



feel-ok.ch
Klick rein, finds raus.

JAHRESBERICHT 2013

März 2014

INHALTSVERZEICHNIS

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| Das Wichtigste in Kürze | 5 |
| Highlights 2013 | 5 |
| Ausblick 2014 | 6 |
| Netzwerk | 8 |
| Nutzung von feel-ok.ch | 8 |
| Technologie, Quellen und Verlinkungen | 10 |
| Auf einen Blick | 12 |
| Kurzbeschreibung | 12 |
| Trägerschaft | 13 |
| Team | 13 |
| Neuheiten 2013 | 14 |
| INFO QUEST | 14 |
| VIRTUAL STORIES | 15 |
| Neue Inhalte | 15 |
| feel-ok.at | 17 |
| Fragen? Antworten! - Chats - Foren | 18 |
| Vortragsdatei und Foliennotizen | 18 |
| Gönner | 18 |
| Finanzierung und Sparmassnahmen | 19 |
| Spenden | 21 |
| Ausblick 2014 | 22 |
| Früherkennung und Frühintervention | 22 |
| Jobsuche: Du kannst! | 22 |
| Medienkompetenz | 22 |
| Austauschplattform | 22 |
| JUGENDRATGEBER | 23 |
| SPRINT | 24 |
| Eltern | 26 |

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| Netzwerk | 27 |
| Trägerschaften | 27 |
| Patronat | 27 |
| Gönner | 30 |
| Kooperation | 32 |
| Implementierung | 35 |
| Dienstleister | 37 |
| Netzwerk feel-ok.at | 37 |
| Nutzung von feel-ok.ch | 39 |
| Alle Themen auf einen Blick | 39 |
| Alkohol | 41 |
| Beruf | 42 |
| Cannabis | 43 |
| Ernährung | 44 |
| Gewalt | 45 |
| Gewicht, Essstörungen | 47 |
| Medienkompetenz (VIRTUAL STORIES) | 49 |
| Rauchen | 50 |
| Selbstvertrauen | 53 |
| Sexualität und Liebe | 54 |
| Sport und Bewegung | 55 |
| Stress | 56 |
| Suizidalität | 57 |
| INFO QUEST | 58 |
| Fragenarchiv - Chats - Foren | 59 |
| Bonus (Beratung, Body Talk, Game) | 60 |
| Handbuch, Unterlagen... | 61 |
| Newsletter | 62 |
| Arbeitsblätter | 62 |
| Über uns | 64 |
| Suchmaske und Sitemap | 65 |

| | |
|--|-----------|
| Soziodemographie - Wer nutzt feel-ok? | 66 |
| Alter, Geschlecht, Schule | 66 |
| Nation | 66 |
| Kantone und Bundesländer | 67 |
| Technologie | 69 |
| Browser | 69 |
| Betriebssystem | 70 |
| Smartphone | 71 |
| Besucherquellen | 72 |
| Überblick | 72 |
| Verweise von externen Websites | 72 |
| Suchworte (Google) | 74 |
| Werkzeuge und Feiertage | 76 |
| Links zu externen Websites | 77 |

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

Der Jahresbericht informiert Sie über Angebote von feel-ok.ch, die im Jahr 2013 lanciert wurden, über geplante Dienstleistungen fürs Jahr 2014 und über das institutionelle Netzwerk, welches mit fachlichen oder finanziellen Beiträgen oder auf andere Weise die Realisierung und Bekanntmachung der Web-Plattform ermöglicht hat. Zudem finden Sie im Jahresbericht genaue Angaben, wie feel-ok.ch im Jahr 2013 genutzt wurde.

In diesem ersten Kapitel werden die wichtigen Erkenntnisse zusammengefasst.

Wir hoffen, dass wir mit diesem Dokument Ihre Arbeit mit feel-ok.ch und mit den Jugendlichen unterstützen können. Für gezielte Fragen oder Anliegen zögern Sie bitte nicht, Kontakt mit uns aufzunehmen

KONTAKT

RADIX feel-ok.ch
Stampfenbachstrasse 161
8006 Zürich
feel-ok@radix.ch
044 360 41 06

Highlights 2013

INFO QUEST (S.14) ist die neue Angebotsdatenbank auf feel-ok.ch: Dank der übersichtlichen Suche finden Jugendliche und Multiplikator/-innen mit wenigen Klicks weiterführende Beratungsstellen in ihrer Wohnregion: sei es im Bereich Sucht, Berufswahl oder anderen, auf feel-ok.ch behandelten, Themen. Weiter sind Projekte, Websites, Info-Materialien, didaktische Unterlagen und Jugendtreffs eingetragen: www.feel-ok.ch/infoquest

In **VIRTUAL STORIES** (S.15) sammeln jugendliche Peer Educators im Rahmen von Midnight Sports-Anlässen Geschichten zum Thema Medienkompetenz aus dem Leben von anderen Jugendlichen und halten diese in Form von anonymisierten Interviews mittels Filmkameras fest: www.feel-ok.ch/virtualstories

Das inhaltliche Angebot von feel-ok.ch wurde mit zwei neuen Themen erweitert (S.15), nämlich mit «**Einblick in über 100 verschiedene Berufe**»

(www.feel-ok.ch/beruf-infovideos) und «**Lehrstellensuche in 14 Sprachen**» (www.feel-ok.ch/beruf-fremdsprachen)

Für **Jugendliche aus Österreich** bietet feel-ok.at aktualisierte Inhalte (S.17) zu den Themen Alkohol (www.feel-ok.at/alkohol), Cannabis (www.feel-ok.at/cannabis), Ernährung (www.feel-ok.at/essen) und Suizidalität (www.feel-ok.at/suizid).

Lehrpersonen stehen zu diesen Themen neue Arbeitsblätter zur Verfügung (www.feel-ok.at/+multiplikatoren).

Insgesamt **42 Gönner** haben 2013 mit kleineren und grösseren Beträgen zur Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung von feel-ok.ch beigetragen (S.18). Dafür bedanken wir uns ganz herzlich. Allerdings zeichnet sich ab, dass mit dem jetzigen Finanzierungsmodell die Gesundheitsplattform langfristig nicht aufrechterhalten und weiterentwickelt werden kann. Reorganisationsmassnahmen sind in Prüfung (S.19).

Mehr Details zu den Neuheiten von feel-ok.ch im Jahr 2013 finden Sie ab Seite 14.

Ausblick 2014

Bis Mitte 2014 erscheinen folgende neuen Inhalte und Dienstleistungen auf feel-ok.ch:

Eine neue Sektion für Multiplikator/-innen dient dazu, Schulleiter/-innen und Lehrpersonen zu motivieren, **Früherkennung und Frühintervention** in den Abläufen der Schule zu integrieren. Die Umsetzung von F&F in den Schulen findet anschliessend mit lokalen oder regionalen Supportzentren statt (S.22).

Mit «**Jobsuche: Du kannst**» bekommen junge Menschen bewährte Empfehlungen, die ihre Lehrstellensuche erleichtern sollten. Auch Jugendliche mit erschwerenden Bedingungen, wie z.B. einen Migrationshintergrund oder einer Behinderung werden angesprochen (S.22).

Mit **SPRINT** können Schulen in wenigen Minuten e-Fragebögen für eine themenspezifische Datenerhebungen vorbereiten, die Befragung in der Schulklasse oder sonst irgendwo mit einem Smartphone/Tablet durchführen und so herausfinden, wie verbreitet bestimmte Probleme bei der Zielgruppe sind bzw. ob eine Intervention erforderlich ist (S.24).

Folgende Neuentwicklungen sind konzeptionell weit fortgeschritten und werden zwischen Mitte 2014 und voraussichtlich Ende 2015 aufgeschaltet, sofern die nötigen restlichen Gelder für deren Realisierung akquiriert werden können.

RADIX arbeitet mit Lernenden der Kaufmännischen Berufsschule der Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld in Bern¹ an einer **Austauschplattform mit Forum und Chatroom**, die sich an alle Jugendlichen richtet (mit und ohne Behinderung). Die Austauschplattform soll durch die Lernenden im Rahmen ihres Arbeitspensums betreut werden (S.22).

Jugendliche als Autor/-innen zu beteiligen, um ihnen die Chance zu geben, mit ihren Gedanken, Vorstellungen und Lösungsansätzen am inhaltlichen Angebot von feel-ok.ch mitzuwirken, ist das Ziel des **JUGENDRATGEBERS**. Die Grundidee: Jugendliche formulieren Fragen zu Problemen, die sie beschäftigen, eine andere Jugend-Gruppe beantwortet diese und eine dritte bewertet die Ratschläge. Nur von Jugendlichen genehmigte Ratschläge werden veröffentlicht. Der JUGENDRATGEBER wird mit Ratschlägen von Fachpersonen ergänzt (S.23).

Um die Gesundheit und Integration Jugendlichen in der Schweiz wirksam und nachhaltig zu fördern, ist der Einbezug ihrer **Eltern** unumgänglich. Aus diesem Grund plant RADIX auf feel-ok.ch eine umfassende Sektion für diese Zielgruppe, in einem ersten Schritt mit Inhalten zum Thema **«Psychische Erkrankungen»**. Diese haben unter anderem das Ziel, Eltern zu stärken und in ihren Elternkompetenzen zu fördern, um psychische Erkrankungen bei Jugendlichen zu reduzieren oder frühzeitig zu erkennen (S.26).

Neue Medien sind aus unserem Alltag nicht mehr wegzudenken. Die meisten jungen Menschen nutzen virtuos und mit grosser Nutzungskompetenz unterschiedlichste Formen von webbasierten Angeboten, die ihnen neue Zugänge zu Integration, Bildung und Gesundheit ermöglichen. Neue Medien bergen jedoch auch Risiken, die von Jugendlichen oft falsch eingeschätzt oder ignoriert werden. Das geplante Programm **«Neue Medien»** wird deshalb die Medienkompetenz von Jugendlichen fördern (S.22).

Mehr Details zu diesen und anderen geplanten Projekten finden Sie ab Seite 22.

¹ Die Lernenden haben eine körperliche Behinderung.

Netzwerk

An der Entwicklung, Aufrechterhaltung und Bekanntmachung von feel-ok.ch haben bis heute weit über 200 Institutionen in verschiedenen Rollen mitgewirkt:

- **27 Patronatsinstitutionen** sind für die Inhalte auf feel-ok.ch verantwortlich.
- Insgesamt **67 Gönner** (bzw. 42 Gönner im Jahr 2013) haben bis heute die Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung von feel-ok.ch mit kleineren und grösseren Beiträgen ermöglicht.
- **75 Kooperationspartner** haben die Entwicklung von Projekten im Rahmen von feel-ok.ch begleitet.
- **44 Implementierungspartner** haben uns unterstützt, die Bekanntmachung von feel-ok.ch (auf regionaler bzw. kantonaler Ebene) zu fördern.
- Rund **33 österreichische Institutionen** unterstützen in verschiedenen Rollen die Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung von **feel-ok.at**.

Detaillierte Angaben zu unserem institutionellen Netzwerk finden Sie ab Seite 27

Nutzung von feel-ok.ch

Der **Prozentsatz der Nutzer/-innen** von feel-ok.ch in der Schweiz (!) hat im Jahr 2013 **um 31.6% zugenommen** (2011: 104'533 Besuche, 2012: 110'244 Besuche, 2013: 145'062 Besuche).

Alle **thematischen Sektionen** für Jugendliche (Ausnahme: Ernährung) wurden häufiger als im Jahr 2012 besucht. Zum Beispiel haben sich die Besucherzahlen zum Thema «Beruf» um 87%, «Cannabis» um 60%, «Gewicht, Essstörungen» um 41% und «Suizidalität» um 34% gesteigert.

Insgesamt hat feel-ok.ch 2013 eine **Intervention von 800 Tagen** geleistet (= 19'200 Stunden). Würde man diese Zeit mit einem Lohneinsatz von CHF 100 pro Stunde entschädigen, wäre dafür eine Investition von CHF 1'920'000 notwendig.

INFO QUEST, mit dem Jugendliche und Multiplikator/-innen Adressen von Beratungsstellen und Hinweise auf spannende Ideen, Projekte und didaktische Unterlagen finden, wurde seit April 2013 insgesamt 10'263 Mal genutzt.

Detaillierte statistische Angaben zu den einzelnen thematischen Sektionen finden Sie ab Seite 39

Die feel-ok.ch-**Arbeitsblätter**, mit denen Multiplikator/-innen die Inhalte der Webplattform mit Jugendlichen bearbeiten können, wurden 2013 insgesamt 7% häufiger als im vorherigen Jahr heruntergeladen.

Vor allem die Arbeitsblätter zum Thema Rauchen (+23%), Sexualität (+20%) und Gewalt (+12%) waren für Multiplikator/-innen interessant. Prozentual zugenommen hat auch der Download der Arbeitsblätter zum Thema Gewicht und Essstörungen (+128%), Selbstvertrauen (+8%) und Cannabis (+5%).

Dagegen hat das Interesse an den Arbeitsblättern zum Thema Alkohol, Ernährung, Stress, Beruf und Sport deutlich abgenommen.

Das **Handbuch** von feel-ok.ch wurde insgesamt 529 Mal heruntergeladen.

Detaillierte Angaben zu den heruntergeladenen oder bestellten Materialien finden Sie ab Seite 61.

Die Nutzung von **feel-ok.ch** hat auch in **Österreich** (+63%, N=10'482) und **Deutschland** (+40%, N=28'752) zugenommen.

Die Nutzung von **feel-ok.at** hat in **Österreich** um 5.9% (N=19'351) und jene von **feelok.de** in **Deutschland** um 58% zugenommen (in absoluten Werten wird jedoch das Angebot von feelok.de mit nur 5'427 jährlichen Besuchen kaum wahrgenommen).

In fast allen **Kantonen** wurde feel-ok.ch häufiger als im vorherigen Jahr besucht. In absoluten Zahlen bleiben Zürich, Bern und St. Gallen in der oberen Position der Rangliste. Überraschend ist die prozentuale erhebliche Zunahme der Besuche aus dem Kanton Vaud (+813%, neu: 4. Position), Appenzell Ausserrhoden (Zunahme von 97 auf 1'221 Besuchen: +1'158%) und Genf (+508%).

In fast allen Kantonen hat eine markante Zunahme der Besuche stattgefunden (z.B. Aargau: +50%, Luzern: +48%, Zug: +54%, Graubünden: +92%).

Nur in den Kantonen Solothurn und Schaffhausen wurde feel-ok.ch 2013 leicht seltener als im vorherigen Jahr genutzt.

Detaillierte Angaben über die Nutzung von feel-ok.ch in den Kantonen finden Sie auf Seite 67.

Technologie, Quellen und Verlinkungen

Immer seltener wird feel-ok.ch mit Internet Explorer und Firefox und immer häufiger mit Safari und Chrome besucht. Windows bleibt das am häufigsten eingesetzte Betriebssystem, verliert jedoch seit Jahren Marktanteile.

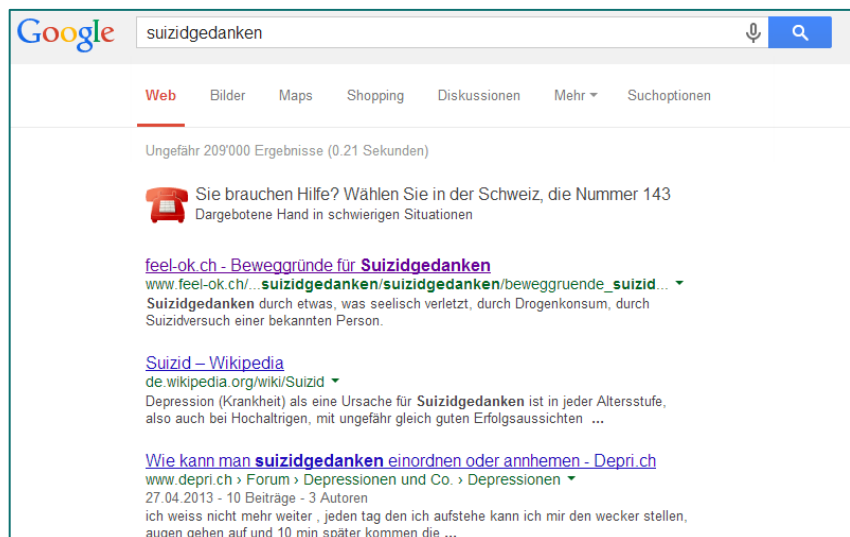
Auffallend ist, dass sich die Nutzung von feel-ok.ch mit einem **Tablet oder Smartphone** in einem Jahr verdoppelt hat. Haben 2011 noch 3.2% der Besucher/-innen feel-ok.ch mit einem Smartphone (oder Tablet) genutzt, ist ihr Anteil 2013 auf 20.7% gewachsen.

43% aller Besucher/-innen (-10% verglichen mit dem vorherigen Jahr) hat feel-ok.ch direkt (d.h. ohne Verlinkung aus einer externen Website und ohne themenspezifische Google-Abfrage) erreicht. Das spricht ebenfalls für den hohen Bekanntheitsgrad der Web-Plattform.

Die Anzahl Besuche durch **Google** hat mit +56% (N= 102'284) massiv zugenommen. Verantwortlich für das erfreuliche Ergebnis ist sehr wahrscheinlich der Mitte 2012 stattgefunden Re-Launch von feel-ok.ch: Die neue Website kommt bei Multiplikator/-innen und Jugendlichen gut an. Google reagiert darauf und platziert den Hinweis zu den thematischen Sektionen von feel-ok.ch in den höchsten Positionen seiner Rangliste. Wir gehen davon aus, dass das Zusammenspiel «Google» und «Re-Launch» der wichtigste Grund für die Zunahme der Anzahl Besucher/-innen auf feel-ok.ch war.

Vermutlich haben auch die Zusammenarbeit mit **lokalen und kantonalen Partnern**, die neue Dienstleistung **INFO QUEST** und die **Fundraising-Aktion** in Kantonen und Gemeinden dazu beigetragen, dass feel-ok.ch in einzelnen Kantonen markant häufiger als im vorherigen Jahr genutzt wurde.

Die am häufigsten verwendeten **Suchworte**, um durch Google feel-ok.ch zu finden, waren «Selbstbefriedigung», «Liebe», «Alkohol», «Sexualität», «Cannabis», «Geschlechtsverkehr» und «Suizidgedanken» (mindestens 380 generierte Besuche),



feel-ok.ch mit Google finden

Prozentual gesehen, haben weniger Personen als im vorherigen Jahr den Weg zu feel-ok.ch durch eine **Verlinkung mit einer externen Website** gefunden (-4%). Diejenigen Websites, die am meisten Verweise generiert haben, sind «jugendundsport.ch», «20min.ch», die Suchmaschine «blinde-kuh.de», «RADIX.ch», «tschau.ch» und «gesundheitsfoerderung.ch» (mindestens 500 Besuche).

Folgende Websites haben am meisten **von einer Verlinkung auf feel-ok.ch** profitiert: «Berufsberatung.ch» (318 -> 1'117), «Berner Gesundheit» (365 -> 965), das Beratungsangebot «147» (96 -> 861) sowie «Sucht Schweiz», die «Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE», «Lilli» und «sehn-sucht.net» (mindestens 600 Besuche).

Analysiert man den **Verlauf der Nutzung** von feel-ok.ch (z.B. Werktage vs. Ferientage), kommt man zum Schluss, dass feel-ok.ch besonders häufig in Schulen und in Begleitung von Multiplikator/-innen jedoch seltener im Freizeitbereich Einsatz findet.

Detaillierte Angaben zu den genutzten Technologien, Besucherquellen und der Wirkung der gegenseitigen Verlinkung mit anderen Websites finden Sie ab Seite 69.

AUF EINEN BLICK

Kurzbeschreibung

feel-ok.ch setzt sich seit 1999 für die Jugend ein. Die Webplattform behandelt 14 Themen (Alkohol, Beruf, Cannabis, Ernährung, Essstörungen, Gewalt, Gewicht, Liebe, Rauchen, Selbstvertrauen, Sexualität, Sport, Stress und Suizidalität), verfügt über zahlreiche didaktische Unterlagen für den Unterricht², wurde im Rahmen mehrerer Studien evaluiert³, wird täglich von hunderten Jugendlichen genutzt (S.39), ist kostenlos und werbefrei.



Alle Inhalte von feel-ok.ch werden von renommierten Fachorganisationen⁴ generiert und aktualisiert. Diese Vorgehensweise garantiert, dass Lehrpersonen und Jugendlichen eine qualitativ hochstehende Intervention zur Verfügung steht.

Da die Inhalte auf vielfältige Weise vermittelt werden (u.a. mit Texten, Tests, Spielen, Quiz und Videos), spricht feel-ok.ch auch Jugendliche aus bildungsschwachen Schichten an. feel-ok.ch ist zum grössten Teil barrierefrei (Konformitätsstufe AA): Jugendlichen, die als Folge einer Behinderung Hilfsmittel benötigen, um Webinhalte zu lesen, steht feel-ok.ch deshalb auch fast uneingeschränkt zur Verfügung.

feel-ok.ch ist eine Facheinheit von RADIX - Schweizer Kompetenzzentrum für Gesundheitsförderung und Prävention.

> www.feel-ok.ch/+vortrag

² www.feel-ok.ch/+multiplikatoren

³ www.feel-ok.ch/infos-berichte

⁴ www.feel-ok.ch/info-netzwerk (siehe auch Seite 12)

Trägerschaft

RADIX besteht seit 1972 als gemeinnützige Stiftung. Die Stiftung ist schweizweit tätig. In der Nordwestschweiz, der Ostschweiz, der Romandie und der Zentralschweiz betreibt RADIX je ein regional verankertes Supportzentrum.

RADIX ist eine Nonprofit-Organisation. Sie übernimmt Aufträge und entwickelt Angebote, die dazu beitragen, die persönliche Kompetenz im Umgang mit Gesundheit und Krankheit zu stärken und die Lebens-, Arbeits- und Freizeitbedingungen gesundheitsfördernd zu gestalten.

Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit und Gesundheitsförderung Schweiz koordiniert RADIX das Schweizerische Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, dem mehr als 1'800 Schulen aus der ganzen Schweiz angehören.

> www.radix.ch

Team

Oliver Padlina (100%)

Dr. Phil., MPH Oliver Padlina leitet feel-ok.ch seit 1999. Bis 2009 war er Projektleiter am Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Zürich, seit 2010 arbeitet er bei RADIX, wo er seine Tätigkeit im Rahmen von feel-ok.ch fortsetzt.

E-Mail: padlina@radix.ch



Daniela Heimgartner (65%)

Daniela Heimgartner ist seit 2011 stellvertretende Leiterin von feel-ok.ch. Bis 2011 arbeitete sie als Projektentwicklerin und Fachverantwortliche des Themenbereichs Gesundheit & Freizeit bei der Stiftung Pro Juventute Schweiz in Zürich.

E-Mail: heimgartner@radix.ch (044 360 41 12)



Franziska Ulrich (60%)

Franziska Ulrich arbeitet seit 2009 für feel-ok.ch. Sie ist zuständig für das Projekt kantonale Bekanntmachung. Im Bereich Kommunikation hat sie Erfahrungen auf Agenturseite und Verbandsebene gesammelt.

E-Mail: ulrich@radix.ch (044 360 41 06)




> www.feel-ok.ch/infos-team

NEUHEITEN 2013

INFO QUEST

Mit der Angebotsdatenbank INFO QUEST erfahren Jugendliche und Multiplikator/-innen, welche Projekte zum Mitmachen, Info-Materialien zum Download, Websites, Kurse, didaktische Unterlagen und Beratungsstellen über ein bestimmtes Thema in den verschiedenen Kantonen zur Verfügung stehen.



**HILFSANGEBOTE, GUTE WEBSITES,
COOLE IDEEN FÜR DICH.**

THEMA ALLE THEMEN >

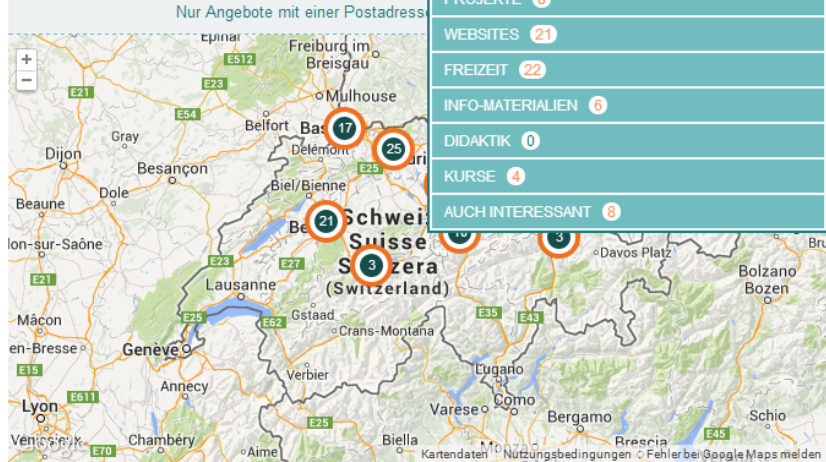
KANTON ALLE KANTONE >

ANGEBOTSFORM ALLE ANGBOTSFORMEN ▾

ALLE ANGBOTSFORMEN

- BERATUNG 118
- PROJEKTE 8
- WEBSITES 21
- FREIZEIT 22
- INFO-MATERIALIEN 6
- DIDAKTIK 0
- KURSE 4
- AUCH INTERESSANT 8


Nur Angebote mit einer Postadress




147

Schweiz | 10-20 Jahre | zur Website | 147@projuventute.ch

Kostenlos, vertraulich und rund um die Uhr! Rufe an, sende ein SMS: Wenn du nicht mehr weisst, wie es weitergehen soll, wenn es zu Hause Streit gibt, wenn du Fragen zu Drogen, Gewalt oder Sexualität hast, wenn du Liebeskummer hast, wenn dir Lehre, Schule oder Arbeit stinken.





Anbieter: Pro Juventute
Video ▶

INFO QUEST dient dazu Ressourcen von externen Anbietern in den Vordergrund zu stellen, um ihre Nutzung zu fördern.

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/infoquest
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+infoquest
- > Statistiken: Seite 58
- > Kontakt: padlina@radix.ch

VIRTUAL STORIES

In Zusammenarbeit mit der Stiftung idée:sport⁵, dem Institut für Medien und Schule (IMS) der Pädagogischen Hochschule Schwyz⁶ und mit finanzieller Unterstützung des Bundesamtes für Sozialversicherungen BSV wurde im Rahmen einer Pilotstudie der Einsatz von Peer Education im Bereich Medienkompetenz erprobt.

In der Pilotphase sammelten jugendliche Peer Educators im Rahmen von Midnight Sports-Anlässen Geschichten aus dem Leben von anderen Jugendlichen und hielten diese in Form von anonymisierten Interviews mittels Filmkameras fest. Die Geschichten sind reale Begebenheiten, die Jugendliche im Umgang mit den Neuen Medien erlebt haben. Die gesammelten Fallgeschichten wurden in Vimeo veröffentlicht. Ausserdem wurden die Filme durch die Veröffentlichung auf feel-ok.ch einem breiteren jungen Zielpublikum zugänglich gemacht.

- Web: www.feel-ok.ch/virtualstories
- Statistiken: Seite 49
- Kontakt: heimgartner@radix.ch

Neue Inhalte

feel-ok.ch wurde mit zwei neuen Themen erweitert:

Einblick in über 100 verschiedene Berufe

Sich beruflich orientieren, ist eine wichtige Aufgabe im Jugendalter. feel-ok.ch bietet mit dem neuen Modul «Infovideos und Berufe» Unterstützung an. Die Video-Clips von MySchool (SRF), in denen Lernende zahlreiche Berufe vorstellen, sind neu auf feel-ok.ch eingebettet. Der direkte Verweis auf berufsberatung.ch liefert zudem weiterführende Informationen zu den jeweiligen Berufsfeldern. Schon kurze Zeit nach seiner Lancierung wurde das neue Modul intensiv genutzt.

- Web: www.feel-ok.ch/beruf-infovideos
- Statistiken: Seite 42
- Kontakt: padlina@radix.ch

⁵ Die Stiftung idée:sport nutzt Sport als Mittel der Gewalt- und Suchtprävention, der Gesundheitsförderung und der gesellschaftlichen Integration. Sie betreut in 21 Kantonen und rund 140 Stadtquartieren und Gemeinden verschiedene Projekte und ist damit eine der grössten Jugendarbeitsorganisationen der Schweiz. Ihr Angebot Midnight Sports wurde 2012 von ca. 30'700 Jugendlichen genutzt, rund 62% davon mit Migrationshintergrund.

⁶ Das Institut für Medien und Schule (IMS) der Pädagogischen Hochschule Schwyz betreibt Forschung und Entwicklung zu Themen der Medienpädagogik und Mediendidaktik.

Lehrstellensuche in 14 Sprachen

Lehrstellensuche: Wie geht man am besten vor? In 14 Sprachen, u.a. in Deutsch, Französisch, Italienisch, Englisch, Albanisch, Arabisch, Kroatisch, Serbisch, Bosnisch und Mazedonisch, finden Jugendliche praktische Empfehlungen, wie sie sich in der Landschaft der Jobsuche orientieren können.

LEHRSTELLENSUCHE IN 14 SPRACHEN

| SPRACHEN | |
|-------------------------------|--|
| Deutsch | |
| Albanisch | |
| Arabisch | |
| Englisch | |
| Französisch | |
| Italienisch | |
| Kroatisch, Serbisch, Bosnisch | |
| Mazedonisch | |
| Portugiesisch | |
| Russisch | |
| Spanisch | |
| Tamilisch | |
| Tigrinya (Eritrea) | |
| Türkisch | |



TAMILISCH - LEHRSTELLENSUCHE

**தொழிற்கல்வி கற்குமிடத்தை தேடல்:
நீ எவ்வாறு திறமையாக நடந்துகொள்ளலாம்?**

தொழிற்குறிக்கோளை தெளிவாக்கு
முகவரிகளைப் பெறு
தொடர்பை ஏற்படுத்து
விண்ணப்பம் செய்
கண்ணாட்டத்தை வைத்திரு
பரீட்சைகளும், கற்பிப்போருடன் கதைத்தலும்
மறுப்பிற்கு தயார்ப்படுத்து
இசைந்துகொடுக்கும் தன்மையுடன் இரு

SDBB | CSFO – 2011

Lehrstellensuche auf feel-ok.ch in tamilischer Sprache

Das Projekt wurde in Zusammenarbeit mit berufsberatung.ch realisiert.

- Web: www.feel-ok.ch/beruf-fremdsprachen
- Statistiken: Seite 42
- Kontakt: padlina@radix.ch
- Finanzierung: Grünau Stiftung

feel-ok.at

Das inhaltliche Angebot von feel-ok.at wird laufend aktualisiert. 2013 konnte der Österreicher Jugend 4 neue thematischen Sektionen zur Verfügung gestellt werden:

- Cannabis: www.feel-ok.at/cannabis
(Patronat: [kontakt+co](#) - Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol)
- Alkohol: www.feel-ok.at/alkohol
(Patronat: [Vivid](#) - Fachstelle für Suchtprävention)
- Ernährung: www.feel-ok.at/essen
(Patronat: [Styria vitalis](#))
- Suizidalität: www.feel-ok.at/suizid
(Patronat: [WEIL](#) - Weiter im Leben)
- Kontakt: Christina.Kelz@styriavitalis.at

The screenshot shows the 'feel-ok.at' website interface. At the top, there's a navigation bar with 'feel-ok.at', 'ÜBER UNS', 'SITEMAP', and a search bar. Below that, there are tabs for 'JUGENDLICHE' and 'LEHRPERSONEN UND MULTIPLIKATOREN'. A row of icons represents various topics: a beer, a laptop, a cannabis leaf, a fork and knife, a checkmark, a thumbs up, a heart, a bicycle, a tree, and an eye. The main content area is titled 'LEITERSPIEL' (Ladder Game) under the path 'JUGENDLICHE > CANNABIS > LEITERSPIEL'. It features a question: 'Welches ist die Substanz, die beim Kiffen den Rausch verursacht?' with three multiple-choice options. The correct answer is 'Richtig'. Below the question is a 10x10 grid representing the ladder game board, with numbers 1 to 62. A ladder icon is placed on square 34. To the right, there's an 'AKTUELL' (Current) section with two test cards: 'KIFFEN NOCH IM GRIFF?' and 'WELCHER JOB PASST ZU DIR?'. The footer contains 'PATRONAT' and 'KONTAKT+CO - SUCHTPRÄVENTION JUGENDROTKREUZ TIROL'.

Das Leiterspiel zum Thema «Cannabis» auf feel-ok.at

Die Arbeitsblätter, um diese Themen mit Jugendlichen aus Österreich zu bearbeiten, finden Sie auf www.feel-ok.at/+multiplikatoren

Fragen? Antworten! - Chats - Foren

feel-ok.ch wurde mit E-Beratungsstellen in der Schweiz sowie online-Fragenarchiven, Chats und Foren verlinkt. Dieser Service ermöglicht es Jugendlichen sich über bestehende Angebote zu informieren und allenfalls direkt eine Antwort auf eine Frage zu finden. Das Blättern in den Fragenarchiven kann zudem Hemmungen abbauen, sich selbst an eine Beratungsstelle zu wenden.

- > Frage? Antwort: www.feel-ok.ch/fragenarchiv
- > Foren: www.feel-ok.ch/foren
- > Chat: www.feel-ok.ch/chat
- > Statistiken: Seite 59
- > Kontakt: padlina@radix.ch

Vortragsdatei und Foliennotizen

Um Multiplikator/-innen zu unterstützen im Rahmen einer Fortbildung oder Sitzung feel-ok.ch vorzustellen, stehen eine feel-ok.ch-Präsentation und Foliennotizen zum Download zur Verfügung:

- > Web: www.feel-ok.ch/+vortrag
- > Statistiken: Seite 61
- > Kontakt: padlina@radix.ch

Gönner

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Gönnern, die im Jahr 2013 die Weiterentwicklung und Aufrechterhaltung von feel-ok.ch unterstützt haben (alphabetisch sortiert):

- Alkoholzehntel Kanton St. Gallen
- Amt für Gesundheit Kanton Appenzell Ausserrhoden
- Amt für Gesundheit und Soziales Kanton Schwyz
- Baugarten Stiftung
- Bundesamt für Gesundheit, Nationales Programm Alkohol
- Bundesamt für Sozialversicherungen
- Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung
- Ernst Göhner Stiftung
- Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern
- Gesundheitsförderung Zürich
- Grünau Stiftung
- Hans und Walter Brühlmann-Stiftung
- Kantonsärztlicher Dienst Thurgau

-
- Lotteriefonds Kanton Zug
 - Lotteriefonds Glarus
 - Lotteriefonds Kanton Solothurn
 - Migros Kulturprozent
 - Kantonaler Fonds für Suchtprophylaxe und Gesundheitsförderung Kanton Schaffhausen
 - Swisslos-Fonds Kanton Aargau
 - Swisslos-Fonds Kanton Basel-Stadt
 - Tabakpräventionsfonds

Zudem bedanken wir uns ebenfalls herzlich bei den Gemeinden, die im Jahr 2013 mit ihren Beiträgen zur Aufrechterhaltung von feel-ok.ch beigetragen haben (alphabetisch sortiert):

Aarau, Ehrendingen, Erlenbach, Felben-Wellhausen, Felsberg, Flims, Hunzenschwil, Klosters, Meilen, Moosseedorf, Muhen, Otelfingen, Pratteln, Rapperswil-Jona, Reinach, Remetschwil, Saanen, Spiez, Steinmaur, Thun, Winterthur und Zug.

- Alle Gönner: Seite 30
- Aktuelle Angaben: www.feel-ok.ch/info-netzwerk

Finanzierung und Sparmassnahmen

Zurzeit arbeiten 3 Personen für feel-ok.ch mit einer Gesamtanstellung von 225%. Wenn man dazu die Infrastrukturkosten rechnet, generiert feel-ok.ch Ausgaben von rund CHF 396'000. Finanziert müssen zudem verschiedene externe Aufträge unter anderem für die Programmierung, Design und für die Generierung neuer Inhalte. Wenn man alle Ausgaben zusammenrechnet, sind jährlich mehr als eine halbe Million Franken erforderlich, um das aktuelle Angebot von feel-ok.ch aufrechtzuerhalten und weiterzuentwickeln.

42 Gönner haben im Jahr 2013 insgesamt CHF 377'260 in feel-ok.ch investiert. Die fehlenden Mittel, um alle Ausgaben zu finanzieren, wurden mit den schrumpfenden Reserven der Facheinheit abgedeckt.

Wenn man Einnahmen und Ausgaben vergleicht, wird auf einen Blick sichtbar, dass das heutige Finanzierungsmodell von feel-ok.ch nicht aufrechterhalten werden kann und Sparmassnahmen unter anderen durch eine Reduktion der Gesamtanstellung, durch eine Re-Definition der

Aufgaben innerhalb vom Team und durch die Abschaffung von einigen kostenlosen Dienstleistungen (z.B. Workshops) unvermeidbar ist. feel-ok.ch muss sich mit zwei Schwierigkeiten konfrontieren, die die Ressourcen der Facheinheit stark belasten:

- Erhebliche personelle Investitionen und entsprechend viel Zeit (meistens zwischen 1 und 4 Jahren) sind notwendig, um neue fundierten Projekte einzuleiten, die dazu dienen die Wirksamkeit der Intervention zu fördern und das Angebot von feel-ok.ch zu valorisieren. Wenn trotzdem - nach der Konzeptualisierungsphase und allen notwendigen Vorabklärungen - keine Finanzierung für die Projektrealisierung gefunden wird, endet die Akquise mit einer negativen Bilanz meistens im 5-stelligen Bereich.
- Mehrere Gönner verlangen - bevor ein Gesuch genehmigt wird - dass mindestens eine zweite Stelle eine vergleichbare Finanzierung im gleichen Projekt investiert. Die dazu erforderliche verlängerte Akquise führt wegen dem Zusatzaufwand dazu, dass für das effektive Projektziel am Ende der Finanzierungssuche ein geringerer Gesamtbetrag zur Verfügung steht. Und wenn kein zweiter Gönner das Projekt finanziert, was im heutigen gespannten Konkurrenzfeld nicht selten ist, endet das gescheiterte Projekt mit einem negativen Ergebnis, ebenso meistens im 5-stelligen Bereich.

Es ist nicht voraussehbar, dass diese Schwierigkeiten in Zukunft bewältigt werden können. Als Folge daraus wird vermutlich notwendig sein, die Innovationskraft, die die Aktivität von feel-ok.ch die letzten Jahre charakterisiert hat, zu reduzieren, um sich vermehrt auf das Kerngeschäft des Projektes zu konzentrieren. Desto mehr sind wir den Gönnern dankbar, die uns mit ihrer Finanzierung die letzten Jahre und auch im Jahr 2014 ermöglicht haben, neue Dienstleistungen, wie z.B. INFO QUEST (S.14) und SPRINT (S.24) sowie neue Inhalte zu generieren, weil wir auf dieser Weise unseren Auftrag zur Jugendförderung wahrnehmen können.

Eine letzte positive Note am Schluss: Die Finanzierung durch die Gemeinden ist meistens nicht mit der Entwicklung neuer Dienstleistungen verknüpft. Dafür sind wir sehr dankbar. Mit diesen Einnahmen haben wir die Möglichkeit, die Betriebskosten der Website zu finanzieren. Ohne diese Finanzierung wäre zunehmend schwierig, das aktuelle inhaltliche Angebot von feel-ok.ch mit der heutigen Qualität aufrechtzuerhalten.

Spenden

Jeder Beitrag, ob gross oder klein, ist willkommen für die Sicherstellung der weiteren Existenz von feel-ok.ch. Zu diesem Zweck wurde eine Seite in feel-ok.ch eingerichtet, um über Projekte zu informieren sowie interessierte Spender/-innen auf die Möglichkeit einer kleinen oder grossen finanziellen Unterstützung aufmerksam zu machen.

> www.feel-ok.ch/spenden

Wir bedanken uns schon jetzt bei jeder Schule, Institution und privaten Person, die bereit ist, einen finanziellen Beitrag zu leisten.

AUSBLICK 2014

Früherkennung und Frühintervention

feel-ok.ch wird mit dem Thema Früherkennung und Frühintervention (F&F) erweitert mit dem Ziel über F&F zu informieren und Schulen zu motivieren, F&F anzuwenden. Die konkrete Umsetzung von F&F in den Schulen findet anschliessend nicht mit feel-ok.ch, sondern mit lokalen oder regionalen Supportzentren statt.

Das neue Programm wird mit der finanziellen Unterstützung des Bundesamtes für Gesundheit - Sektion Drogen - realisiert und wird im Frühling 2014 aufgeschaltet. Die Inhalte werden von «Sgier - Beratung und Bildung» verfasst.

> Kontakt: padlina@radix.ch

Jobsuche: Du kannst!

Die Sektion zum Thema Beruf wird mit einem neuen Modul erweitert: «Jobsuche: Du kannst!». Die bewährten Empfehlungen dienen dazu, Jugendliche zu unterstützen, eine Lehrstelle zu finden, auch wenn der Migrationshintergrund, die Hautfarbe, eine Behinderung oder ein anderer Grund die Suche erschwert. Die inhaltliche Erweiterung wird von der Baugarten Stiftung finanziert. Die Ratschläge werden von «ASK! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau» in ihrer Rolle als Patronatsinstitution verfasst. Das neue Modul erscheint in Frühling 2014.

> Kontakt: padlina@radix.ch

Medienkompetenz

Eine neue Sektion zum Thema „Neue Medien“ wird gegen Ende 2014 auf feel-ok.ch aufgeschaltet. Geplant sind 3 Module zu unterschiedlichen Themenbereichen (Sexualität und Liebe im Netz, Selbstdarstellung/Stereotypen, Online-/Glücksspielsucht). Zusammen mit Virtual Stories wird somit Jugendlichen und Lehrpersonen eine spannende Palette an Informationen und Werkzeugen zur Verfügung stehen, um die Medienkompetenz der Zielgruppe zu fördern. Die Module werden von der Ernst Göhner Stiftung finanziert.

> Kontakt: heimgartner@radix.ch

Austauschplattform

RADIX arbeitet mit der Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld Bern an einer Austauschplattform, die sich sowohl an Jugendliche/ junge Erwachsene mit wie auch ohne Behinderung richtet. Die Austauschplattform wird durch Lernende der Kaufmännischen Berufsschule Rossfeld im Rahmen ihres Arbeitspensums betreut. Diese

innovative Lösung bietet einerseits Jugendlichen mit Behinderung eine sinngebende, spannende Aufgabe andererseits garantiert ihr Einbezug, dass das neue Angebot auch andere Jugendliche mit Behinderung anspricht. Da sich die Dienstleistung an alle Jugendliche richtet, ist nicht nur eine Stigmatisierung ausgeschlossen, auch bietet das Forum und Chatroom eine Plattform an, auf der Jugendliche mit und ohne Behinderung auf einfache Art und Weise miteinander in Kontakt treten können.

Die Konzeptualisierungsphase der Austauschplattform wurde vom Eidgenössischen Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen EBGB und einer privaten Stiftung finanziert. Sie ist abgeschlossen.

Die Projektrealisierung wird wiederum durch das EBGB mitfinanziert, es werden jedoch noch weitere Gelder benötigt, um das Projekt Austausch-Plattform umsetzen zu können.

➤ Kontakt: heimgartner@radix.ch

JUGENDRATGEBER

Erfahrungen und Überlegungen Jugendlicher sind eine wichtige Inspirationsquelle für Gleichaltrige, um eigene Schwierigkeiten zu bewältigen und Fragen zu beantworten.

Jugendliche als Autor/-innen zu beteiligen, ohne sie zu überfordern und zu stigmatisieren, um ihnen die Chance zu geben, mit ihren Gedanken, Vorstellungen und Lösungsansätzen am inhaltlichen Angebot von feel-ok.ch mitzuwirken, ist das Ziel des JUGENDRATGEBERS, dem dritten Jugendpartizipationsprojekt von feel-ok.ch.

Die Grundidee des JUGENDRATGEBERS ist einfach: Jugendliche formulieren eine Frage zu einem Problem, das sie beschäftigt, eine andere Jugend-Gruppe verfasst dazu eine Antwort und die dritte bewertet die Ratschläge. Nur von Jugendlichen genehmigte Ratschläge werden veröffentlicht. Die lokale Jugendberatungsstelle leistet Hilfe, falls während des Projekts eine professionelle Unterstützung erforderlich wird. Die Grundidee des JUGENDRATGEBERS ist einfach: Wenn man sich aber mit den verschiedenen Facetten dieses Jugendpartizipationsprojektes auseinandersetzt, wird seine hohe Komplexität ersichtlich.

Der Jugendratgeber
JUGENDLICHE FRAGEN
JUGENDLICHE UND FACHPERSONEN ANTWORTEN

THEMA ALLE THEMEN 20 > SORTIERUNG NEUESTE FRAGEN >

WIE KANN ICH MICH SELBER MOTIVIEREN ZU LERNEN?
Wie kann ich mich selber motivieren zu lernen?
Clara | 16 J. | Frau | ZH

Versuche das Lernen spasshaft zu gestalten. Lerne nicht immer auf die selbe Art und Weise. Arbeite mit Belohnungen: arbeite ¼ Stunden und mach anschliessend 5-10 min etwas, was dir Spass macht. Trotzdem ist das Lernen manchmal mühsam und anstrengend. Aber Kopf hoch es kommen auch wieder bessere zeiten
loli-pop | 14 J. | Frau | ZH

| | | |
|--------------|----------|---|
| Durchschnitt | 6 Sterne | 3 |
| 5.3 (★★★★★) | 5 Sterne | 4 |
| | 4 Sterne | 1 |
| | 3 Sterne | 0 |
| | 2 Sterne | 0 |
| | 1 Stern | 0 |

Vorschau auf den JUGENDRATGEBER: dem dritten Jugendpartizipationsprojekt von feel-ok.ch

Nachdem die Pilotphase erfolgreich abgeschlossen werden konnte, suchen wir eine geeignete Finanzierung, um feel-ok.ch mit der Funktionalität des JUGENDRATGEBERS zu erweitern und erste Jugendbeiträge in die Webplattform zu integrieren.

- > Vorschau⁷: www.feelv6.ch/jugendratgeber/startseite.htm
- > Kontakt: padlina@radix.ch

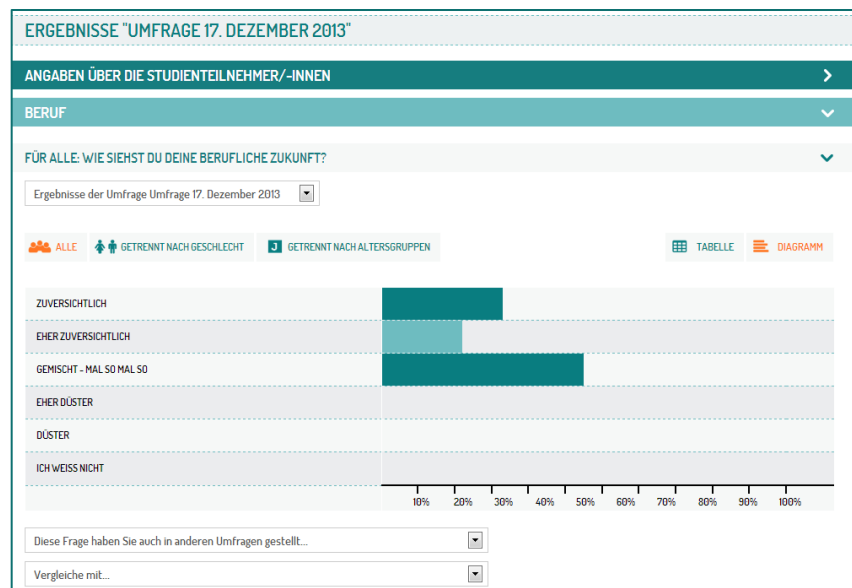
SPRINT

Schulen können mit SPRINT mit geringem Aufwand und ohne Programmierungkenntnisse elektronische Fragebögen für eine auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnittene themenspezifische Datenerhebung vorbereiten, die Befragung u.a. in der Schulklasse oder sonst irgendwo mit einem Smartphone/Tablet in wenigen Minuten durchführen und aufgrund von automatisierten benutzerfreundlichen Protokollen in Form von Tabellen und Abbildungen herausfinden, wie häufig bestimmte Erscheinungen (u.a. im Bereich Alkohol, Tabak, Beruf, Ernährung, Gewalt und Gewicht) bei Jugendlichen in der eigenen Schule oder im ausgewählten Setting vorkommen.

⁷ Die Fragen, Antworten und Bewertungen auf www.feelv6.ch/jugendratgeber/startseite.htm wurden im Rahmen der Pilotphase erhoben und sie sind echt. Die Vorschau-Website hat jedoch nur eine beschränkte Funktionalität.

Das Ziel besteht darin, Schulen mit SPRINT zu unterstützen - und bei Bedarf - zu motivieren, aufgrund von Fakten, präventive oder frühinterventive Massnahmen einzuleiten. Da ein solches Instrument derzeit fehlt, kann angenommen werden, dass in mehreren Schulen Präventionsprojekte nicht umgesetzt werden, u.a. weil sie die Verbreitung bestimmter Phänomene im eigenen Setting nicht einschätzen können.

Die weiterführende Verknüpfung mit INFO QUEST unterstützt Multiplikator/-innen die passende Intervention zur Behebung des identifizierten Problems auszuwählen.



Die Ergebnisseite von SPRINT nach der Datenerhebung

SPRINT wird vom Bundesamt für Gesundheit - Sektion Drogen, dem Tabakpräventionsfonds und dem Nationalen Programm Alkohol finanziert.

SPRINT wird im Sommer 2014 lanciert.

> Kontakt: padlina@radix.ch

Eltern

Ein wesentlicher Faktor, der die Gesundheit wie auch die Bildung und Integration von Jugendlichen beeinflusst, ist nicht oder nur beschränkt durch sie selber zu beeinflussen: die Eltern. RADIX plant deshalb, auf feel-ok.ch eine eigenständige, umfassende Sektion für Eltern von Jugendlichen anzubieten mit dem Ziel, Eltern in ihren Elternkompetenzen zu fördern.

Eine erste Finanzierung für die Bearbeitung der Thematik «psychische Störungen» wurde von Gesundheitsförderung Schweiz zugesprochen. Eine weitere Stiftung hat grosses Interesse gezeigt, das Projekt ebenfalls zu fördern. Im Fall einer positiven Entscheidung wird die erste Sektion für Eltern auf feel-ok.ch Jahr 2015 erscheinen.

➤ Kontakt: heimgartner@radix.ch

NETZWERK

Folgende Institutionen ermöglichen mit ihren fachlichen oder finanziellen Beiträgen sowie mit ihrer Unterstützung die Realisierung und Bekanntmachung der Web-Plattform «feel-ok.ch».

An dieser Stelle danken wir allen beteiligten Institutionen und Kontaktpersonen ganz herzlich für das Engagement, die Professionalität und die Zusammenarbeit.

Trägerschaften

Die Trägerschaften sind für die Sicherstellung des Qualitätssicherungskonzeptes, für die Koordination des Netzwerkes, für das kohärente Auftreten und für die wissenschaftliche Fundierung der «feel-ok»-Plattform zuständig.

www.feel-ok.ch

Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX

Oliver Padlina

www.feel-ok.at

Styria vitalis

Christina Kelz

www.feelok.de

Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention
und Rehabilitation

Elke Böhme

Patronat

Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feel-ok.ch verantwortlich und stellen sicher, dass sie aktuell und korrekt sind. Einige thematische Programme haben mehr als eine Patronatsinstitution.

Für welche Module eine Institution zuständig ist, ist ab S. 41 ersichtlich.



www.feel-ok.ch/alkohol

Sucht Schweiz

Sabine Dobler

Details » S.41



www.feel-ok.ch/beruf

Berufsberatung.ch - ASK!

Regula Zellweger

Details » S.42



www.feel-ok.ch/sport

Bundesamt für Sport (Leistungssport · J+S)

Urs Mäder, Alain Dössegger

Details » S.55



www.feel-ok.ch/cannabis

Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung

Kanton Zürich

Vigeli Venzin

Details » S.43



www.feel-ok.ch/essen | Ernährung

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE

Stéphanie Hochstrasser

Details » S.44



www.feel-ok.ch/gewalt

Berner Gesundheit (Andreas Kohli)

Fachhochschule Nordwestschweiz (Olivier Steiner)

Institut für Konfrontative Pädagogik Schweiz (Michael Miedaner und Christian Platz)

Verein Lilli (Annette Bischof-Campbell)

National Coalition Building Institute NCBI (Andi Geu)

PFADE, Universität Zürich (Rahel Jünger)

Schweizerisches Institut für Gewaltprävention (Thomas Richter)

Schweizerisches Institut für Gewalteinschätzung (Lothar Janssen)

Schweizerische Kriminalprävention (Martin Boess)

ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung (Haennes Kunz)

zischtig.ch (Claudia Gada)

Finanzierung: Lotteriefonds des Kantons Zürich

Details » S.45



www.feel-ok.ch/gewicht | Körpergewicht und Essstörungen

Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES (Annette Bischof-Campbell)

«cool and clean» / Swiss Olympic (Adrian Von Allmen)

Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah (Brigitte Rychen)

Mühlemann Nutrition (Pascale Mühlemann)

Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter (Bettina Isenschmid)

Finanzierung: Fondation Sana

Details » S.47



www.feel-ok.ch/sex | Liebe und Sexualität

ABQ Schulprojekt (Marianne Kauer)

Verein Lilli (Annette Bischof-Campbell)

Sexualpädagogik der Stiftung Berner Gesundheit (Renate Krähenbühl)

Details » S.54



www.feel-ok.ch/sv | Selbstvertrauen und Selbstwert

PFADE, Universität Zürich (Rahel Jünger)

RADIX (Oliver Padlina)

Details » S.53



www.feel-ok.ch/stress

RADIX

Oliver Padlina

Details » S.56



www.feel-ok.ch/suizid | Suizidalität

Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich

Klinik für Soziale Psychiatrie und Allgemeinpsychiatrie ZH West - PUK
Zürich

Mariann Ring

Details » S.57



www.feel-ok.ch/rauchen

Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention (Thomas Beutler)

Berner Gesundheit (Susanne Lancker)

«cool and clean» / Swiss Olympic (Adrian Von Allmen)

Lungenliga beider Basel (vakant)

Sucht Schweiz (Sabine Dobler)

Züri Rauchfrei (Christian Schwendimann)

Finanzierung: Tabakpräventionsfonds

Details » S.50

Gönner

Unsere Gönner finanzieren feel-ok.ch als Ganzes, bestimmte Projekte oder deren Bekanntmachung. Sortiert in den Kategorien «Hauptgönner» (Beiträge über CHF 200'000.--), «Stiftungen», «Kantonale Stellen», «Gemeinde» und «Bund» werden alle Gönner seit 1999 bis heute aufgelistet. Mehr Details finden Sie unter www.feel-ok.ch/info-netzwerk

Hauptgönner (> CHF 200'000.--)

1. Bundesamt für Sport⁸
2. Eidgenössisches Büro für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (EBGB)⁹
3. Krebsliga Zürich¹⁰
4. Tabakpräventionsfonds¹¹

Stiftungen

1. Baugartenstiftung¹²
2. Credit Suisse Foundation
3. Ernst Göhner Stiftung¹³
4. Fondation Sana¹⁴
5. Grütli Stiftung Zürich¹⁵
6. Hans und Walter Brühlmann-Stiftung¹⁶
7. Migros Kulturprozent¹⁷
8. Prof. Otto Beisheim-Stiftung¹⁸
9. Rahn Stiftung¹⁹
10. Stiftung Grünau²⁰
11. Vontobel-Stiftung

⁸ Finanzierung «Sport- und Bewegungsförderung» | www.feel-ok.ch/sport

⁹ Finanzierung «Barrierefreiheit» und «Austauschplattform» für Jugendliche mit Behinderung

¹⁰ Finanzierung «Rauchprävention» | www.feel-ok.ch/rauchen

¹¹ Finanzierung «Rauchprävention» | www.feel-ok.ch/rauchen

¹² Finanzierung «Jobsuche: Du kannst!» (Arbeitstitel: Sich gegen Diskriminierung schützen) und «Info Quest» | www.feel-ok.ch/infoquest

¹³ Finanzierung «Medienkompetenz»

¹⁴ Finanzierung «Prävention von Essstörungen» | www.feel-ok.ch/gewicht und «Info Quest» | www.feel-ok.ch/infoquest

¹⁵ Finanzierung Implementierung feel-ok.ch

¹⁶ Finanzierung «Sektion Ernährung» | www.feel-ok.ch/essen

¹⁷ Finanzierung «Förderung des Selbstvertrauens» | www.feel-ok.ch/sv und «ein ausgewogenes Körpergewicht» | www.feel-ok.ch/gewicht

¹⁸ Finanzierung «Sportförderung» | www.feel-ok.ch/sport

¹⁹ Finanzierung «Re-Launch feel-ok.ch»

²⁰ Finanzierung «Lehrstellensuche in 14 Sprachen» | www.feel-ok.ch/beruf-fremdsprachen

Kantonale Stellen²¹

1. Alkoholzehntel St. Gallen
2. Alkoholzehntel Thurgau Finanzierung
3. Amt für Gesundheit Appenzell Ausserrhoden
4. Amt für Gesundheitsvorsorge des Kantons St. Gallen
5. Amt für Gesundheit und Soziales Kanton Schwyz
6. Erziehungsdirektion Kanton Bern
7. Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern
8. Gesundheitsförderung Kanton Zürich
9. Graubündner Kantonalbank
10. Kantonaler Fonds für Suchtprophylaxe und Gesundheitsförderung Schaffhausen
11. Kantonsärztliche Dienste Kanton Luzern Alkoholzehntel
12. Lotteriefonds Appenzell Ausserrhoden
13. Lotteriefonds Baselland
14. Lotteriefonds Kanton Bern
15. Lotteriefonds Kanton Glarus
16. Lotteriefonds Kanton Schwyz
17. Lotteriefonds Kanton Solothurn
18. Lotteriefonds Kanton Thurgau
19. Lotteriefonds Kanton Zug
20. Lotteriefonds Uri - Amt für Kultur und Sport
21. Lotteriefonds des Kantons Zürich²²
22. Swisslos-Fonds Basel-Stadt
23. Swisslos Kanton Aargau - Departement Bildung, Kultur und Sport
24. Swisslos Kanton St. Gallen

Gemeinde

1. Aarau AG
2. Ehrendingen AG
3. Erlenbach ZH
4. Felben-Wellhausen TG
5. Felsberg GR
6. Flims GR
7. Hunzenschwil AG
8. Klosters GR
9. Meilen ZH
10. Moosseedorf BE
11. Muhen AG
12. Otelfingen ZH

²¹ Finanzierung «Kantonale Implementierung»

²² Finanzierung «Gewaltprävention» | www.feel-ok.ch/gewalt

-
13. Pratteln BL
 14. Rapperswil-Jona SG
 15. Reinach BL
 16. Remetschwil AG
 17. Saanen BE
 18. Spiez BE
 19. Steinmaur ZH
 20. St. Margrethen SG
 21. Thun BE
 22. Vaz/Obervaz GR
 23. Winterthur ZH
 24. Zug ZG

Bund

1. bildung+gesundheit Netzwerk Schweiz
2. Bundesamt für Gesundheit - Nationales Programm Alkohol²³
3. Bundesamt für Gesundheit - Sektion Drogen²⁴
4. Bundesamt für Sozialversicherungen²⁵

Kooperation

Die Kooperationspartner überprüfen die Inhalte der Patronatsinstitutionen und regen Verbesserungen an. Sie unterstützen aber auch das feel-ok.ch-Team dabei, aufgrund konkreter Bedürfnisse, neue Inhalte und Dienstleistungen für die Erweiterung der Web-Plattform zu identifizieren.

Beruf

1. Stadt Zürich - Laufbahnzentrum
2. ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau
3. Berufswahltagbuch (Schulverlag)

Eltern

1. Elternbildung CH
2. Elternnotruf
3. Fachstelle Elternbildung Kanton Zürich
4. Geschäftsstelle Femmes-Tische Schweiz
5. Stiftung Kinderschutz Schweiz
6. Universität Freiburg - Institut für Familienforschung und -beratung
7. ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie

²³ Finanzierung «SPRINT»

²⁴ Finanzierung «Früherkennung und Frühintervention»

²⁵ Finanzierung «VIRTUAL STORIES» | www.feel-ok.ch/virtualstories

Früherkennung und Frühintervention

1. Beratung und Bildung Coach/Supervisor & Organisationsberater bso
2. Beratungs- und Präventionsstelle der Schule Hombrechtikon
3. Bundesamt für Gesundheit
4. Dachverband offene Kinder- und Jugendarbeit Schweiz
5. Fachverband Sucht
6. Firm-IN
7. Hochschule für Soziale Arbeit FHNW, Institut Sozialplanung und Stadtentwicklung
8. Pädagogische Hochschule FHNW, Beratungsstelle Gesundheitsbildung und Prävention
9. Regionale Suchtpräventionsstelle Zürcher Oberland
10. Samowar, Suchtprävention, Meilen
11. Schule Sarnen
12. Sucht Schweiz

Gewaltprävention

1. Amt für soziale Sicherheit / Fachbereich Opfer/Gewalt/Sucht Solothurn
2. Bildungsdirektion Kanton Zürich
3. CEVI Entfelden
4. Fachstelle Gewaltprävention Zürcher Oberland
5. Fachstelle Suchtprävention des Mittelschul- und Berufsbildungsamtes Kanton Zürich
6. IFSA Institut für Soziale Arbeit / FHS St. Gallen
7. Institut für Erziehungswissenschaft Universität Zürich
8. Institut für Soziologie der Universität Basel
9. Institut Psychologie & Bedrohungsmanagement (I:P:Bm) sowie Institut für deliktbezogene Täterarbeit (IDT)
10. IST INTERVENTIONSSTELLE GEGEN HÄUSLICHE GEWALT
11. Kantonspolizei Zürich / Kriminalpolizei/Spezialabteilung
12. Kinderschutz Schweiz
13. Kinderschutzzentrum St.Gallen
14. Limita, Fachstelle zur Prävention sexueller Ausbeutung, Zürich
15. mira, Fachstellen zur Prävention sexueller Ausbeutung im Freizeitbereich
16. okaj zürich
17. opferberatung zürich
18. Peacecamp
19. Schul- und Sportdepartement der Stadt Zürich
20. Schul- und Sportdepartement der Stadt Zürich / Fachstelle für Gewaltprävention
21. Schulberatung Einsiedeln
22. Schulkraft

23. TikK - Kompetenzzentrum für interkulturelle Konflikte

Gewicht und Essstörungen

1. consulting mannhart
2. PEP Prävention von Essstörungen
3. Körperwahrnehmungstherapie Inselspital Bern
4. Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
5. Swiss Olympic
6. Experten-Netzwerk Essstörungen Schweiz ENES
7. KompetenzZentrum Essstörungen und Adipositas
8. Schweizerische Adipositas-Stiftung

Jugendliche mit Behinderung

1. avanti donne
2. Agile Behinderten-Selbsthilfe Schweiz
3. Beratung und Begleitung für Menschen mit Behinderung, Luzern
4. Blindspot
5. FRAGILE Suisse
6. insieme Schweiz
7. LKH Selbsthilfe-Organisation für lautsprachlich kommunizierende Hörgeschädigte
8. Mathilde Escher Heim für Menschen mit Körperbehinderung, Zürich
9. Plusport
10. Procap/Procap bewegt
11. Schweizerischer Blindenbund
12. Stiftung MyHandicap Schweiz
13. Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld, Bern
14. Verband Dyslexie Schweiz
15. Zentrum für Selbstbestimmtes Leben ZLZ Schweiz

Medienkompetenz

1. Jugendseelsorge Zürich (Fachstelle für Jugendarbeit und Jugendberatung der kath. Kirche im Kt. Zürich)
2. Pro Juventute Schweiz, Fachbereich Medienkompetenz
3. RADIX, Zentrum für Spiel- und andere Verhaltenssuchte
4. Swisscom
5. Universität Zürich, Institut für Publizistikwissenschaft und Medienforschung
6. ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung St. Gallen, freelance

Implementierung

Die Implementierungspartner sind nationale, überregionale oder lokale Institutionen, die die Bekanntmachung von feel-ok.ch in verschiedenen Settings fördern.



1. Bildung + Gesundheit, Netzwerk Schweiz (D. Costantini)
2. Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz hepa.ch (M. Hodel)
3. Stiftung idée:sport - Midnight Projekte (R. Schmuki)



4. Suchtprävention Aargau (M. Bachofen)
5. Department Bildung, Kultur und Sport, Abteilung Volksschule (V. Brun)
6. Departement Gesundheit und Soziales, Kantonsärztlicher Dienst (E. Weber-Treichler)



7. Amt für Volksschule und Sport Appenzell Ausserrhoden (W. Klauser)
8. Beratungsstelle für Suchtfragen (A. Heeb-Eckhart)



9. Amt f. Volksschulen, Abteilung Pädagogik (T. Oeschger)
10. Gesundheitsförderung Baselland (S. Koller)



11. Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt (mixyourlife.ch, E. de Bruyn Ouboter)
12. Erziehungsdepartement Basel-Stadt (D. Schneider)



13. Erziehungsdirektion des Kantons Bern (R. Bieri)
14. Gesundheits- und Fürsorgedirektion (K. Baumgartner)
15. Berner Gesundheit (A. Schärmeli)
16. PHBern, Institut für Weiterbildung (H. Gebert)



17. Departement Bildung und Kultur Kanton Glarus (L. Noser)
18. wuweg (A. Kaufmann)



19. Kantonsärztliche Dienste Luzern (C. Burkard Weber)
20. Pädagogische Hochschule Luzern (T. Bürgisser)
21. Dienststelle Volksschulbildung (Peter Sonderegger)



- 22. Volksschulamt - Solothurn (A. Walter)
- 23. Gesundheitsamt (C. Schweighauser)
- 24. PERSPEKTIVE Region Solothurn-Grenchen (R. Henz)
- 25. Suchthilfe Ost (M. Alder)
- 26. Jugendförderung Solothurn (M. Casutt)



- 27. Erziehungsdepartement Schaffhausen (A. Meyer)
- 28. Fachstelle für Gesundheitsförderung und Prävention (E. Bucher)



- 29. Amt für Gesundheitsvorsorge, Fachstelle Schule und Gesundheit (N. Würth)
- 30. Kinderschutzzentrum St. Gallen (C. Hengstler)
- 31. Amt für Volksschule (B. Metzler)



- 32. Amt für Volksschulen und Sport Schwyz (U. Stalder)
- 33. Amt für Soziales und Gesundheit (M. Beeler)
- 34. Pädagogische Hochschule Zentralschweiz PHZ Schwyz (W. Rhyner)
- 35. Gesundheit Schwyz (F. Businger)



- 36. Fachstelle für Kinder-, Jugend- und Familienfragen (R. Siegenthaler)
- 37. Kantonsärztlicher Dienst - Beauftragte für Gesundheitsförderung (J. Hübscher Stettler)
- 38. Perspektive Thurgau (E. Zimmermann)



- 39. Amt für Kultur und Sport Kanton Uri (J. Schuler)
- 40. Gesundheitsförderung Uri (M. Fehlmann)



- 41. Amt für gemeindliche Schulen Kanton Zug (L. Annen)
- 42. Gesundheitsamt des Kantons Zug (M. Bowley)
- 43. Pädagogische Hochschule Zentralschweiz PHZ Zug (A. Abächerli)
- 44. Fachstelle punkto Jugend und Kind (P. Richmond)



- 45. Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung Kanton Zürich (V. Venzin)
- 46. Prävention & Gesundheitsförderung Kanton ZH (R. Stähli)
- 47. Züri Rauchfrei (C. Schwendimann)

Dienstanbieter

Die Dienstanbieter sind verantwortlich für bestimmte Dienstleistungen von feel-ok.ch:

1. ANNE VOSS FILM: Body Talk
2. MODULUS WEBSERVICES GMBH: Programmierung
3. Feinheit.ch: Webdesign

Netzwerk feel-ok.at

Das Netzwerk von feel-ok.at in Österreich.
Alle Details unter www.feel-ok.at/infos-netzwerk

Fördergeber

1. Fonds Gesundes Österreich²⁶
2. Bundesministerium für Unterricht, Kunst und Kultur
3. Das Land Steiermark - Abt. Gesundheit
4. Das Land Steiermark - Jugend

Patronatsinstitutionen

1. AIDS-Hilfe Steiermark²⁷
2. Arbeiterkammer Steiermark - Abteilung Lehrlings- und Jugendschutz²⁸
3. Frauengesundheitszentrum Graz²⁹
4. FRAUSERVICE Graz
5. Friedensbüro Graz³⁰
6. GIVE - Servicestelle für Gesundheitsbildung³¹
7. kontakt+co - Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol³²
8. I(i)ebenslust³³
9. Männerberatung³⁴
10. Österreichische Bundes-Sportorganisation (BSO)³⁵
11. Styria vitalis³⁶
12. SXA-Info³⁷

²⁶ Finanzierung der Implementierung und der Fachstellendatenbank

²⁷ Thema «HIV/Aids, sexuell übertragbare Krankheiten» (www.feel-ok.at/sex)

²⁸ Thema Beruf (www.feel-ok.at/beruf)

²⁹ Themen: «Weiblicher Körper und Lust», «Verhütung, Schwangerschaft und Menstruation» (www.feel-ok.at/sex) und «Gewicht»

³⁰ Thema «Gewalt»

³¹ Thema «Stress»

³² Thema «Cannabis» (www.feel-ok.at/cannabis)

³³ Themen «Sexualität erleben», «Sexuelle Orientierung», «Der Körper verändert sich» (www.feel-ok.at/sex)

³⁴ Thema «Der männliche Körper und die Lust» (www.feel-ok.at/sex)

³⁵ Thema «Sport» (www.feel-ok.at/sport)

³⁶ Themen «Ernährung» (www.feel-ok.at/essen), «Selbstvertrauen» (www.feel-ok.at/sv) und «Stress» (www.feel-ok.at/stress)

³⁷ Thema «Pornografie & Prostitution» (www.feel-ok.at/sex)

-
13. Verein Hazissa - Fachstelle für Prävention gegen (sexualisierte) Gewalt³⁸
 14. Vivid - Fachstelle für Suchtprävention³⁹
 15. WEIL - Weiter im Leben⁴⁰

Implementierungspartner

1. AVOS - Arbeitskreis für Vorsorgemedizin Salzburg
2. Fachstelle für Suchtprävention Burgenland
3. Fachstelle für Suchtprävention NÖ
4. Landesstelle Suchtprävention Kärnten
5. Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ
6. kontakt+co - Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol
7. Styria vitalis
8. Sucht- und DrogenkoordinationsgmbH - Institut für Suchtprävention - Wien
9. Supro - Werkstatt für Suchtprophylaxe in Vorarlberg

³⁸ Thema «Sexuelle Gewalt» (www.feel-ok.at/sex)

³⁹ Themen «Alkohol» (www.feel-ok.at/alkohol) und «Rauchen» (www.feel-ok.at/tabak)

⁴⁰ Thema «Suizidalität» (www.feel-ok.at/suizid)

NUTZUNG VON FEEL-OK.CH

Alle Themen auf einen Blick

Statistiken geben meistens an, wie häufig eine Website besucht wurde. Dieser Wert mag verständlich sein, er ist jedoch wenig aussagekräftig, da «ein Besuch» sowohl wenige Sekunden wie auch mehrere Minuten dauern kann.

Die Interventionsdauer ist ein deutlich interessanterer Indikator für die Nutzung einer Website: Sie ist das Produkt der Anzahl heruntergeladenen Seiten multipliziert mit der durchschnittlichen Bearbeitungszeit jeder Seite. Ein Beispiel: Wenn ein Besucher 10 Seiten jeweils 2 Minuten anschaut, beträgt die Interventionsdauer 20 Minuten. Wenn eine Besucherin stattdessen die 10 Seiten jeweils nur 6 Sekunden anschaut, beträgt die Interventionsdauer 1 Minute (10 Seiten Mal 6 Sekunden). In beiden Fällen hat das Statistiktool jeweils nur einen Besuch protokolliert: Zwischen beiden Besuchern gibt es jedoch frappante Unterschiede in der Interventionsdauer (20 Minuten gegenüber 1 Minute)

Die durchschnittliche Besuchsdauer unter den thematischen Sektionen von feel-ok.ch ist unterschiedlich lang. So lässt sich erklären, warum das Programm zum Thema «Stress» mit 8'070 Besuchen eine deutlich schlechtere Interventionsdauer (36 Tage) hat als die Sektion zum Thema «Beruf», die mit 6'679 Besuchen (also mit fast 1'400 Besuchen weniger) eine deutlich bessere Interventionsdauer aufweist (47 Tage, siehe Tabelle auf der nächsten Seite). Der Grund: Jugendliche setzen sich mit den Inhalten zum Thema Beruf deutlicher länger auseinander als mit jenen zum Thema «Stress».

Mit einer Interventionsdauer von 167 Tagen (= 4'011 Stunden) befindet sich das Thema «Sexualität» an der Spitze der Programme auf feel-ok.ch, die am intensivsten besucht werden. Dann folgen in dieser Reihenfolge die Themen Rauchen, Cannabis, Gewalt, Sport, Ernährung und Alkohol.

feel-ok.ch hat im Jahr 2013 eine Intervention von 800 Tagen geleistet. Dies entspricht einer Interventionsdauer von etwa 19'200 Stunden. Würde man diese Zeit mit einem stündlichen Lohneinsatz von CHF 100 entschädigen, wäre dafür eine Investition von CHF 1'920'000 notwendig (die Rechnung berücksichtigt nur die thematischen Seiten, die Jugendliche adressieren).

Folgende Tabelle listet auf, wie häufig die einzelnen thematischen Sektionen von feel-ok.ch besucht wurden. Für jede Sektion wird die Interventionsdauer in Tagen sowie die Änderung in der Nutzungshäufigkeit im Vergleich mit dem vorherigen Jahr angegeben.

Ein Beispiel: die thematische Sektion für Jugendliche zum Thema Sexualität wurde im Jahr 2013 insgesamt **40'400** Mal besucht. Heruntergeladen wurden insgesamt 199'220 Seiten (die Information über die Seitenaufrufe sind in der Detailtabelle auf S.54 ersichtlich). Insgesamt beträgt die Interventionsdauer der Sektion «Sexualität» 4'011 Stunden, was **167** Tagen entspricht. Die Inhalte zum Thema Sexualität wurden 2013 **23%** häufiger als im vorherigen Jahr heruntergeladen.

| Thema | Details S. | Besuche (N) | Interventionsdauer (Tage von je 24h) | Vergleich mit 2012 |
|-----------------------|------------|-------------|--------------------------------------|--------------------|
| Sexualität, Liebe | 54 | 40'400 | 167 | +23% |
| Rauchen | 49 | 22'460 | 109 | +10% |
| Cannabis | 43 | 13'505 | 76 | +60% |
| Gewalt | 45 | 11'721 | 71 | +22% |
| Sport, Bewegung | 55 | 9'815 | 67 | +29% |
| Ernährung | 44 | 10'260 | 66 | -3% |
| Alkohol | 41 | 11'644 | 64 | +17% |
| Beruf | 42 | 6'679 | 47 | +87% |
| Gewicht, Essstörungen | 47 | 11'816 | 45 | +41% |
| Selbstvertrauen | 53 | 7'950 | 40 | +7% |
| Stress | 56 | 8'070 | 36 | +18% |
| Suizidalität | 57 | 3'168 | 12 | +34% |
| Summe | | | 800 | +29% |

Auf folgende Seiten werden detaillierte Informationen über die Nutzung einzelner thematischen Sektionen sowie über die gesamte feel-ok.ch-Anwendung vermittelt.

Alkohol

Das Programm zum Thema «Alkoholprävention» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 11'644 Mal besucht. Dies entspricht einer Interventionsdauer von 1'535 Stunden (64 Tage von jeweils 24 h).

Sucht Schweiz hat das Patronat für das Programm. Die Tabelle zeigt die Anzahl heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool. Verglichen mit dem vorherigen Jahr liegt eine Steigerung der Besucherzahlen der Sektion Alkohol von 17% vor.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|--|-----------------------------------|-----------------------|
| Für Tempo-Leser | 7'733 | 22'956 |
| Alkohol-Check-Test | 3'409 | 7'026 |
| Alkohol-Quiz | 1'444 | 3'090 |
| Keine Lust | 1'343 | 3'322 |
| Neugier | 615 | 1'130 |
| Ab und zu | 1'418 | 2'935 |
| Manchmal zu viel | 844 | 1'974 |
| Regelmässig, häufig | 808 | 1'928 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Videoclips | 5'470 | 4'752 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 1'624 | 1'658 |
| Vorschläge zur Unterrichtsgestaltung (Sucht Schweiz) | 2'902 | 2'388 |

MEHR +



FÜR TEMPO-LESER

Wie wirkt Alkohol? Wann ist man süchtig? Ab wann ist Alkohol schädlich? Was tun im Notfall?



VIDEOCLIPS

„Mit Alkohol durch Himmel und Hölle?“ Clips von Oberstufenklassen.



ALKOHOL-CHECK-TEST

„Zu viel? Noch ok? Wo ist dein Limit?“ Finde es heraus.

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/alkohol
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+alkohol



Beruf

Das Programm zum Thema «Beruf» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 6'679 Mal besucht. Dies entspricht einer Interventionsdauer von 1'142 Stunden (47 Tage von jeweils 24 h).

berufsberatung.ch hat das Patronat für das Programm. Die Tabelle zeigt die Anzahl heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool.

Verglichen mit dem vorherigen Jahr konnten die Besucherzahlen der Sektion Beruf um 87% gesteigert werden.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|---|-----------------------------------|-----------------------|
| Den richtigen Beruf finden (Interessenkompass) | 4'535 | 9'962 |
| Ich und mein Beruf | 3'111 | 8'392 |
| Infovideos | - | ⁴¹ 9'250 |
| Lehrstellensuche in 14 Sprachen | - | ⁴² 1'425 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 672 | 792 |

| | | |
|---|---|--|
|  |  |  |
| <p>DEN RICHTIGEN BERUF FINDEN</p> <p>Wo liegen meine Stärken? Mit dem Interessenkompass erfährst du, welcher Beruf zu dir passt.</p> <p style="text-align: right;">→</p> | <p>ICH UND MEIN BERUF</p> <p>Einen Beruf finden, Probleme in der Lehre, Rechte und Pflichten</p> <p style="text-align: right;">→</p> | <p>INFOVIDEOS</p> <p>Nimm Einblick in über 100 verschiedene Berufe.</p> <p style="text-align: right;">→</p> |

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/beruf
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+beruf

⁴¹ Online seit 19.4.2013

(Top-Ten der am meisten angeschauten Berufsvideos: Fachfrau Gesundheit, Dentalassistentin, Agrarpraktiker, Informatiker, Hotelfachfrau, Automobil-Fachmann, Automobilmechatroniker, Fachfrau Betreuung, Forstwart und Automatiker)

⁴² Online seit 21.7.2013

Cannabis

Das Programm zum Thema «Cannabisprävention» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 13'505 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 1'824 Stunden (76 Tage von jeweils 24 h).

Die [Fachstelle Suchtprävention Mittelschulen und Berufsbildung Kanton Zürich](#) hat das Patronat für das Programm.

Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool. Verglichen mit dem vorherigen Jahr zeigt sich eine Steigerung der Besucherzahlen der Sektion Cannabis von 60%.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| Cannabis-Check | 3'563 | 9'414 |
| Leiterspiel | 2'715 | 6'579 |
| Für Tempo-Leser | 7'131 | 26'952 |
| Sei clever | 1'490 | 4'660 |
| Neugier | 889 | 2'032 |
| Gelegentlicher Konsum | 695 | 2'593 |
| Kiffende ohne Bedenken | 1'179 | 4'443 |
| Kiffende mit Bedenken | 787 | 2'364 |
| Kein Kiffen mehr | 321 | 865 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 816 | 1'296 |

WO STEHST DU?



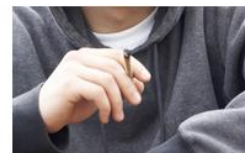
SEI CLEVER

Safer Use Regeln, Notfall,
Gefahren, Sucht und
Mischkonsum



NEUGIER

Du möchtest Cannabis
probieren: Was reizt dich?



GELEGENTLICHER KONSUM

Du kiffst ab und zu: Weiter so?

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/cannabis
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+cannabis

Ernährung

Das Programm zur «Förderung einer gesunden Ernährung» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde im Jahr 2013 insgesamt 10'260 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 1'586 Stunden (66 Tage von jeweils 24 h).

Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE hat das Patronat für das Programm.

Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool. Verglichen mit dem vorherigen Jahr sind die Besucherzahlen der Sektion Ernährung um 3% gesunken.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|---|-----------------------------------|-----------------------|
| Für Tempo-Leser | 12'023 | 22'513 |
| Spiel der Schweizer Lebensmittelpyramide | 4'340 | 10'301 |
| Schwing den Kochlöffel (Gorilla) | 1'684 | - |
| Fast Food | 4'697 | 11'362 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 1'078 | 1'090 |

| | | |
|---|---|---|
|  |  |  |
| <p>FÜR TEMPO-LESER Was ist eine gesunde Ernährung? Welche Fette gibt es? Was sind Eiweisse und welche Vitamine brauchen wir?</p> | <p>SPIEL DER SCHWEIZER LEBENSMITTELPYRAMIDE Darf ich gleich viel Fisch essen wie Karotten? Ist ein Pack Chips jeden Tag ok? Finde es heraus.</p> | <p>SCHWING DEN KOCHLÖFFEL Kochen mit GORILLA-Koch Sandro Heimberg (Videoclips)</p> |

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/essen
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+essen

Gewalt

Das Programm zum Thema «Gewaltprävention» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 11'721 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 1'717 Stunden (71 Tage von jeweils 24 h). Verglichen mit dem vorherigen Jahr verzeichnet die Sektion Gewalt 22% mehr Besuche. Für die Zuständigkeit der Module, siehe nächste Seite.

| Modul/Tool | Seitenaufufe 2012 | Seitenaufufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufufe 2013 |
|-------------------------------|----------------------|----------------------------------|----------------------|
| Fragen und Antworten° | | 1'371 | 3'789 |
| Tests und Quiz° | | 2'885 | 5'690 |
| Stoppt Gewalt! Clips° | 2'419 | | 2'561 |
| Richtig oder falsch?° | | 455 | 1'064 |
| Jugendliche erzählen°° | 2'529 | | 1'728 |
| Tipps gegen Gewalt°°° | | 1'467 | 3'447 |
| Cybermobbing, Medien* | | 5'490 | 14'907 |
| Wer bin ich?*** | 1'809 | | 1'586 |
| Mit Konflikten umgehen+ | 1'369 | | 1'704 |
| Sich wehren, Hilfe holen*** | 3'190 | | 4'204 |
| Zivilcourage°° | 1'455 | | 2'917 |
| Einem Freund helfen+ | 489 | | 503 |
| Mitgegangen, mitgefangen+ | | 341 | 730 |
| Anzeige erstatten++ | 3'794 | | 3'785 |
| Infos für Täter+ | 1'324 | | 2'508 |
| Gemeinsam gegen Gewalt+ | 566 | | 603 |
| Sexuelle Gewalt+++ | 1'585 | | 1'776 |
| Herkunft und Vorurteile°° | 1'661 | | 3'703 |
| Täter, Opfer and co.- | | 468 | 878 |
| Gewalt: Warum?°°° | | 293 | 725 |
| Folgen- | | 253 | 503 |
| Nimmt Gewalt zu?++ | | 329 | 374 |
| Jugendgewalt ist selten- | | 123 | 146 |
| Brave Mädchen, böse Jungs?- | | 395 | 853 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 961 | | 1'381 |

Patronat:

- °) RADIX
- °°) National Coalition Building Institute NCBI
- °°°) ZEPRA
- *) zischtig.ch
- ***) PFADE, Universität Zürich
- ***) Schweizerisches Institut für Gewaltprävention
- +) Institut für Konfrontative Pädagogik Schweiz IK-S
- ++) Schweizerische Kriminalprävention
- +++) Verein Lilli
-) Berner Gesundheit

Finanzierung: Lotteriefonds des Kantons Zürich

AKTION MEHR +

| | | |
|---|--|--|
|  |  |  |
| TIPPS GEGEN GEWALT Was ist Gewalt? Was tun, wenn du oder ein Freund bzw. eine Freundin geschlagen, gemobbt oder angemacht wird? | CYBERMOBBING, MEDIEN Wirst du im Internet beleidigt? Werden peinliche Fotos von dir gepostet? So reagierst du richtig. | WER BIN ICH? Weisst du, wer du bist, verhältst du dich auch gegenüber anderen Menschen fair. |

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/gewalt
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+gewalt

**Gewicht,
Essstörungen**

Das Programm zum Thema «Körpergewicht und Essstörungen» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 11'816 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 1'077 Stunden (= 45 Tage). Verglichen mit dem vorherigen Jahr verzeichnet die Sektion Gewicht / Essstörungen 41% mehr Besuche. Für die Zuständigkeit der Module, siehe nächste Seite.


| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|----------------------------------|-------------------------------|---|-------------------------------|
| Fragen und Antworten° | 2'026 | | 3'230 |
| Richtig oder falsch?° | 1'596 | | 2'049 |
| Jugendliche erzählen°° | 801 | | 1'150 |
| BMI° | 12'159 | | 15'554 |
| Unzufriedenheit° | | 1'263 | 3'432 |
| Zunehmen, abnehmen° | 3'038 | | 5'084 |
| Diäten° | 1'173 | | 1'931 |
| Folgen° | 752 | | 1'274 |
| Ursachen° | 841 | | 669 |
| Gesunde Ernährung° | 1'307 | | 1'453 |
| Sport°°° | 969 | | 1'453 |
| Verbreitung° | 668 | | 1'025 |
| Tests (Essstörungen) | | 2'170 | 6'033 |
| Habe ich eine Essstörung?* | | 1'178 | 4'604 |
| Behandlung, Therapie** | 1'321 | | 2'643 |
| Freunden helfen* | 1'041 | | 1'627 |
| Gefühle und essen* | 1'119 | | 1'410 |
| Folgen* | 2'303 | | 2'334 |
| Ursachen** | 996 | | 1'516 |
| Verbreitung* | 388 | | 675 |
| Leistungssport°°° | 426 | | 368 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 668 | | 985 |
| Schüler/-innen und Essstörungen* | 199 | | 255 |

Patronat:

- °) Schweizerischer Fachverein Adipositas im Kindes- und Jugendalter
- °°) Mühlemann Nutrition
- °°°) Cool and Clean
- *) Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah
- **) Arbeitsgemeinschaft Essstörungen


Finanzierung: **Fondation Sana**

GEWICHT MEHR +




BMI
Ist dein Gewicht OK? Bist du zu schwer? Zu leicht? Und was dann?

→



UNZUFRIEDENHEIT
Fühlst du dich in deinem Körper nicht wohl? Wer oder was kann dir helfen?


→




ZUNEHMEN, ABNEHMEN
Gesund und langfristig Gewicht verlieren oder zunehmen.

→


ESSSTÖRUNGEN MEHR +



TESTS
Leidest du an einer Anorexie, Bulimie oder Orthorexie?



HABE ICH EINE ESSSTÖRUNG?
Anorexie, Bulimie, Binge Eating, Orthorexie, Adoniskomplex: Wenn Essen zum Problem wird.



BEHANDLUNG, THERAPIE
Je früher die Behandlung beginnt, desto besser: Was und wer hilft?

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/gewicht
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+gewicht

**Medienkompetenz
(VIRTUAL STORIES)**

Von der geplanten neuen Sektion für Jugendliche zum Thema «Medienkompetenz» wurde bis heute das Jugendpartizipationspilotprojekt «Virtual Stories» erprobt (S.15).

Da sich das Projekt in der Pilotphase befindet, wurde noch keine aktive Kommunikationstätigkeit zur Förderung der Nutzung dieses Angebotes eingeleitet: «VIRTUAL STORIES» wurde dennoch seit Mitte 2013 insgesamt 977 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 86 Stunden (= 3.5 Tage).

Dieses Projekt setzt RADIX zusammen mit der Stiftung idée:sport, dem Institut für Medien und Schule (IMS) und der Pädagogischen Hochschule Schwyz um.

Finanzierung: Bundesamt für Sozialversicherungen

| Modul/Tool | Seitenaufrufe seit Mitte 2013 |
|-----------------|-------------------------------|
| VIRTUAL STORIES | 5'730 |

VIRTUAL STORIES

STORIES ▾

- Echte Stories
- Angemacht
- Hacker
- Rache
- Nacktbilder
- Sexseite
- Süchtig

MACH MIT! >

ANGEMACHT VOM FREUND DES VATERS

Vanessa wird über Facebook vom besten Freund ihres Vaters angemacht. Er wohnt zum Glück in der Dominikanischen Republik.


Vanessa ist irritiert, aber ihre Mutter hilft ihr, sich zu wehren. Wurdest du im Internet auch schon angemacht? Wie hast du reagiert?

Unter dem Video kannst du deine Meinung schreiben. Erfinde eine E-Mailadresse (Beispiel: 123@123.ch) und klick auf "Ich schreib lieber als Gast", wenn Du anonym bleiben willst.

LIKE

LATER

SHARE



00:01

HD vimeo

8 Kommentare ★ 0

> Jugendliche: www.feel-ok.ch/virtualstories


Rauchen

Das Programm zum Thema «Rauchprävention» für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde im Jahr 2013 insgesamt 22'460 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 2'632 Stunden (109 Tage von jeweils 24 h).

Verglichen mit dem vorherigen Jahr sind die Besucherzahlen der Sektion Tabak um 10% gestiegen.


WO STEHST DU?

MEHR +




NICHTRAUCHEN HAT VORTEILE
Viele Jugendlichen rauchen nicht, viele wollen aufhören. Warum?

→



TROTZDEM GIBT ES RAUCHER
Warum einige Jugendliche rauchen und welche Alternativen sie haben

→




RAUCHER ENTSCHIEDEN
Weniger rauchen, aufhören oder weiter rauchen? Wie entscheidest du?


→

VERSCHAFF DIR DEN DURCHBLICK


MEHR +



SEX UND PILLE
Erektionsstörungen und geringere sexuelle Lust. Zigaretten und Pillen vertragen sich nicht.



GEWICHTSZUNAHME
So nimmst du nach dem Rauchstopp nicht zu.



GELD
Wenige werden reich, viele werden arm. Rauchst du nicht, sparst du Geld.

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/rauchen
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+rauchen

Für die Zuständigkeit der Module, siehe nächste Seite.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|---|-----------------------|-----------------------|
| Rauchstopp-Programm ^{°°} | 13'111 | 12'170 |
| Tests, Quiz, Games ^{°°°} | 10'974 | 17'390 |
| Fragen und Antworten [°] | 6'286 | 7'049 |
| Clips | 2'643 | 2'484 |
| Richtig oder falsch? [°] | 4'610 | 2'697 |
| Einem Freund helfen [*] | 691 | 346 |
| Wettbewerbe und Angebote | 504 | - |
| Nichtrauchen hat Vorteile ^{**} | 4'256 | 8'745 |
| Trotzdem gibt es Raucher ^{**} | 3'141 | 3'099 |
| Raucher entscheiden ^{**} | 1'344 | 2'308 |
| Nichtraucher entscheiden ^{**} | 1'096 | 981 |
| Wochenende und Parties [*] | 1'027 | 1'133 |
| Rückfall ^{**} | 546 | 497 |
| Sex und Pille [*] | 3'451 | 4'418 |
| Gewichtszunahme [*] | 1'484 | 1'714 |
| Geld [°] | 2'786 | 4'463 |
| Sport ⁺ | 1'855 | 1'258 |
| Gesundheitsschäden [°] | 6'993 | 5'652 |
| Sucht ^{**} | 3'018 | 2'165 |
| 4'800 Substanzen [°] | 4'862 | 4'722 |
| Tricks der Tabakindustrie [°] | 2'683 | 2'867 |
| Passivrauchen [°] | 2'602 | 1'643 |
| Umwelt, Tiere, Menschen [°] | 1'913 | 2'088 |
| Werbung, Sponsoring [°] | 2'649 | 2'865 |
| Häufigkeit ⁺⁺ | 907 | 1'531 |
| Wasserpfeife, Snus [°] | 13'736 | 13'854 |

Fortsetzung: Nächste Seite

| | | |
|-------------------------------|-------|-------|
| Gesetze° | 1'010 | 2'029 |
| Schwangerschaft, Babies** | 1'098 | 983 |
| Geschichte des Tabaks° | 632 | 641 |
| Übersichtseite Arbeitsblätter | 1'247 | 2'210 |

Folgende Patronatsinstitutionen sind für die Module des schweizerischen Rauchprogramms zuständig:

- °) [Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention Schweiz](#)
- °°) [Züri Rauchfrei](#)
- °°°) [RADIX](#)
- *) [Lungenliga beider Basel](#)
- **) [Berner Gesundheit](#)
- +) [Cool and Clean](#)
- ++) [Sucht Schweiz](#)

Finanzierung: [Tabakpräventionsfonds](#)

Selbstvertrauen

Das Programm zur Förderung des Selbstvertrauens und des Selbstwertes für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 7'950 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 970 Stunden (40 Tage von jeweils 24 h).

Verglichen mit dem vorherigen Jahr verzeichnet die Sektion Selbstvertrauen 7% mehr Besuche.

Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| Tests° | 7'179 | 16'403 |
| Selbstvertrauen aufpeppen° | 5'325 | 15'037 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Wer bin ich?* | 10'394 | 6'534 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 915 | 1'062 |

Patronat:

°) [RADIX](#)

*) [PFADE, Universität Zürich](#)

VERSCHAFF DIR DEN DURCHBLICK



TESTS

Vertraust du deinen Fähigkeiten? Magst du dich? Stehst du zu deiner Meinung?



SELBSTVERTRAUEN AUFPEPPEN

So kannst du dein Selbstvertrauen verbessern.



WER BIN ICH?

Wenn du weisst, wer du bist, stärkst du deinen Selbstwert und dein Selbstvertrauen

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/sv
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+sv

Sexualität und Liebe

Das Programm zur Förderung eines verantwortungsbewussten Umganges mit der Sexualität für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 40'400 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 4'011 Stunden (167 Tage von jeweils 24 h). Verglichen mit dem vorherigen Jahr konnten die Besucherzahlen der Sektion Liebe und Sexualität um 23% gesteigert werden. Die Patronatsinstitution für alle Module ist die **Berner Gesundheit** (Ausnahmen » Sexuelle Orientierung: **ABQ Schulprojekt** / AIDS, Hepatitis, Herpes: **RADIX** / Sexuelle Gewalt: **Verein Lilli**).

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| Liebe und Beziehung | 10'557 | 30'608 |
| Der weibliche Körper | 17'566 | 35'997 |
| Der männliche Körper | 10'740 | 24'036 |
| Sexualität erleben | 13'649 | 39'281 |
| Sexuelle Orientierung | 4'093 | 10'851 |
| AIDS, Hepatitis, Herpes | 5'625 | 15'021 |
| Menstruation, Schwangerschaft | 3'177 | 6'464 |
| Verhütung | 6'643 | 17'464 |
| Pornographie, Prostitution | 5'394 | 12'343 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Sexuelle Gewalt | 6'829 | 7'155 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 1'435 | 2'146 |

VERSCHAFF DIR DEN DURCHBLICK



LIEBE & BEZIEHUNG

Wie flirte ich? Wie mache ich den ersten Schritt? Was hilft bei Eifersucht oder Liebeskummer?



DER WEIBLICHE KÖRPER

Welche Berührungen mögen Frauen?



DER MÄNNLICHE KÖRPER

Wo sind die erogenen Zonen der Männer?

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/sex
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+sex

Sport und Bewegung

Das Programm zur Förderung der körperlichen Aktivität für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 mindestens 9'815 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 1'613 Stunden (=67 Tage). Verglichen mit dem vorherigen Jahr zeigt sich eine Steigerung der Besucherzahlen von 29%. Das **Bundesamt für Sport BASPO** hat das Patronat für das Programm. Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|--------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| Welche Sportart passt zu dir? | 3'822 | 11'616 |
| Infovideos° | 7'316 | 17'787 |
| Sport in deiner Nähe | 1'115 | 4'544 |
| Bewegungstest | 2'341 | 4'662 |
| Für Tempo-Leser | 1'444 | 4'458 |
| Dartfit | 583 | 1'228 |
| Dance Factory | 461 | 817 |
| Aktive Bewegungspausen - Clips | 335 | 299 |
| Modul/Tool | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 786 | 644 |

° Die am häufigsten aufgerufenen Videos sind jene über Fussball, Tai-Chi, American Football, Aikido, Breakdance, Aerobic, Ju-Jitsu, Kendo, Kanusport, Fitnessstraining und Mountainbike Downhill (> 200 /Jahr).

VERSCHAFF DIR DEN DURCHBLICK



WELCHE SPORTART PASST ZU DIR?

Mit dem Sportarten-Kompass erfährst du mehr über deine Vorlieben.



INFOVIDEOS

Curling, Fussball, Tanzen, Segeln und weitere Sportarten stellen sich vor.



SPORT IN DEINER NÄHE

Neue Sportarten schnuppern und Freunde finden? Alle Sportvereine in unserer Datenbank suchen Jugendliche wie dich!

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/sport
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+sport

Stress

Das Programm zur Stressprävention für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde im Jahr 2013 insgesamt 8'070 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 867 Stunden (36 Tage von jeweils 24 h). Verglichen mit dem vorherigen Jahr liegt eine Steigerung der Besucherzahlen der Sektion Stress von 18% vor.

RADIX hat das Patronat für das Programm.

Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool.

| Modul/Tool | Seitenaufufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufufe 2013 |
|-------------------------------|----------------------------------|----------------------|
| Tests | 4'886 | 10'799 |
| Mehr Power gegen Stress | 2'683 | 6'281 |
| Entspannung | 2'285 | 6'292 |
| Sage auch mal Nein | 935 | 3'058 |
| Schlafprobleme | 1'032 | 2'748 |
| Konflikte | 692 | 1'640 |
| Unterricht, Prüfungen | 3'036 | 5'682 |
| Familie | 878 | 2'509 |
| Modul/Tool | Seitenaufufe 2012 | Seitenaufufe 2013 |
| Überblickseite Arbeitsblätter | 804 | 984 |

VERSCHAFF DIR DEN DURCHBLICK



TESTS
Wie gross ist dein Risiko, bei Problemen Stress zu haben?



MEHR POWER GEGEN STRESS
Häufig liegt die Lösung bei einen selbst.



ENTSPANNUNG
Kurze Entspannungsübungen, die helfen, die Batterien neu aufzuladen.

- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/stress
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+stress

Suizidalität

Das Programm zur Prävention der Suizidalität für Jugendliche auf feel-ok.ch wurde 2013 insgesamt 3'168 Mal besucht. Dies entspricht einer Intervention von 304 Stunden (12 Tage von jeweils 24 h). Verglichen mit dem vorherigen Jahr konnten die Besucherzahlen in der Sektion Suizidalität um 34% gesteigert werden.

Das [Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich](#) hat das Patronat für das Programm.

Die Tabelle zeigt die Anzahl Besuche bzw. heruntergeladene Seiten pro Modul/Tool.

| Modul/Tool | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|----------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| Adressen | 630 | 2'215 |
| Suizidgedanken / - Versuch | 2'457 | 6'987 |
| Sich Sorgen machen | 1'099 | 2'535 |
| Jemand hat sich suizidiert | 617 | 1'436 |
| Zahlen | 401 | 874 |

HILFSANGEBOTE



ADRESSEN

Adressen, wo du Hilfe bekommst, wenn du an Suizid denkst oder dir Sorgen um andere machst.



SUIZIDGEDANKEN /- VERSUCH

Du hast Suizidgedanken oder einen Suizidversuch unternommen



SICH SORGEN MACHEN

Du willst wissen, welche Anzeichen darauf hinweisen, jemand könnte Suizid begehen und wie man handelt

> www.feel-ok.ch/suizid

INFO QUEST

Im April 2013 wurde INFO QUEST lanciert. Die Angebotsdatenbank dient dazu, bestehende Ressourcen, wie Projekte, Beratungsstellen, Freizeitaktivitäten, didaktische Materialien und Websites zu valorisieren, um dadurch ihre Nutzung zu fördern. Praktisch von jeder feel-ok.ch-Seite aus hat man Zugang zu dieser neuen Dienstleistung, die Ende 2013 bereits auf rund 260 Ressourcen verweist (Details S.14). Neue Daten werden laufend erfasst.

The screenshot shows the 'FREUNDEN HELFEN' section of the INFO QUEST website. At the top, there is a navigation bar with various icons representing different services. Below it, a breadcrumb trail reads 'JUGENDLICHE > GEWICHT, ESSSTÖRUNGEN > FREUNDEN HELFEN'. The main content area is titled 'FREUNDEN HELFEN' and includes a sub-section 'ANZEICHEN' with a dropdown menu. The selected item is 'Unterschiedliche Anzeichen', which lists 'Anorexie', 'Bulimie', 'Binge Eating', 'Orthorexie', 'Anorexie bei Knaben', and 'Essstörungen bei Sportlern'. To the right, there is a main article titled 'ANZEICHEN SIND SEHR UNTERSCHIEDLICH' with a sub-heading 'Menschen mit Essstörungen unterscheiden sich ausserlich je nach Form ihrer Essstörung sehr stark voneinander. Sie können dick oder dünn sein; sie können aber auch ein normales Körpergewicht haben.' Below this, there is a paragraph and a bulleted list. To the right of the main article, there is a sidebar with a search icon and the text 'INFO QUEST für Jugendliche' and 'Hilfsangebote, gute Websites, coole Ideen für dich'. Below that, there is a section titled 'AKTUELL' with a sub-section 'HILFE SUIZIDGEDANKEN' and a small image of a person sitting at a table.

INFO QUEST wurde seit April 2013 insgesamt 10'263 Mal genutzt. Die Beratungsstelle-Datenbank, die in INFO QUEST integriert wurde, wurde Jahr 2012 insgesamt 2'617 Mal abgefragt: INFO QUEST wurde fast 4 Mal häufiger genutzt.


- > Jugendliche: www.feel-ok.ch/infoquest
- > Multiplikator/-innen: www.feel-ok.ch/+infoquest

**Fragenarchiv -
Chats - Foren**

In einer neuen Rubrik stellt feel-ok.ch bewährte Ressourcen im Bereich Online-Beratung, wie z.B. 147, tschau.ch, look-up und lilli in den Vordergrund. Das Ziel besteht darin, die junge Zielgruppe auf diese E-Dienstleistungen aufmerksam zu machen, um dadurch die Wahrscheinlichkeit zu erhöhen, dass sie genutzt werden. Untenstehende Abbildung zeigt, dass vor allem die Seite «Frage? Antwort» häufig heruntergeladen wurde.


| | Besuche 2013 |
|----------------|--------------|
| Frage? Antwort | 3'645 |
| Foren | 1'052 |
| Chat | 2'193 |

FRAGE? ANTWORT!




147
Das Team von Pro Juventute (147) hat die Fragen von tausenden Jugendlichen beantwortet. Klick rein...

→




TSCHAU.CH
Andere Jugendliche haben sich deine Frage vermutlich schon gestellt. Und tschau.ch hat sie beantwortet... Surfe im Fragenarchiv.

→




CIAO.CH
ciao.ch a répondu à beaucoup de questions de jeunes. Tu trouves les réponses ici.

→




LOOK UP
Du findest in diesem Archiv fast 6000 Fragen und Antworten von Jugendlichen über alle möglichen Themen, die look up in den letzten Jahren beantwortet hat.

→



GENERATIONENBRÜCKE
Jugendliche fragen, Senioren geben über Internet Antwort. Profitiere von ihrer Lebenserfahrung.

→



SUCHT SCHWEIZ
Brauchst du Rat zu Alkohol, Rauchen oder anderen Drogen? Die Antworten von Sucht Schweiz bringen dich weiter.

→

Die Nutzungsstatistiken auf Seite 77 weisen zudem darauf hin, dass vor allem 147 und tschau.ch von dieser prominenten Positionierung auf feel-ok.ch profitiert haben:

- > Frage? Antwort: www.feel-ok.ch/fragenarchiv
- > Foren: www.feel-ok.ch/foren
- > Chat: www.feel-ok.ch/chat

Bonus (Beratung, Body Talk, Game)

In der Rubrik «Bonus» finden Jugendliche und Multiplikator/-innen Adressen von Beratungsstellen und andere Ressourcen, um eigene Anliegen und Probleme zu besprechen, sie erfahren, was andere Jugendliche über Liebe, Freundschaft, Stress, Sexualität und andere wichtige Themen denken (Aus dem Leben - Body Talk) und sie können mit «Schiffe versenken» ihre Kenntnisse über Gesundheitsthemen auf spielerische Weise unter Probe stellen.




Folgende Tabelle zeigt, wie häufig die einzelnen Dienstleistungen im Jahr 2013 genutzt wurden.

| Für Jugendliche | Seitenaufrufe 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|--|-----------------------|-----------------------|
| Info Quest (Beratung) | 2'617 | 10'263 |
| Aus dem Leben (Body Talk) [°] | 5'591 | 7'060 |
| Spiel Schiffe versenken* | 16'028 | 3'001 |

[°]Patronat: [Anne Voss Film](#)

*Nutzungsstatistiken von feel-ok.ch und www.feel-ok.at

BONUS

| | | |
|---|--|---|
| <p>BERATUNG Antworten von Fachpersonen auf Fragen von Jugendlichen, inkl. Notrufnummern.</p> | <p>AUS DEM LEBEN Über Liebe, Freundschaft, Stress, Sexualität, Essen, Beruf und mehr.</p> | <p>GAME Triffst du die richtige Antwort oder wirst du getroffen?</p> |
|  |  |  |

- > Beratung und Info Quest: www.feel-ok.ch/infoquest
- > Aus dem Leben: www.feel-ok.ch/bodytalk
Am häufigsten angeschaut, wurden die Interviews von Miriam, Nadine, Simon, Daniela, Alice und Tamara (mehr als 300 Views).
- > Spiel Schiffe versenken: www.feel-ok.ch (siehe GAME)

**Handbuch,
Unterlagen...**

In der Sektion für Multiplikator können sich Lehr- und Fachpersonen über feel-ok.ch informieren sowie Unterlagen herunterladen und bestellen.



Die Nutzungsstatistiken deuten darauf hin, dass vor allem das Handbuch und das Arbeitsblatt Tabak Sonderedition häufig heruntergeladen wurden. Die Seite «Materialbestellung» wird häufig besucht.

| Für Multiplikatoren | Seitenaufrufe 2013 | Download 2013 | Bestellungen 2013 |
|--------------------------------------|--------------------|---------------|-------------------|
| Handbuch | 1'582 | 529 | |
| Materialbestellung | 2'975 | | |
| ... Faltflyer für Erwachsene | | 156 | 2'893 |
| ... Plakat Rauchstopp-Programm | | 57 | 143 |
| ... Arbeitsblatt Tabak Sonderedition | | 694 | 429 |
| ... Postcards für Jugendliche | | | 5'145 |
| ... Pocketflyer für Jugendliche | | | 2'356 |
| Vortrag | 747 | 197 | |
| Newsletter | 236 | | |
| The best of... | 1'043 | | |
| Mit feel-ok.ch verlinken | 267 | | |

Folgende direkte Adressen führen zu den gewünschten Seiten und Unterlagen:

- > Handbuch: www.feel-ok.ch/+handbuch
- > Materialbestellung: www.feel-ok.ch/+materialbestellung
- > Vortrag: www.feel-ok.ch/+vortrag
- > Newsletter: www.feel-ok.ch/+rundbrief
- > The best of...: www.feel-ok.ch/+thebestof
- > Verlinkungen: www.feel-ok.ch/+verlinkung

Newsletter

Insgesamt 1'654 Personen erhielten Ende 2013 das Newsletter von feel-ok.ch mit Neuheiten über die Webplattform und aus dem institutionellen Netzwerk.

Arbeitsblätter

Mit den Arbeitsblättern können Multiplikator/-innen fast ohne Vorbereitungsaufwand die Inhalte von feel-ok.ch mit Jugendlichen bearbeiten. Zu fast allen Themenbereichen bietet feel-ok.ch Arbeitsblätter zum Download kostenlos an. Da die Arbeitsblätter als Worddokument zur Verfügung stehen, können sie von fast allen Nutzer/-innen den eigenen Bedürfnissen angepasst werden.

Im Jahr 2013 wurden die Arbeitsblätter zu den Themen Rauchen, Sexualität, Gewalt, Selbstvertrauen und Alkohol besonders häufig heruntergeladen.

Folgende Tabelle zeigt, wie häufig im Jahr 2012 und 2013 die Arbeitsblätter unter feel-ok.ch heruntergeladen wurden. Positive Entwicklungen sind grün gefärbt. In Klammern wird angegeben, wie viele Arbeitsblätter pro Thema zur Verfügung stehen.

| | N Download 2012 | N Download 2013 |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------|
| Rauchen (10) | 1'570 | 1'930 |
| Sexualität, Liebe (11) | 1'609 | 1'926 |
| Gewalt (11) | 1'039 | 1'169 |
| Selbstvertrauen (3) | 679 | 739 |
| Alkohol (6) | 889 | 724 |
| Cannabis (5) | 546 | 571 |
| Ernährung (2) | 759 | 549 |
| Stress (4) | 580 | 541 |
| Gewicht, Essstörungen (4) | 209 | 477 |
| Beruf (1) | 288 | 233 |
| Sport, Bewegung (2) | 282 | 182 |
| Summe | 8'450 | 9'041 |

Hier können Sie die Arbeitsblätter herunterzuladen:

- > www.feel-ok.ch/+alkohol
- > www.feel-ok.ch/+beruf
- > www.feel-ok.ch/+cannabis
- > www.feel-ok.ch/+essen
- > www.feel-ok.ch/+gewalt
- > www.feel-ok.ch/+gewicht
- > www.feel-ok.ch/+rauchen
- > www.feel-ok.ch/+sv
- > www.feel-ok.ch/+sex
- > www.feel-ok.ch/+sport
- > www.feel-ok.ch/+stress

Über uns

In der Rubrik «Über uns» finden die Besucher/-innen Informationen über die Facheinheit feel-ok.ch, über das Team und über das institutionelle Netzwerk. Sie können zudem neben den Jahresberichten die wissenschaftlichen Berichte und Kongressbeiträge herunterladen, sowie weitere Informationen konsultieren.

Folgende Tabelle zeigt, dass die Rubriken «feel-ok.ch ist...», «Das Team» und «Das Netzwerk» mit einer gewissen Häufigkeit angeschaut werden.

| | Seitenaufrufe Juli - Dez. 2012 | Seitenaufrufe 2013 |
|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------|
| feel-ok.ch ist... | 698 | 1'572 |
| Das Team | 433 | 998 |
| Das Netzwerk | 538 | 891 |
| Unsere Webpartner | 259 | 130 |
| Jahresberichte | 49 | 187 |
| Wissenschaftliche Berichte | 136 | 236 |
| Kongressbeiträge, Publikationen | 47 | 69 |
| Sicherheit | 32 | 47 |
| Barrierefreiheit | 38 | 66 |

VERSCHAFFEN SIE SICH DEN ÜBERBLICK



FEEL-OK.CH IST...

Was ist feel-ok? Wer ist für seine Inhalte zuständig? Welche Vorteile haben Sie, wenn Sie mit feel-ok.ch arbeiten?



DAS TEAM

Das feel-ok.ch-Team von RADIX stellt sich vor.



DAS NETZWERK

feel-ok.ch wird in Zusammenarbeit mit folgenden Institutionen angeboten.

> www.feel-ok.ch/infos

Suchmaske und Sitemap

Mit einem oder mit mehreren Suchworten ist es möglich die gewünschten Artikel auf feel-ok.ch zu finden. Die Suchmaske wurde häufig genutzt.

Das Tool SITEMAP zeigt auf einen Blick die inhaltliche Struktur von feel-ok.ch. Diese Funktion wird jedoch deutlich seltener als die Suchmaske genutzt.

| | Nutzung 2013 |
|-----------|--------------|
| Sitemap | 462 |
| Suchmaske | 14'679 |

Die Suchmaske von feel-ok.ch

The screenshot shows the 'feel-ok.ch' website interface. At the top, there is a dark green navigation bar with the logo 'feel-ok.ch' on the left and links for 'SPENDEN', 'ÜBER UNS', 'SITEMAP', and a search bar labeled 'BERUF FINDEN'. Below the navigation bar, there are three main sections: 'JUGENDLICHE', 'LEHRPERSONEN UND MULTIPLIKATOREN', and 'PARTNER'. The 'BERUF FINDEN' section is highlighted. It contains a sub-section 'FÜR JUGENDLICHE' with a 'feel-ok' logo and a description: 'Der Interessenkompass erlaubt dir, anhand deiner Interessen herauszufinden, welche Art von Tätigkeiten und Berufe zu dir passen.' Below this is another sub-section 'ABSAGEN' with a photo of students and the text: 'Will es einfach nicht klappen mit der Stellensuche? Hast du Enttäuschungen erlebt und weisst nicht, was du noch tun sollst?'. To the right of these sections is a 'MEHR' section with a sub-section 'ERWEITERTE SUCHE MIT GOOGLE FÜNDIG WERDEN' featuring a Google logo and the text: 'Finde mit Google heraus, was feel-ok zum Thema Beruf finden anbietet.'

SOZIODEMOGRAPHIE - WER NUTZT FEEL-OK?

Alter, Geschlecht, Schule




Rund 80% der Nutzer/-innen von feel-ok.ch sind Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren. Knapp mehr als die Hälfte davon sind junge Frauen (54%); 46% gehören dem männlichen Geschlecht an.

Die Hälfte der Besucher/-innen von feel-ok.ch aus der Schweiz geht in die Sekundarstufe I, gefolgt von den Gymnasiast/-innen und den Absolvent/-innen des 10. Schuljahrs.




Nation

Der Prozentsatz der Nutzer/-innen von feel-ok.ch in der Schweiz ist 2013 verglichen mit dem vorherigen Jahr um 31.6% gestiegen.

Anzahl Besuche von feel-ok.ch in der Schweiz, Deutschland und Österreich

| | | 2012 | 2013 |
|---|---------------|----------------|----------------|
|  | Schweiz | 110'244 | 145'062 |
|  | Deutschland | 20'567 | 28'752 |
|  | Österreich | 6'443 | 10'482 |
| | Andere Länder | 5'549 | 8'940 |
| | Summe | 142'803 | 193'236 |

Anzahl Besuche von feel-ok.at und feelok.de in der Schweiz, Deutschland und Österreich (2013)

| | | feel-ok.at | feelok.de |
|---|---------------|---------------|--------------|
|  | Österreich | 19'351 | 398 |
|  | Deutschland | 1'348 | 5'427 |
|  | Schweiz | 860 | 550 |
| | Andere Länder | 521 | 322 |
| | Summe | 22'080 | 6'697 |

**Kantone und
Bundesländer**

In fast allen Kantonen wurde feel-ok.ch häufiger (manchmal deutlich häufiger) als im vorherigen Jahr besucht.

| | 2012 | 2013 | Variation |
|-----------------------|----------------|----------------|--------------|
| Zürich | 52'603 | 53'376 | +1.5% |
| Bern | 14'763 | 16'552 | +12.1% |
| St. Gallen | 6'600 | 10'976 | +66.3% |
| Vaud | 1'102 | 10'069 | +813.7% |
| Aargau | 6'482 | 9'744 | +50.3% |
| Luzern | 5'667 | 8'410 | +48.4% |
| Basel-Stadt | 5'287 | 5'939 | +12.3% |
| Schwyz | 2'783 | 3'598 | +29.3% |
| Zug | 2'183 | 3'380 | +54.8% |
| Genf | 544 | 3'310 | +508.5% |
| Solothurn | 3'381 | 3'298 | -2.5% |
| Graubünden | 1'643 | 3'153 | +91.9% |
| Thurgau | 1'640 | 3'108 | +89.5% |
| Basel-Land | 1'239 | 2'546 | +105.5% |
| Fribourg | 1'452 | 1'931 | +33.0% |
| Appenzell Ausserhoden | 97 | 1'221 | +1'158.8% |
| Nidwalden | 619 | 1'014 | +63.8% |
| Wallis | 269 | 703 | +161.3% |
| Schaffhausen | 732 | 657 | -10.2% |
| Uri | 182 | 480 | +163.7% |
| Tessin | 391 | 466 | +19.2% |
| Neuchâtel | 157 | 460 | +193.0% |
| Obwalden | 175 | 285 | +62.9% |
| Glarus | 177 | 217 | +22.6% |
| Appenzell Innerhoden | 48 | 65 | +35.4% |
| Jura | 15 | 39 | +160.0% |
| Summe | 110'231 | 144'997 | 31.5% |

feel-ok.at wurde vor allem im Tirol, in Wien und der Steiermark besucht.
feel-ok.ch wurde ausserhalb der Schweiz relativ häufig in Nordrhein-Westfalen, Baden-Württemberg und Bayern besucht.

| | feel-ok.at | feelok.de | feel-ok.ch |
|---------------------|-------------------|------------------|-------------------|
| Tirol | 4'383 | 59 | 1'174 |
| Wien | 4'269 | 128 | 4'002 |
| Steiermark | 4'439 | 70 | 1'548 |
| Niederösterreich | 1'575 | 25 | 1'043 |
| Kärnten | 1'105 | 24 | 472 |
| Oberösterreich | 1'625 | 32 | 1'121 |
| Salzburg | 1'349 | 39 | 599 |
| Vorarlberg | 333 | 14 | 407 |
| Burgenland | 273 | 7 | 116 |
| Nordrhein-Westfalen | 287 | 1'184 | 6'135 |
| Baden-Württemberg | 175 | 1'039 | 4'623 |
| Bayern | 262 | 735 | 4'203 |
| Hessen | 76 | 446 | 2'061 |
| Niedersachsen | 87 | 452 | 2'550 |
| Berlin | 148 | 399 | 1'966 |
| Hamburg | 41 | 233 | 1'086 |
| Sachsen | 55 | 215 | 1'233 |
| Schleswig-Holstein | 34 | 117 | 679 |
| Rheinland-Pfalz | 64 | 185 | 2'110 |

TECHNOLOGIE

Für ein Internetprogramm stellt sich die Frage der Kompatibilität mit den Geräten, die genutzt werden, um die Inhalte der Website zu visualisieren. Die Erfassung, welche Technologien dazu verwendet werden, ist wichtig, um sicherzustellen, dass die Website einwandfrei funktioniert.

Browser

Die Mehrzahl der Nutzer/-innen besucht feel-ok.ch mit Internet Explorer, vorwiegend mit den Versionen 9, 10 und 8. Der Prozentsatz der Internet-Explorer-Nutzer/-innen sinkt seit Jahren.

Besonders verbreitet sind auch die Browser Firefox (abnehmend) und Safari (zunehmend). Die Nutzung von Chrome nimmt auch zu, der Browser von Google scheint sich jedoch (noch) nicht zu etablieren.

Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass eine Webplattform wie feel-ok.ch mit unterschiedlichen Browsern kompatibel sein muss, sonst droht eine deutliche Abnahme ihrer Nutzung.

| | feel-ok.ch 2011 | feel-ok.ch 2012 | feel-ok.ch 2013 |
|-------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| Internet Explorer | 45,8 % | 39,5 % | 31,7 % |
| ... Version 11 | | ----- | 0,6 % |
| ... Version 10 | | ----- | 25,4 % |
| ... Version 9 | | 51,4 % | 48,4 % |
| ... Version 8 | | 41,9 % | 23,2 % |
| ... Version 7 | | 5,7 % | 2,2 % |
| Firefox | 29,5 % | 24,5 % | 22,0 % |
| Safari | 16,3 % | 23,0 % | 25,3 % |
| Chrome | 6,0 % | 8,7 % | 12,3 % |
| Android Browser | 0,5 % | 2,3 % | 5,6 % |

Betriebssystem

Microsoft Windows, vor allem Windows 7 dominieren den Markt. Vor allem in der Schweiz nimmt die Bedeutung von Apple (Desktop und Mobile) zu. Die anderen Betriebssysteme spielen für feel-ok.ch eine untergeordnete Rolle.

| | feel-ok.ch 2011 | feel-ok.ch 2012 | feel-ok.ch 2013 |
|---------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| Windows | 77.0 % | 67,6 % | 59.3 % |
| ... Windows 8 | | ----- | 5.6 % |
| ... Windows 7 | | 61.2 % | 70.2 % |
| ... XP | | 27,5 % | 15.8 % |
| ... Vista | | 9,5 % | 7.1 % |
| Apple | 18,8 % | 22,4 % | 17.8 % |
| iOS | - | 4,3 % | 13.2 % |
| Android | 0,7 % | 2,5 % | 7.2 % |
| iPhone | 1,6 % | 1,4 % | - |
| Linux | 0,9 % | 0,7 % | 2.1 % |

Smartphone

Die Nutzung von feel-ok.ch mit einem Smartphone hat sich in einem Jahr verdoppelt. Insgesamt wurden 452 unterschiedliche Geräte benutzt, um die Inhalte von feel-ok.ch herunterzuladen. Die Tabelle zeigt nur die Geräte der ersten 10 Ränge an.

| | feel-ok.ch 2011 | feel-ok.ch 2012 | feel-ok.ch 2013 |
|---------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| Alle | 3.2% | 9.2% | 20.7% |
| Apple iPhone | 1'608 | 5'656 | 16'580 |
| Apple iPad | 540 | 2'972 | 7'751 |
| Samsung GT-I9100 Galaxy S II | 111 | 674 | 1'797 |
| Samsung GT-I9300 Galaxy SIII | | | 1'106 |
| Apple iPod | | 169 | 1'086 |
| Samsung GT-I9300 Galaxy S III | | | 706 |
| Samsung GT-I9505 Galaxy S IV | | | 672 |
| Samsung GT-I8190 Galaxy S III Mini | | | 394 |
| Samsung GT-I9300 Galaxy S3 | | | 345 |
| Samsung GT-P5110 Galaxy Tab 2 10.1 | | | 312 |

BESUCHERQUELLEN

Überblick

Etwa 43% der Nutzer/-innen (35% + die Google-Nutzer/-innen, die „feel-ok“ als Suchwort angegeben haben) hat die Website direkt (das heisst ohne Verlinkung und ohne themenspezifische Abfrage) erreicht.

| | feel-ok.ch 2011 | feel-ok.ch 2012 | feel-ok.ch 2013 |
|-------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|
| Direkte Zugriffe | 42 % | 36 % | 35 % |
| Durch Verlinkung | 19 % | 18 % | 14 % |
| Durch Google | 38 % | 46 % | 51 % |
| ... Davon als Suchwort «feel-ok» | - | 38 % | 15 % |

Verweise von externen Websites

14% der Nutzer/-innen von feel-ok.ch hat das Webangebot durch eine Verlinkung mit einer anderen Website erreicht. Dies haben insgesamt 1'267 Links bewirkt (-9% verglichen mit dem vorherigen Jahr).

Folgende Tabelle zeigt, in welchen Websites die Besucher/-innen den Weg zu feel-ok.ch gefunden haben (mindestens 80 Besuche).

| | feel-ok.ch 2012 | feel-ok.ch 2013 |
|--------------------------|--------------------|--------------------|
| jugendundsport.ch | 652 | 2'243 |
| 20min.ch | 2'487 | 1'459 |
| blinde-kuh.de | 599 | 753 |
| radix.ch | 763 | 743 |
| tschau.ch | 739 | 710 |
| gesundheitsfoerderung.ch | 166 | 534 |
| berufsberatung.ch | 453 | 374 |
| 147.ch | 65 | 353 |
| beobachter.ch | 265 | 333 |
| suchtprevention-zh.ch | 232 | 273 |
| at-schweiz.ch | 298 | 268 |
| facebook.com | 373 | 265 |

| | | |
|------------------------------|------|-----|
| ed-bs.ch | 0 | 255 |
| schule.at | 484 | 244 |
| suche.t-online.de | 116 | 234 |
| sge-ssn.ch | 1027 | 233 |
| jugendgesundheit.bs.ch | 172 | 206 |
| sucht.bs.ch | 103 | 205 |
| bernergesundheits.ch | 134 | 194 |
| bzdmoodle.tam.ch | 0 | 167 |
| schule-erzbachtal.ch | 0 | 152 |
| m.facebook.com | 75 | 145 |
| perspektive-so.ch | 54 | 142 |
| alkoholkonsum.ch | 134 | 108 |
| look-up.ch | 0 | 102 |
| stadt-zuerich.ch | 107 | 98 |
| ich-spreche-ueber-alkohol.ch | 0 | 95 |
| blog.tagesanzeiger.ch | 0 | 91 |
| kontakt-menu.ch | 0 | 91 |
| ciao.ch | 105 | 90 |
| suchtschweiz.ch | 110 | 87 |
| rauchfreielehre.ch | 91 | 86 |
| akj-ch.ch | 56 | 79 |

Suchworte (Google)

15% aller Besucher/-innen, die Google genutzt haben, um zum feel-ok.ch-Angebot zu gelangen, hat als Suchwort «feel-ok» in irgendeiner Variante geschrieben (die Kreativität ist unendlich). Die anderen Besucher/-innen haben mit rund 16'400 thematischen Suchbegriffen feel-ok.ch gefunden: Es ist anzunehmen, dass diese Personen feel-ok.ch vorher nicht kannten.

Auffällig ist die Zunahme um 56% (verglichen mit dem vorherigen Jahr) der Nutzer/'innen, die durch Google auf das Angebot von feel-ok.ch aufmerksam gemacht wurden.

Folgende Tabelle listet auf, welche Begriffe am häufigsten genutzt wurden, um mit Google die Webplattform feel-ok.ch zu finden.

| | 2012 | 2013 |
|-----------------------------|---------------|----------------|
| Besuche durch Google | 65'540 | 102'284 |
| www.feelok.ch | 7.132 | 3'743 |
| feel ok | 3.555 | 3'731 |
| feelok | 7.996 | 2'944 |
| feel-ok | 1.254 | 1'613 |
| selbstbefriedigung | 561 | 1'142 |
| feel-ok.ch | 1.386 | 1'036 |
| www.feel-ok.ch | 479 | 963 |
| liebe | 0 | 911 |
| alkohol | 171 | 562 |
| feelok.ch | 2.083 | 554 |
| sexualität | 40 | 548 |
| cannabis | 97 | 534 |
| geschlechtsverkehr | 50 | 430 |
| suizidgedanken | 150 | 387 |
| kiffen | 61 | 263 |
| was ist werbung | 47 | 262 |
| cybermobbing | 97 | 254 |
| petting | 16 | 254 |
| anorexie | 220 | 230 |

| | | |
|---|-----|-----|
| ernährung | 0 | 221 |
| ist snooze schädlich? | 224 | 217 |
| vulva | 286 | 201 |
| kautabak | 179 | 196 |
| http://www.feelok.ch/ | 781 | 176 |
| essstörung | 82 | 170 |
| feel.ok | 132 | 161 |
| nichtraucher werden | 90 | 148 |
| sportarten | 0 | 145 |
| snooze droge | 644 | 137 |
| zivilcourage | 73 | 114 |
| nacktbilder | 0 | 106 |
| rauchen aufhören | 204 | 104 |
| anzeige erstatten | 300 | 103 |
| das erste mal | 0 | 102 |
| schnupftabak | 60 | 102 |
| wieviel bewegung braucht der mensch | 21 | 102 |
| snooze tabak | 383 | 94 |
| feel ok.ch | 123 | 93 |
| http://www.feel-ok.ch/ | 38 | 92 |
| lebensmittelpyramide | 0 | 90 |
| web profi | 0 | 88 |
| liebe und sexualität | 57 | 83 |
| fell ok | 106 | 82 |
| cybermobbing schweiz | 21 | 81 |
| feel okay | 110 | 81 |
| was bedeutet das wort aids? | 0 | 79 |
| was ist alkohol | 22 | 77 |
| geschlechtskrankheiten unterrichtsmaterial | 0 | 75 |

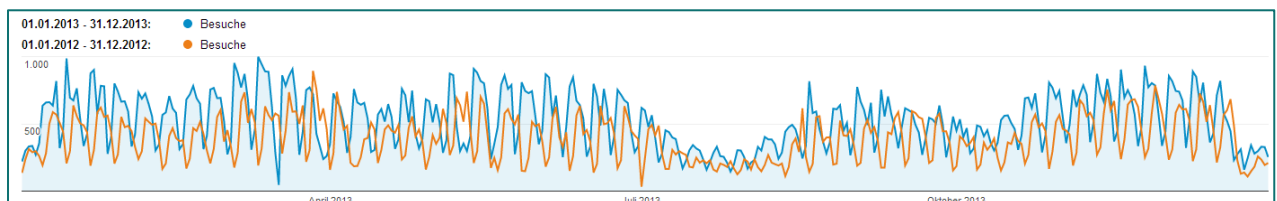
| | | |
|----------------|----|----|
| vorurteile | 25 | 75 |
| snus schädlich | 92 | 72 |
| tabak | 27 | 72 |

WERKTAGE UND FEIERTAGE

Wie untenstehende Abbildung zeigt, wird feel-ok.ch insbesondere während den Werktagen genutzt. Am Wochenende und während den Schulferien registriert das Statistiktool eine deutliche Abnahme der Anzahl Besuche.

Zudem wird ersichtlich, dass die Anzahl Besuche im Jahr 2013 kontinuierlich höher als die Anzahl Besuche im vorherigen Jahr war

Anzahl Besuche für die Periode 1. Januar 2012 bis 31. Dezember 2012 (orangerfarbige Linie) und für die Periode 1. Januar 2013 bis 31. Dezember 2013 (blaue Linie)



LINKS ZU EXTERNEN WEBSITES

Das institutionelle Netzwerk von feel-ok.ch profitiert von einer Verlinkung in der Webplattform, um die Nutzung der eigenen Website zu fördern. Vorteil: Zahlreiche Jugendliche haben durch feel-ok.ch den Weg zu externen Websites gefunden, wo sie die Möglichkeit hatten, bestimmte Themen zu vertiefen.

Folgende Tabelle zeigt, welche Websites mindestens 70 Mal aufgrund eines direkten Links auf feel-ok.ch besucht wurden.

| | 2012 | 2013 |
|------------------------------|------|-------|
| Berufsberatung.ch | 318 | 1'117 |
| BEGES | 365 | 965 |
| 147 | 96 | 861 |
| Sucht Schweiz | 896 | 797 |
| SGE-SSN | 487 | 668 |
| Lilli | 652 | 622 |
| sehn-sucht.net | 896 | 602 |
| Gesundheitsförderung Schweiz | 154 | 460 |
| Admin.ch | 0 | 439 |
| RADIX | 298 | 427 |
| sfsn.ethz.ch | 131 | 321 |
| Tschau.ch | 78 | 314 |
| SF TV | 67 | 306 |
| AKJ | 168 | 286 |
| so.suchtpraevention.org | 242 | 260 |
| SIG-Online | 168 | 233 |
| PEP Info | 129 | 202 |
| check-your-love-life.ch | 0 | 190 |
| at-schweiz.ch | 120 | 177 |
| BAG | 149 | 174 |
| aes.ch | 124 | 172 |
| bzga-kinderuebergewicht.de | 140 | 171 |

| | | |
|---------------------------|-------|-----|
| fssz.ch | 56 | 160 |
| netzwerk-essstoerungen.ch | 77 | 151 |
| Gorilla | 1'684 | 141 |
| zurismokefree.ch | 67 | 140 |
| stattgewalt.ch | 0 | 139 |
| ASB-Budget | 66 | 138 |
| aids.ch | 51 | 138 |
| old.digizen.org | 66 | 133 |
| cybercrime.admin.ch | 56 | 130 |
| fs-suchtpraevention.zh.ch | 56 | 124 |
| rauch-frei.info | 45 | 119 |
| eingreifen.de | 53 | 118 |
| Dr. Gay | 0 | 107 |
| Look-up.ch | 102 | 101 |
| Ipsilon | 0 | 97 |
| frauenaerzte.ch | 0 | 93 |
| Buch.ch | 0 | 84 |
| auf-die-gesundheit.ch/ | 0 | 83 |
| Samtag.ch | 68 | 81 |
| svde.ch | 44 | 81 |
| WWF | 118 | 73 |