



Inhalte

Das Jubiläumsjahr - feelok wird 10 Jahre alt	3
Über feelok	5
An feelok beteiligte Institutionen und Aufgabenteilung	7
<i>Die Zuordnung der beteiligten Institutionen</i>	<i>7</i>
Anzahl Besuche und Profil der User	11
<i>Verlauf der Anzahl Besuche der letzten 5 Jahre.....</i>	<i>11</i>
<i>Die drei Adressen von feelok.....</i>	<i>11</i>
<i>Die globale Intervention von feelok.....</i>	<i>12</i>
<i>Statistiken der thematischen Programme von feelok.....</i>	<i>13</i>
Das Alkoholprogramm.....	13
Das Arbeitsprogramm (Job)	14
Das Bewegungs- und Sportprogramm	14
Das Ernährungsprogramm	15
Das Cannabisprogramm.....	15
Das Programm Liebe und Sexualität	16
Das Rauchprogramm	16
Das Selbstvertrauenprogramm.....	17
Das Stressprogramm	17
Das Programm zum Thema Suizidalität.....	18
<i>Statistiken der Funktionen von feelok.....</i>	<i>18</i>
Die Projektdatenbank.....	18
Das Spiel «Schiffe versenken»	18
Portrait-Filme	18
Das Handbuch von feelok	19
<i>Das Profil der feelok-Besucher/innen.....</i>	<i>20</i>
Profilidentifizierung aufgrund der Ergebnisse des Bewegungs- und Sporttests von feelok	20
Profilidentifizierung aufgrund der Ergebnisse des Interessenkompasses von Egloff.....	22
Die Datenbanken von feelok	26

<i>Die Datenbank «feelok»</i>	26
<i>Rundbriefabonnenten</i>	26
<i>Die Fachstellendatenbank</i>	28
<i>Die Sportvereindatenbank</i>	29
<i>Die Projektdatenbank</i>	29
Neue öffentliche Dienstleistungen von feelok im Jahr 2008	30
<i>Das neue Sportprogramm von feelok in Zusammenarbeit mit Jugend+Sport</i>	30
<i>Sport et mouvement - ein neues Thema von ciao.ch</i>	32
<i>Die Portrait-Filme von Body Talk</i>	32
<i>Das neue Handbuch von feelok</i>	34
<i>Projekte für die Schule - die neue Projektdatenbank von feelok</i>	35
<i>Das neue multithematische Spiel von feelok «Schiffe versenken»</i>	36
Backoffice von feelok	37
<i>Die Adressdatenbank</i>	37
<i>Das Projektmanagement-Tool</i>	37
Massnahmen zur Verbreitung von feelok	38
Wissenschaftliche Tätigkeit	39
<i>Einsatz von feelok in den Schulen aus der Perspektive der Lehrpersonen - Eine qualitative Analyse</i>	39
<i>Die Ergebnisse</i>	39
<i>Schlussfolgerungen</i>	42
<i>Kongressbeiträge</i>	43
<i>Publikationen</i>	43
Finanzierung	44
<i>Überblick 1999-2008</i>	44
<i>Finanzierung von feelok ab Jahr 2009</i>	45
Weiterentwicklung Jahr 2009	46
<i>Neue Zugangsseiten und Navigationsstruktur für feelok</i>	46
<i>Das Rauchprogramm Version 3</i>	46
<i>Neue Themen</i>	47
<i>Das Implementierungskonzept</i>	47
Weitere Informationen	48

Das Jubiläumsjahr - feelok wird 10 Jahre alt

Die erste Phase der Geschichte von feelok ist eng mit der Entwicklung der Sektion zum Thema Rauchen verbunden. Die steigende Zahl der rauchenden Jugendlichen zwischen 1992 und 1997 gemäss damaligen Daten des Bundesamtes für Statistik und die positive Einstellung der jungen Bevölkerung für die sich damals ausbreitende Diffusion von Internet, überzeugte die Krebsliga Zürich beträchtliche finanzielle Mittel in die Entwicklung einer internetbasierten Plattform zugunsten der Rauchprävention für die junge Zielgruppe zu investieren. So startete das Projekt «feelok» am 1. April 1999. 2 1/2 Jahre später - nach einer Bedarfsanalyse¹ und einer Pilotstudie mit 700 Schülern/innen² - lancierten wir die erste Version der Internetanwendung.

Damals wurde das Programm www.feelok.ch rund 30 Mal täglich besucht. Es beinhaltete weitgehend statische Informationen über 4 gesundheitsrelevante Themen (Rauchen, Stress, Sexualität und Selbstvertrauen) und wurde von einer einzelnen Institution betreut (der Universität Zürich). «feelok» hat sich in den letzten 10 Jahren stark entwickelt. Heute (=Jahr 2009) wird www.feelok.ch täglich rund 1200 bis 1300 Mal täglich besucht, beinhaltet sowohl statische als auch interaktive und multimediale Informationen über 11 gesundheitsrelevante Themen und wird von einem Netzwerk von 35 Institutionen getragen. Alle wichtigen Informationen zur Intervention «feelok» sind auf www.feelok.ch zu finden, auf «Über feelok» klicken.

Das Jubiläumsjahr ist nicht nur ein Grund zu feiern, sondern auch eine wertvolle Gelegenheit, einen Blick in die Zukunft von «feelok» zu werfen:

- Die Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren werden weiterhin die primäre Zielgruppe unserer Intervention bleiben. In Zukunft werden wir zudem vermehrt Kinder zwischen 8 und 11 Jahren, Lehr- und andere Fachpersonen und unsere institutionellen Partner mit feelok-Inhalten ansprechen. Zu diesem Zweck wird die heutige Startseite von feelok in 4 neue Startseiten (eine pro Zielgruppe) aufgeteilt.
- Verhaltensprävention, also das Vermitteln von für das Wohlbefinden und die Gesundheit der Jugendlichen relevanten Informationen, wird weiterhin die primäre Strategie von feelok bleiben. Sie wird jedoch mit Elementen aus der Verhältnisprävention ergänzt, um die Wirksamkeit der Intervention zu unterstützen. Ein erster Schritt in diese Richtung bildet die Rubrik «Projekte für die Schule».
- Ebenso wird die Schule das wichtigste Setting, in dem «feelok» verwendet wird, bleiben. In Ergänzung dazu werden wir in Zukunft vermehrt die Sportvereine, die Beratungsstellen und die Jugendlichen in der Freizeit ansprechen.
- «feelok» wird weiterhin eigene Inhalte und Funktionen anbieten. Das Programm wird jedoch zunehmend auch als Plattform verwendet, um externe gesundheitsrelevante Interventionen bekannt zu machen.
- Das Erscheinungsbild von feelok wird in den kommenden 1-2 Jahren durch eine zeitgerechte und flexible Struktur und ein modernes Design ersetzt.

Die Strategie von feelok besteht darin, dass Weiterentwicklungen aufgrund von Innovation, Forschung und Partizipation erfolgen. So werden die bis heute gesammelten Erfahrungen und der Austausch mit Jugendlichen, Lehrpersonen und Experten die Grundlage für die Weiterentwicklung von feelok bilden. Auf dieser Grundlage werden neue Zielgruppen, Strategien, Setting und Technologien angesprochen und eingesetzt.

¹ www.feelok.ch/v1/start/inhalte/ok99

² www.feelok.ch/v1/start/inhalte/wissBericht

Wir sind stolz auf die positive Entwicklung, die das Projekt feelok in 10 Jahren durchlebte. feelok ist aber nur so erfolgreich dank dem Engagement der zahlreichen Partner/innen. Besonders dankbar sind wir den Lehrpersonen und Kontaktpersonen aus den Fachorganisationen für ihre Unterstützung und die Zusammenarbeit sowie den Institutionen, die das Projekt finanziert haben. Ohne ihre taktkräftige und überzeugte Kooperation würde feelok in der heutigen Form nicht existieren.

An dieser Stelle möchten wir uns bei allen Beteiligten sowohl für das bewiesene Vertrauen als auch im Voraus für die zukünftige Unterstützung ganz herzlich bedanken. Wir freuen uns darauf, das Jubiläum von feelok am 25. September 2009 mit unseren Partnern zu feiern.

Ihr feelok-Team

Tina Hofmann, Franziska Ulrich und Oliver Padlina

Über feelok

Das Projekt und Intervention «feelok» lässt sich folgendermassen definieren. feelok hat das Ziel, die Gesundheit von Jugendlichen zu fördern und dem risikoreichen und Suchtverhalten vorzubeugen. feelok ist multithematisch, multiinstitutionell, transnational, wissenschaftlich, schulbezogen, methodisch differenziert und jugendgerecht (siehe Abb. 1).

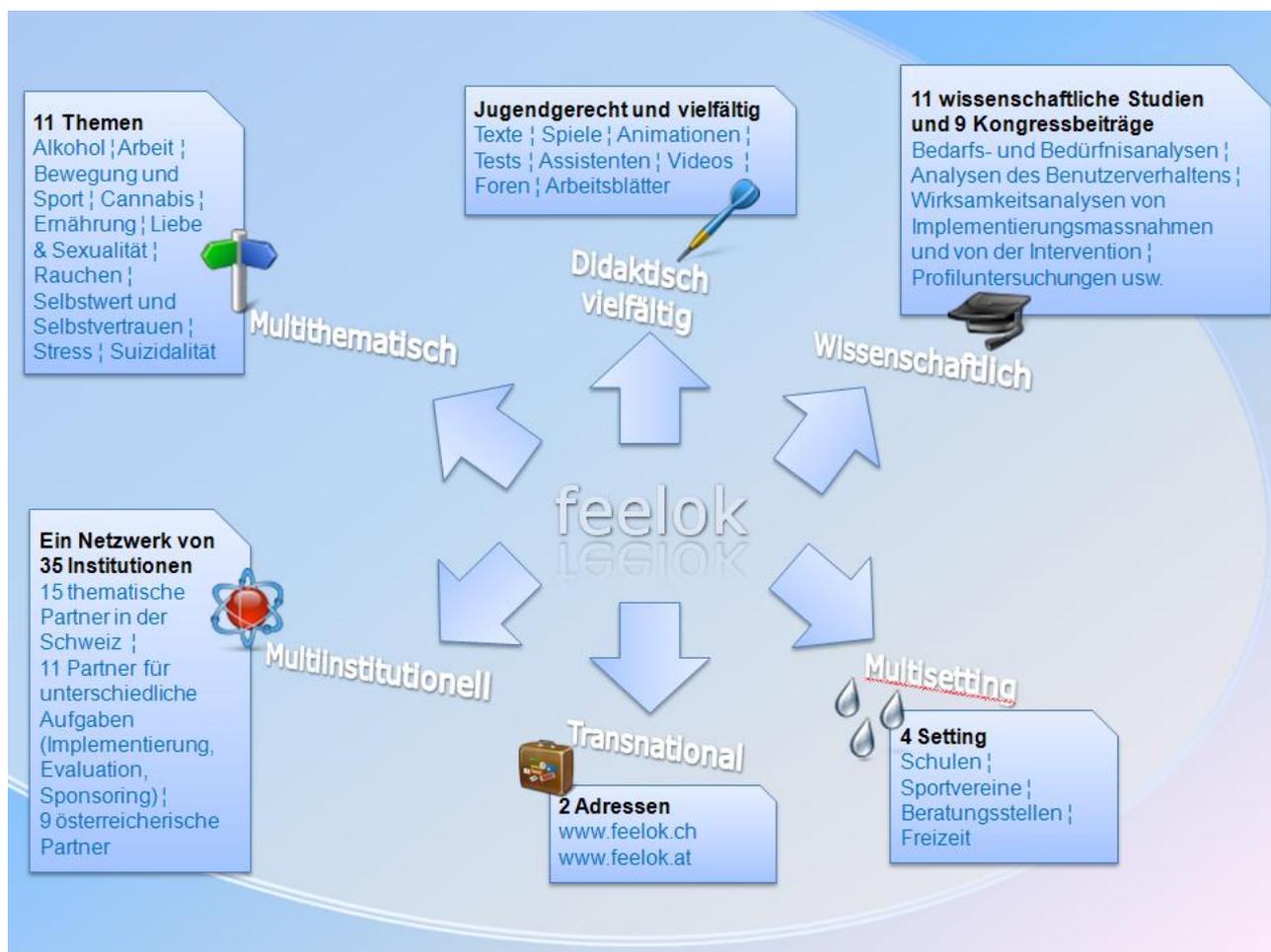


Abb. 1: Die sechs tragenden Eigenschaften von feelok: multithematisch, multiinstitutionell, transnational, multisetting-bezogen, wissenschaftlich, jugendgerecht und vielfältig

Im Folgenden werden die wichtigsten Eigenschaften von feelok näher erläutert:

feelok ist **multithematisch**: Die Intervention behandelt zurzeit 11 Themen, nämlich - alphabetisch geordnet - «Alkohol», «Arbeit», «Bewegung und Sport», «Cannabis», «Ernährung», «Rauchen», «Selbstvertrauen», «Sexualität», «Stress» und «Suizidalität».

feelok ist **multiinstitutionell**: Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich hat die Trägerschaft des Projektes und ist für die Verwaltung des Netzwerkes, die wissenschaftliche Arbeit, die Implementierung, das Fundraising und die technischen Aspekte von feelok verantwortlich. 15 Institutionen in der Schweiz sind für die Qualität, Aktualität und Wissenschaftlichkeit der Inhalte zuständig (mehr dazu ab S.8).

Auch in Österreich sind mehrere Institutionen sowohl für die Inhalte als auch für die Verbreitung der Intervention zuständig. Styria Vitalis koordiniert das österreichische Netzwerk (Details dazu ab S.10).

feelok ist **wissenschaftlich**: Bis heute wurden 11 wissenschaftliche Studien im Rahmen von feelok durchgeführt und 4 sind in Arbeit. Alle Berichte, Zusammenfassungen und Kongressbeiträge können unter www.feelok.ch -> «Über feelok» herunter geladen werden.

Das Internetprogramm feelok wird in verschiedenen Settings verwendet, z.B. in der Freizeit, in Beratungsstellen und im Umfeld von Sportvereinen. Die Intervention ist aber für den Einsatz in der **Schule** besonders geeignet. Ein Handbuch und 50 Arbeitsblätter erleichtern die Arbeit der Lehrpersonen, wenn sie feelok mit ihren Schülern/innen verwenden möchten. Alle Unterlagen können kostenlos im Word-Format unter www.feelok.ch -> «Alle Themen» herunter geladen werden.

Um Informationen zu vermitteln, stellt feelok nicht nur Texte zur Verfügung, sondern verwendet auch **differenzierte didaktische Methoden**, die das Programm abwechslungsreich gestalten. Neben Texten werden die Inhalte mit Spielen, Animationen, Tests, Diskussionsforen sowie mit Videos und Assistenten vermittelt. Deswegen ist feelok ein geeignetes Tool sowohl für Jugendliche, die komplexe Inhalte verstehen können, als auch für jene, die Mühe haben, Texte zu lesen. Für Jugendliche, die persönliche Unterstützung benötigen, bietet feelok (in Zusammenarbeit mit tschau.ch) eine Beratungsstellendatenbank mit Adressen in der ganzen Deutschschweiz an (siehe www.feelok.ch -> «Persönliche Beratung»).



Abb. 2: Die feelok-Startseite am 4. Januar 2009

An feelok beteiligte Institutionen und Aufgabenteilung

feelok ist eine multiinstitutionelle Intervention, d.h. für die Qualität, Aktualität und Wissenschaftlichkeit der Inhalte sind mehrere renommierte Institutionen aus Gesundheitsförderung und Prävention zuständig. Zudem unterstützen diverse Institutionen die Bekanntmachung und Verwendung der Intervention in verschiedenen Settings. Andere Partner finanzieren das ganze Projekt oder ausgewählte Projektziele. Wiederum Andere führen gezielte Evaluationen durch. Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich ist unter anderem für die Koordination, Evaluation und Implementierung der Intervention zuständig und unterstützt die Partner in der Ausübung der feelok-bezogenen Aktivitäten.

Die Zuordnung der beteiligten Institutionen

Die Institutionen, die im Rahmen von feelok eine aktive Rolle spielen, werden in fünf Kategorien eingeteilt:

- Kategorie 1 - **die feelok-Partner mit Vereinbarung**: dazu gehören diejenigen Institutionen, die eine Vereinbarung mit dem Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPMZ) unterschrieben haben. Es handelt sich um Institutionen, die für die Inhalte von feelok zuständig sind.
- Kategorie 2 - **die feelok-Partner ohne Vereinbarung**: dazu gehören jene Institutionen, die keine Vereinbarung mit dem ISPMZ unterschrieben haben, obwohl sie für bestimmte Inhalte oder Funktionen von feelok zuständig sind.
- Kategorie 3 - **Andere beteiligte Institutionen**: Dabei handelt es sich um Institutionen, die im Jahr 2008 feelok mit konkreten Massnahmen unterstützt haben. Meistens handelt es sich um Partner, die das Projekt finanzieren oder die Diffusion der Verwendung der Intervention fördern.
- Kategorie 4 - **Arbeitsgruppe Rauchprogramm Version 3 (S. 46)**: Für die Entwicklung des Rauchprogramms von feelok Version 3 wurde eine Arbeitsgruppe gegründet, die das feelok-Projektteam gezielt bei verschiedenen Entwicklungsaufgaben unterstützt. Die von dieser Arbeitsgruppe produzierten Unterlagen können unter www.feelok.ch/v1/rauchenV2/arbeitsgruppe/13112008 heruntergeladen werden.
- Kategorie 5 - **Partner von feelok.at**: Dabei handelt es sich um Partner, die in Österreich aktiv sind. Diese Partner sind für die jeweilige Anpassung der Inhalte, sowie für die Diffusion und Evaluation von feelok in ihrem Land zuständig.
- Kategorie 6 - **das erweiterte Netzwerk**: Dabei handelt es sich um Lehr- und weitere Fachpersonen, die sich für feelok interessieren, bzw. feelok verwenden und sich für den Newsletter von feelok registriert haben (S.26). Ebenso gehören zu diesem erweiterten Netzwerk die Fachpersonen, welche für die in der Datenbank von feelok gespeicherten Angaben über ihre Beratungsstelle verantwortlich sind (S.28) und die J+S-Coachs, welche die Angaben der Sportvereindatenbank aktualisieren (Seiten 14 und 29).

Im Folgenden werden die Funktionen der einzelnen Partner von feelok gemäss oben erwähnter Zuteilung näher beschrieben. Die Angaben beziehen sich auf Ende Jahr 2008.

Kategorie 1 - die inhaltlichen feelok-Partner mit schriftlicher Vereinbarung Ë Schweiz

Partner	Funktion	Bemerkungen
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich (ISPMZ) Abteilung «Gesundheitsforschung und Betriebliches Gesundheitsmanagement»	Trägerschaft, Koordination des Netzwerkes, Implementierung, Evaluation, Fundraising, inhaltliche Supervision, Entwicklung usw. Projektleiter: O. Padlina Stellvertreterin: T. Hofmann Abteilungsleiter: G. Bauer Direktor: F. Gutzwiller Externe Mitarbeiterin: G. Jimmy	
ABQ Schulprojekt	Partner für das Modul Sexuelle Orientierungen (Homo- und Bisexualität) Kontaktperson: M. Kauer	Ein Modul des Programms Liebe und Sexualität
Aids Hilfe Schweiz (AHS)	Partner für das Modul HIV/Aids und sexuell übertragbare Krankheiten Kontaktperson: S. Jehli	Ein Modul des Programms Liebe und Sexualität
Sexualpädagogik der Stiftung Berner Gesundheit	Partner für die Module <ul style="list-style-type: none"> • Liebe & Beziehung • Der weibliche Körper und die Lust • Der männliche Körper und die Lust • Sexualität erleben • Der Körper verändert sich • Verhütung, Schwangerschaft, Menstruation • Pornographie und Prostitution Kontaktperson: R. Krähenbühl	Module des Programms Liebe und Sexualität
Berufsberatung.ch	Partner für das Programm zum Thema Arbeit (Job) Kontaktperson: B. Baer	
Fachstelle "Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung" Kt. Zürich (FSMB)	Partner für das Programm zum Thema Cannabis Kontaktperson: V. Venzin	
Forum für Suizidprävention und Suizidforschung / Klinik für Soziale Psychiatrie und Allgemeinpsychiatrie ZH West - PUK Zürich	Partner für das Programm zum Thema Suizidalität Kontaktperson: M. Ring	
Kinderschutz Schweiz	Partner für das Modul Sexuelle Gewalt Kontaktperson: C. Marti	Ein Modul des Programms Liebe und Sexualität
Klinische Psychologie und Psychotherapie (Psychologisches Institut der Universität Zürich)	Partner für das Programm zum Thema Stress (ausgeschlossen ist das Modul Hilfe bei Schlafproblemen) und für das Thema Selbstvertrauen Kontaktperson: L. Emini	
Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA)	Partner für das Programm zum Thema Alkohol Kontaktperson: J. Sidler	
Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SGE)	Partner für das Programm zum Thema Ernährung Kontaktperson: A. Welter	
Zentrum für Schlafmedizin, Schlaflabor Fluntern	Partner für das Modul Hilfe bei Schlafproblemen Kontaktperson: N. Kaiser	Ein Modul des Programms zum Thema Stress
Züri Rauchfrei	Partner für das Programm zum Thema Rauchen Kontaktperson: U. Herrmann	

Kategorie 2 - die inhaltlichen feelok-Partner ohne schriftliche Vereinbarung - Schweiz

Partner	Funktion	Bemerkungen
Bundesamt für Sport / Jugend+Sport	Partner für das Programm zum Thema Bewegung und Sport Kontaktperson Bewegung: O. Padlina Kontaktperson Sport: A. Dössegger	
ANNE VOSS FILM	Partner für die Sektion Body Talk Kontaktperson: A. Voss	
Infoklick.ch	Partner für die E-Beratung (tschau.ch) Kontaktperson: M. Gander	

Kategorie 3 - Andere beteiligten Institutionen - Schweiz

Partner	Funktion	Bemerkungen
Bildung + Gesundheit, b+g Netzwerk Schweiz	Schweizerischer Netzwerk-Partner (Bundesamt für Gesundheit)	
ciao.ch	Kooperationspartner für die Romandie	
Netzwerk Gesundheit und Bewegung, Hepa	Schweizerischer Netzwerk-Partner (Bundesamt für Sport)	
Credit Suisse Foundation	Finanzierung feelok Mitte 2007 . Ende 2008	
Pädagogische Hochschule Zentralschweiz	Ausbildung/Weiterbildung von Lehrpersonen	
Pädagogische Hochschule Zürich	Ausbildung/Weiterbildung von Lehrpersonen	
Prävention & Gesundheitsförderung Kt. ZH	Unterstützung der Implementierung von feelok im Kanton Zürich	
Radix, Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention	Kooperationspartner für die Deutschschweiz	
Swiss Olympic	Implementierung	Projekt «Cool and Clean»
Tabakpräventionsfonds	Finanzierung von feelok zwischen 2005 und Mitte 2011	
Vontobel-Stiftung	Finanzierung feelok Juli 2007 - Juni 2008	

Kategorie 4 - Arbeitsgruppe Rauchprogramm Version 3 (S.46)

Partner	Kontaktperson	Bemerkungen
Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz	Thomas Beutler	
BAG - Sektion Tabak	Joëlle Pitteloud	
Berner Gesundheit	Susanne Lanker	
Ciao.ch	Christine Panchaud	
Infoklick	Susanne Siegenthaler	
Interface, Institut für Politikstudien	Ruth Feller	
Krebsliga Schweiz	Catherine Abbühl	
Lungenliga beider Basel	Mia Nold	
Lungenliga Schweiz	Tania Steiner	
PH Zentralschweiz	Hanspeter Lehner	Abwesenheit entschuldigt
PH Zürich	Barbara Meister	
Schifti (Stiftung für soziale Jugendprojekte)	Simon Sennhauser	
SFA (Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme)	Jacqueline Sidler	
Swiss Olympic	Adrian von Allmen	Abwesenheit entschuldigt

Kategorie 5 . **Partner von feelok.at - Österreich**

Partner	Funktion
Styria Vitalis	Partner für feelok . Österreich (www.feelok.at) Kontaktinstitution für die Implementierung in Steiermark Verantwortung für die Themen: <ul style="list-style-type: none"> • Alkohol • Arbeit • Bewegung und Sport • Ernährung • Rauchen • Selbstvertrauen • Sexualität • Stress
AVOS ^Ö Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg	Implementierung von feelok in Salzburg
Das Land Steiermark ^Ö Abt. Gesundheit	Finanzierung der Koordination
Das Land Steiermark - Jugend	Finanzierung der Koordination
Fachstelle für Suchtprävention Burgenland	Implementierung von feelok in Burgenland
Fachstelle für Suchtvorbeugung, Koordination und Beratung	Implementierung von feelok in Niederösterreich
Fonds Gesundes ^Ö st erreich	Finanzierung der Implementierung und der Fachstellendatenbank in Österreich
kontakt+co ^Ö Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol	Implementierung von feelok in Tirol Zuständig für die Thermen: <ul style="list-style-type: none"> • Cannabis • Suizidalität
PGA Oberösterreich - Verein für prophylaktische Gesundheitsarbeit	Implementierung von feelok in Oberösterreich
pro mente: kinder jugend familie	Implementierung von feelok in Kärnten
Sucht- und Drogenkoo rdinationsgmbH ^Ö Institut für Suchtprävention	Implementierung von feelok in Wien
Supro ^Ö Werkstatt für Suchtprophylaxe in Vorarlberg	Implementierung von feelok in Vorarlberg

Kategorie 6 - **Erweitertes Netzwerk**

Partner	Funktion	Bemerkungen
Lehrpersonen und andere Fachpersonen	Multiplikatoren von feelok	Sie haben sich für den Newsletter von feelok registriert (S.26)
Fachstellenverantwortliche	Potentielle Multiplikatoren von feelok	Sie sind für die Angaben der Fachstellendatenbank zuständig (S.28)
J+S-Coaches (Jugend + Sport)	Potentielle Multiplikatoren von feelok	Sie aktualisieren die Angaben der Sportvereindatenbank (Seiten 14 und 29)

Anzahl Besuche und Profil der User

Im Folgenden werden zuerst die globalen Statistiken, anschliessend die statistischen Werte aller thematischen Programme und schliesslich von ausgewählten Funktionen von feelok vorgestellt. Am Ende wird das Profil der Besucher/innen beschrieben.

Verlauf der Anzahl Besuche der letzten 5 Jahre

Abb. 3 zeigt den Verlauf der täglichen Besuche zwischen September 2003 und Februar 2009 unabhängig von ihrer Dauer. Die Anzahl täglicher Besuche ist trotz teilweise erheblichen Schwankungen zwischen September 2003 und Februar 2009 gestiegen. Im Jahr 2004 wurde feelok 590 Mal, im Jahr 2005 745 Mal, im Jahr 2006 986 Mal, im Jahr 2007 951 Mal und im Jahr 2008 1'129 Mal täglich besucht.

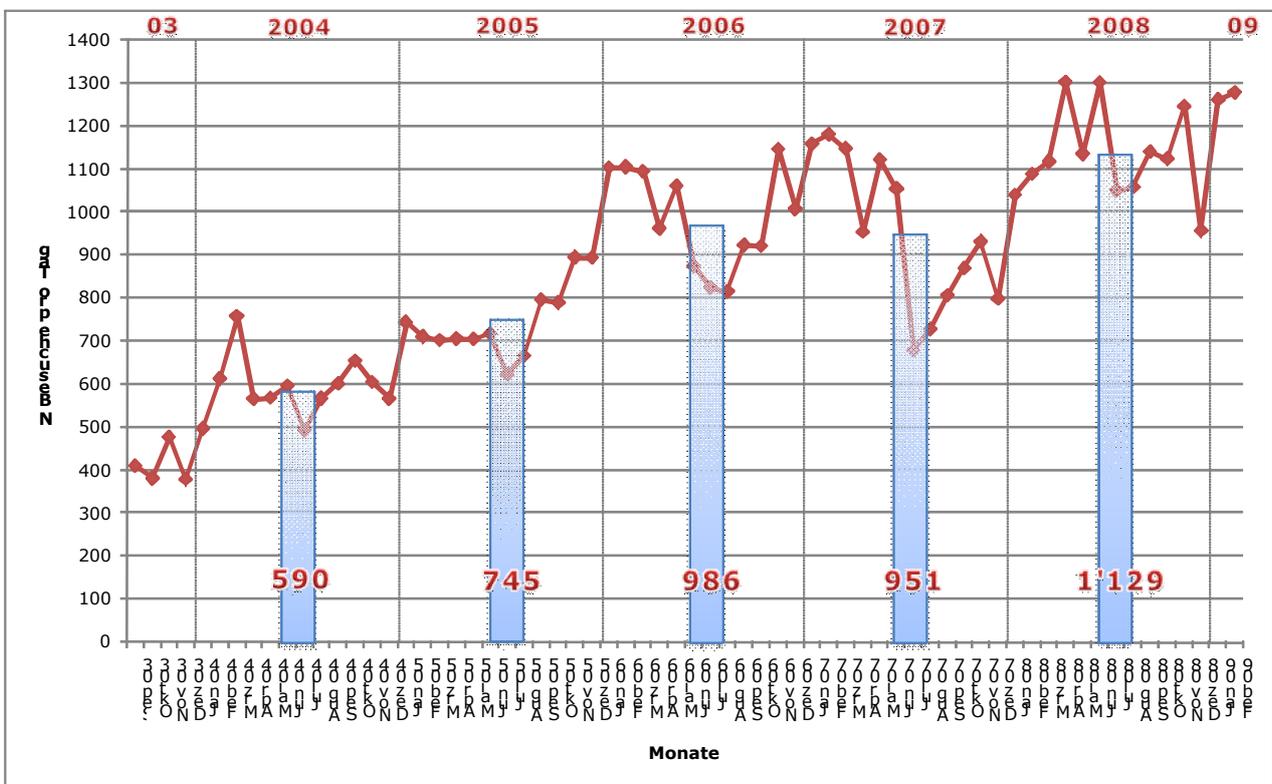


Abb. 3: Verlauf der täglichen Anzahl Besuche von feelok zwischen September 2003 und Februar 2009

Die drei Adressen von feelok

Abb. 4 zeigt den Anteil der Besucher/innen, der die Adresse feelok.ch, feelok.at und feelok.de gewählt hat. Es werden nur die Daten von jenen gezeigt, welche die Startseite von feelok besucht haben. Besucher/innen, die direkt zu einem thematischen feelok-Programm gelangt sind, werden von diesem Tool nicht erfasst. Deswegen können die Daten der Abb. 4 nicht mit jenen der Abb. 3 verglichen werden.

Im Jahr 2008 haben 124'958 Besucher/innen die schweizerische Adresse von feelok gewählt. Verglichen mit dem vorherigen Jahr entspricht dies einer kleinen Zunahme. 28'224 Besucher/innen haben die österreichische Startseite gewählt. Die Anzahl Besuche für feelok.at hat sich also seit 2006 stabilisiert und zeigt keine bemerkenswerte Schwankung mehr. Nur wenige Jugendlichen klicken auf die Startseite von feelok.de. Dies einerseits deshalb, weil feelok.de während 6 Monaten offline war und andererseits, weil feelok.de noch keine spezifische Inhalte anbietet, die sich an deutsche Jugendliche richten. Erste Kontakte

mit deutschen Institutionen, die für die Verwaltung von feelok.de in Frage kommen, haben im Jahr 2008 stattgefunden und werden im Jahr 2009 fortgesetzt. Da diese Diskussionen noch am Anfang stehen, werden dazu in diesem Bericht keine weiteren Informationen vermittelt.



Abb. 4: Verlauf der Verwendung der drei Internetadressen von feelok zwischen 2004 (ab 19.3.) und Ende 2008. Es werden nur die Besuche der Startseite von feelok erfasst. Die Dauer des Besuches ist in diesen Statistiken nicht relevant.

In prozentualen Werten haben im Jahr 2008 79.7% der Besucher/innen die Adresse feelok.ch, 18% die Adresse feelok.at und 2.3% die Adresse feelok.de gewählt.

Die globale Intervention von feelok

feelok hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von **1'114 Tagen geleistet**. In dieser Berechnung werden nur die Besuche berücksichtigt, die im jeweiligen gesundheitsrelevanten Modul von feelok mindestens 3 Minuten gedauert haben.

Zudem wurden im Jahr 2008 die Module von feelok insgesamt 228'712 Mal besucht. 44.5% von diesen Besuchen hat mindestens 3 Minuten gedauert, d.h. die Inhalte von 101'779 Modulen von feelok wurden mindestens 3 Minuten lang bearbeitet (meistens zwischen 15 und 20 Minuten). Die Module, die am häufigsten besucht wurden, gehören zum Programm «Liebe und Sexualität» (30.1%). Danach folgen das Thema «Rauchen» (14.4%), «Bewegung und Sport» (11.9%), «Alkohol» (9%), «Selbstvertrauen» (7.9%), «Ernährung» (7.2%), «Stress» (6.3%), «Arbeit» und «Cannabis» (jeweils 6.1%) und «Suizidalität» (1.1%). Abb. 5 zeigt die Details.

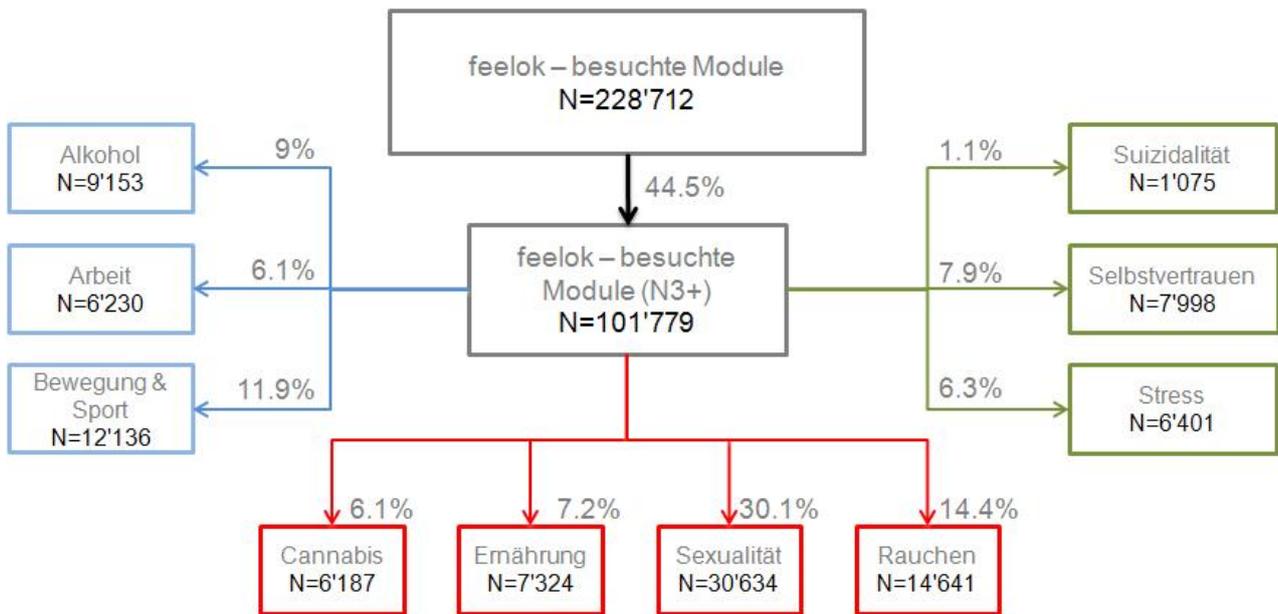


Abb. 5: Thematische Verteilung der besuchten Module von feelok im Jahr 2008 (nur Besuche, die im Modul länger als 3 Minuten gedauert haben).

Statistiken der thematischen Programme von feelok

Im Folgenden werden die Statistiken der einzelnen Programme von feelok für das Jahr 2008 vorgestellt.

Das Alkoholprogramm

Das Alkoholprogramm wurde im Jahr 2008 insgesamt 9'153 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 30% und 50% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 14.6 und 21.3 Minuten. Das Alkoholprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 116 Tagen geleistet (Jahr 2006: 74 Tage | Jahr 2007: 108 Tage | seit der Lancierung: 316 Tage).

Tab. 1: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «Alkohol» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Min)

Alkohol	N3+	%3+	Min.	Tage
Allgemeine Sektion	4'312	50	21.3	63.7
Gruppe 1 (Kein Interesse am Alkohol)	949	35	15.8	10.4
Gruppe 2 (Neugierig)	431	31	16.9	5.1
Gruppe 3 (Gelegentlicher Konsum)	1'323	38	14.6	13.4
Gruppe 4 (Manchmal zu viel)	796	32	14.9	8.3
Gruppe 5 (Regelmässig und häufig)	852	32	15.4	9.1
Sektion für Lehrpersonen	490	30	19.5	6.6
Summe	9'153			116

Das Arbeitsprogramm (Job)

Das Arbeitsprogramm wurde im Jahr 2008 6'230 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). 31% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt 18 Minuten. Das Arbeitsprogramm hat eine Gesamtintervention von 59 Tagen geleistet (Juni 2007 bis Ende 2007: 44 Tage | seit der Lancierung: 103 Tage).

Der Interessenkompass von Egloff, mit dem die Jugendlichen herausfinden können welche Berufe zu ihnen passen, wurde im Jahr 2008 5'481 Mal vollständig ausgefüllt (=45% von allen, welche der Kompass geöffnet haben). Im Durchschnitt haben die Besucher/innen etwa 13 Minuten gebraucht, um alle Fragen bis zur Antwortseite zu beantworten.

Tab. 2: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «Arbeit» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Arbeit	N3+	%3+	Min.	Tage
Grundlagen	749	31	18	9.4
Interessen-Kompass	5'481	45	13	49.5
Summe	6'230			59

Das Bewegungs- und Sportprogramm

Das Bewegungs-³ und Sportprogramm⁴ wurde im Jahr 2008 12'136 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 44% und 52% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 19 und 21 Minuten. Das Bewegungs- und Sportprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 126 Tagen geleistet (Jahr 2007: 62 Tage | seit der Lancierung: 221 Tage).

Der Bewegungstest wurde 4'324 Mal vollständig ausgefüllt (=24.5% von allen, die der Test gestartet haben). Im Durchschnitt haben die Besucher/innen etwa 5 Minuten gebraucht, um alle Fragen bis zur Antwortseite zu beantworten.

Tab. 3: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «Bewegung und Sport» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Bewegung und Sport	N3+	%3+	Min.	Tage
Tipps für Gemütliche	1'138	52	20.4	16.1
Aktive Pausen (Sektion für Lehrpersonen)	910	49	19.1	12
Der Bewegungstest	4'324	24.5	5.4	14.5
Sportarten und Sportvereine stellen sich vor	5'764	44	20.9	83.7
Summe	12'136			126

Das Sportprogramm besteht aus drei Funktionen (siehe S.30): der Sportinteressenkompass, die Infoclips über die Sportarten von Jugend+Sport und die Sportvereindatenbank.

³ Tipps für Gemütliche, aktive Pausen, der Bewegungstest

⁴ Sportarten und Sportvereine stellen sich vor

- Der Sportinteressenkompass (SIK) wurde im Jahr 2008 3'923 Mal vollständig ausgefüllt. Insgesamt beantworteten 58.3% der User/innen alle 111 Fragen vom Kompass und brauchten dafür im Durchschnitt fast 11 Minuten. Der SIK wurde seit seiner Lancierung von 215 Personen beurteilt. 65% finden das Ergebnis von SIK zutreffend, rund 30% behaupten, sie werden aufgrund der Rückmeldung von SIK die vorgeschlagene Sportart schnuppern. Die Evaluationsteilnehmer geben dem SIK die Note 5.2 und 75% empfiehlt den Freunden, die Fragen des SIK zu beantworten.
- Die Clips von Jugend+Sport, die in feelok zugänglich sind, wurden im Jahr 2008 14'950 Mal angeschaut.
- Die Sportvereindatenbank beinhaltet Angaben über 60% der J+S-Sportvereine. Diese Angaben werden von den J+S-Coachs verwaltet. Mit der Sportvereindatenbank erfahren die Jugendlichen, welche Sportvereine in ihrer Gegend aktiv sind. Die Datenbank wurde im Jahr 2008 14'945 Mal abgefragt.

Das Ernährungsprogramm

Das Ernährungsprogramm wurde im Jahr 2008 7'324 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 52% und 60% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 15.7 und 23.5 Minuten. Das Ernährungsprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 106 Tagen geleistet (Jahr 2006: 87 Tage | Jahr 2007: 98 Tage | seit der Lancierung sind es 299 Tage).

Tab. 4: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Ernährung**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Ernährung	N3+	%3+	Min.	Tage
Grundlagen	4'826	60	23.5	78.6
Fast-Food	2'498	52	15.7	27.3
Summe	7'324			106

Das Cannabisprogramm

Das Cannabisprogramm wurde im Jahr 2008 6'187 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 29% und 51% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 15 und 23 Minuten. Das Cannabisprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 87 Tagen geleistet (Juni - Dezember 2007: 41 Tage | seit Juni 07 128 Tage).

Tab. 5: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Cannabis**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Cannabis	N3+	%3+	Min.	Tage
Allgemeine Sektion	3'820	51	23	61
Nicht Kiffende	801	34	15.6	8.7
Neugierige	305	35	16.6	3.5
Gelegentlich Kiffende	456	42	15.7	5
Kiffende ohne Bedenken	403	38	16.2	4.5
Kiffende mit Bedenken	179	41	15.4	1.9
Ex-Kiffende	223	29	15.1	2.3
Summe	6'187			87

Das Programm Liebe und Sexualität

Das Programm zum Thema Liebe und Sexualität wurde im Jahr 2008 30'634 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 20% und 46% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 8.7 und 18.2 Minuten. Das Programm «Liebe und Sexualität» hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 252 Tagen geleistet (Juni - Dezember 2007: 114 Tage | seit Juni 07 366 Tage).

Tab. 6: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Liebe und Sexualität**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Min)

Liebe und Sexualität	N3+	%3+	Min.	Tage
Liebe & Beziehung	4'069	31	12.5	35.4
Der weibliche Körper und die Lust	5'159	25	8.7	31.1
Der männliche Körper und die Lust	2'493	26	8.8	15.2
Sexualität erleben	5'048	37	9.8	34.3
HIV/Aids und sexuell übertragbare Krankheiten	2'700	46	18.2	34.1
Der Körper verändert sich	1'035	22	12	8.6
Verhütung, Schwangerschaft, Menstruation	6'203	41	13.6	58.5
Homosexualität und Bisexualität	897	22	15.2	9.5
Pornographie und Prostitution	2'394	20	11.1	18.4
Sexuelle Ausbeutung	636	23	16.5	7.3
Summe	30'634			252

Das Rauchprogramm

Das Rauchprogramm wurde im Jahr 2008 14'641 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 44% und 60% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 15.5 und 23.1 Minuten. Das Rauchprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 189 Tagen geleistet (Jahr 2006: 161 Tage | Jahr 2007: 167 | seit der Lancierung sind es 620 Tage).

Tab. 7: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Rauchen**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Min)

Rauchen	N3+	%3+	Min.	Tage
Allgemeine Sektion	3'003	60	21.2	44.3
Stufe 1 (Nicht-Raucher/innen)	2'698	55	16.7	31.3
Stufe 2 (Neugierige)	634	44	15.5	6.8
Stufe 3 (Gelegenheitsraucher/innen)	3'015	53	19	39.8
Stufe 4 (Raucher/innen ohne Absicht aufzuhören)	2'766	48	17.5	33.6
Stufe 5 (Raucher/innen, die daran denken aufzuhören)	1'085	48	16.9	12.8
Stufe 6 (Festentschlossene)	799	52	23.1	12.8
Stufe 7 (Ex-Raucher/innen)	641	48	16.6	7.4
Summe	14'641			189

Das Selbstvertrauenprogramm

Das Selbstvertrauenprogramm wurde im Jahr 2008 7'998 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). 58% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt 18.7 Minuten. Das Selbstvertrauenprogramm hat eine Gesamtintervention von 103 Tagen geleistet (Juni - Dezember 2007: 45 Tage | seit Juni 07 148 Tage).

Tab. 8: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Selbstvertrauen**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Selbstvertrauen	N3+	%3+	Min.	Tage
Grundlagen	7'998	58	18.7	103.6
Summe	7'998			103

Das Stressprogramm

Das Stressprogramm wurde im Jahr 2008 6'401 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 25% und 49% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 13 und 21 Minuten. Das Stressprogramm hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 65 Tagen geleistet (Juni - Dezember 2007: 44 Tage | seit Juni 07 109 Tage).

Tab. 9: Verwendung der Sektion von feel ok zum Thema «**Stress**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Mi n)

Stress	N3+	%3+	Min.	Tage
Psychologische Tests	2'435	49	13.1	22.1
Stress in der Schule	287	36	16.6	3.3
Aggressivität, Mobbing und Gewalt	345	35	14.2	3.4
Relaxen/Entspannen	790	38	14.1	7.7
Vom Unterricht profitieren und Prüfungsstress mildern	452	42	20.9	6.6
Freizeit	140	25	14.1	1.4
Familie	141	33	13.2	1.3
Nein sagen lernen	457	35	16.5	5.2
Schlafen und Schlafstörungen	327	34	13.5	3.1
Psychologische Tipps und Tricks gegen Stress	420	27	15.7	4.6
Überforderung	607	27	15.5	6.5
Summe	6'401			65

Das Programm zum Thema Suizidalität

Das Programm zum Thema Suizidalität wurde im Jahr 2008 1'075 Mal besucht (mindestens 3 Minuten pro Besuch). Zwischen 23% und 37% der Besuche dauerten mindestens 3 Minuten, im Durchschnitt zwischen 12.9 und 18.3 Minuten. Das Programm zum Thema Suizidalität hat im Jahr 2008 eine Gesamtintervention von 11 Tagen geleistet (Juni - Dezember 2007: 7 Tage | seit Juni 07 18 Tage).

Tab. 10: Verwendung der Sektion von feelok zum Thema «**Suizidalität**» im Jahr 2008 (N3+: Anzahl Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| %3+: Prozentsatz der Besuche, die mindestens drei Minuten gedauert haben ||| Min.: Durchschnittliche Dauer der Besuche, die mindestens 3 Minuten gedauert haben ||| Tage: Dauer der Intervention in Tagen, berechnet aufgrund von N3+ und Min.)

Suizidalität	N3+	%3+	Min.	Tage
Eigene Suizidgedanken	490	26	12.9	4.4
Sich Sorgen machen	270	37	14	2.6
Suizid(versuche) von anderen	111	23	18.1	1.4
Allgemeine Informationen	204	26	18.3	2.6
Summe	1'075			11

Statistiken der Funktionen von feelok

Neben den thematischen Programmen bietet feelok andere gesundheitsrelevante Dienstleistungen an, die von den Besuchern in Anspruch genommen werden. Dazu gehören: die Projektdatenbank (mehr auf S.35), das Spiel «Schiffe versenken» (S.36), die Portrait-Filme (S. 32) und das Handbuch von feelok (S. 34). Anbei die wichtigsten statistischen Werte zu den einzelnen Diensten:

Die Projektdatenbank

Die Projektdatenbank (S. 35) beinhaltet Ende 2008 18 Einträge über Projekte externer Anbieter, die sich an die Schulen richten. Diese Dienstleistung ist von der Startseite von feelok aus direkt zugänglich und wurde in 7 Monaten insgesamt 2'865 Mal beansprucht.

Das Spiel «Schiffe versenken»

«Schiffe versenken» (S. 36) läuft seit Juli 2008 und wurde in 5 Monaten 3'538 Mal gespielt. 399 Spieler haben ihre Angaben gespeichert. Von diesen Spielern (es handelt sich um Jugendliche, die gegen den Computer gewonnen haben) wissen wir, dass sie im Durchschnitt 43.6 Fragen richtig und 22.2 Fragen falsch beantwortet haben und dass ihr Spiel im Durchschnitt 23 Minuten und 35 Sekunden dauerte.

Portrait-Filme

Die Videoclips von Body Talk (vgl. S. 32) sind seit April 2008 auf feelok zugänglich und wurden seit damals insgesamt 8'976 Mal angeschaut. Zudem können Lehrpersonen didaktische Unterlagen herunterladen, um das Videomaterial mit den Schülern/innen zu bearbeiten. Das dazugehörige Handbuch wurde 12'501 Mal herunter geladen.

Zwischen dem 11. Dezember 08 und 5. Januar 09 hat eine kleine Evaluation der Body Talk-Videoclips stattgefunden. Basierend auf einem Sample von 890 Videoanschauungen wissen wir, welche Clips am häufigsten angesehen wurden. Es war das Video von Miriam («Wir gehören alle zusammen») (13.6%) und von Daniela («Bin ich grusig?») (10%). Alle anderen Videos wurden von 6% bis 9% der Besucher/innen der Sektion von Body Talk angeschaut. Tab. 11 zeigt die Details. Unter www.feelok.ch/bodytalk können die in der Tabelle namentlich erwähnten Clips gefunden werden.

Tab. 11: Häufigkeit in N und % der angeschauten Videoclips von Bodytalk zwischen dem 11.12.08 und dem 5.1.09

	N	%
Miriam - Wir gehören alle zusammen	121	13.6
Daniela - Bin ich gruusig?	89	10.0
Nadine - Ich hatte mehr Angst zur Schule zu gehen als ö	80	9.0
Luca - Das erste Mal: wie beim Autorennenö	75	8.4
Simon - Ich habe mich zufrieden gefressen	74	8.3
Lust und Schutz (thematischer Clip)	74	8.3
Alice - Rappen	72	8.1
Rauchen, Kiffen, Saufen (thematischer Clip)	68	7.6
Tamara - In welcher Klasse bin ich da eigentlich?	64	7.2
Essen, Stressen, Bewegen (thematischer Clip)	64	7.2
David - Die denken und fühlen so wie ich	56	6.3
Can - als kleiner Ausländer musst du deinen Stolz zeigen	53	6.0

Das Handbuch von feelok

Das neue Handbuch von feelok (siehe S. 34) wurde im Juni 2008 veröffentlicht. In 7 Monaten wurde es insgesamt 5'178 Mal herunter geladen. Es steht in zwei Formaten zur Verfügung: PDF und Word. Das PDF-Format wurde häufiger herunter geladen (87.5%). Das Handbuch gibt es zudem in einer schweizerischen und österreichischen Version. Die schweizerische Version wurde 4'421 Mal herunter geladen (85.3%). Die österreichische Version, die erst ab September 2008 zugänglich war, wurde 757 Mal herunter geladen (14.6%).

Das Profil der feelok-Besucher/innen

Da feelok ohne Anmeldevorgang besucht wird, haben wir keine automatische Erfassung des Profils der User/innen. Hinweise darüber wer feelok benutzt, haben wir von den Tests, die soziodemographische Angaben benötigen, um eine Rückmeldung zu generieren.

Profilidentifizierung aufgrund der Ergebnisse des Bewegungs- und Sporttests von feelok

Besonders wertvoll sind die Angaben des Bewegungs- und Sporttests von feelok⁵. Wenn man nur jene Besucher/innen berücksichtigt, die explizit auf «Ich beantworte die Fragen korrekt» geklickt haben, ergibt sich, dass zwischen dem 30. August 2006 und dem 30. August 2008 der Test 6'777 Mal vollständig ausgefüllt wurde.

- Der jüngste Beantwortende war 6 und der Älteste 70 Jahre alt (Durchschnittsalter: 18.27 Jahre | Median: 15 Jahre | Standardabweichung: 9 Jahre | **79.4% zwischen 12 und 19 Jahren**).
- 58.3% waren Frauen und
- 73.5% kamen aus der Schweiz (19.9% aus Österreich).

Bei der weiteren Datenanalyse wurden nur die Angaben der Beantwortenden berücksichtigt, die zwischen 12 und 19 Jahre alt sind. Diese Stichprobe (N=4'502) lässt sich folgendermassen charakterisieren:

- Das Durchschnittsalter beträgt 14.9 Jahre (Median: 15 Jahre | Standardabweichung: 1,67 Jahre), siehe die Abb. 6

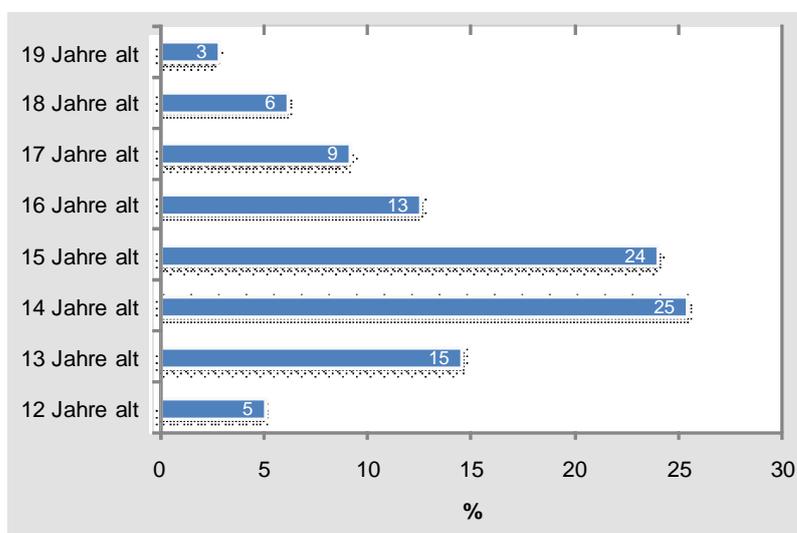


Abb. 6: Der Bewegungs- und Sporttest | Altersverteilung der Beantwortende n in % (N=4'502)

- 58.5% der Beantwortenden sind junge Frauen bzw. Mädchen.
- 73% kommen aus der Schweiz, 22% aus Österreich, 4% aus Deutschland und 1% aus Lichtenstein.
- In Bezug auf die Schweiz (N=3'301) kommen 29.2% der Beantwortenden aus dem Kanton Zürich; danach folgen die Kantone (der Reihe nach): Sankt Gallen (11.1%), Bern (8.9%), Fribourg (7.3%) und Aargau (6.5%). Von 11% der Schweizer Beantwortenden haben wir keine Angaben. Abb. 7 zeigt die Details.

⁵ Der Test befindet sich unter www.feelok.ch/bewsport.htm, auf «Teste dich: bist du ein Gemüthlicher oder ein sportlicher Typ?» klicken.

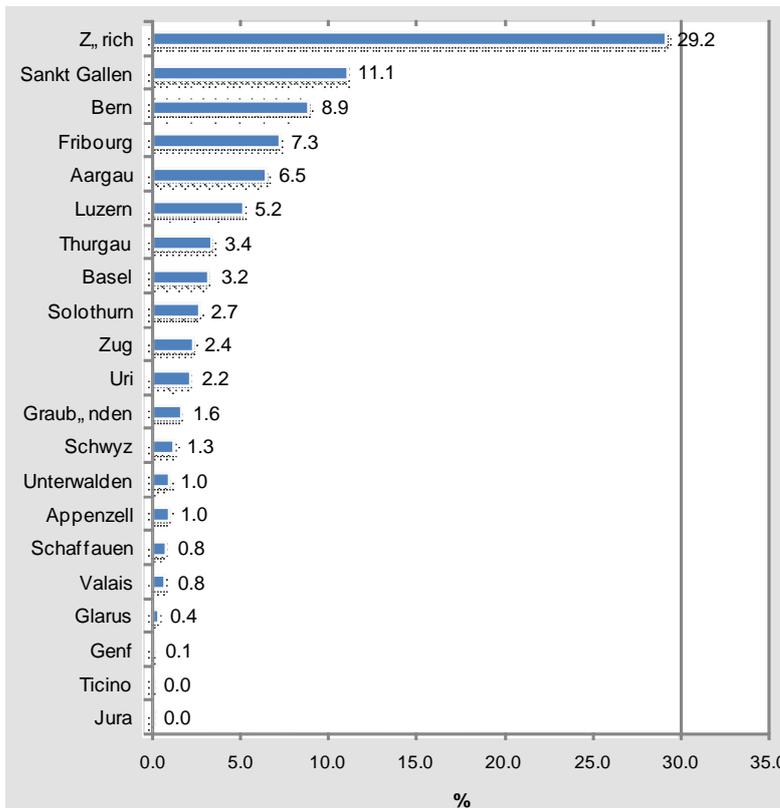


Abb. 7: Der Bewegungs- und Sporttest | Kantonale Verteilung der Beantwortenden in % (N=3'301)

- In Österreich (N=970) kommen 29.9% der Beantwortenden aus Steiermark, 19.6% aus Tirol, 12.3% aus Niederösterreich, 10% aus Kärnten und 6.9% aus Burgenland. Von 6.9% der Beantwortenden aus Österreich haben wir keine Angaben. Abb. 8 zeigt die Details.

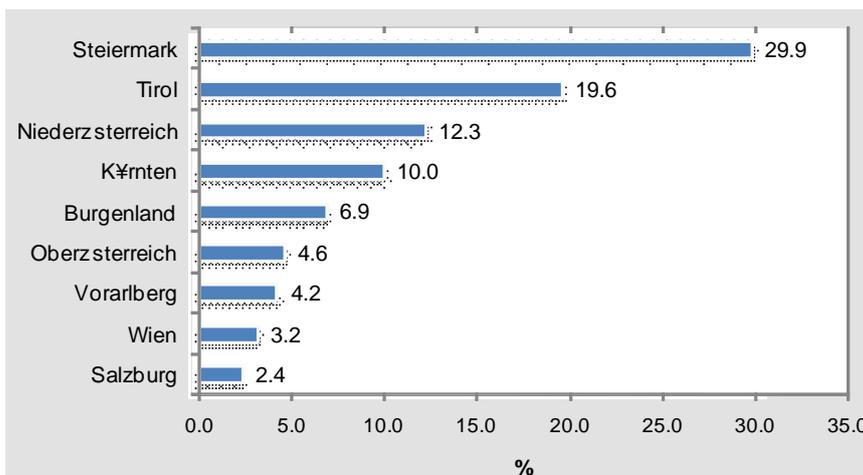


Abb. 8: Der Bewegungs- und Sporttest | Verteilung der Beantwortenden in Österreich in % (N=970)

- In Deutschland (N=158) kommen 20.3% aus Nordrhein-Westfalen, 17.1% aus Bayern, 12% aus Niedersachsen, 9.5% aus Hamburg sowie aus Baden-Württemberg, 8.9%

aus Hessen, 5.1% aus Mecklenburg-Vorpommern, 3.2% aus Berlin, je 2.5% aus Schleswig-Holstein und aus Rheinland-Pfalz und schliesslich 1.3% aus Thüringen und Bremen. Von 7% der deutschen Beantwortenden fehlen die Angaben.

- Von den 4'502 Beantwortenden besucht die Mehrzahl die Sekundarstufe (7. bis 9. Klasse | 46.3%). 20.4% besucht das Gymnasium, 13.2% die Berufsschule, 10.1% eine nicht definierte Schule und 5.1% das 10. Schuljahr. Von 1.2% der Beantwortenden haben wir keine Angaben. Abb. 9 zeigt die Details.

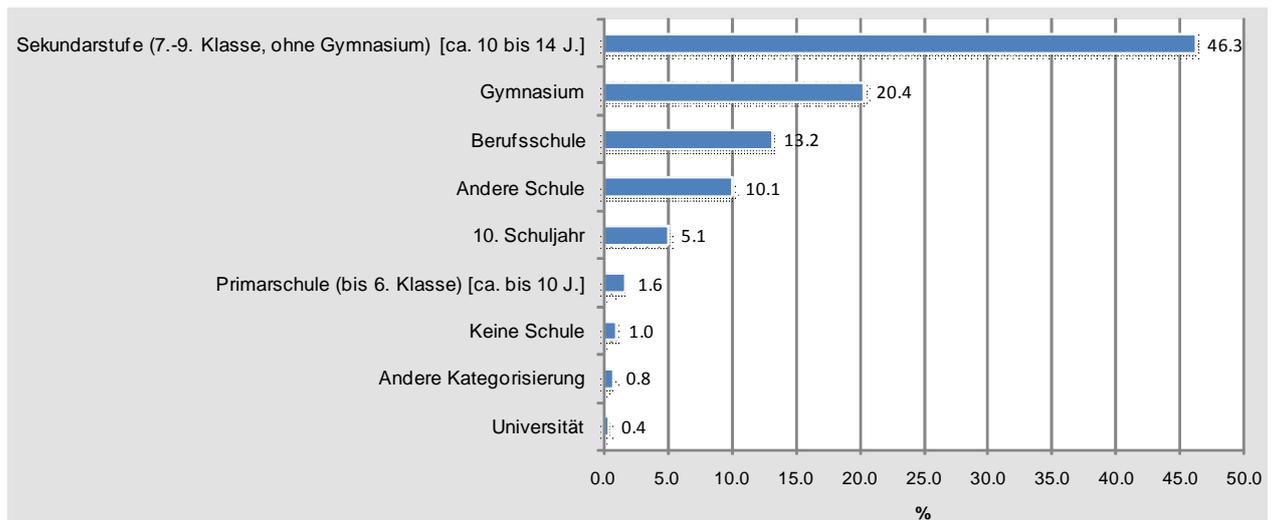


Abb. 9: Der Bewegungs- und Sporttest | Verteilung der Beantwortenden auf die besuchten Schultypen in % (N=4'502)

Profilidentifizierung aufgrund der Ergebnisse des Interessenkompasses von Egloff

Eine andere wertvolle Quelle, um die Identität der Besucher/innen zu identifizieren ist der Interessenkompass von Egloff, mit dem die Jugendlichen herausfinden können, welche Berufe zu ihnen passen und der sich unter www.feelok.ch/job.htm befindet.

Der **Interessenkompass** läuft seit Juni 2007. Aufgrund der erfassten Daten (N=8'032) zeigt sich, dass 88% der User zwischen 12 und 19 Jahren alt sind und 54% dem weiblichen Geschlecht angehören.

Wenn nur die Jugendlichen aus der Schweiz untersucht werden, stellt man fest, dass fast die Hälfte die Sekundarstufe I besucht. Danach folgen (der Reihe nach) die Schüler/innen aus dem Gymnasium und aus dem 10. Schuljahr. Abb. 10 zeigt die Details.

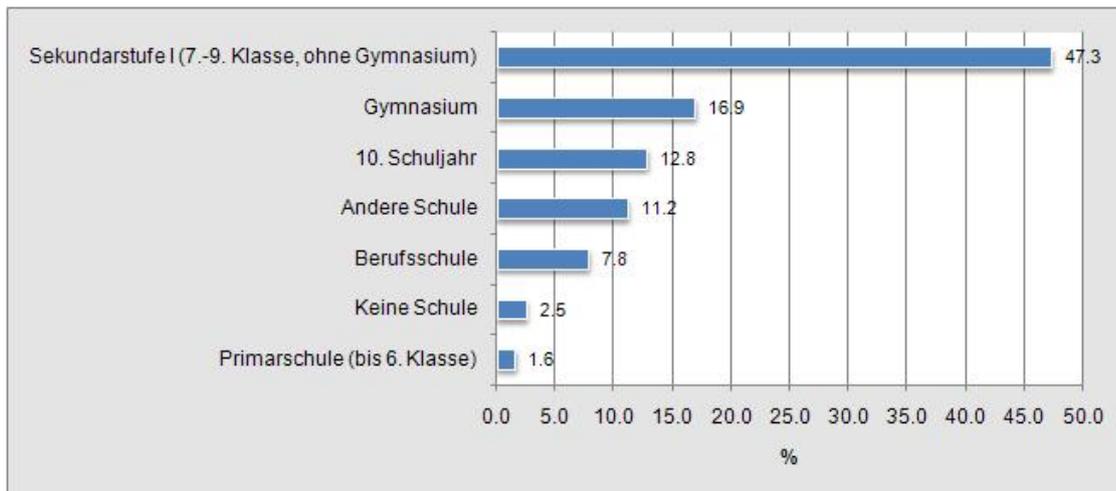


Abb. 10: Der Interessenkompass | Verteilung der Beantwortenden auf die besuchten Schultypen in der Schweiz in % (N=4'859)

Wenn nur die Jugendlichen aus Österreich untersucht werden, zeigt sich, dass fast die Hälfte die Hauptschule (5.-8.Schulstufe) besucht. Abb. 11 zeigt die Details.

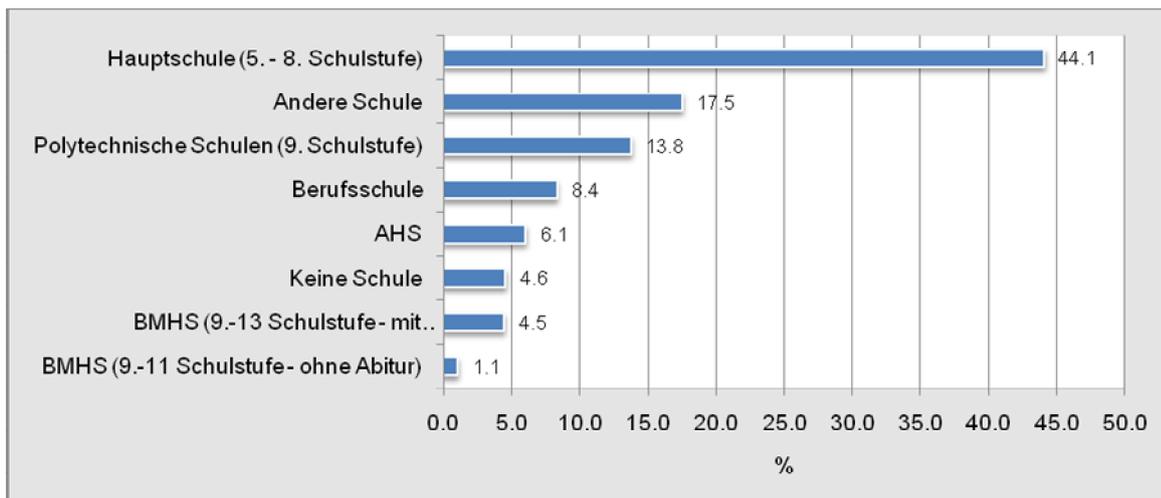


Abb. 11: Der Interessenkompass | Verteilung der Beantwortende auf die besuchten Schultypen in Österreich in % (N=2622)

Wenn nur die Jugendlichen aus der Schweiz untersucht werden, zeigt sich, dass die Mehrzahl aus den Kantonen Zürich, Aargau, Bern, Luzern, Sankt Gallen und Basel Land kommen. Die anderen Besucher/innen verteilen sich auf die restlichen Kantone. Abb. 12 zeigt die Details.

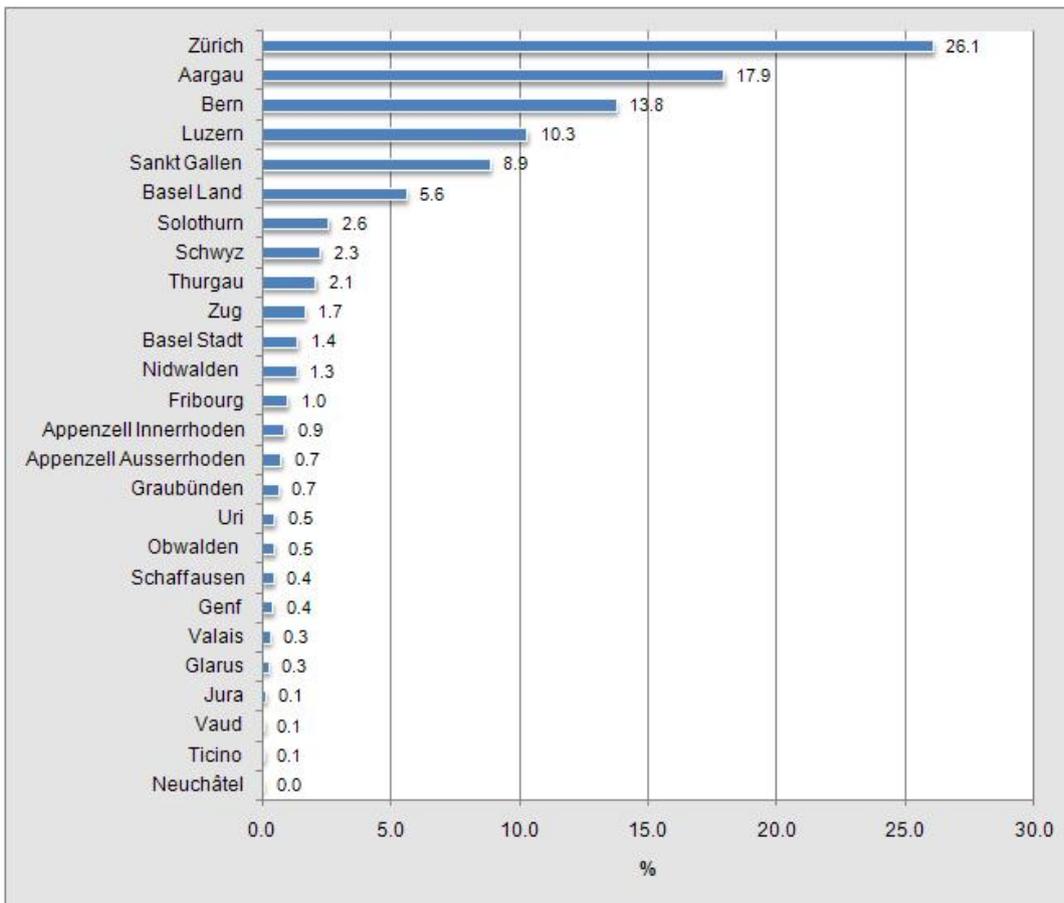


Abb. 12: Der Interessenkompass | Kantonale Verteilung der Beantwortenden in % (N=33 40)

Wenn nur die Jugendlichen aus Österreich untersucht werden, bringt man in Erfahrung, dass die Mehrzahl aus den Bundesländern Steiermark, Niederösterreich, Tirol, Wien und Kärnten kommen. Nächste Abbildung zeigt die Details

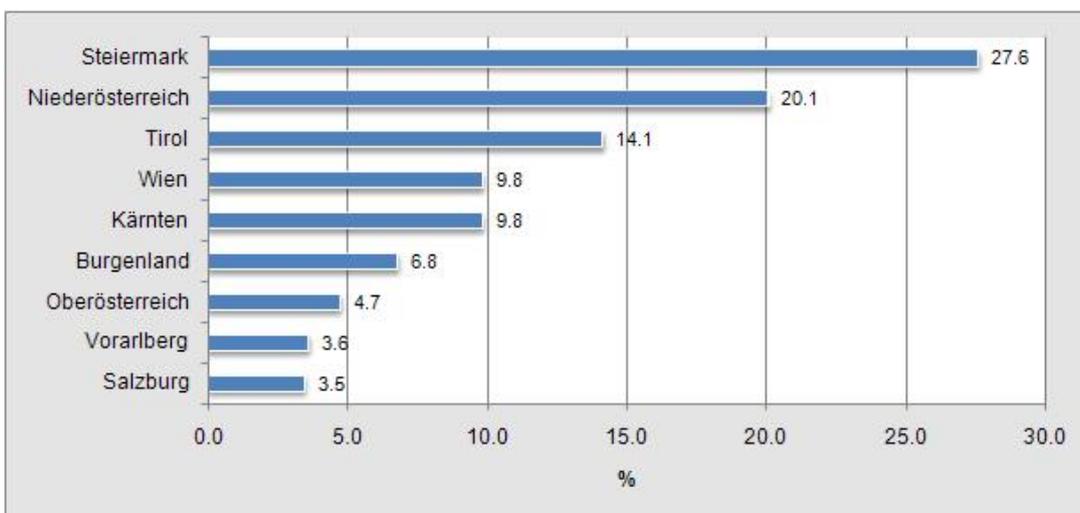


Abb. 13: Der Interessenkompass | Verteilung der Beantwortenden in Österreich in % (N=1'415)

Wenn nur die Jugendlichen aus Deutschland untersucht werden, erfährt man, dass fast die Hälfte aus Nordrhein-Westfalen kommt. Abb. 14 zeigt die Details.

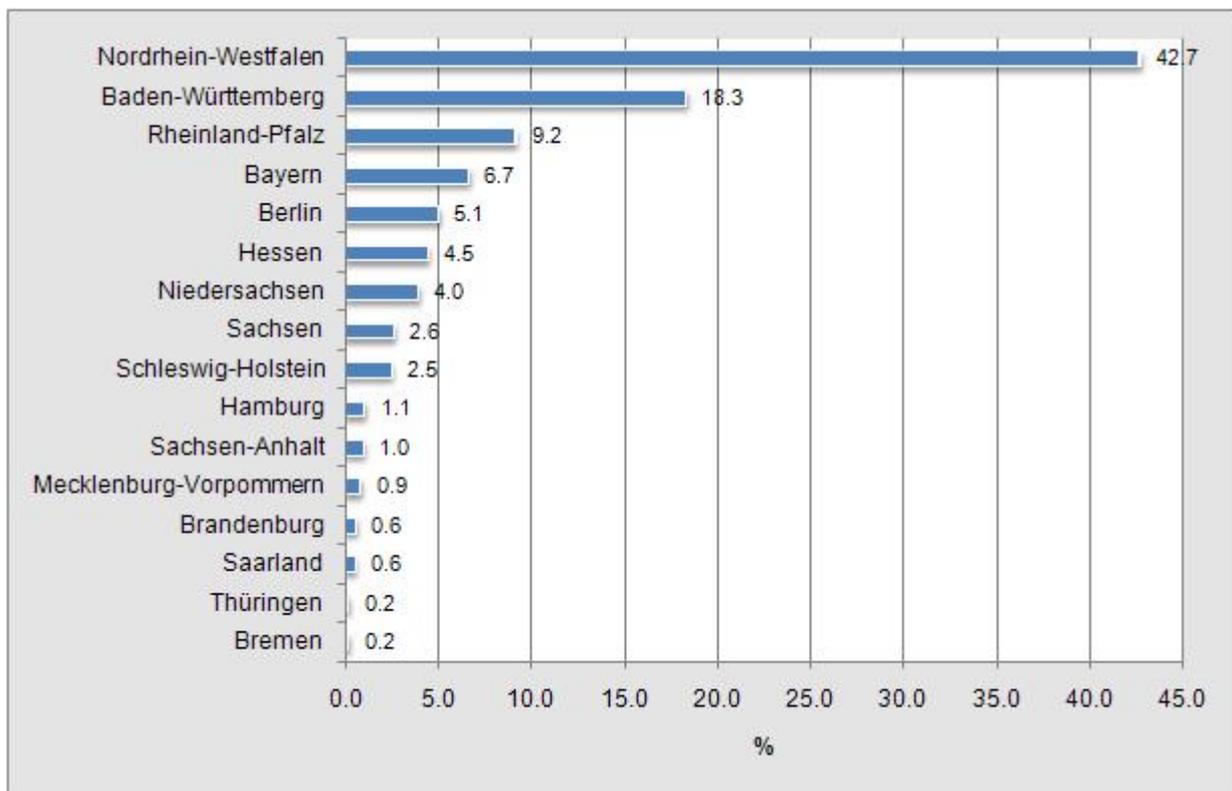


Abb. 14: Der Interessenkompass | Verteilung der Beantwortenden in Deutschland in % (N=2'352)



Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass die Mehrzahl (rund 4/5) der Besucher/innen von feelok zwischen 12 und 19 Jahren alt sind, etwas mehr Mädchen als Knaben die Website besuchen (etwa 55% und 45%) und dass ein beträchtlicher Anteil die Sekundarstufe 1 bzw. die Hauptschule besucht.

Die Datenbanken von feelok

In der Website «feelok» sind 5 Datenbanken integriert, die im Folgenden kurz beschrieben werden.

Die Datenbank «feelok»

feelok besteht aus 11 Themen (=Programme) und jedes Thema ist in Unterthemen gegliedert (=Module). Zum Beispiel besteht das Stressprogramm aus elf Modulen (eines davon heisst «Vom Unterricht profitieren und Prüfungsstress mildern», siehe S.17). Jedes Modul besteht wiederum aus mehreren Rubriken, die Informationen über das ausgewählte Unterthema vermitteln.

Insgesamt verfügt feelok über

- 11 Programme,
 - 54 Module und
 - 487 Rubriken,

die in der Datenbank von feelok im Access-Format gespeichert sind. 399 Rubriken werden von den schweizerischen Partnern und 88 Rubriken werden von österreichischen Partnern verwaltet.

Im Jahr 2008 wurden die Inhalte der Programme zu den Themen Alkohol, Arbeit, Cannabis, Liebe und Sexualität, Rauchen, Stress und Suizidalität aktualisiert. Ganz herzlichen Dank an den inhaltlichen Partner für die Zusammenarbeit!

Rundbriefabonnenten

Im Jahr 2008 wurden insgesamt 6 Rundbriefe versandt. Seit der Lancierung dieser Dienstleistung haben sich 823 an feelok Interessierte für den Rundbrief unter www.feelok.ch/newsletter angemeldet. Die Mehrzahl der Empfänger sind zwischen 38 und 56 Jahre alt (siehe Abb. 15) und 54% sind Frauen.

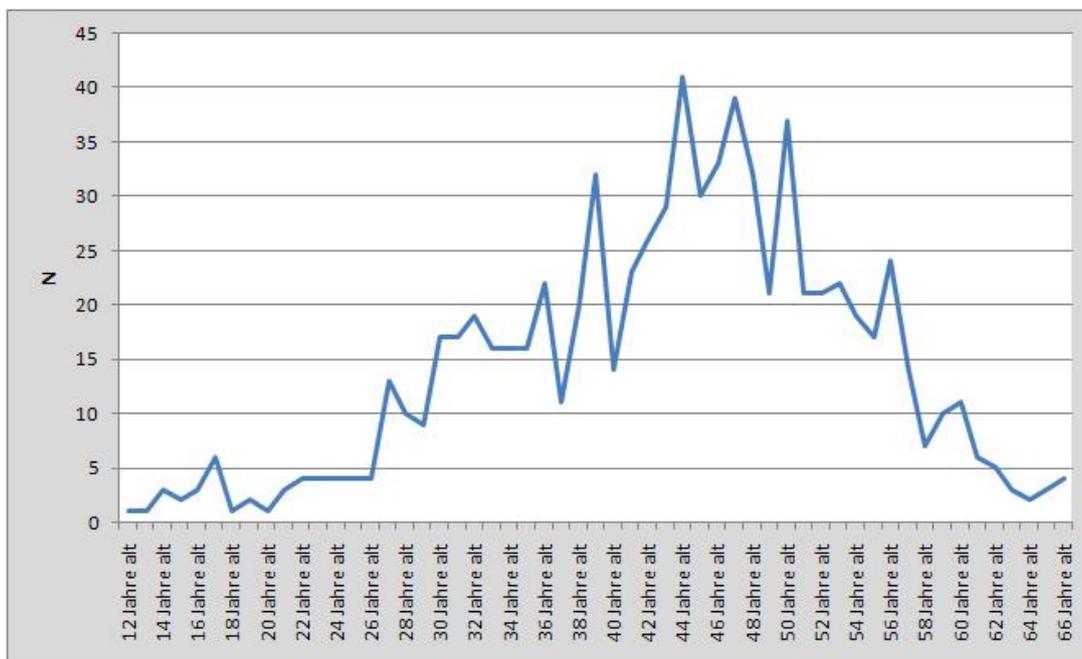


Abb. 15: Altersverteilung von jenen, die sich für den Rundbrief von feelok registriert haben

Von 803 Registrierten wissen wir, dass 31% als Lehrpersonen, 11% als Berater/innen und 11% als Fachpersonen im Bereich Suchtprävention oder Gesundheitsförderung tätig sind. Abb. 16 zeigt die Details.

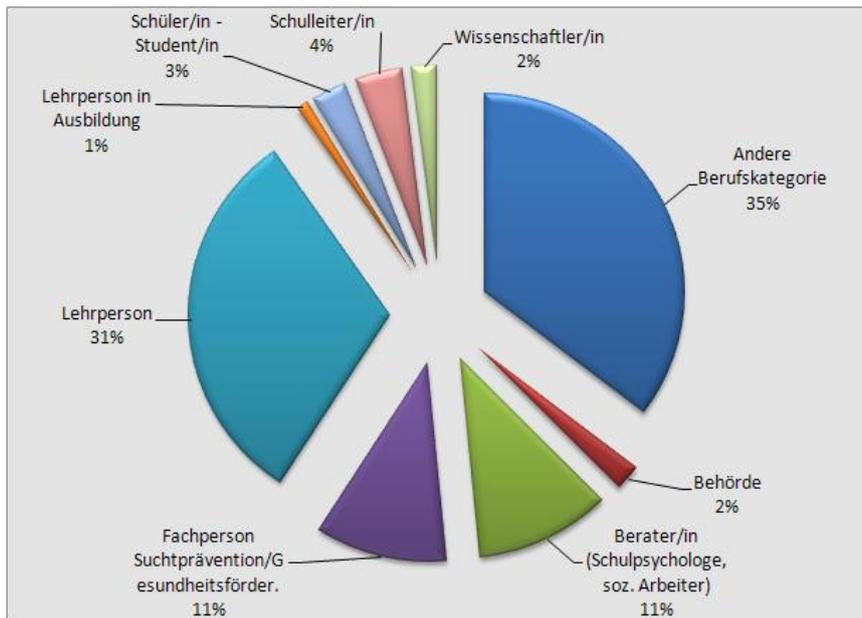


Abb. 16: Beruf der Rundbrief-Registrierten in % (N=803)

Fast ein Drittel der Rundbrief-Registrierten in der Schweiz kommt aus dem Kanton Zürich, danach folgen die Kantone Bern, Luzern, Sankt Gallen und Aargau (Abb. 17).

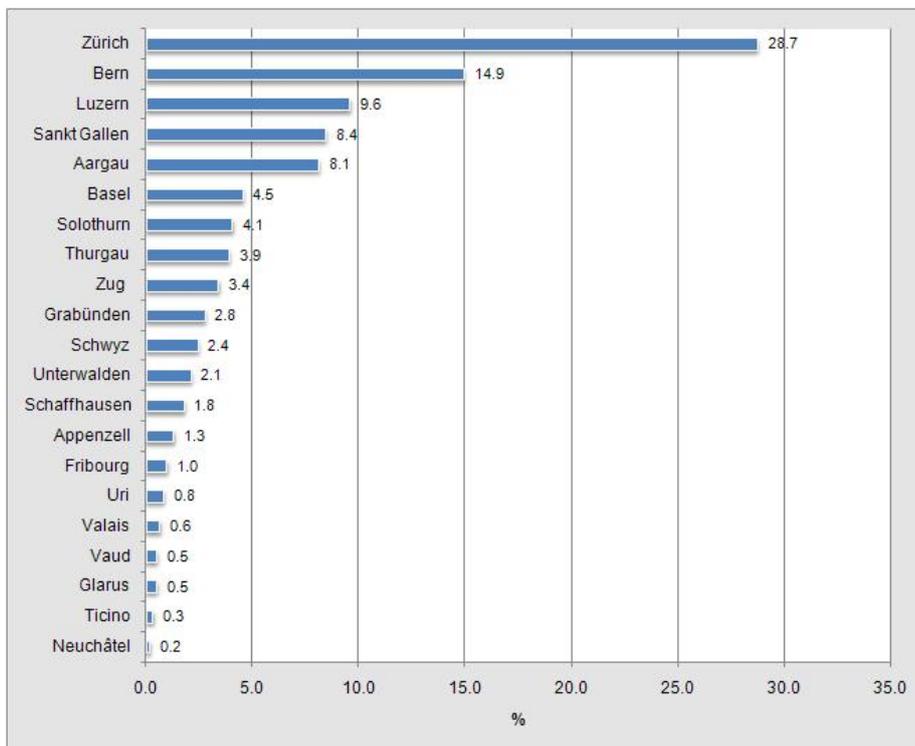


Abb. 17: Geographische Verteilung der Rundbrief-Registrierten in der Schweiz in % (N=616)

Fast ein Drittel der Rundbrief-Registrierten in Österreich kommt aus Steiermark, danach folgen die Bundesländer Kärnten, Niederösterreich und Salzburg (Abb. 18).

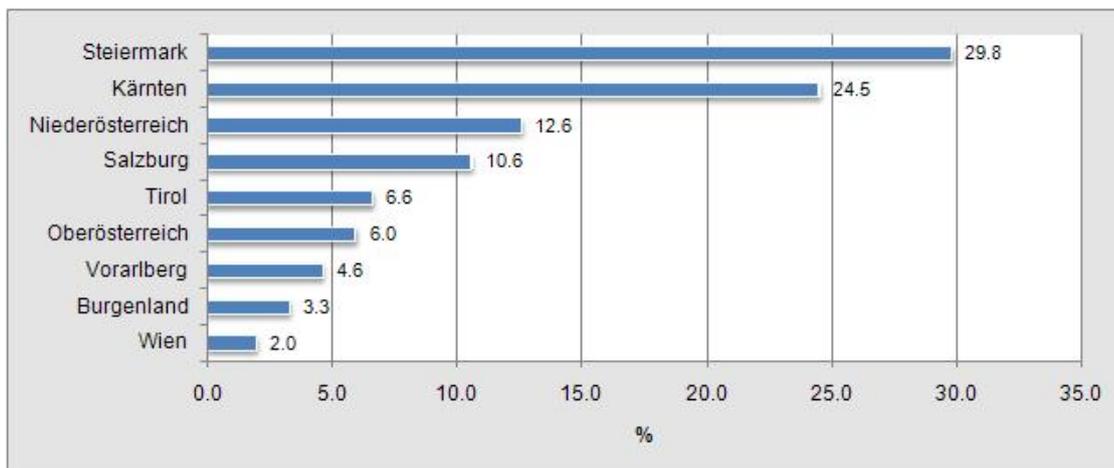


Abb. 18: Geografische Verteilung der Rundbrief-Registrierten in Österreich in % (N=151)

Die Fachstellendatenbank

Seit dem Jahr 2005 ist Styria Vitalis als Koordinationsinstanz mit ihren lokalen Partner aus den Bundesländern für die Verwaltung der Fachstellendatenbank in Österreich zuständig. In der Schweiz verwaltet die Universität Zürich und Infoklick (tschau.ch) die Fachstellendatenbank gemeinsam. Die Abfragemaske für die Datenbank erscheint also nicht nur unter feelok, sondern auch unter www.tschau.ch.

Ende 2008 beinhaltet die Fachstellendatenbank Angaben über 674 Beratungsstellen: 487 aus Österreich, 150 aus der Schweiz. Die übrigen stammen aus Deutschland, Lichtenstein und aus anderen Ländern. Die Fachstellendatenbank befindet sich auf der Startseite von feelok unter «persönliche Beratung».

Abb. 19 zeigt die geographische Verteilung der gespeicherten Beratungsstellen in Österreich.

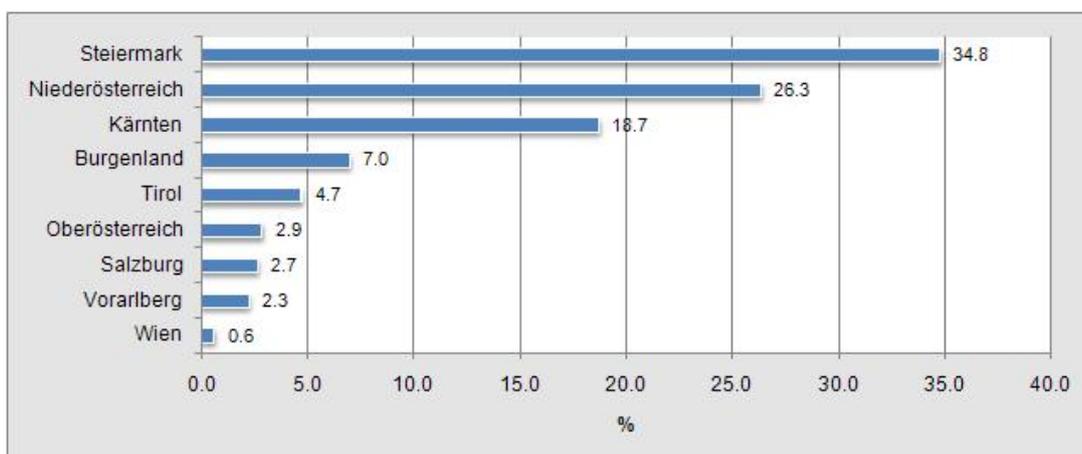


Abb. 19: Geographische Verteilung der in der feelok-Datenbank gespeicherten österreichischen Beratungsstellen in % (N=487)

Abb. 20 zeigt die geografische Verteilung der gespeicherten Beratungsstellen in der Schweiz.

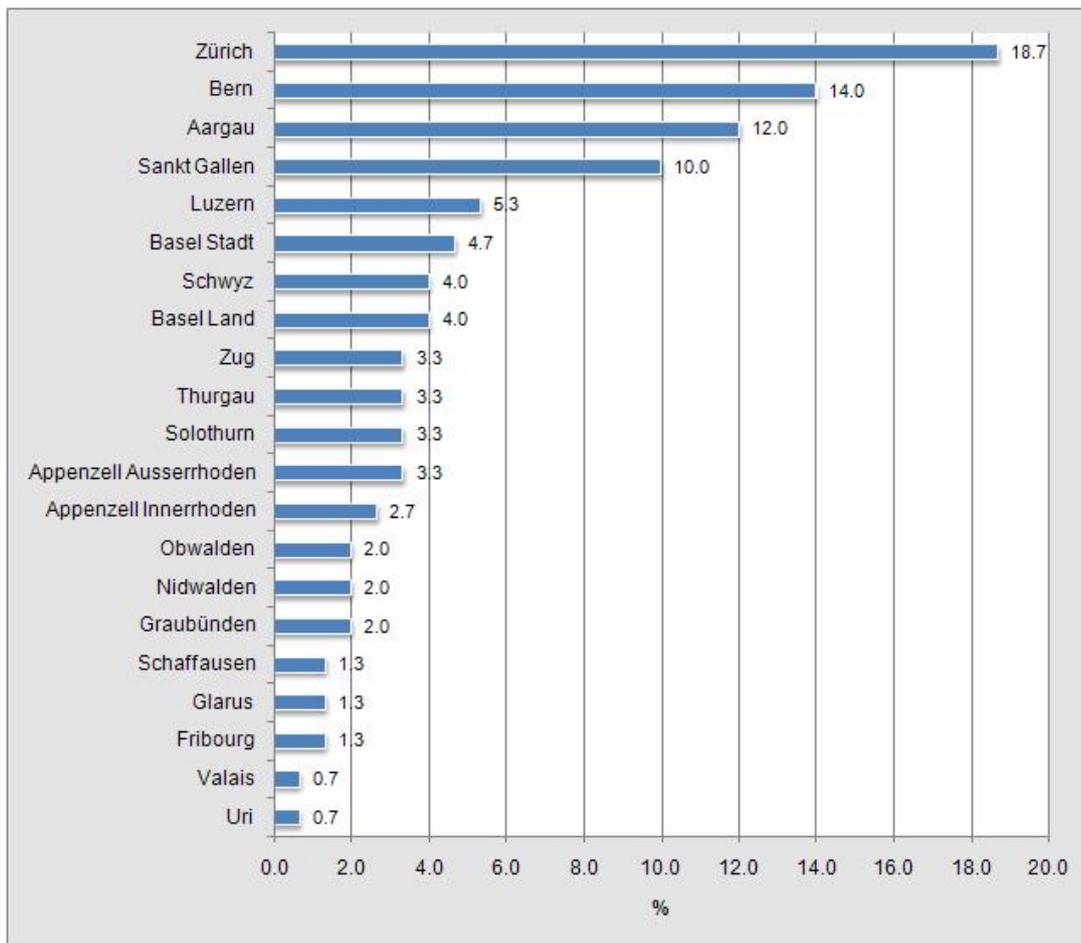


Abb. 20: Geographische Verteilung der gespeicherten schweizerischen Beratungsstellen in der Datenbank von feelok in % (N=149)

Die Sportvereindatenbank

Die Sportvereindatenbank ist ein gemeinsames Projekt von feelok (Universität Zürich) und Jugend+Sport (Bundesamt für Sport). Sie beinhaltet Ende 2008 Angaben über 5'440 Sportvereine, was bedeutet, dass 61% der J+S-Sportvereine vertreten sind. 76.2% der registrierten Sportvereine befinden sich im deutschsprachigen, 19.6% im französischsprachigen und 4.2% im italienischsprachigen Raum.

Seit Mitte 2008 können Sportverein-Verantwortliche selbständig einen Sportclub in der Datenbank registrieren, sofern er eine Reihe von Voraussetzungen erfüllt. In den ersten 6 Monaten wurden so 38 neue Sportvereine aufgenommen, 7 davon gehören nicht zu Jugend+Sport.

Die Sportvereindatenbank befindet sich unter www.feelok.ch/sport.htm Link: «Die Sportverein-Datenbank».

Die Projektdatenbank

Seit Mai 2008 können Projektverantwortliche externer Institutionen feelok als Plattform verwenden, um eigene Projekte im schulischen Setting bekannt zu machen. Die Projektdatenbank befindet sich auf der Startseite von feelok unter «Projekte für die Schule». Mehr Informationen auf S. 35.

Neue öffentliche Dienstleistungen von feelok im Jahr 2008

Im Folgenden werden die neuen Module, Funktionen und Dienstleistungen von feelok vorgestellt, die im Jahr 2008 lanciert wurden.

Das neue Sportprogramm von feelok in Zusammenarbeit mit Jugend+Sport

Noch attraktiver wurde feelok Anfang 2008, als das neue Sportprogramm lanciert wurde. Das Sportprogramm von feelok ist die Internetplattform von «Jugend+Sport», welche das Ziel verfolgt, die Jugendlichen in ihren sportlichen Aktivitäten zu unterstützen und zu fördern. Das Sportprogramm besteht aus drei Elementen: dem Sportarten-Kompass, Videoclips über die Sportarten und Sportvereindatenbank.

- Mit dem **Sportarten-Kompass** können die Jugendlichen herausfinden, welche Sportarten aufgrund ihres persönlichen Profils für sie besonders geeignet sind.

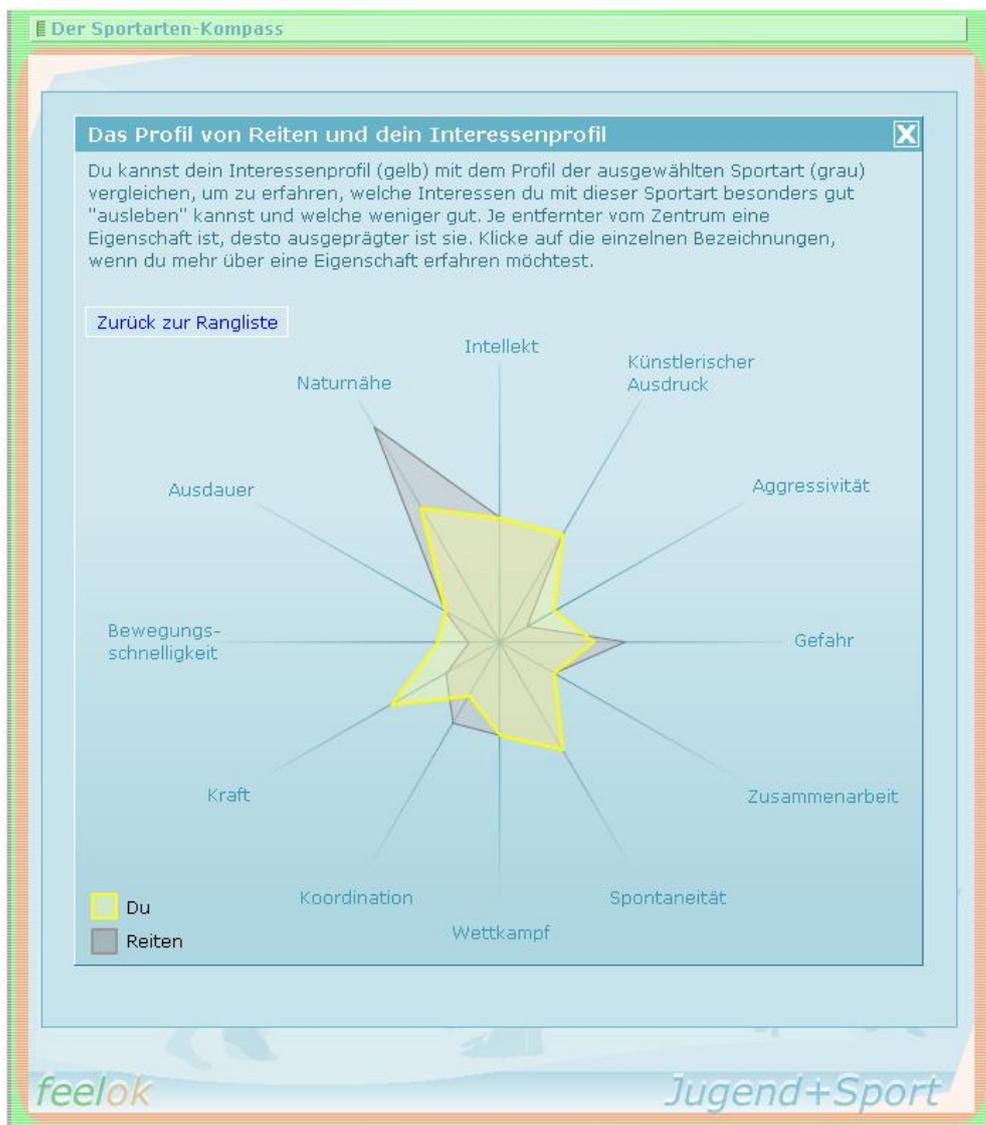


Abb. 21: Beispiel einer Auswertung des Sportartenkompass von feelok und Jugend+Sport

- In **Videoclips** wird jede Sportart von Jugend+Sport vorgestellt. Mit einem kurzen Film, indem u. a. Jugendliche über ihre Sportart berichten, wird gezeigt, was hinter der Sportart steckt.
Ende 2008 hat das Sportprogramm Videomaterial über folgende 29 Sportarten angeboten: Badminton, Baseball (Softball), Basketball, Eishockey, Eiskunstlauf, Eistanz, Fechten, Fussball, Geräteturnen, Handball, Judo, Karate, Korbball, Landhockey, Orientierungslauf, Radsport Mountainbike und Strasse, Rudern, Schwimmen, Segeln, Skifahren, Skilanglauf, Snowboard, Speedskating, Squash, Synchronized Skating, Tischtennis und Triathlon.

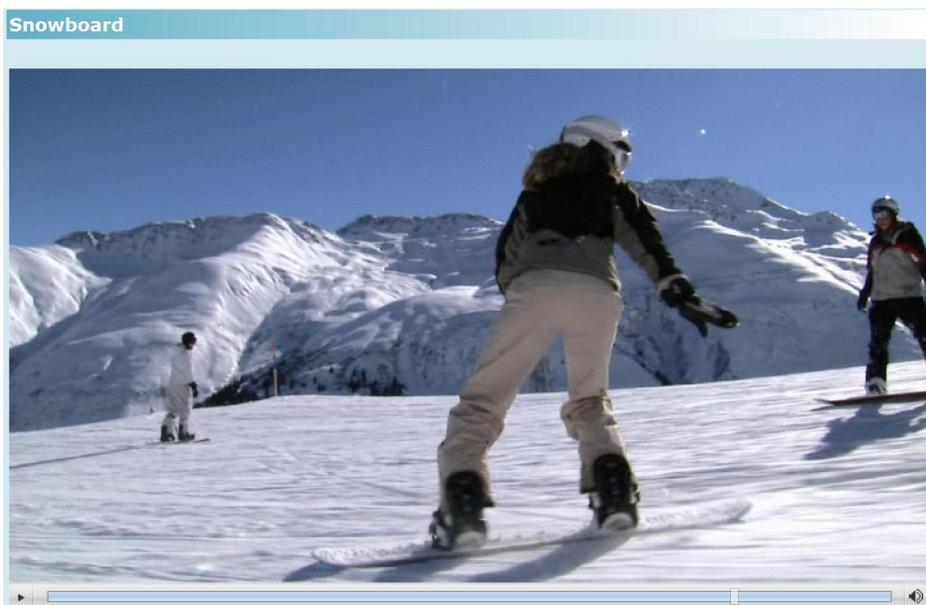


Abb. 22: Die Videoclips von Jugend + Sport i n feelok. Die Clips können auch unter www.jugendundsport.ch angeschaut werden.

- Damit Jugendliche, die sich für eine (neue) Sportart interessieren, diese auch ausprobieren können, wurde die **Sportvereindatenbank** geschaffen. Sie soll den Jugendlichen helfen, einen passenden Verein in ihrer Nähe zu finden. Die französische Version der Sportvereindatenbank von feelok ist unter www.ciao.ch und die italienische Version unter www.ti.ch/infogiovani zu finden.

Sportvereine					
	Mehr	Sportverein	Sportart/en	Adresse	Kt
1		Judo-Club Delémont	Aikido Karate Ju-Jitsu Judo	Blancherie 2 2800 Delémont	JU
2		Kung-Fu To'a	Karate	case postal ... 2900 Porrentruy	JU
3		Shin-Tai Karaté-Do	Karate	Ruelle de l'... 2800 Delémont	JU

[Zurück](#)

Jugend+Sport

Abb. 23: Beispiel einer Selektion aus der Sportvereindatenbank von Jugend+Sport

Mit dem neuen Sportprogramm wird angestrebt, Wissenschaftlichkeit (der Kompass) mit Informationen und Emotionen (den Videoclips) sowie mit praktischen, nützlichen Instrumenten (die Sportvereindatenbank) zu verknüpfen.

An dieser Stelle möchten wir folgenden Personen ganz herzlich für ihr Engagement danken: dem Projektleiter des Sportprogramms Alain Dössegger, dem Chef von Jugend+Sport Martin Jeker und dem Leiter des Ressorts Bewegung und Gesundheit Brian Martin. Für die Entwicklung der einzelnen Dienstleistungen herzlichen Dank auch an Stephan Toggweiler und Jürg Schmid (Kompass), David Egli, Matthias Zurbriggen und Christiane Beuchat (Clips und Datenbank). Für die Entwicklung der Sportvereindatenbank möchte wir uns herzlich bei allen J+S-Coachs bedanken, die Angaben über ihren Sportverein eingegeben haben. Ohne die Unterstützung und Zusammenarbeit aller erwähnten Personen und Institutionen wäre es nicht möglich gewesen, dieses Projekt zu realisieren.

Das Sportprogramm kann unter www.feelok.ch/sport.htm besucht werden. Statistische Angaben sind auf S.14 zu finden.

Sport et mouvement - ein neues Thema von ciao.ch

Das neue Sportprogramm von Jugend+Sport, das seit Januar 2008 unter www.feelok.ch zugänglich ist, läuft seit April 2008 auch auf Französisch auf www.ciao.ch.

Zurzeit verfügbar auf Französisch sind die Tipps für Gemütliche, die Sportvereindatenbank und der Sportarten-Kompass.

Wir freuen uns sehr auf diese gelungene und stetig wachsende Zusammenarbeit, die uns erlaubt, die Sprachbarrieren zu überwinden. Ganz herzlichen Dank an dieser Stelle dem Projektteam von ciao.ch: Béatrice Salla, Christine Panchaud, Erika Portay und Vincent Girardin. Herzlichen Dank auch an Brian Martin, Martin Jeker und Alain Dössegger für ihre Unterstützung.

Das neue Sportprogramm "rubrique Sport et mouvement" ist unter der Adresse <http://www.ciao.ch/f/sport-et-mouvement> zugänglich.

Die Portrait-Filme von Body Talk

feelok wurde in März 2008 mit einer neuen modernen Dienstleistung erweitert. In 9 Portrait-Filmen und 3 Themen-Filmen berichten 5 Mädchen und 4 Jungen über ihre Lebensweise und Erfahrungen während der Pubertät.

Die Filme (Abb. 24) zeigen keine Jugendlichen, die vorbildhaft durchs Leben gehen, mit sich zufrieden sind und einen Körper haben, der ihnen rundum gefällt. Die portraitierten Jugendlichen erzählen von ihrem Wunsch nach Zugehörigkeit zu einer Gruppe, von ihrem Verhältnis zu ihrem Körper und ihrem Umgang mit ihm, ihrer Sexualität, ihren Drogenerlebnissen usw. Sie tun dies offen und authentisch. Es wird deutlich, dass jeder Mensch auf seine individuelle Art versucht, seine Wünsche zu realisieren, seine Probleme zu bewältigen und sein Leben sinnvoll zu gestalten. Auf diesem Weg läuft nicht immer alles glatt und leicht. Es gibt Stolpersteine, Umwege und Sackgassen. Die Portraits zeigen sehr anschaulich, wie sich die Jugendlichen aus den Krisen herausgearbeitet und wie sie mutig und zuversichtlich ihr Leben in die Hand genommen haben.

Die Themen-Filme beschäftigen sich mit folgenden Inhalten: «Lust und Schutz», «Rauchen, Kiffen, Saufen» und «Essen, Stressen, Bewegen».

Die Jugendlichen können sich entweder selbstständig die Portrait- und Themen-Filme anschauen und die damit verbundenen Inhalte mit der Unterstützung von feelok bearbeiten. Oder die Lehr- und anderen Fachpersonen haben die Möglichkeit, die Filme im Unterricht und in Gruppenarbeiten einzusetzen. Dafür gibt es Lektionsvorschläge.

Die Filme mit Namen «Body Talk» wurden von ANNE VOSS FILM produziert. Wir bedanken uns ganz herzlich bei Anne Voss und allen Autoren für die wertvolle Zusammenarbeit! Ebenso bedanken möchten wir uns bei den interviewten Jugendlichen, die mit ihrem Engagement dieses Projekt erst ermöglicht haben.

Die Filme für die Jugendlichen sind unter feelok zu finden (Link: Portrait-Filme) und die didaktischen Materialien für Erwachsenen unter «Portrait-Filme (Pädagogik)». Statistische Angaben sind auf S. 18 zu finden.

ALICE - Ich hab nichts mehr gesehen im Tag

- Über Alice
- Mehr dazu in feelok...
- Untertitel Off
- Impressum
- Bestelladresse
- Unterstützung
- Alle Portrait-Filme

I kämpf mi fürre so schnell wie ne Blitz, dass i es im Griff ha, das checke sogar die jüngste Kids, ja genau, so rockladies wi mi brucht die Schwyz.

Body Talk feelok

Abb. 24: Alice, die Rapperin. Ausschnitt eines von 12 Body Talk-Videoclips

Das neue Handbuch von feelok

Vier Jahre nachdem die erste Auflage des feelok-Handbuchs publiziert wurde, ist endlich die neue Version des Handbuches erschienen. Das neue Handbuch ist aufgrund der Erfahrung mit der ersten Version und in Zusammenarbeit mit zahlreichen Lehrpersonen entstanden. Es ist kompakt (30 Seiten anstatt 200!), klar strukturiert und bietet konkrete Informationen, wie feelok mit den Jugendlichen verwendet werden kann . mit oder ohne Computerinfrastruktur.

In weniger als einer halben Stunde erfährt der Leser/die Leserin die wichtigsten Informationen über das Projekt «feelok» (Kap.1), kann sich über die Themen und Dienstleistungen der Intervention informieren (Kap. 2), wird mit der Navigation und Struktur des Internetprogramms vertraut (Kap. 3) und lernt, wie man überprüfen kann, ob der Computerraum die technischen Voraussetzungen für die Verwendung von «feelok» erfüllt (Kap.4).

Die letzten zwei Kapitel sind besonders interessant. Es werden verschiedene Methoden gezeigt, wie feelok mit den Jugendlichen verwendet werden kann bzw. werden die wichtigsten Highlights der Intervention aufgelistet.

An dieser Stelle möchte ich Tina Hofmann und den zahlreichen Lehrpersonen danken, die mit ihrer Arbeit einen wesentlichen Beitrag zur Erstellung des Handbuches geleistet haben.

Das Handbuch (für die Titelseite siehe Abb. 25) kann unter «www.feelok.ch» Link: «Das Handbuch» kostenlos herunter geladen werden. Statistische Angaben findet man auf S.19.



Abb. 25: das neue Handbuch von feelok - Version 3

Projekte für die Schule - die neue Projektdatenbank von feelok

«Projekte für die Schule» (Abb. 26) ist eine neue Plattform, die Anbieter von Dienstleistungen und Schulverantwortliche miteinander in Verbindung bringt. So funktioniert sie:

- Anbieter von gesundheitsfördernden Interventionen beschreiben ihre Projekte auf feelok.
- Lehrpersonen, Schulleiter/innen und andere Schulverantwortliche können sich in feelok über diese Projekte informieren und mit den Projektverantwortlichen Kontakt aufnehmen, um sie zu realisieren.

Die Projektdatenbank wurde im Mai 2008 in einer ersten Testversion lanciert. Nach zwei Monaten wurde sie schon mehr als 600-mal abgefragt, was uns davon überzeugt hat, das Projekt zu realisieren.

Vielen Dank an alle Projekt-Leiter/innen und Verantwortlichen, die ihre Projekte mit Sorgfalt und Genauigkeit in die Datenbank eingetragen haben. Bis Ende Jahr wurden Angaben über 18 Projekte veröffentlicht. Dazu gehören die Projekte «freelance», «ZNÜNI - MÄÄRT», «Sicherheitskurse auf neuen Mobilitätsformen», «Blue Cocktail Bar», «Moving Lifestyle», «Tacco & Flip», «Menschen wie wir - Eine Ausstellung zum Thema Sucht», «Experiment Nichtrauchen», «Schiftti Freestyle Tour», «Tabak-WebQuest», «Suchtpräventions-Workshops», «Children on the Move: a Project Inventory (COMPI)», «Auf dem Weg zur rauchfreien Schule», «Julex: Das Handbuch für Jugendliche in Basel-Landschaft und Basel-Stadt», «Schulprojekt ABQ», «MindMatters . Förderung psychischer Gesundheit in der Schule», «Fit to Quit. Rauchstopp-Programme für Jugendliche» und «bike2school».

Die Plattform «Projekte für die Schule» finden Sie auf feelok unter dem Link: «Projekte für die Schule» oder direkt unter «www.feelok.ch/pdb.htm». Statistische Angaben sind auf S. 18 zu finden.

Die Projektdatenbank

feelok Zurück

Projekte für die Schule

Zahlreiche Institutionen bieten interessante, nützliche und praxisbezogene Interventionen im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention an. Diese Angebote können die Jugendlichen selbständig anwenden oder Erwachsene mit Jugendlichen in der Schule oder in anderen Lebensbereichen einsetzen. In dieser Datenbank erfahren Sie mehr über diese Projekte.

Auf dem Weg zur rauchfreien Schule

Züri Rauchfrei

Das Rauchfreie-Schule-Konzept ist praxisorientiert und kann den Bedürfnissen und der Situation der Schule angepasst selbstständig umgesetzt werden. Die konsequente Umsetzung der rauchfreien Schule ist eine wirksame Massnahme, den Tabakkonsum von Jugendlichen nachhaltig zu senken. Die vorgeschlagene Methodik eignet sich auch für den Umgang mit anderen Verhaltensproblemen (Cannabis-, Alkoholkonsum, Gewalt, u.a.) sowie als Thema für Schulprogramme. Tabakprävention ist immer auch Cannabisprävention.

[Alle Details...](#)

Blue Cocktail Bar

Blaues Kreuz Prävention + Gesundheitsförderung

Sie wollen Ihren Gästen (noch) etwas anderes als Alkoholika anbieten und finden die 08/15-Varianten Mineral, Cola und Orangensaft langweilig? Sie wollen keine Alterslimiten beachten müssen? Sie wollen, dass Ihre Gäste sicher und gefahrlos wieder nach Hause gelangen? Wir bieten Ihnen eine attraktive und genussvolle Alternative zu alkoholischen Getränken. Unser Sortiment umfasst Dutzende von leckeren Mixgetränken. Vom erfrischenden Durstlöcher über fruchtsaftige Vitaminbomben zu konzentrierten Dessert-Shots ist alles zu haben.

[Alle Details...](#)

Abb. 26: Die Projektdatenbank von feelok

Das neue multithematische Spiel von feelok «Schiffe versenken»

Mit dem multithematischen Spiel «Schiffe versenken» (Abb. 27) bietet feelok seit Ende Juli 08 einen neuen Zugang zu seinen Inhalten an. Spielerisch müssen die jungen Besucher/innen Fragen zu fast allen in feelok behandelten Themen, also zu Alkohol, Arbeit, Bewegung, Cannabis, Ernährung, Rauchen, Sexualität, Selbstvertrauen, Sport und Stress beantworten, um gegen den Computer zu gewinnen. Die Anwendung beinhaltet 170 Fragen mit jeweils 3 Antworten, wobei nur eine korrekt ist. Bei jeder Frage erfahren die Spieler/innen, wo in feelok sie mehr Infos über das jeweilige Thema finden.

Vielen Dank an Gerda Jimmy für die Formulierung aller Fragen und Antworten und an alle Fachpersonen, welche die Korrektheit der Angaben überprüft haben.

Testen Sie das Spiel «Schiffe versenken» auf feelok, Link: das Spiel von feelok oder direkt unter «www.feelok.ch/schiffeversenken». Statistische Angaben sind auf S.18 zu finden.



Abb. 27: Fragen aus dem Spiel von feelok «Schiffe versenken»

Backoffice von feelok

Die Zunahme der Komplexität des Projektes «feelok» führte zur Entwicklung neuer Instrumente für seine Verwaltung. Diese Instrumente erleichtern die zahlreichen organisatorischen und administrativen Aufgaben von feelok erheblich. Anbei werden zwei Instrumente, mit denen das feelok-Team seit 2008 arbeitet, in Kürze beschrieben.

Die Adressdatenbank

Spezifisch auf die Bedürfnisse und Eigenschaften von feelok abgestimmt, wurde eine neue internetbasierte Adresskartei programmiert, die laufend erweitert wird. Mit dieser Datenbank können wir in wenigen Sekunden institutionelle Partner und einzelne Personen mittels folgender Kriterien finden:

- nach Hauptkontaktperson oder Institution (z.B. Nachname)
- nach anderen Ansprechpersonen in der gleichen Institution
- nach Funktion der Institution für feelok (z.B. Implementierung)
- nach Eigenschaften der Institution (z.B. Schule)
- nach Vereinbarung
- nach Finanzierung
- nach Aktionsradius
- nach Thema
- nach Setting
- nach Beschreibung der Institution, Kommentare oder bisher geleisteter Arbeit

Ende 2008 beinhaltetete die Adresskartei Angaben über 256 Institutionen und Personen

The screenshot displays the 'feelok Adresskartei' interface. At the top, the logo 'feelok' is in orange and 'Adresskartei' is in blue. To the right is an icon of a filing cabinet. The main content is organized into several sections, each with a blue header and a 'Aktualisieren' button at the bottom right.

Koordinaten der Institution und Kontaktperson	
Geschlecht	Mann
Höflichkeitsform	Du - Liebe XXX
Titel	Dr. phil., Psychologie, MPH
Nachname, Vorname	Padlina Oliver
Position	feelok-Projektleiter
Institution (ohne Abkürzung)	feelok
Adresse der Institution	Brazil Alpenstrasse 21+23 2532 Magglingen
E-Mail Büro	opadlina@access.uzh.ch
Privatadresse	Im Struppen 21 8048 Zürich
Telefon privat	043 311 96 66
Handy-Nummer	+41 78 862 27 79

Koordinaten anderer Ansprechpartner innerhalb der gleichen Institution mit einer ähnlichen Funktion
Keine Angaben über andere Ansprechpartner

Informationen über die Institution / Kontaktperson und ihre Rolle für feelok

Funktion der Institution für feelok	
Institutionsart	feelok-Team

Aktionsgebiet der Institution / Kontaktperson

Aktionsradius	
Thema	
Setting	

Finanzierung

Kein Sponsor. Hier klicken, um die Sponsor-Optionen zu aktivieren...

Zusätzliche Informationen

Datum der letzten Aktualisierung	24.10.2008 08:12:26
----------------------------------	---------------------

Abb. 28: Datensatz aus der Adresskartei von feelok

Das Projektmanagement -Tool

Ein neues Tool, das ebenfalls im Jahr 2008 lanciert wurde, soll uns helfen, den Überblick über die zahlreichen Aufgaben im Rahmen von feelok Ordnung zu behalten. Ein Zeitplan zeigt, welche Aufgaben wann geplant sind, mit welchen Mitteln sie finanziert werden, wer die verantwortliche Kontaktperson ist und für jede Aufgabe werden die wichtigsten Zwischenschritte aufgelistet. Die Möglichkeit, diese Angaben zu verwalten, besteht selbstverständlich nur für das feelok-Team. Interessierte Leute können sich die Inhalte des Tools ansehen. Sie befinden sich unter www.feelok.ch/v1/db/pm/liste.asp

Massnahmen zur Verbreitung von feelok

Im Jahr 2008 wurden insgesamt **168** Implementierungsmassnahmen von **16** Institutionen mit einem breiten Spektrum in bezüglich ihr Verbreitungspotential für feelok protokolliert. Jede Implementierungsmassnahme aufzulisten, die entweder vom feelok-Team (Universität Zürich) oder von den feelok-Partnern eingesetzt wurde, um die Bekanntmachung und Verwendung der Intervention zu fördern, würde den Rahmen dieses Berichts sprengen. Deshalb beschränken wir uns darauf, die Implementierungsstrategien fünf Kategorien zuzuordnen und in Kürze pro Kategorie einige Massnahmen zu beschreiben. Leser/innen, die sich ein umfassendes Bild über sämtliche getroffenen Massnahmen machen wollen und erfahren möchten, zu welchem Zeitpunkt und von welcher Institution/Person die Massnahme eingesetzt wurde, kann die Seite www.feelok.ch/implementierung/massnahmen.asp besuchen.

Kategorie 1: Die Weiterbildung

Durch die Arbeit mit feelok lernen Lehrpersonen, wie das Programm funktioniert und wie man es mit Schulklassen einsetzen kann. Dies reduziert Berührungängste, die von einem internetbasierten Interventionsprogramm ausgelöst werden können (das einem noch nicht vertraut ist). Ausserdem steigert das Angebot einer Weiterbildung die Wahrscheinlichkeit, dass feelok im schulischen Setting Anwendung findet.

Stattgefundene Implementierungsstrategien sind:

- Workshops in Schulen mit Lehrpersonen und durch Weiterbildungsinstitutionen (z.B. Pädagogische Hochschulen) mit Lehrpersonen
- Workshops mit Beratern/innen (sie können danach feelok in ihrer Fachstelle feelok verwenden)
- Weiterbildung von Multiplikatoren (z.B. Berater/innen, die in Fachstellen tätig sind und Lehrpersonen an Pädagogischen Hochschulen). Die Multiplikatoren übernehmen dann die Aufgabe, andere Lehrpersonen für die Verwendung von feelok zu instruieren.

Kategorie 2: Werbematerialien

Mit Werbematerialien werden Lehrpersonen und Jugendliche über die Existenz und Eigenschaften von feelok informiert.

Verwendete Werbematerialien sind der Mini-Flyer im Visitenkartenformat für Jugendliche, Plakate/Posters und Broschüren für Lehrpersonen. Die Werbematerialien werden immer gezielt eingesetzt, d.h. auf Anfrage versendet oder durch Multiplikatoren (z.B. Kontaktlehrpersonen) verteilt. Im Jahr 2008 wurden 19'800 Visitenkarten und 11'600 Broschüren verteilt.

Kategorie 3: Netzwerke, Projekte und Institutionen

Andere Projekte und Institutionen arbeiten mit den gleichen Multiplikatoren und mit der gleichen Zielgruppe wie feelok. Durch diese Kanäle besteht die Möglichkeit, mit wenigen Ressourcen die Zielgruppe gut zu erreichen. Beispiele sind der Radix-Newsletter oder Abgabe von Flyers am Schtifti-Workshops im Kanton Zürich.

Kategorie 4: Medienarbeit

Als Medienarbeit werden Massnahmen gezählt wie:

- Das Verlinken mit anderen schulischen und extra-schulischen Websites.
- Veröffentlichen von Artikeln über feelok in schulischen und nicht schulischen Zeitschriften, z.B. in der «Gesundheit Sprechstunde».
- Veröffentlichen von Informationen über feelok in schulischen Medien. Dabei handelt es sich z. B. um Bücher, die Lehrpersonen bestellen und mit ihren Schulklassen einsetzen können (z.B. Unterrichtsmaterial «No smoke no power»).

Kategorie 5: Vorträge und Präsentationen

Im Rahmen internationaler und nationaler Anlässe besteht immer wieder die Möglichkeit, feelok vor einem grossen Publikum vorzustellen. Angesprochen werden meistens wissenschaftliche Mitarbeiter/innen, Lehrpersonen und Berater/innen, die in Fachstellen tätig sind. (Siehe dazu auch die Ausführungen zu den Kongressbeiträgen auf S. 43)

Wissenschaftliche Tätigkeit

Die wissenschaftlichen Tätigkeiten von feelok im Jahr 2008 bestehen in der Veröffentlichung einer qualitativen Studie von Tina Hofmann, in 3 Kongressbeiträgen und 2 Publikationen. Zuerst wird die qualitative Studie zusammen gefasst, die man unter www.feelok.ch/v1/start/inhalte/bedarfanalyse vollständig herunterladen kann. In einem zweiten Teil werden die Kongressbeiträge erläutert.

Einsatz von feelok in den Schulen aus der Perspektive der Lehrpersonen - Eine qualitative Analyse

Diese Studie, die auf 13 qualitativen Interviews mit Lehrpersonen basiert, gibt Antwort auf 9 Fragestellungen. Im Folgenden werden die Fragestellungen und Ergebnisse, geordnet nach Themenbereichen, sowie die wichtigsten Schlussfolgerungen zusammenfassend dargestellt.

Die Ergebnisse

- *Fragestellung 1 - Bekanntheit von feelok, Häufigkeit der Verwendung*
Die Mehrzahl der Interviewten verwendet feelok regelmässig mit den eigenen Schulklassen, nämlich im Durchschnitt 8 Mal pro Jahr. Die Hälfte der Interviewten berichtet allerdings, dass nur wenige ihrer Kollegen/innen mit der Anwendung von feelok vertraut sind und dass viele von ihnen feelok gar nicht kennen bzw. nicht verwenden.
- *Fragestellung 2 - Wahl der Themen, Anklang der Themen*
Alle in feelok behandelten Themen werden von den interviewten Lehrpersonen mit ihrer Schulklasse behandelt. Besonders beliebt sind die Themen «Rauchen», «Alkohol», «Cannabis» sowie «Liebe und Sexualität», und dies sowohl bei den Lehrpersonen als auch bei den Jugendlichen.

Grosser Beliebtheit erfreuen sich die zahlreichen Tests und Spiele, weshalb das Angebot an interaktiven Tools in Zukunft ausgebaut werden soll. Das neue Spiel von feelok «Schiffe versenken» geht bereits in diese Richtung.

Inwiefern die Jugendlichen feelok von sich aus wieder besuchen, ist für die Lehrpersonen schwer abzuschätzen. Positiv bewertet wird jedoch die Tatsache, dass die Jugendlichen durch ihre Arbeit mit feelok in der Schule mit der Themenvielfalt des Programms in Kontakt kommen und wissen, wo sie weitere Informationen, auch zu einem anderen Thema erhalten, sollte dies einmal nötig sein.

- *Fragestellung 3 - Didaktische Einsatzmöglichkeiten und Bewertung*
Die Fächer, in denen feelok verwendet wird, sind zahlreich (insgesamt 22). Vor allem im Themenkreis Menschenkunde/Lebenskunde wird mit feelok gearbeitet. Dass feelok in vielen Settings verwendet werden kann, ist eine Stärke des Programms.

Und so wird feelok verwendet: Als Einstieg dient den Lehrpersonen in der Regel ein Spiel oder einen Test. Danach erhalten die Schüler/innen meistens einen Auftrag, den sie auszuführen haben (innerhalb oder ausserhalb des Klassenzimmers), schliesslich findet eine Diskussion statt. Auch wird feelok entweder kollektiv mit der Klasse verwendet oder die Schüler/innen erhalten individuelle Aufträge.

Die Arbeitsblätter als didaktische Möglichkeit, mit feelok zu arbeiten, haben sich bewährt. Sie werden weiterhin in der bestehenden Form angewendet. Zusätzlich soll in den Unterlagen für Lehrpersonen klar kommuniziert werden, dass die Arbeitsblätter entsprechend den Bedürfnissen im Unterricht, individuell angepasst werden können.

- *Fragestellung 4 - Technische Infrastruktur, Möglichkeiten und Grenzen*
Unsere Befunde und auch andere Studien belegen, dass die Schulen in der Deutschschweiz sehr

gut mit Informatikräumen, Internetzugängen im Schulzimmer und im Schulhaus selber ausgerüstet sind. Als problematisch für die Verwendung von feelok werten einige Lehrpersonen, dass die Informatikräume oft überbelegt sind und dass die Schüler/innen überhaupt viel Zeit (zu viel Zeit) am Computer verbringen.

Kontrollsoftware wird selten eingesetzt. Um sicher zu stellen, dass die Schüler/innen mit feelok arbeiten und nicht ausserhalb von feelok surfen, werden jedoch andere Massnahmen getroffen. Viel Kontrolle scheint aber nicht notwendig zu sein: die Erfahrung der Lehrpersonen zeigt, dass die Schüler/innen in der Regel aufmerksam mit feelok arbeiten, ihre Aufträge pflichtbewusst ausführen, und eher selten «wegzappen».

Wichtig vor diesem Hintergrund ist, dass im neuen Handbuch und durch andere Massnahmen (Workshops, Präsentationsunterlagen) aufgezeigt wird, dass feelok auch ausserhalb des Computerraums angewendet werden kann, z.B.. indem den Schüler/innen Aufträge erteilt werden, die sie im Freien, im Schulzimmer oder von zuhause aus erledigen können (Interviews durchführen, Plakate erstellen usw.). Diesbezügliche Empfehlungen wurden im neuen Handbuch aufgenommen.

- *Fragestellung 5 - Sichtbarkeit und Glaubwürdigkeit der Partner*

Die Fachinstitutionen, die für die Glaubwürdigkeit und Aktualität von feelok zuständig sind, werden von den Interviewten, mit wenigen Ausnahmen, nicht wahrgenommen. Im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen die Glaubwürdigkeit des ISPMZ und der Universität Zürich sowie die objektiven, nicht an die Interessen von Organisationen gebundenen Inhalte des Programms, seien sie finanzieller oder ideeller Art.

Um den Fachorganisationen hinter feelok und ihren Angeboten bei den Lehr- und anderen Fachpersonen zu mehr Bekanntheit zu verhelfen, eignet sich die neue Projektdatenbank von feelok, in welche die Organisationen ihre Projekte und Dienstleistungen eingeben können. Die Projektdatenbank ist auf feelok abrufbar, auf «Projekte für die Schule» klicken. Ausserdem besteht für die Partnerorganisationen die Möglichkeit, Informationen via den feelok-Newsletter an Lehr- und andere Fachpersonen zu versenden. Newsletter-Abo und das Archiv sind unter der Rubrik «Rundbrief» zu finden.

- *Fragestellung 6 - Positive und negative Eigenschaften von feelok*

feelok kommt bei den Lehrpersonen sehr gut an. Geschätzt werden die Dichte der Informationen, die Texte, Interaktivität, Aktualität, stufengerechte Information, der wissenschaftliche Hintergrund und das didaktische Prinzip.

Unter den konstruktiven kritischen Rückmeldungen von Lehrpersonen gibt es zahlreiche gute Ideen, wie das Programm optimiert werden kann. Zum Beispiel wurde gesagt, dass vermehrt Erfahrungsberichte von Jugendlichen und von Problemen betroffenen Personen aufgenommen werden sollte. Diese bilden ein hohes Mass an Identifikation. Die Filme «Body Talk», die in der Zwischenzeit in das feelok-Programm integriert worden sind, gehen auf dieses Bedürfnis ein (siehe www.feelok.ch/bodytalk). Weiter wird eine Community Building-Massnahme geprüft, die Jugendlichen und Schulklassen eine zusätzliche Plattform bieten kann. Auch interaktive Funktionen mit unmittelbaren Rückmeldungen werden von den Lehrpersonen sehr geschätzt und vermehrt gewünscht. Dies wird bei der Konzeption und Integration neuer Themen und Ideen berücksichtigt werden. Eine interaktive Neuheit, welche bereits nach diesem Prinzip funktioniert, ist das Spiel von feelok «Schiffe versenken», mit Fragen und Antworten aus dem gesamten feelok-Programm. Auch eine Neuheit, welche vermehrt auf Interaktivität und Vernetzung der User/innen untereinander setzt, ist das neue Rauchprogramm Version 3, welches ab 2011 auf feelok zur Verwendung stehen soll. Das aktuelle Konzept ist auf www.feelok.ch/v1/rauchenV2/arbeitsgruppe/13112008 «Dokument 7» einsehbar.

Themen, die nach der Meinung der Lehrpersonen neu in feelok behandelt werden sollen, sind praktisch deckungsgleich mit den Themen, welche beim feelok-Team in Planung sind. Es sind dies «Gewalt, Konflikte und Mobbing», «Umgang mit Geld», «Umgang mit Medien» (Internet, Games, Handy) sowie «Essstörungen». Die Lancierung des Themas «Essstörungen» ist in den Jahren

2009-2010 geplant.

- *Fragestellung 7 - Meinungen zu neuen Projekten/Tools*

Beide Dienstleistungen, die Sektion zur Verhältnisprävention und das «Self Assessment Tool», werden von den Lehrpersonen überwiegend positiv beurteilt. Die Interviewten begrüssen, dass feelok mit Angeboten für Lehr- und Fachpersonen erweitert wird. Beide Programme werden realisiert, das «Self Assessment Tool» unter der Bedingung, dass dafür eine Finanzierung gefunden wird.

Bei der inhaltlichen Ausgestaltung des Verhältnispräventionsprogramms erachten es die Interviewten als wichtig, dass es motivierende Beispiele von Massnahmen, die an Schulen durchgeführt werden und wurden, Anleitungen zur Gestaltung der Abläufe sowie Angaben über die Angebote enthält. Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, wird feelok mit dem Schweizerischen Netzwerk gesundheitsförderlichen Schulen von Radix die Inhalte erarbeiten. Das «Self Assessment Tool» deckt vor allem die Bedürfnisse der Lehrpersonen ab, die bereits Befragungen in ihrem Schulhaus durchgeführt haben. Diese Lehrer/innen finden es positiv, dass die Daten mit anderen Schulhäusern und über die Zeit vergleichbar sind. Das Programm sollte ihrer Meinung nach zumindest am Anfang kostenfrei angeboten werden.

Bei beiden Programmideen befürchten die Interviewten Widerstände seitens einiger Lehrpersonen. Der Grund: Die Schulen werden von vielen Seiten mit Ansprüchen konfrontiert, sodass die Ressourcen der Lehrer/innen knapp sind. Grundsätzlich kann feelok daran nichts ändern. Das Projektteam kann bei der Ausgestaltung der Massnahmen jedoch darauf achten, dass die Funktionen benutzerfreundlich sind, dass die Programme kurz und klare Informationen beinhalten und einfach zu verwenden sind. Die Programme sollen den Lehrpersonen die Arbeit erleichtern und ihre Umsetzung selbstverständlich freiwillig sein.

- *Fragestellung 8 - Alternativen zu feelok*

feelok hat für fast alle Interviewten eine wichtige Bedeutung. Das Programm wird von den meisten als zentrales oder komplementäres Instrument verwendet, um Anliegen der Gesundheitsförderung und Suchtprävention in der Schule zu behandeln.

Die Interviewten kombinieren feelok mit einer Reihe von Angeboten und Massnahmen, z. B. mit Broschüren, Fachbüchern, Literatur, Filmen usw. Ausserdem wenden sie kreative Massnahmen an, wie das Erstellen von eigenen Websites, Plakaten, Collagen usw. Manche Lehrpersonen laden externe Personen ein (Betroffene, Pädagogen usw.) oder lassen Massnahmen mit externer Unterstützung durchführen (z. Bsp. Aktionstage).

Für feelok ergibt sich daraus keinen speziellen Handlungsbedarf. Wichtig ist, dass das Programm gut mit anderen Angeboten vernetzt ist und aufgezeigt wird, wie feelok mit anderen Methoden kombiniert werden kann. Dazu eignet sich das Handbuch, in dem beschrieben wird, wie feelok auch ausserhalb des Computerraums angewendet werden kann oder die Projektdatenbank, in der andere Anbieter ihre Dienstleistung bekannt machen können.

Schliesslich wird angestrebt, dass feelok in den entsprechenden thematischen Sektionen auf weiterführendes Material verweist und im Gegenzug, dass feelok in Lehrmitteln, Broschüren usw. von anderen Anbietern Erwähnung findet.

- *Fragestellung 9 - Andere Themen*

Die meisten interviewten Lehrpersonen wünschen sich, dass sie und ihre Kollegen/Kolleginnen in Kursen und Workshops aus- und weitergebildet werden. feelok möchte deshalb, wie erwähnt, in Zukunft Experten ausbilden, welche an den Schulen (oder extern) selbständig Workshops und Kurse durchführen können. Die Kurse sollen auf die Bedürfnisse der Lehrpersonen abgestimmt sein. Lehrer/innen, die bereits mit dem Programm arbeiten, werden jeweils über neue Funktionen und Themen informiert. Lehrpersonen, die noch nie mit feelok gearbeitet haben, werden über das ganze Programm informiert. Ausserdem sollen die Kurse während der Arbeitszeit stattfinden, evt. in ein umfassendes Weiterbildungsprogramm integriert und, falls möglich, von den Schulen oder Gemeinden bezahlt werden.

Schlussfolgerungen

Die vorliegende Untersuchung hat gezeigt, dass im schulischen Setting kein mit feelok vergleichbares Projekt existiert und dass die Partnerorganisationen von feelok (Pädagogischen Hochschulen, Radix, Schulleitungen, Kontaktlehrpersonen usw.) als Türöffner zu den Zielgruppen der Lehrpersonen eine wichtige Rolle spielen. Deshalb sollen sie regelmässig über aktuelle Entwicklungen im Programm informiert werden. Um den Bekanntheitsgrad von feelok bei den Lehrpersonen zu stärken, sollen in Zukunft vermehrt Massnahmen getroffen werden, um den Transfer der Informationen über feelok von den Kontaktlehrpersonen zu den Lehrerkollegen/innen zu verbessern. Zudem sollen Experten, so genannte «Supermultiplikatoren», die Aufgabe erhalten, an den Schulen, in Absprache mit den Kontaktlehrpersonen, Weiterbildungen anzubieten und den Kontakt zu den anderen Lehrer/innen zu gestalten. Vor allem Tests und Spiele sind bei Lehrpersonen wie Schüler/innen gleichermaßen beliebt. Das feelok-Team will deshalb neue und bewährte Themen mit interaktiven Funktionen umsetzen und anreichern. Neue Inhalte und Themen, die sich an Jugendliche richten, sollen in Zukunft konsequent so konzipiert werden, dass sie interaktive Funktionen und unmittelbare Rückmeldungen enthalten. Dazu gehört auch die Massnahme «Community Building», eine erweiterte Plattform für den Austausch der Jugendlichen und Schulklassen untereinander.

feelok ist zwar ein Internetprogramm zu Themen rund um Gesundheitsförderung und Suchtprävention. Das bedeutet jedoch nicht, dass es ausschliesslich im Computerraum und am Bildschirm verwendet werden kann. Damit die Jugendlichen nicht Gefahr laufen, zu viel Zeit vor dem Bildschirm zu verbringen, wird im neuen Handbuch von feelok auf didaktische Methoden verwiesen, die zeigen, wie feelok auch ausserhalb des Klassenzimmers verwendet werden kann.

Die Interviews haben gezeigt, dass die Partner von feelok, die für die Qualität und Aktualität der Inhalte stehen, selten wahrgenommen werden. Dennoch haben die Lehrpersonen grosses Vertrauen in die feelok-Inhalte. Dieses Vertrauen gilt indirekt auch den Partnern. Um herauszufinden, ob dies den Bedürfnissen der Partner entspricht, oder ob sie möchten, dass ihre Bekanntheit gefördert wird, soll mittelfristig eine qualitative Untersuchung der Bedürfnisse und Vorstellungen der Partner durchgeführt werden (voraussichtlich in den Jahren 2010-2011).

Der vollständige Bericht kann unter www.feelok.ch -> «Über feelok» -> «Einsatz von feelok in den Schulen aus der Perspektive der Lehrpersonen - Eine qualitative Analyse (2008)» herunter geladen werden.

Kongressbeiträge

Folgende 3 Beiträge wurden an Kongressen/Tagungen vorgestellt:

The smoking cessation program

Padlina, O., Jimmy, G., Bauer, G. und Gutzwiller, F.

Institute of Social and Preventive Medicine, University of Zurich

Swiss Federal Institute of Sports Magglingen, Swiss Federal Office of Sports

International Symposium «Web-based smoking cessation aids for young people» - Bundeszentrale für Gesundheitsaufklärung, Berlin

Bewegung- und Sportförderung mit feelok

Padlina O.

Swiss Federal Institute of Sports Magglingen, Swiss Federal Office of Sports

Kongress «Schule in Bewegung» . Bundesamt für Sport, Gesundheitsförderung Schweiz und Clever Stiftung

Entwicklung und Überprüfung des Sportinteressentests (SPIT)

Schmid, J., Toggweiler, St., Birrer, D., Padlina, O., Dössegger, A. & Marti, B.

Swiss Federal Institute of Sports Magglingen, Swiss Federal Office of Sports

40. Jahrestagung der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie, 1.-3. Mai 2008, Bern, Schweiz

Die Abstracts können unter www.feelok.ch -> «Über feelok» bzw. «About feelok» herunter geladen werden.

Publikationen

Vogel T. (2008). 1,5 Millionen User können nicht irren. In: Gesundheit Sprechstunde, Nr. 14

Padlina, O., Dössegger A., Hofmann T. (2008). Wer sucht, der findet - Qui cherche, trouve! - In: Mobile, S. 46-48, Ausgabe 3

Finanzierung

Im Folgenden wird die finanzielle Situation von feelok zwischen 1999 und 2008 in Kürze beschrieben bzw. werden die Strategien für die weitere Finanzierung des Projekts vorgestellt. Ebenso werden die Institutionen erwähnt, die das Projekt finanziell unterstützen oder unterstützt haben.

Überblick 1999-2008

Zwischen 1999 und 2008 wurde das feelok-Projekt 7-Mal substantiell finanziell unterstützt. Das erste Mal von der Krebsliga Zürich (SFr. 825'000.--), das zweite Mal von der Baugartenstiftung (SFr. 62'000.--), das dritte Mal von b+g Netzwerk Schweiz (SFr. 70'000.--) und das vierte Mal vom Tabakpräventionsfonds (SFr. 430'000.--). Im Jahr 2008 wurde feelok von der Vontobel-Stiftung und von der Credit Suisse Foundation mit insgesamt SFr. 210'000.-- unterstützt und für die Entwicklung des neuen Rauchprogramms finanziert der Tabakpräventionsfonds das Projekt feelok mit einem Betrag von SFr. 600'000.-- zwischen 2008 und 2011. Insgesamt hat feelok bis heute (Anfang 2009) einen Gesamtbetrag von rund SFr. 1'700'000.-- beansprucht, das bedeutet, das Projekt hat pro Jahr rund SFr. 170'000.-- gekostet. In dieser Rechnung sind die Kosten für die Arbeit der Partner von feelok nicht berücksichtigt, da zwischen feelok und den Partnern kein Transfer finanzieller Mittel besteht.

Das Internetprogramm wurde im Jahre 2002 lanciert, seither hat die Zahl der Besucher/innen kontinuierlich zugenommen. Im Jahr 2002 wurde feelok 80'000 Mal besucht, im Jahr 2008 412'670 Mal (abgerundete Zahlen).

Abb. 29 zeigt den *kumulierten* Verlauf der feelok-Kosten in Relation zu der Anzahl Besucher/innen zwischen 1999 und 2008. Die Y-Achse hat zwei Bedeutungen: Die blaue Linie entspricht dem Schweizer Franken und die grüne Linie der Anzahl Besuche.

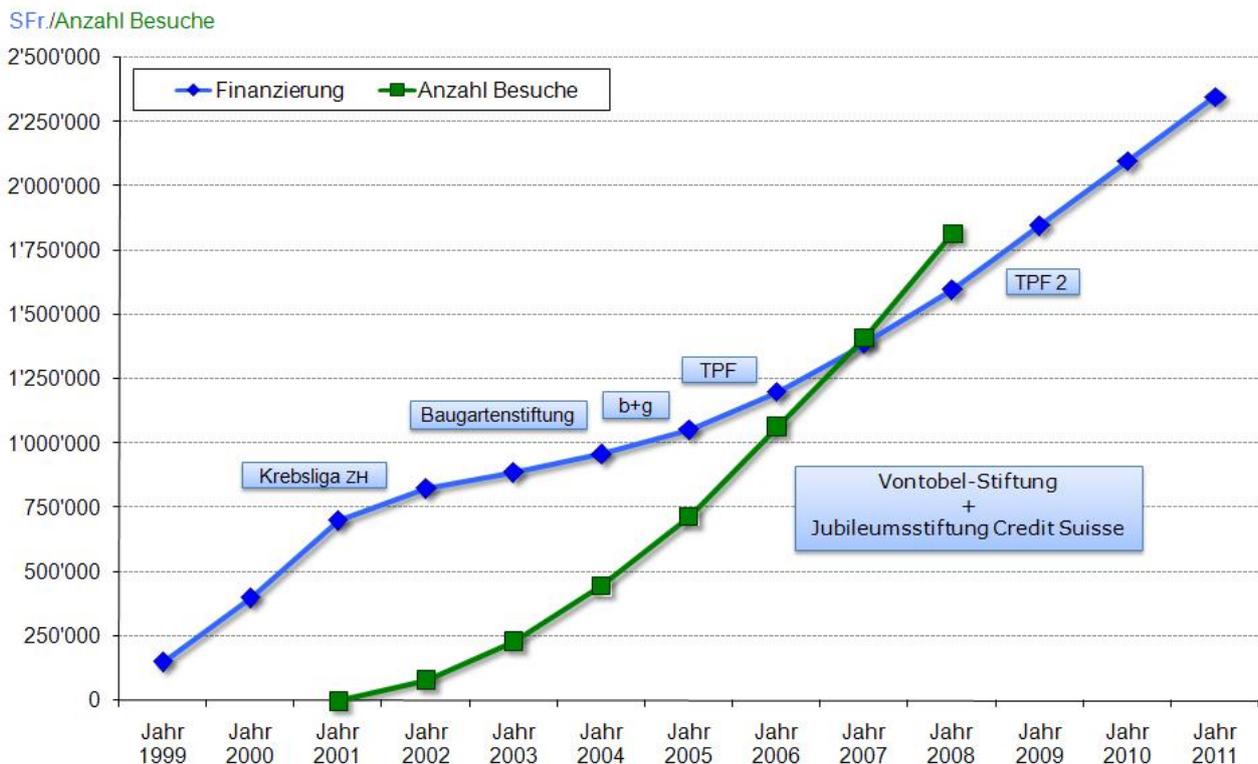


Abb. 29: Verlauf der Kosten und der Besuche von feelok zwischen 1999 und 2008: Die blaue Linie zeigt den kumulativen Verlauf der Kosten und die grüne Linie den kumulativen Verlauf der Anzahl Besuche. Seit 2007 kostet jeder Besuch weniger als SFr. 1.--.

Finanzierung von feelok ab Jahr 2009

Der Beitrag vom Tabakpräventionsfonds für das neue Rauchprogramm Version 3 (siehe S. 46) stellt den grössten Teil der Finanzierung von feelok für das Jahr 2009 bis 2011 dar. Weitere finanzielle Mittel wurden bei verschiedenen Sponsoren gesucht, um Implementierungsmassnahmen zu realisieren oder Programme zu neuen Themen zu erarbeiten (siehe S.47). Ausserdem werden die generierten Mittel dafür verwendet, die weitere Verwaltung des Projektes und dessen Aufrechterhaltung zu ermöglichen.

Beiträge zur Unterstützung von Implementierungsmassnahmen in den Kantonen wurden gesprochen von (Stand per Ende 2008, einige Anfragen sind noch hängig):

- Lotteriefonds Zug (SFr. 2'000.-)
- Lotteriefonds Schwyz (je SFr. 4'000.- für 3 Jahre, total SFr. 12'000.-)
- Lotteriefonds Appenzell Ausserrhoden (SFr. 2811.-)
- Lotteriefonds Glarus (SFr. 2811.-)

Weitere Finanzierungsquellen im Zusammenhang mit der Umsetzung des globalen Implementierungskonzepts von feelok werden zurzeit noch erschlossen.

Die Realisierung des Programms zum Thema Essstörungen wurde von der Stiftung Helvetia Sana mit einem Beitrag von SFr. 78 290.- ermöglicht. Das Thema wird zwischen 2009 und 2010 realisiert.

Weiterentwicklung Jahr 2009

Im Folgenden werden die geplanten Neuheiten von feelok ab dem Jahr 2009 vorgestellt:

Neue Zugangssseiten und Navigationsstruktur für feelok

Der bis heute bekannte Look von feelok in den Farben orange, grün und blau, mit den standardisierten Navigationsleiste auf der linken Seite, wird im Laufe der Jahre 2009 / 2010 mit einer neuen Version ersetzt. Das «veraltete» Design wird optimiert und auf die Internet-Community der ersten 5-6 Jahre des neuen Jahrhunderts angepasst. Der Grund: Das Benutzerverhalten der Internetuser hat sich verändert, was sich in Anwendungen wie Facebook widerspiegelt. Das neue Design von feelok basiert zudem auf den Ergebnissen der Prozessevaluation von Interface (www.feelok.ch/v1/rauchenV2/arbeitsgruppe/13112008 ; Dokument 6) sowie auf den Erfahrungen die wir in den letzten Jahren mit den Jugendlichen gemacht haben.

Der Grund, weshalb ausgerechnet jetzt an der neuen feelok - Version 7 gearbeitet wird, ist die Entwicklung des neuen Rauchprogramms Version 3 (siehe nächster Abschnitt). Das neue Rauchprogramm wird inhaltlich und strukturell erweitert, sodass es nicht mehr in den Aufbau und die Logik des heutigen feelok passt. Deshalb nutzen wir die Gelegenheit, Schritt um Schritt die ganze feelok-Anwendung anzupassen und zu erweitern.

Das Rauchprogramm Version 3

Anbei werden die 10 wichtigsten Neuheiten des Rauchprogramms Version 3 aufgelistet, das im Jahr 2010 veröffentlicht wird. Details über die einzelnen Neuheiten werden im Konzept vermittelt, das unter www.feelok.ch/v1/rauchenV2/arbeitsgruppe/13112008/ (Dokument 7) heruntergeladen werden kann.

1. Das Rauchprogramm erhält eine *neue theoretische Fundierung*: Das Integrierte Veränderungsmodell («*I-Change-Model*») von de Vries ersetzt das Transtheoretische Modell von Prochaska.
2. Das Rauchprogramm basiert auf dem Konzept der «*Shared Application*»: Tools von feelok können in andere Websites integriert werden. feelok integriert in seiner Plattform Instrumente von anderen Anbietern.
3. Die Intervention wird mit zahlreichen *Videos* erweitert, um die multimedialen Bedürfnisse der Zielgruppe besser anzusprechen und die Textlastigkeit der Website zu reduzieren. Die Videos fördern u. a. die Identifikation mit gleichaltrigen Jugendlichen und die emotionalen Prozesse der Verhaltensänderung, was sich im Rauchentwöhnungsprozess günstig auswirken könnte.
4. Die vorhandenen *Texte* werden *gekürzt* und aufgrund ausgewählter Kriterien *besser strukturiert*.
5. Die heutige *Navigationsleiste* wird mit einer *neuen Struktur* ersetzt.
6. Das Rauchprogramm wird mit einem *neuen Content Management System (CMS)* und vermutlich mit einer neuen Programmiersprache ausgestattet.
7. Die *stufenspezifische Sektion* wird eine Intervention für *6 und nicht mehr 7 Zielgruppen* anbieten (Stufe 5 und Stufe 6 werden kombiniert).
8. Alle stufenspezifischen Module werden mit *neuen interaktiven Funktionen* ausgestattet (vor allem Test und E-Mail-Dienstleistungen). Die Ressourcen von Internet werden somit optimal genutzt.
9. Das neue Tool «*myBoard*» (Arbeitstitel) wird den Usern helfen, Nichtraucher/in zu werden oder zu bleiben bzw. wird in allen stufenspezifischen Modulen zugänglich sein. Das Tool wird zudem die Kommunikation zwischen den Usern und somit die gegenseitige soziale Unterstützung fördern. Es ist das erste Instrument von feelok, das versucht das Konzept der «Internet Community» im Bereich der Prävention umzusetzen.
10. Folgende Funktionen und *Inhalte* ausserhalb der stufenspezifischen Intervention ergänzen oder erweitern das heutige Rauchprogramm von feelok: «Zahlen und Fakten», «die Tabakindustrie», «die Rauchstopp-Programme», «Tipps», die «Testimonials», «Richtig und Falsch», die «Vertiefungsthemen und Fragen», «Tests und interaktive Dienste», «Hilfe holen», «Smokeeffects»,

«Externe Websites für Jugendliche zum Thema Rauchen», «die Sektion für 9 bis 11-Jährige», «Nicht nur Zigaretten rauchen», «Gesetze», «Passivrauchen», «Über uns», «Video von externen Produzenten», «Vorträge zum Thema Rauchen vorbereiten und durchführen» und die «Unterlagen für Lehrpersonen».

Das neue Rauchprogramm von feelok Version 3 wird in Zusammenarbeit mit 12 weiteren Institutionen realisiert. Die Liste der beteiligten Institutionen ist auf Seite 9 zu finden.

Neue Themen

Im Jahr 2009 beginnt die inhaltliche Erweiterung von feelok mit neuen Themen, die voraussichtlich zwischen 2010 und 2011 veröffentlicht werden. Finanziert und konkret geplant sind die Themen Essstörungen und Übergewicht und die neue Sektion von feelok (für Lehrpersonen) zum Thema Verhältnisprävention. Wahrscheinlich ist auch die Realisierung eines Programms zum Thema Gewaltprävention (Projektphase in 2009).

Das Implementierungskonzept

Eine weitere Priorität von feelok ist die Realisierung von Massnahmen für die Förderung der Bekanntmachung der Intervention. Zu diesem Zweck wurde ein Implementierungskonzept geschrieben, das unter www.feelok.ch/berichte/implementierungskonzept.pdf heruntergeladen werden darf. Das Konzept beschreibt auf 26 Seiten eine Reihe von Massnahmen, die wir als notwendig erachten, um verschiedene Visionen zur Förderung der breiten Verwendung von feelok zu realisieren. Alle Massnahmen werden in einem kohärenten Wirkungsmodell integriert dargestellt (auf Seite 10 des Konzepts).

Die Realisierung dieser Massnahmen ist mit erheblichen Kosten verbunden, vor allem, weil dafür eine neue Person angestellt werden muss und die Projektdauer 3 Jahre beträgt. Potentielle Sponsoren werden zu diesem Zweck seit September 2008 gesucht.

Einzelne Massnahmen aus dem Konzept werden im Jahr 2009 mit Hilfe der Finanzierung aus dem Lotteriefonds in einigen Kantonen umgesetzt.

Weitere Informationen

Viele Informationen können unter www.feelok.ch herunter geladen werden. Für Detailfragen können darf selbstverständlich jederzeit mit dem Projektleiter Oliver Padlina (opadlina@access.uzh.ch) oder mit seiner Stellvertreterin Tina Hofmann (tina.hofmann@ifspm.uzh.ch) Kontakt aufgenommen werden.

Die Kontaktadresse

Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
feelok / OP
Hirschengraben 84
8001 Zürich

oder
Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich
feelok / TH
Hirschengraben 84
8001 Zürich

1.3.2009