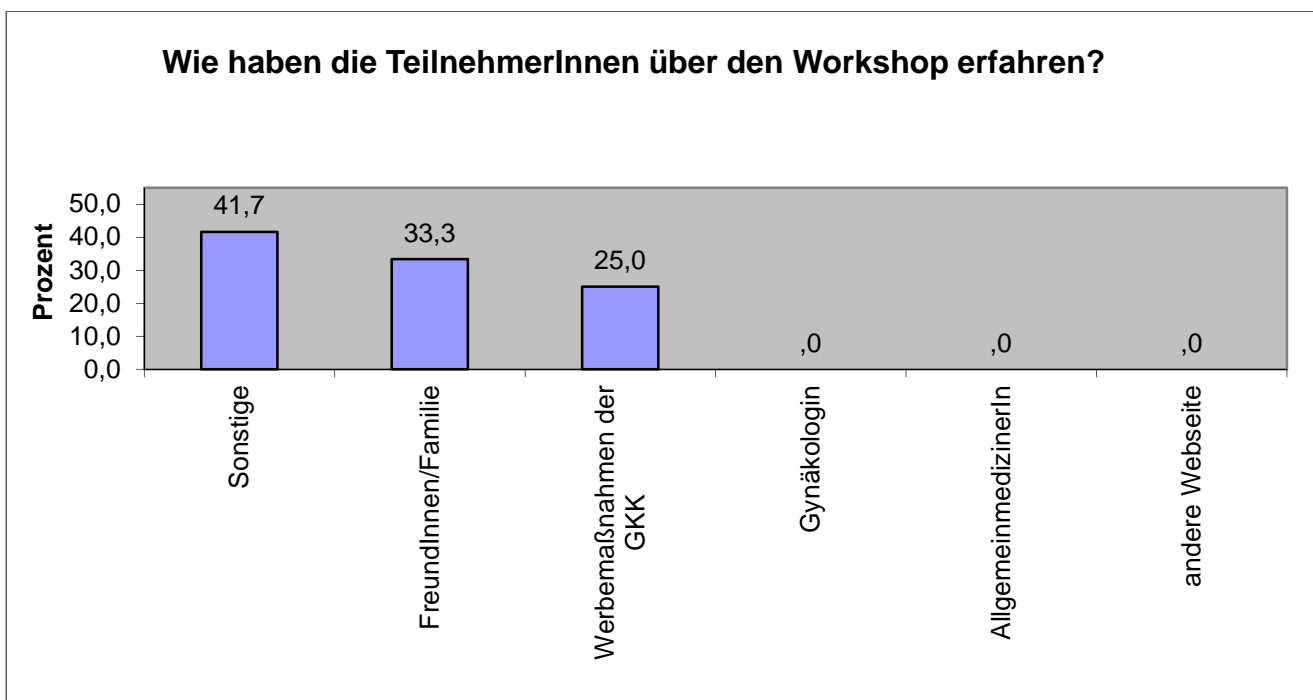
Von den 12 Teilnehmerinnen sind 9 keine Alleinerzieherinnen. Die übrigen 3 Frauen machten zu diesem Punkt keine Angaben.

Bildung

7 der 12 Workshopteilnehmerinnen (d.s. 58 %) haben einen **Universitäts- oder Fachhochschulabschluss**. Weitere 2 Frauen (d.s. 16,7 %) bestätigen, eine **berufsbildende oder allgemeinbildende höhere Schule** absolviert zu haben. Ebenso viele haben eine **Lehre** abgeschlossen. Eine Person (8,3 %) besuchte eine **berufsbildende mittlere Schule**.

Werbung für den Workshop

Abbildung 4: Wie haben die TeilnehmerInnen vom Workshop erfahren?



Auf die Frage, wie die Schwangeren über den Workshop erfahren haben, zeigt sich, dass 33,3 % (d.s. 4) der Befragten von **FreundInnen/Familie** darauf aufmerksam wurden. 25 % (d.s. 3) erfuhren **über die GKK** von dem Workshop.

Wie in Abbildung 4 ersichtlich ist, erfuhr **der Großteil** der befragten Frauen (41,7 %, d.s. 5) aus „**sonstigen**“ **Quellen** von dem Workshop: Aufmerksam wurde man (in drei Fällen) durch emails von der Landesregierung bzw. durch eine email von der BH-Spital. Eine Teilnehmerin wurde von ihrem Kinderfacharzt auf den Workshop hingewiesen. Die Nennungen befinden sich im Kommentarteil des Berichts.

Das Internet, die GKK-Zeitschrift sowie GynäkologInnen und AllgemeinmedizinerInnen (0 %) haben als Informationsquelle **keine Rolle** gespielt.

Überprüfung der Evaluationsziele

Erfassung der Gewohnheiten und des Gesundheitszustandes

Eines der Evaluationsziele liegt in der Erfassung der Gewohnheiten und des Gesundheitszustandes – der Ausgangssituation der Workshopteilnehmerinnen.

Gewohnheiten

Alkoholkonsum

100 % der befragten Schwangeren (d.s. 11) verzichten während der Schwangerschaft auf Alkohol.

Zigarettenkonsum

5 der 12 Frauen (d.s. 41,7 %) geben an, **noch nie geraucht** zu haben, 4 weitere (d.s. 33,3 %) haben **bereits vor längerer Zeit damit aufgehört**. In Summe leben damit beachtliche 75 % der Frauen rauchfrei.

25 % (d.s. 3) der Workshop-Teilnehmerinnen rauchen seit der Schwangerschaft keine Zigaretten mehr.

Bewegungsverhalten

83,3 % der 12 Workshopteilnehmerinnen betreiben zumindest ein Mal pro Woche mindestens 30 Minuten körperliche Bewegung, wobei der Großteil der Workshopteilnehmerinnen (33,3 %, d.s. 4 Befragte) an zwei Tagen in der Woche sportlich aktiv wird.

Gesundheit

Im Hinblick auf die Gesundheit der Workshop-Teilnehmerinnen wurden zum einen jene Faktoren untersucht, die ein erhöhtes Schwangerschafts- bzw. Geburtsrisiko darstellen und zum anderen schwangerschaftstypische Beschwerden erfasst.

Faktoren für erhöhtes Schwangerschafts- bzw. Geburtsrisiko (alle Workshopteilnehmerinnen)

33,3 % (d.s. 4 der 12 Teilnehmerinnen) leiden unter einer **Allergie oder Unverträglichkeit**. Angegeben wurde dabei am häufigsten: Lebensmittelallergien (darunter Eiweiß, Laktose und Zöliakie), Tierallergien (Tierhaare) und Heuschnupfen.

Eine Betroffene hat **Schwangerschaftsdiabetes** entwickelt.

Bluthochdruck, Adipositas, erhöhte Blutfettwerte, Diabetes mellitus oder Präeklampsie wurden von keiner der befragten Frauen angegeben.

18,2 % (d.s. 2) berichten von „**sonstige**“ Beschwerden. Genannt wurde in dieser Hinsicht eine Schilddrüsenerkrankung (Hypothyreose).

Schwangerschaftsbeschwerden

11 der 12 Teilnehmerinnen sind schwanger. Bei ihnen ist die häufigste Schwangerschaftsbeschwerde **Völlegefühl/Blähungen**: 64 % (d.s. 7) leiden darunter. Von **Übelkeit bzw. Brechreiz** berichten 55 % der Schwangeren (d.s. 6 Frauen). 18 % (d.s. 2) müssen tatsächlich **erbrechen**. **Verdauungsbeschwerden (Verstopfung)** liegen bei 27 % (d.s. 3); **Sodbrennen** kommt bei rd. 18 % (d.s. 2 Frauen) vor.

18 % (d.s. 2) der Schwangeren sind **vollkommen beschwerdefrei** und weisen keinerlei Begleiterscheinungen auf.

Ernährung

7 der 11 Schwangeren (d.s. 64 %) nehmen bereits **vor der Schwangerschaft Folsäurepräparate ein**. Ebenso viele konsumieren **während der Schwangerschaft zusätzliche Nahrungsergänzungsmittel**. Dabei stellte sich heraus, dass die Teilnehmerinnen zusätzlich Vitaminpräparate, Mineralstoffe wie Kieselerde und Kombinationspräparate zu sich nehmen. Eine genaue Auflistung der genannten Nahrungsergänzungsmittel findet sich im Kommentarteil des Berichts wieder.

Bedenkliche Nahrungsmittel (rohes Fleisch, rohen Fisch, rohe Eier oder Rohmilchprodukte etc.) essen immerhin 18 % (d.s. 2 Schwangere). 82 % (d.s. 9 Schwangere) glauben, die **eigene Ernährung an die jeweiligen Ernährungsempfehlungen vollkommen oder überwiegend anpassen** zu können. Keine Schwangere glaubt, dass sie sich an den empfohlenen Ernährungsplan nicht halten kann.

Überprüfung der Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Workshops

Um die **Wirksamkeit und Nachhaltigkeit des Workshops** zu überprüfen, wurden im Vorfeld bestimmte Ziele gesetzt, die durch die Abhaltung des Workshops erreicht werden sollen. Dabei geht es vor allem um die **Vermittlung von schwangerschaftsrelevantem Wissen**, welches die **Selbstwirksamkeitserwartungen der Schwangeren erhöht**, eine **Verbesserung des eigenverantwortlichen Handelns** (für das Jahr 2011 aufgrund des fehlenden dritten Messzeitpunktes nicht möglich) hervorruft, **alltagstauglich** ist und zu einer **Linderung etwaiger Schwangerschaftsbeschwerden** (für das Jahr 2011 aufgrund des fehlenden dritten Messzeitpunktes nicht möglich) führt.

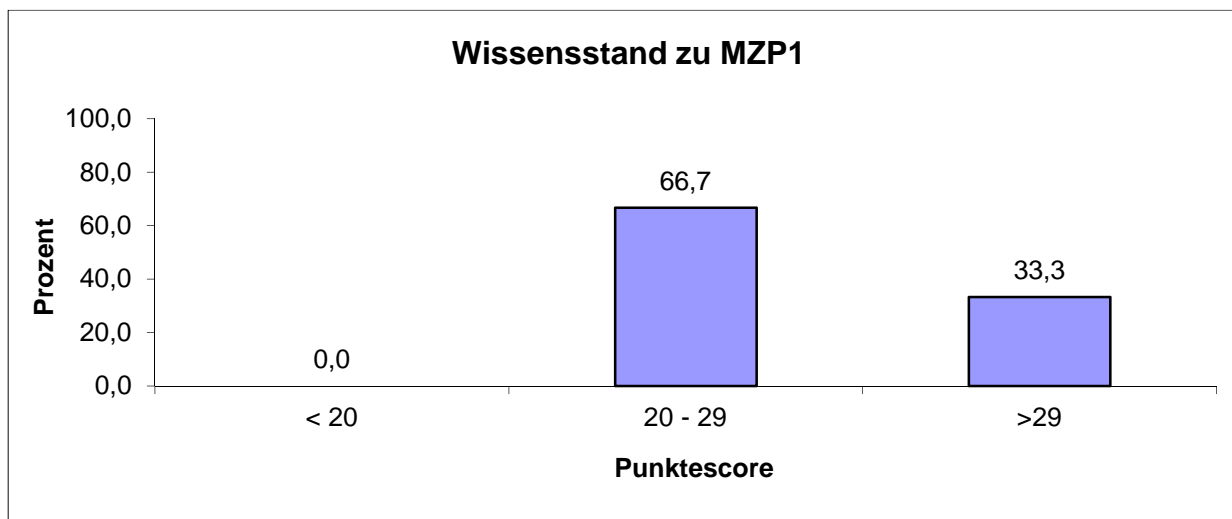
Dazu erhielten alle Teilnehmerinnen direkt nach dem Workshop (MZP2) einen Fragebogen, der die relevanten Themengebiete beinhaltet.

Evaluationsziel 1: Wissenszuwachs

Zu beiden Messzeitpunkten (MZP1-MZP2) wurde ein identischer **Wissenstest** beigelegt um einen etwaigen Wissenszuwachs überprüfen zu können. Insgesamt gab es 11 Fragen im Multiple-Choice-Format, wovon unterschiedlich viele Antworten korrekt sein konnten – eine Antwort war jedoch mindestens richtig. **Insgesamt konnten 41 Punkte erreicht werden.**

Vor Beginn des Workshops erreichten die 12 Teilnehmerinnen, die den Wissenstest ausfüllten einen **durchschnittlichen Gesamtscore von rund 28 Punkten**. Die **Hälfte** der Teilnehmerinnen erreichte Gesamtscores **zwischen 25 und 32 Punkten**. Abbildung 5 bietet eine übersichtliche Ergebnisdarstellung, bei der die Gesamtscores zu drei Klassen zusammengefasst sind.

Abbildung 5: Wissensstand der TeilnehmerInnen zu MZP1 (n=12)

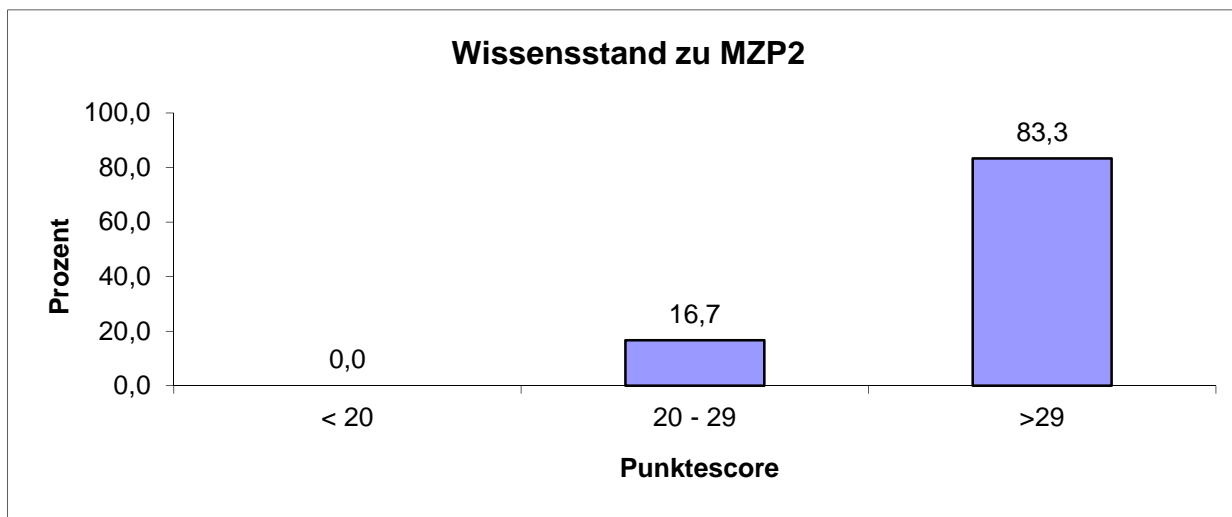


Die **größten Wissenslücken** dabei waren, dass Eisenmangel während der Schwangerschaft nicht zu einem erhöhten Geburtsgewicht führt, um wie viel der Kalorienbedarf in der Schwangerschaft erhöht ist; dass der Eiweißbedarf ab dem 4. Schwangerschaftsmonat erhöht ist, oder dass Grüner Tee nicht zur Deckung des Flüssigkeitsbedarfs während der Schwangerschaft geeignet ist.

Unmittelbar nach dem Workshop (MZP2) wurde derselbe Wissenstest noch einmal vorgelegt. Dabei liegt der erreichte **durchschnittliche Gesamtscore** von den 12 Teilnehmerinnen, die den Test ausfüllten **bei 34,8 Punkten** und somit signifikant **höher** als vor Beginn des Workshops ($p=0.002$). Die Hälfte der Workshopteilnehmerinnen weist dabei eine Punktezahl zwischen 33 und 39 Punkten auf.

Abbildung 6 zeigt die Detailergebnisse.

Abbildung 6: Wissensstand der TeilnehmerInnen zu MZP2 (n=12)



Fazit: Es hat ein signifikanter Wissenszuwachs der Beteiligten stattgefunden – unmittelbar nach dem Workshop (MZP 2) erreichten die Teilnehmerinnen im Schnitt um 6,7 Punkte mehr als zu Beginn der Workshops (MZP1). Bei einer möglichen Gesamtpunkteanzahl von 41 Punkten entspricht das einem Wissenszuwachs von 24 %.

Evaluationsziel 2: Übertragbarkeit der Ernährungstipps in den Alltag

Das zweite Evaluationsziel soll die **Alltagstauglichkeit der Ernährungstipps** evaluieren, welche die Schwangeren während des Workshops erhalten haben.

Zwei Fragen wurden dahingehend ausgewertet:

- *Der Workshop enthielt viele praxisnahe Tipps zur Umsetzung der Ernährungsempfehlungen im Alltag.*
- *Wie zuversichtlich sind Sie, die heute gehörten Inhalte und Empfehlungen umsetzen zu können?*

91,7 % (d.s. 11) der Befragten geben an, dass die Workshop-Tipps durchaus praxisrelevant sind (völlige und überwiegende Zustimmung). Eine Person (8,3 %) kann den erhaltenen Tipps jedoch wenig Praxisrelevanz abgewinnen. Zudem sind 75 % (d.s. 9) sehr zuversichtlich bis zuversichtlich die gehörten Inhalte und Tipps auch tatsächlich umsetzen zu können.

Fazit: Insgesamt werden die vermittelten Inhalte von den Workshop Teilnehmerinnen als praxisrelevant und gut umsetzbar eingestuft.

Evaluationsziel 3: Steigerung der Selbstwirksamkeitserwartung der Schwangeren

Unter Selbstwirksamkeitserwartung wird die Sicherheit verstanden, die Schwangere in Bezug auf ihre eigenen Fähigkeiten haben, gesundes und nährstoffreiches Essen für sich und ihr Baby zubereiten zu können.

Zwei Fragen wurden dahingehend ausgewertet:

- *Ich bin mir sicher, dass ich einen großen Beitrag für meine Gesundheit und die meines Babys leiste, wenn ich gesunde Nahrung zu mir nehme*
- *Ich bin mir sicher, dass ich es schaffe mich entsprechend den Ernährungsempfehlungen zu ernähren, auch wenn Hindernisse auftreten.*

Das **Selbstwirksamkeitserleben** der Teilnehmerinnen war bereits vor den Workshops stark ausgeprägt. Alle 12 Teilnehmerinnen stimmen völlig (91,7 % / n=11) oder überwiegend (8,3 % / n=1) zu, durch gesunde Ernährung einen großen Beitrag für die eigene Gesundheit und die des Babys zu leisten. Direkt nach dem Workshop waren auch alle Teilnehmerinnen (83,3 % / n=10 Personen völlige und 16,7 % / n=2 überwiegende Zustimmung) dieser Meinung. Zwischen den Messzeitpunkten konnte – nicht zuletzt durch die geringe Fallzahl – keine signifikante Veränderung gemessen werden.

Die Sicherheit, sich entsprechend den Ernährungsempfehlungen zu ernähren, auch wenn Hindernisse auftreten, war sowohl vor den Workshops als auch danach relativ hoch. Drei Viertel der Teilnehmerinnen zeigten sowohl beim ersten (33,3 % / n=4 Personen *völlige* und 41,7 % / n=5 *überwiegende* Zustimmung) als auch beim zweiten Messzeitpunkt (25 % / n=3 Personen *völlige* und 50 % / n=6 *überwiegende* Zustimmung) hohe Zustimmung. Zwischen den Messzeitpunkten ist keine signifikante Veränderung zu verzeichnen.

Fazit: Das Selbstwirksamkeitserlebnis ist unter den Teilnehmerinnen schon vor den Workshops sehr stark ausgeprägt und verändert sich durch den Workshops nicht signifikant.

Nebenfragestellungen

Zufriedenheit und Akzeptanz der Teilnehmerinnen mit dem Workshop

Bei der Evaluierung der Zufriedenheit und Akzeptanz der Teilnehmerinnen mit dem Workshop wurde zwischen dem Gesamteindruck, dem organisatorischen Ablauf, dem Personal und den gebotenen Inhalten unterschieden. Das Weiterempfehlungsverhalten der Teilnehmerinnen lässt Rückschlüsse über die empfundene Akzeptanz des Workshops zu.

Mit dem Workshop als **Gesamtkonzept** sind 10 Befragte sehr zufrieden (83,3 %) oder 2 Befragte zufrieden (16,7 %).

Die Zufriedenheit mit der **Organisation** des Workshops ist bei den 12 Teilnehmerinnen hoch: 8 Frauen zeigen sich sehr zufrieden (66,7) oder weitere 4 Frauen sind zufrieden (33,3 %).

Alle Workshopteilnehmerinnen vergaben für die/den **TrainerIn** des Workshops die bestmögliche Note. Somit sind alle Teilnehmerinnen mit dem TrainerInnenleistungen sehr zufrieden.

Direkt nach der Ernährungsberatung würden **alle** 12 Workshopteilnehmerinnen den Workshop **weiterempfehlen**.

Fazit: Die große Mehrheit ist mit dem Workshop überwiegend zufrieden. Sowohl für das Gesamtkonzept, den organisatorischen Ablauf als auch für die Trainerin werden vorwiegend Bestnoten vergeben.

Informationen zum Wochen- und Kinderbetreuungsgeld

Über ihre Zufriedenheit mit dem Service der Leistungsabteilung (Beratung zum Kinderbetreuungsgeld etc.), den Vortragenden der Leistungsinformation und der Informationen über die Kontaktmöglichkeiten bezüglich des Wochengeldes und Kindergeldes gaben die Teilnehmerinnen keine Auskunft.

Erwartungen/Wünsche/Verbesserungsvorschläge der Teilnehmerinnen

Verbesserungswünsche

Direkt nach dem Workshop (zum Messzeitpunkt 2) wurden die Teilnehmerinnen unter anderem aufgefordert, Verbesserungswünsche zu äußern. Trotz der geringen Teilnehmerinnenzahl wurden 4 Rückmeldungen gegeben, von denen sich drei auf das Zeitmanagement bezogen. Es wurde vorgeschlagen, die Einleitung kürzer zu gestalten und für den Workshop insgesamt mehr Zeit zur Verfügung zu stellen. In der vierten Rückmeldung wurde vorgeschlagen, den Workshop auch regional zu veranstalten. Eine genaue Auflistung der genannten Kommentare findet sich im Kommentarteil des Berichts.

Vermehrter Informationsbedarf

Auf die Frage, ob sich die Teilnehmerinnen zu einem Themengebiet mehr Informationen wünschen, gab es keinerlei Rückmeldung. Dies kann einerseits bedeuten, dass alle Teilnehmerinnen mit dem Informationsumfang zufrieden waren, oder dass die Teilnehmerinnen wenig Interesse daran hatten Rückmeldung zu geben.

Verminderter Informationsbedarf

Auch zur Frage, welche Themengebiete die Teilnehmerinnen sich weniger ausführlich gewünscht hätten, wurden keine Rückmeldungen gegeben.

Sonstige Änderungsvorschläge und Wünsche

Es wurde nur einmal das Stichwort „Zeit“ genannt, was mit den Verbesserungswünschen zum Zeitmanagement zusammenpasst.

Kommentare

An dieser Stelle werden die Antworten der offenen Fragen der Workshop-Teilnehmerinnen aufgelistet. Wie oft die einzelnen Antworten gegeben wurden, steht jeweils rechts in Klammern. Die Antworthäufigkeiten werden in absteigender Reihenfolge gelistet.

Messzeitpunkt 1

Frage 14: Welche Staatsangehörigkeit haben Sie?

- Andere: Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Frage 15: In welchem Land sind Sie geboren, und in welchem Land ist Ihr Partner/Vater des Kindes geboren?

- Mutter: anderes Land: In welchem Land?: Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).
- Vater: anderes Land: In welchem Land?: Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Frage 18: Woher haben Sie von den „Ernährungsworkshops für Schwangere“ erfahren?

- Andere Webseite: Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).
- Sonstiges: E-Mail Landesregierung (3), E-Mail BH-Spittal (1), Kinderfacharzt (1).

Frage 19: Trinken Sie in der Schwangerschaft Alkohol?

- Ja; welche Mengen/wie oft?

Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Frage 21: Leiden Sie unter einer der folgenden Erkrankungen?

- Allergien/Unverträglichkeiten: Lebensmittel (3 x) - davon: Eiweiß (1), Laktose (1), Zöliakie (1), Heuschnupfen (2 x) - davon: Gräser (1), Pollen (1), Tierhaare (2 x), Hausstaub (1 x)
- Sonstiges: Schilddrüsenerkrankung (1 x) - davon: Hypothyreose (1)

Frage 27: Wenn ja, welches (Nahrungsergänzungsmittel)?

- Vitamine (3 x) - davon: Juice Plus (1)
Femibion (2 x)
Mineralstoffe (2 x) - davon: Kieselerde (1)
Kombinationspräparate (1 x) - davon: Natalovit (1)
Omega- 3- Fettsäuren (1 x)

Frage 31: Ihr zuständiger Versicherungsträger?

- *Andere Versicherungsanstalt:* Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Messzeitpunkt 2

Frage 11: Bitte teilen Sie uns auch mit, was wir dabei verbessern könnten/was Sie sich wünschen würden:

- Zeitmanagement (3 x) - davon: mehr Zeit (1), Einleitung kürzer (1)), Workshop auch regional (1)

Frage 12: Würden Sie den Ernährungsworkshop von der GKK weiterempfehlen?

- *Nein: Warum nicht:* Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Frage 17: Zu welchem Themengebiet würden Sie sich gerne mehr Informationen wünschen, bzw. gibt es Themengebiete/Infos die nicht vorkamen und für Sie von Interesse wären?

- Nein (1).

Frage 18: Das war für mich nicht so wesentlich/hätte kürzer sein können:

- Niemand machte Angaben zu diesem Punkt (0).

Frage 19: Haben Sie sonstige Änderungsvorschläge/Wünsche/Anmerkungen?

- Zeit (1)