

feel-ok

Jahresbericht 2018



RADIX

feel-ok.ch
Pfungstweidstrasse 10
8005 Zürich
padlina@radix.ch
+41 78 862 27 79



Styria vitalis

feel-ok.at
Marburger Kai 51/3
8010 Graz
feelok@styriavitalis.at
+43 316 82 20 94 56



BWLv

feelok.de
Renchtalstraße 14
77871 Renchen
sina.klotter@bw-lv.de
+49 7851-99477915

feel-ok.ch/infos-jahresberichte

Januar 2019

Zusammenfassung feel-ok.ch	3
Summary feel-ok.ch	4
Seit 20 Jahren setzen wir uns für Jugendliche ein	5
Team	6
Schweiz feel-ok.ch	7
Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)	7
Geplante Projekte (2019)	8
Inhaltliches Fachnetzwerk Patronatsinstitutionen	9
Kantonale Partner/-innen	10
Finanzierung	11
Kantonale Verbreitung	12
Themen	13
Arbeitsblätter INFO QUEST SPRINT 1.1 Kommunikationsmaterialien	14
Österreich feel-ok.at	15
Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)	15
Geplante Projekte (2019)	16
Inhaltliches Fachnetzwerk Patronatsinstitutionen	16
Partner/-innen in den Bundesländern	17
Finanzierung	17
Verbreitung in den österreichischen Bundesländern	18
Themen	19
Arbeitsblätter, INFO SUCHE, Kommunikationsmaterialien	20
Deutschland feelok.de	21
Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)	21
Geplante Projekte (2019)	21
Inhaltliche Verantwortung Finanzierung	22
Verbreitung in den deutschen Bundesländern	22
Themen	23
Arbeitsblätter	23

Zusammenfassung | feel-ok.ch

feel-ok.ch feiert das 20. Jubiläumsjahr mit einem Fachnetzwerk von 40 inhaltlichen Partnern, von 12 Kantonen, die für eine regionale Version der Website zuständig sind (z.B. ag.feel-ok.ch) und von fast 30 Organisationen, die mit kleinen und grossen Beiträgen das Programm finanzieren.

Anekdoten, Highlights, aber auch schwierige Momente über die 20-jährige Geschichte von feel-ok.ch erfahren Sie auf feel-ok.ch/1999-2019

Das Jahr 2018 war sehr produktiv: feel-ok.ch ist smartphone-tauglich geworden (siehe Video auf [YouTube](https://www.youtube.com)). Neue Themen (u.a. Häusliche Gewalt, Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen, Freunde in suizidaler Krise und Freizeit), Tools (u.a. das Leiterspiel zum Thema Alkohol und eine adaptierte Version zum Thema Cannabis), didaktische Instrumente und benutzerfreundliche Orientierungsseiten (z.B. Themen A-Z, Cool) haben das Angebot der Website erweitert. Jugendliche haben das erste Mal feel-ok.ch mit eigenen Beiträgen valorisiert, u.a. mit Fragen und Antworten zu Sexualität | Beziehung | Identität und Stress. Neue Studien, eine mit dem Titel «Gute Prävention im strukturierten Setting» und die andere mit dem Titel «Interessen, Kenntnisse, Fragen und Antworten Jugendlicher rund um Gesundheit und Suchtprävention» wurden veröffentlicht.

Die Nutzung von feel-ok.ch nahm mit 482'046 Sitzungen um 46% zu (vgl. mit 2017). Fast alle Kantone und thematischen Sektionen haben von dieser positiven Entwicklung profitiert. Besonders oft wurden die Themen aus den Sektionen Sexualität | Beziehung | Identität, Cannabis, Arbeit, Rauchen, Suizidalität und Gewalt konsultiert. Die Arbeitsblätter für die Schule wurden 23'738 Mal heruntergeladen (+11%). INFO QUEST wurde 49% öfter als im vorherigen Jahr genutzt.

Neue Themen für Eltern (Alkohol, Beruf, Häusliche Gewalt), das jugendpartizipative Tool «Check out», das neue Umfragetool SPRINT 2.0, interessante Methoden und eine Studie zur Tabakprävention und zur Förderung der psychischen Gesundheit wie auch überarbeitete multithematische Visitenkarten und Fragekarten gehören zu den geplanten Projekten von feel-ok.ch für das Jahr 2019 und 2020. Neuheiten werden per Rundbrief kommuniziert.

Summary | feel-ok.ch

feel-ok.ch is celebrating its 20th anniversary. Its network of experts has grown to include 40 content partners, 12 cantons responsible for their own regional versions of the website (e.g. ag.feel-ok.ch) and nearly 30 organizations that support the program financially.

You can find anecdotes, highlights, and also difficult moments in the 20-year history of feel-ok.ch (in German) at feel-ok.ch/1999-2019

The year 2018 was a very productive one: feel-ok.ch has become compatible for smartphones (through responsive design, for more information: see this video on [YouTube](#)). The website has been expanded to include new topics (including domestic violence, violence among young couples, friends in a suicidal crisis and leisure time), new tools (including a «chutes and ladders game» on the topic of alcohol and an adapted version regarding cannabis), didactic tools and user-friendly overview pages (e.g. «Topics A-Z», «Cool»). For the first time young people have enhanced feel-ok.ch with their own contributions, including questions and answers on «Sexuality | Relationship | Identity» and Stress. Furthermore, two new studies were published, one focused on effective prevention in a structured setting («Gute Prävention im strukturierten Setting»), the other on interests, knowledge, questions and answers of adolescents regarding health and addiction prevention («Interessen, Kenntnisse, Fragen und Antworten Jugendlicher rund um Gesundheit und Suchtprävention»).

Compared to 2017 the use of feel-ok.ch increased by 46% to 482,046 sessions. Almost all cantonal sites and topic sections benefited from this positive development. The sections «sexuality | relationship | identity», «cannabis», «work», «smoking», «suicidality» and «violence» were consulted especially often. Worksheets were downloaded 23,738 times (+ 11%) and INFO QUEST was use increased 49% compared to the previous year.

feel-ok.ch's planned projects for 2019 and 2020 include new topics for parents of teenagers on alcohol, work and domestic violence, the launch of the new youth-participation tool «Check out» (with contributions of young people on feel-ok.ch), a new survey tool SPRINT 2.0, interesting methods and a study on smoking prevention and the strengthening mental health, as well as revised multi-topic business cards and discussion cards.

Seit 20 Jahren setzen wir uns für Jugendliche ein

feel-ok.ch unterstützt junge Menschen seit 1999 (feel-ok.at seit 2004 und feelok.de seit 2011) dabei, ihre Lebenskompetenz zu fördern. Zahlreiche Themengebiete werden mittels Empfehlungen, Spielen, Tests und Video-Clips jugendgerecht und vielseitig vertieft.

Jugendliche werden von feel-ok unterstützt

- bei der Berufswahl, bei beruflichen Schwierigkeiten, bei der Förderung der Medienkompetenz und der Jugendrechte
- bei der Förderung des Selbstvertrauens, eines gesunden Umgangs mit Stress, einer verantwortungsbewussten Sexualität und bei der Gestaltung von respektvollen Beziehungen
- bei der Förderung der körperlichen Aktivität, eines gesunden Körpergewichts und einer ausgewogenen Ernährung
- bei der Vermeidung von Gewalt, häuslicher Gewalt, Suizidalität, Vorurteilen und Lärm
- bei psychischen Störungen, wie Depression, Essstörungen und Zwangsverhalten
- bei Suchtproblemen wie Alkohol, Cannabis, Tabak, Onlinesucht und Glücksspiel.

feel-ok bietet auch Inhalte für Erwachsene an:

- Multiplikatoren/-innen finden auf feel-ok Inhalte und Empfehlungen zu den Themen Früherkennung und Frühintervention, Smart Drugs und LehrerInnen-Gesundheit.
- Für Eltern von Jugendlichen ist feel-ok ein Ratgeber im Themenbereich Erziehung und Beziehung, psychische Belastungen und Onlinesucht.

feel-ok ist ein einzigartiges Interventionsprogramm: Es gibt kaum eine andere Plattform mit dieser Themenbreite und -tiefe, welche zugleich verschiedene Zielgruppen adressiert, sowie vielfältige Methoden und Arbeitsblätter (auch in Verbindung mit dem [Lehrplan 21](#)) anbietet, mit denen man auf jugendgerechte und kreative Art Gesundheitsinhalte bearbeiten kann.

Zurzeit bieten zwölf Kantone Jugendlichen, Lehrpersonen, Sozialarbeitern/-innen und Eltern eine regionale Version von feel-ok.ch an: [ZH](#), [ZG](#), [SO](#), [TG](#), [SG](#), [BL](#), [BS](#), [BE](#), [LU](#), [SH](#), [GL](#), [AG](#). Die kantonalen Versionen stellen spezifische Informationen zu lokalen Angeboten, Veranstaltungen und Fachstellen zur Verfügung. Gleichzeitig bieten sie alle Inhalte und Dienstleistungen der Plattform feel-ok.ch an. Die kantonalen Versionen werden von lokalen Partnern in Zusammenarbeit mit RADIX und mit dem Fachnetzwerk von feel-ok.ch verwaltet.

Von Beginn weg wurde die Entwicklung von feel-ok.ch als damaliges Interventionsprogramm der Universität Zürich von einer intensiven Forschungstätigkeit begleitet. Alle Studien können unter feel-ok.ch/infos-berichte heruntergeladen werden.

Team

Mehr Details auf feel-ok.ch/infos-team

Zum Team von feel-ok.ch, feel-ok.at und feelok.de gehörten im Jahr 2018 folgende Mitarbeitende:



Oliver Padlina (Dr. Phil., MPH)
Leiter feel-ok.ch seit 1999
padlina@radix.ch



Daniela Heimgartner
(MSc ETH Arch./Soziologin UZH)
Seit 2011 bis 2018 stellvertretende
Leiterin von feel-ok.ch



Antonia Zengerer
Koordinatorin feel-ok.at
antonia.zengerer@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-56)



Inge Zelinka Roitner
Leiterin Kindergarten & Schule bei
Styria vitalis
inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-41)



Natalie Haas
Mitarbeiterin feel-ok.at
natalie.haas@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-56)



Natalie Walter
Mitarbeiterin feel-ok.at
bis Mai 2018



Sina Klotter
Mitarbeiterin feelok.de
Sina.Klotter@bw-lv.de
(07851-99477915)



Katja Künstle
Mitarbeiterin feelok.de
Katja.kuenstle@bw-lv.de
(0781- 94878811)



Sabine Lang
Leiterin feelok.de
sabine.lang@bw-lv.de
(0761/156 309-14)

Schweiz | feel-ok.ch

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche feel-ok.ch-Projekte im Jahr 2018 realisiert wurden und welche Ziele für 2019 vorgesehen sind, wer für die Inhalte auf feel-ok.ch zuständig ist, welche Organisationen die kantonalen Versionen verwalten und mit der finanziellen Unterstützung welcher Organisationen feel-ok.ch gepflegt und erweitert werden konnte. Anschliessend erfahren Sie, wie die Themen und Dienstleistungen von feel-ok.ch genutzt wurden.

Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)

Die Version 10 von feel-ok.ch als smartphone-taugliche Anwendung wurde lanciert. Dazu gehören auch die zwei umprogrammierten Tools «beruflicher Interessenkompass» und «Sportarten-Kompass».

feel-ok.ch wurde mit den Themen «Häusliche Gewalt» (Kinderschutz Schweiz), «Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen (GJP)» (Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich), «Freunde in suizidaler Krise» (Pro Juventute), «Freizeit» und «Tabak für Tempo-Leser/-innen» erweitert.

In Zukunft werden auch Jugendliche das inhaltliche Angebot von feel-ok.ch mit geprüften und in Schulklassen gesammelten Beiträgen erweitern: Erste Jugendbeiträge zu den Themen Stress, Rauchen, Beziehung/Identität und Häusliche Gewalt sind online.

Lehrpersonen können neue Arbeitsinstrumente zu den Themen «Häusliche Gewalt», «GJP (Nr. 7, 8)», «Suizidalität» und «Freizeit» sowie erste «themenübergreifende Arbeitsblätter» herunterladen.

Spielerische Anwendungen erleichtern die Prävention. Zu diesem Zweck wurde das neue «Leiterspiel zum Thema Alkohol» und das «Leiterspiel zum Thema Cannabis» lanciert.

Wenige Minuten genügen, um sich mit der neuen Orientierungsseite «Themen A-Z» sowie mit der Seite «Cool» einen Überblick über das gesamte Angebot der Plattform zu verschaffen.

feel-ok.ch hat 2 neue wissenschaftliche Berichte veröffentlicht: Über 30 Fachorganisationen erklären, welche Massnahmen erforderlich sind, um Jugendliche in einem strukturierten Setting zu erreichen und mit ihnen Gesundheitsthemen zu vertiefen. Eine Umfrage mit 758 Jugendlichen zeigt, was Jugendliche zum Thema Tabak wissen und interessiert und was sie von einer Website erwarten.

Mit neuen Zickzack-Flyern für Jugendliche und neuen Faltflyern für Lehrpersonen sowie mit zahlreichen Workshops, Vorträgen, Optimierungen für Google, Onlinemarketing usw. wurde die jeweilige Zielgruppe auf das Angebot von feel-ok.ch aufmerksam gemacht.

feel-ok.ch wurde mit vier neuen kantonalen Versionen erweitert: BE, SH, GL und AG.

Geplante Projekte (2019)

Der Bereich auf feel-ok.ch, der Eltern von Jugendlichen adressiert (feel-ok.ch/eltern) wird mit den Themen «Alkohol» (Sucht Schweiz), «Häusliche Gewalt» (Kinderschutz Schweiz) und «Beruf» (Bildungsdirektion des Kantons Zürich - Amt für Jugend und Berufsberatung) erweitert.

Mitte 2019 erscheint das neue Projekt «Check out». Beiträge von Fachorganisationen werden durch Anregungen Jugendlicher ergänzt. Alle Beiträge werden aktiv u.a. in Schulen gesammelt. Vor der Veröffentlichung werden sie von Fachorganisationen geprüft. So finden junge Besucher/-innen in Zukunft auf feel-ok.ch nicht nur das Fachwissen von Experten/-innen, sondern bekommen als Ergänzung dazu geprüfte Anregungen auch von Gleichaltrigen.

Mit dem Umfragetool [SPRINT 2.0](#) wird ab Herbst 2019 die Möglichkeit bestehen, Fragen und Antworten des Kataloges anzupassen, sowie eigene Fragen zu generieren. Darüber hinaus wird es einfacher sein, Ergebnisse zu exportieren und zu teilen.

In Schulklassen werden neue Methoden getestet, um auf packende und spielerische Weise - auch ohne direkten Einsatz von feel-ok.ch - Gesundheitsthemen zu vertiefen. Wirksame Methoden werden auf feel-ok.ch veröffentlicht, so dass andere Fachkreise / Lehrpersonen sie mit Jugendlichen einsetzen können. Neue Einsätze werden auch für die offene Jugendarbeit konzipiert.

Eine neue Umfrage dient dazu, Sorgen und Lösungsansätze Jugendlicher zur Förderung der psychischen Gesundheit zu identifizieren. Angestrebt wird dabei die Verknüpfung zwischen Suchtprävention und Förderung der psychischen Gesundheit auf einer Plattform. Der Bericht mit den Ergebnissen der Umfrage wird voraussichtlich im Herbst 2019 erscheinen. Zurzeit ist die Umfrage in den Kantonen SG, TG, SO, BE und ZH geplant.

Um die Inhalte der Sektion «Tabakprävention» auf feel-ok.ch zu bearbeiten, steht Lehrpersonen und anderen Multiplikatoren/-innen ab 2019 ein neues Spiel zur Verfügung.

Das Angebot von feel-ok.ch ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Die Zeit ist reif für neue Werbematerialien in Form von Visitenkarten und Fragekarten, die ab 2019 bestellt werden können.

Inhaltliches Fachnetzwerk | Patronatsinstitutionen

Welche Fachorganisation für welches Thema auf feel-ok.ch zuständig ist, erfahren Sie auf feel-ok.ch/info-netzwerk (Klick auf «Patronatsinstitutionen»)

Neue Fachorganisationen ergänzen seit 2018 das Fachnetzwerk von feel-ok.ch für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte. Wir heissen das «Erziehungsdepartment des Kantons Basel-Stadt», die «Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich», «Kinderschutz Schweiz» und der «Dachverband Kinder- und Jugendförderung Graubünden» herzlich willkommen.

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feel-ok.ch verantwortlich. In dieser Rolle stellen sie sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

Dazu gehören: «Aids Hilfe Schweiz», «AnneVoss», «Arbeitsgemeinschaft Ess-Störungen AES», «Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention», «ask! - Beratungsdienste für Ausbildung und Beruf Aargau», «Berner Gesundheit», «Bundesamt für Sport (Leistungssport, J+S)», «Dachverband Kinder- und Jugendförderung Graubünden», «du-bist-du.ch», «Eidgenössisches Büro für Konsumentenfragen BFK», «Erziehungsdepartment des Kantons Basel-Stadt», «Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah», «Forum für Suizidprävention und Suizidforschung Zürich», «Geschäftsstelle Elternbildung, Amt für Jugend und Berufsberatung, Bildungsdirektion Kanton Zürich», «Fachstelle für Gewaltprävention der Stadt Zürich», «Fachstelle für Gleichstellung der Stadt Zürich», «IKS - Institut für Kinderseele Schweiz», «Info Drog», «Kinderschutz Schweiz», «Lungenliga beider Basel», «Mühlemann Nutrition», «NCBI», «DENK-WEGE, Universität Zürich», «Pädagogische Hochschule Schwyz», «Pro Juventute», «Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter», «Schweizerisches Institut für Gewaltprävention», «Schweizerische Kriminalprävention», «Staatssekretariat SECO», «Sucht Schweiz», «Unfairtobacco», «Verein Lilli», «Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssüchte», «ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung St. Gallen», «ZHAW Departement Angewandte Psychologie», «zischtig.ch», «Zürcher Fachstelle zur Prävention des Alkohol- und Medikamenten-Missbrauchs (neu seit 2019: Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs)», «Züri Rauchfrei».

Allen ganz herzlichen Dank für die aktive und unverzichtbare Zusammenarbeit!

Kantonale Partner/-innen

Für die kantonalen Versionen von feel-ok.ch sind folgende Organisationen in Zusammenarbeit mit RADIX und mit den inhaltlichen Partnern/-innen zuständig:

«Kanton Aargau - Departement Gesundheit und Soziales» (ag.feel-ok.ch), «Berner Gesundheit» (be.feel-ok.ch), «Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt» (blbs.feel-ok.ch), «Kanton Glarus - Volkswirtschaft und Inneres» (gl.feel-ok.ch), «Akzent Prävention und Suchttherapie» (lu.feel-ok.ch), «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement - Amt für Gesundheitsvorsorge» (sg.feel-ok.ch), «Fachstelle für Gesundheitsförderung, Prävention und Suchtberatung» (sh.feel-ok.ch), «Amt für soziale Sicherheit - Sozialintegration und Prävention - Kanton Solothurn» (so.feel-ok.ch), «Kanton Thurgau - Amt für Gesundheit» (tg.feel-ok.ch), «Kinder- und Jugendgesundheit - Kanton Zug» (zg.feel-ok.ch), «Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich» (zh.feel-ok.ch)

The screenshot shows the website interface for Kanton Glarus. At the top, there's a navigation bar with the logo 'gl.feel-ok.ch' and a search bar. Below the navigation bar, there are tabs for 'JUGENDLICHE', 'LEHRPERSONEN UND MULTIPLIKATOREN', and 'ELTERN'. A main banner features a photo of four young people and the text 'STRESS - JUGENDLICHE STELLEN FRAGEN.' Below the banner is a grid of 24 icons representing various topics: Themen A-Z, Alkohol, Arbeit, Cannabis, Cool, Ernährung, Frage? Antwort!, Freizeit, Gewalt, Gewicht, Essstörungen, Glücksspiel, Gewalt zwischen Eltern, Jugendrechte, Medienkomp., Webprofi, Psychische Störungen, Rauchen / Tabak, Selbstvertrauen, Sexualität, Sport, Stress, Suizidalität, and Vorurteile. On the right side, there is a sidebar for 'Kanton Glarus' with a 'Für dich aus Glarus' section containing an article titled 'JUGENDKONTAKTPOLIZEI - WIR HELFEN!' with a sub-header 'BIST DU MANGAFAN?' and a small image of two people.

gl.feel-ok.ch - Für Jugendliche, Multiplikatoren/-innen und Eltern im Kanton Glarus

Finanzierung

Wir bedanken uns bei allen Organisationen, Gemeinden und privaten Personen, die mit ihrer Finanzierung die Existenz und Weiterentwicklung von feel-ok.ch ermöglicht haben.

Welche Organisation welches feel-ok.ch-Projekt ermöglicht hat, erfahren Sie auf feel-ok.ch/info-netzwerk

Folgende Organisationen haben im Jahr 2018 feel-ok.ch finanziell unterstützt:

«Lotteriefonds Zürich», «Oak Foundation Child Abuse Programme», «Bundesamt für Gesundheit, BAG Tabakpräventionsfonds», «Kanton Aargau - Departement Gesundheit und Soziales - Abteilung Gesundheit - Sektion Gesundheitsförderung und Prävention», «Kanton Basel-Landschaft - Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion - Amt für Gesundheit», «Gesundheitsdepartement des Kantons Basel-Stadt - Medizinische Dienste, Prävention», «Gesundheits- und Fürsorgedirektion des Kantons Bern», «Kanton Glarus - Volkswirtschaft und Inneres», «Kanton Schaffhausen - Sozialamt», «Kanton Luzern - Dienststelle Gesundheit und Sport», «Amt für Gesundheit und Soziales Kanton Schwyz», «Amt für soziale Sicherheit - Sozialintegration und Prävention - Kanton Solothurn», «Eidgenössisches Departement des Innern EDI - Bundesamt für Gesundheit BAG Direktionsbereich Öffentliche Gesundheit - Sektion Gesundheitsförderung und Prävention», «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement Amt für Gesundheitsvorsorge», «Amt für Gesundheit - Thurgau Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht», «Kanton Uri Bildungs- und Kulturdirektion».

Zudem haben 2018 folgende Gemeinden feel-ok.ch unterstützt: Köniz, Weinfelden, Illnau-Effretikon, Muri b. Bern, Konolfingen BE, Rüti, Aarau, Klosters-Serneus, Lausen, Oberwil BL und Volketswil ZH.

Herzlichen Dank auch an Roland Frey für die Spende im Namen von Linzi Hahn.

Kantonale Verbreitung

Im Jahr 2018 wurde feel-ok.ch insgesamt 482'046 Mal besucht (in der Schweiz 400'358 Mal, 83%). Die Interventionsdauer beträgt 1'121 Tage von jeweils 24 Stunden. Die Häufigkeit der Nutzung von feel-ok.ch konnte - verglichen mit dem vorherigen Jahr - um 46% gesteigert werden. Erfreulich ist die Zunahme in fast allen Kantonen. Die letzte Spalte zeigt das Verhältnis zwischen der Bevölkerungsdichte der 12- bis 25-J. und der Anzahl Sitzungen im jeweiligen Kanton. Beispiel: Gemäss Angaben vom Bundesamt für Statistik lebten im Kanton ZH im Jahr 2017 207'096 Personen zwischen 12 und 25 Jahren. feel-ok.ch wurde im Kanton Zürich 150'588 Mal besucht. Daraus ergibt sich: $(150'588:207'096) \times 100 = 73\%$.

	Sitzungen 2018	vgl. 2017	Verhältnis zur 12-25-J. Bevölkerung
Zürich	150'588	39%	73%
Basel-Stadt	15'298	5%	64%
Zug	8'636	25%	49%
Luzern	27'474	33%	43%
St. Gallen	30'593	36%	38%
Bern	54'484	41%	37%
Solothurn	12'692	34%	32%
Aargau	27'990	47%	28%
Graubünden	8'040	31%	28%
Appenzell- Ausserrhoden	2'198	-7%	26%
Nidwalden	1'608	25%	26%
Genf	19'574	223%	25%
Schwyz	5'558	17%	24%
Basel-Land	9'165	61%	23%
Thurgau	9'438	32%	22%
Schaffhausen	2'589	54%	22%
Obwalden	1'174	71%	21%
Uri	1'006	12%	17%
Glarus	901	20%	15%
Fribourg	3'761	44%	7%
Waadt	4'513	53%	3%
Appenzell- Innerrhoden	75	-	3%
Wallis	1'470	29%	3%
Tessin	922	24%	2%
Jura	176	32%	1%
Neuchâtel	388	10%	1%
Liechtenstein	1'049	16%	-

Themen

Detaillierte Nutzungsangaben finden Sie in der Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/2018-excel

Wie die untenstehende Wortwolke graphisch hervorhebt, wurden im Jahr 2018 im Bereich «Jugendliche» auf feel-ok.ch vor allem die Inhalte aus den Sektionen «Sexualität, Beziehung, Identität» (84'964 Sitzungen), Cannabis (66'674), Arbeit (51'756), Rauchen (48'848), Suizidalität (39'495) und Gewalt (33'024) konsultiert. Folgen die Themen Alkohol (28'679 Sitzungen), Ernährung (23'645), Stress (20'506), Gewicht | Essstörungen (20'361), Medienkompetenz | Webprofi (15'048), Selbstvertrauen (14'469), Sport (12'208), Psychische Störungen (5'884), Freizeit (5'716), Glücksspiel (5'434), Jugendrechte (3'695), Vorurteile (3'409) und die neue Sektion «Gewalt zwischen Eltern» (1'570 Sitzungen seit August 2018). Alle Sektionen für Jugendliche wurden im Jahr 2018 öfter konsultiert als im Jahr 2017.



Abgebildete Häufigkeit der konsultierten Themen auf feel-ok.ch | Bereich Jugendliche

Im Bereich für Multiplikatoren/-innen auf feel-ok.ch/schule wurde die Sektion «Früherkennung- und Frühintervention» 882 Mal und die Sektion «Smart drugs» 642 Mal konsultiert. Eltern von Jugendlichen haben auf feel-ok.ch/eltern die Themen «Psychische Belastungen» (15'147 Sitzungen), «Erziehung und Beziehung» (5'474) sowie Onlinesucht (4'004) aufgerufen.

Mehr als 10'000 Mal im Jahr 2018 wurden folgende gezielte Angebote auf feel-ok.ch genutzt: «Cannabis: Für Tempo-Leser» (51'293 Sitzungen), «Den richtigen Beruf finden (Kompass)» (33'916), «Suizidalität: Adressen» (32'895), «Alkohol: Für Tempo-Leser» (17'269), «Sexuell übertragbare Krankheiten» (16'445), «E-Zigaretten, Shisha...» (16'023), «Verhütung» (14'815), «Psychische Störungen» (13'155), «Ich und mein Beruf» (12'929), «Sexuelle Orientierung | Identität» (12'253), «Ernährung: Für Tempo-Leser» (11'190), «Spiel der Lebensmittelpyramide» (10'758) und «Pornografie | Prostitution» (10'664).

Arbeitsblätter | INFO QUEST | SPRINT 1.1 | Kommunikationsmaterialien

Detaillierte Nutzungsangaben finden Sie in der Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/2018-excel

Die 102 Arbeitsblätter auf feel-ok.ch/arbeitsblaetter wurden im Jahr 2018 23'738 Mal heruntergeladen, 11% öfter als im vorherigen Jahr, vor allem diese - wie in der untenstehenden Wortwolke graphisch abgebildet - zu den Themen «Sexualität, Beziehung, Identität» (5'864 Downloads), Gewalt (3'138), Rauchen (2'459), Selbstvertrauen (1'611), Alkohol (1'601), Medienkompetenz (1'434), Stress (1'275), Ernährung (1'257) und Cannabis (1'090). Die neuen multithematischen Arbeitsblätter wurden 1'103 Mal heruntergeladen.



Abgebildete Häufigkeit der heruntergeladenen Arbeitsblätter auf feel-ok.ch

Die Seite von feel-ok.ch auf feel-ok.ch/lehrplan_21, um Ziele des Lehrplans 21 umzusetzen, wurde in einem Jahr 8'885 Mal aufgerufen. Die Adresskartei **INFO QUEST** mit 441 Einträgen (u.a. über Projekte, Beratungsstellen und Websites), wurde 12'598 Mal (+49%) konsultiert. Für den feel-ok.ch-Newsletter waren Ende 2018 1'907 Personen eingetragen.

Im Jahr 2018 haben 531 Personen an einer mit auf feel-ok.ch/sprint realisierten Umfrage teilgenommen (-64%). Wir erwarten, dass die Lancierung von SPRINT 2.0 im Sommer 2019 zu besseren Nutzungswerten führen wird.

Insgesamt wurden 16'590 Exemplare von [Faltflyern für Lehrpersonen](#) (965), [Visitenkarten](#) (3'828), [Fragekarten](#) (2'310), [Plakate](#) (30), [Flyer für Eltern](#) (1'532) und [Flyer für Jugendliche](#) (7'925), auf dem Postweg an interessierte Personen und Organisationen weitergeleitet.

Österreich | feel-ok.at

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche feel-ok.at-Projekte im Jahr 2018 realisiert wurden und welche Ziele für 2019 vorgesehen sind, wer für die Inhalte auf feel-ok.at zuständig ist und mit der finanziellen Unterstützung welcher Organisationen feel-ok.at gepflegt und erweitert werden konnte. Anschliessend erfahren Sie, wie die Themen und Dienstleistungen von feel-ok.at genutzt wurden.

Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)

Die Version 10 von feel-ok.at wurde lanciert. Die Verwendung der Website mit Smartphones und Tablets ist benutzerfreundlich geworden.

feel-ok.at wurde mit den Themen «Schönheitsideale» (Frauengesundheitszentrum), «Stressmanagement im LehrerInnenberuf» (BVA - Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter) und «Onlinesucht für Eltern» (b.a.s. [betrifft abhängigkeit und sucht]) erweitert.

Um Jugendliche zur Auseinandersetzung mit Gesundheitsthemen zu motivieren, wurden in Kooperation mit der VSG Produktionsschule und dem Verein CunTRA von und mit Jugendlichen Videoclips zu feel-ok-Themen entwickelt. Neben einem allgemeinen feel-ok Video entstanden Clips rund um die Themen Beruf, Cannabis, Rauchen und Suizidprävention. Das Videoprojekt wurde von den jeweiligen Patronatsinstitutionen fachlich begleitet und vom Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger finanziert.

Spielerische Anwendungen erleichtern die Prävention. Zu diesem Zweck wurde das neue «Leiterspiel zum Thema Alkohol» und das «Leiterspiel zum Thema Cannabis» lanciert.

feel-ok.at hat eine weitere Online-Befragung veröffentlicht. Rund 70 SchülerInnen der Höheren Technischen Lehranstalt Leoben nahmen an der Befragung teil und bewerteten nach einer kurzen Einführung den Nutzen und die Attraktivität von feel-ok.at.

Um die neue Sektion PädagogInnengesundheit – Stress- und Klassenmanagement – bei Lehrpersonen bekannt zu machen, wurde eine Karte entwickelt. Mit Workshops, Schulungen und Gesundheitstagen wurden Jugendliche und MultiplikatorInnen auf das Angebot von feel-ok.at aufmerksam gemacht.

Geplante Projekte (2019)

feel-ok.at wird mit den Themen «Herkunft und Vorurteile» (Programm Gewalt; Land der Menschen), «Jugendrechte» (Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ) und «Herausfordernde SchülerInnen» (Bereich PädagogInnengesundheit; Styria vitalis) erweitert. Weiteres sind die Themen «Social Media», «Spiele Apps» und «Darknet» geplant.

Das Angebot von feel-ok.at ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Werbematerialien für Jugendliche, MultiplikatorInnen und Eltern können kostenlos bestellt werden.

Inhaltliches Fachnetzwerk | Patronatsinstitutionen

Neue Fachorganisationen ergänzen seit 2018 das Fachnetzwerk von feel-ok.at für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte. Wir heissen die «BVA - Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter» und «b.a.s. [betrifft abhängigkeit und sucht]» herzlich willkommen.

Welche Fachorganisation für welches Thema auf feel-ok.at zuständig ist, erfahren Sie auf feel-ok.at/infos-netzwerk

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feel-ok.at verantwortlich. In dieser Rolle stellen sie sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

Dazu gehören:

«AIDS-Hilfe Steiermark», «Arbeiterkammer Steiermark - Abteilung Bildung, Jugend und Betriebssport», «Beratungsstelle COURAGE», «BVA - Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter», «Fachstelle für Glücksspielsucht Steiermark», «Fit Sport Austria GmbH», «Frauengesundheitszentrum», «FRAUENSERVICE Graz», «Friedensbüro Graz», «give - Servicestelle für Gesundheitsbildung», «Hazissa - Prävention sexualisierter Gewalt», «Institut für Familienförderung», «kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol», «Lil* - Zentrum für Sexuelle Bildung, Kommunikations- & Gesundheitsförderung», «LOGO jugendmanagement», «Österreichisches Institut für angewandte Telekommunikation», «Plattform Intersex Österreich», «Roswitha Laminger-Purgstaller - Mit dem Leben in Kontakt sein», «Styria vitalis», «Umwelt-Bildungs-Zentrum Steiermark», «Unfairtobacco», «Verein für Männer- und Geschlechterthemen Steiermark», «VIVID-Fachstelle für Suchtprävention», «WEIL - Weiter im Leben».

Allen ganz herzlichen Dank für die aktive und unverzichtbare Zusammenarbeit!

Partner/innen in den Bundesländern

Neben Styria vitalis, das die Gesamtkoordination von feel-ok.at übernimmt, gibt es in jedem Bundesland eine Organisation, die als Implementierungspartner/-in tätig ist. Folgende Partner/-innen sind für feel-ok.at in den einzelnen Bundesländern zuständig:

«AKL Abt. 5 – UA Prävention und Suchtkoordination» (Kärnten), «AVOS - Arbeitskreis Vorsorgemedizin Salzburg» (Salzburg), «Fachstelle NÖ» (Niederösterreich), «Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ» (Oberösterreich), «kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz» (Tirol), «Psychosozialer Dienst GmbH - Fachstelle Suchtprävention Burgenland» (Burgenland), «Styria vitalis» (Steiermark), «Sucht- und Drogenkoordination Wien - Institut für Suchtprävention» (Wien), «SUPRO – Werkstatt für Suchtprophylaxe» (Vorarlberg).

Wir bedanken uns herzlich für das Engagement für feel-ok.at.

Finanzierung

Wir bedanken uns bei den Fördergeber/-innen, die mit ihrer Finanzierung die Existenz und Weiterentwicklung von feel-ok.at ermöglicht haben.

Folgende Organisationen haben im Jahr 2018 feel-ok.at finanziell unterstützt:

«Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger» und «Das Land Steiermark - Gesundheit».

Welche Organisation welches feel-ok.at-Projekt ermöglicht hat, erfahren Sie auf feel-ok.at/infos-netzwerk

Verbreitung in den österreichischen Bundesländern

Im Jahr 2018 wurde feel-ok.at insgesamt 198'922 Mal besucht (in Österreich 109'715 Mal, 55%). Die Interventionsdauer beträgt 85 Tage von jeweils 24 Stunden. Die Häufigkeit der Nutzung von feel-ok.at konnte - verglichen mit dem vorherigen Jahr - um 112% gesteigert werden. Erfreulich ist die Zunahme in allen Bundesländern.

	Sitzungen 2018	vgl. 2017
Wien	58'051	133%
Steiermark	11'690	58%
Tirol	10'114	72%
Oberösterreich	9'035	72%
Niederösterreich	8'264	86%
Salzburg	5'095	74%
Kärnten	3'495	23%
Vorarlberg	2'399	47%
Burgenland	1'541	120%

Themen

Detaillierte Nutzungsangaben finden Sie in der Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/2018-excel

Wie die untenstehende Wortwolke graphisch hervorhebt, wurden im Jahr 2018 im Bereich «Jugendliche» auf feel-ok.at vor allem die Inhalte aus den Sektionen «Sexualität, Beziehung, Identität» (82'998 Sitzungen), Cannabis (49'723), Alkohol (18'803) und Rauchen (14'578) konsultiert. Für die anderen thematischen Sektionen gelten folgende Nutzungswerte: Gewalt (6'792 Sitzungen), Ernährung (5'070), Gewicht | Essstörungen (4'739), Selbstvertrauen (3'024), Stress (2'973), Suizidalität (2'756), Arbeit (2'447), Medienkompetenz (2'311), Sport (2'283), Lärm (2'134), Glücksspiel (1'892) und Onlinesucht (1'377). Alle thematischen Sektionen für Jugendliche wurden im Jahr 2018 öfter als im Jahr 2017 konsultiert.



Abgebildete Häufigkeit der konsultierten Themen auf feel-ok.at | Bereich Jugendliche

Im Bereich für Multiplikatoren/-innen auf feel-ok.at/+multiplikatoren wurde die Sektion «PädagogInnen-Gesundheit» seit April 2018 3'782 Mal konsultiert.

Eltern von Jugendlichen haben auf feel-ok.at/eltern die Themen «Psychische Belastungen» (6'471 Sitzungen) und «Erziehung und Beziehung» (527) aufgerufen.

Mehr als 5'000 Mal im Jahr 2018 wurden folgende Angebote auf feel-ok.at genutzt: «[Cannabis: Für Tempo-Leser](#)» (44'168 Sitzungen), «[Sex: We can?! \(Video\)](#)» (36'784), «[Sexualität erleben](#)» (16'074), «[Alkohol: Für Tempo-Leser](#)» (15'115), «[Sexuelle Gewalt](#)» (14'861) und «[Psychische Störungen](#)» (6'116).

Arbeitsblätter, INFO SUCHE, Kommunikationsmaterialien

Detaillierte Nutzungsangaben finden Sie in der Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/2018-excel

Die 79 Arbeitsblätter auf feel-ok.at/arbeitsblaetter wurden im Jahr 2018 4'189 Mal heruntergeladen, 30% öfter als im vorherigen Jahr, vor allem diese - wie in der untenstehenden Wortwolke graphisch abgebildet - zu den Themen «Sexualität, Beziehung, Identität» (874 Downloads), Gewalt (536), Selbstvertrauen (502), Alkohol (402), Rauchen (351) und Medienkompetenz (331).



Abgebildete Häufigkeit der heruntergeladenen Arbeitsblätter auf feel-ok.at

Die Adresskartei INFO SUCHE, die insgesamt 341 Einträge auflistet (u.a. über Projekte, Beratungsstellen und Websites), wurde das letzte Jahr 2'883 Mal genutzt.

Die Materialien von feel-ok.at für Jugendliche, Lehrpersonen & Multiplikatoren/-innen und Eltern können downgeloadet oder per Mail an feelok@styriavitalis.at bestellt werden. 2018 wurden über 25.000 Stück Folder bzw. Plakate bestellt und an die Implementierungspartner/-innen in ganz Österreich weitergeleitet.

Deutschland | feelok.de

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche feelok.de-Projekte im Jahr 2018 realisiert wurden und welche Ziele für 2019 vorgesehen sind, wer für die Inhalte auf feelok.de zuständig ist und mit der finanziellen Unterstützung welcher Organisation feelok.de gepflegt und erweitert werden konnte. Anschliessend erfahren Sie, wie die Themen und Dienstleistungen von feelok.de genutzt wurden.

Realisierte Projekte und Massnahmen (2018)

Aufgrund der Aktualität der Zahlen und Fakten wurden die Themengebiete «Rauchen» und «Cannabis» überarbeitet.

Es wurden Ablaufpläne zu den Themen Cannabis, Rauchen und Alkohol für pädagogische Fachkräfte für den Einsatz im Unterricht oder in Jugendhilfe-Settings entwickelt und eingestellt.

Es fand eine Implementierung von internen Patenschaften für aktuelle und künftige Themen statt. Ziel dabei ist, dass die Themen nicht an Aktualität und fachlicher Stimmigkeit verlieren.

Auch im Jahr 2018 wurden Schulungen sowohl für interne bwlv-Fachkräfte als auch für externe pädagogische Fachkräfte durchgeführt.

Die Sektion «Sexualität | Beziehung | Identität» wurde überarbeitet und wird Anfang des Jahres 2019 online gehen.

Geplante Projekte (2019)

Der Bereich Jugendliche auf feelok.de soll im Laufe des Jahres 2019 um die Sektion «Medien | Onlinesucht» erweitert werden. Hierzu werden mögliche Kooperationspartner angeschrieben und in den Prozess miteinbezogen. In diesem Zuge ist ebenfalls geplant, Material für pädagogische Fachkräfte zu entwickeln, um diese eigenständig sowohl im Unterricht als auch in der Jugendhilfe einsetzen zu können.

Bereits bestehende Netzwerke sollen im Jahr 2019 intensiviert und neue Kooperationen wie z.B. zur Jugendhilfe aufgebaut werden.

Auch im Jahr 2019 sind bereits fest terminierte Schulungen sowohl für externe pädagogische Fachkräfte als auch für interne Fachkräfte geplant. Um die Schulungen dauerhaft anbieten zu können, wurden intern weitere Präventionsfachkräfte in einer Train the Trainer Schulung weitergebildet.

Da es in der Prävention ein gern genutztes Tool ist, überarbeiten wir das Leiterspiel zum Thema Cannabis.

Inhaltliche Verantwortung | Finanzierung

Der bwlv ist für die Inhalte auf feelok.de verantwortlich und stellt sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

Wir bedanken uns bei der Glücksspirale, die mit ihrer Finanzierung die Existenz und Weiterentwicklung von feelok.de ermöglicht hat.

Verbreitung in den deutschen Bundesländern

Im Jahr 2018 wurde feelok.de insgesamt 88'117 Mal besucht (in Deutschland 74'822 Mal, 85%). Die Häufigkeit der Nutzung von feelok.de konnte - verglichen mit dem vorherigen Jahr - um 74% gesteigert werden. Erfreulich ist die Zunahme in allen Bundesländern.

	Sitzungen 2018	vgl. 2017
Nordrhein-Westfalen	15'677	81%
Baden-Württemberg	11'909	73%
Bayern	11'466	79%
Hessen	6'911	80%
Berlin	5'854	70%
Niedersachsen	5'797	83%
Hamburg	4'179	78%
Sachsen	2'892	95%
Rheinland-Pfalz	2'523	76%
Schleswig-Holstein	1'877	83%
Brandenburg	1'333	106%
Thüringen	1'225	97%
Sachsen-Anhalt	1'088	96%
Mecklenburg-Vorpommern	731	67%
Bremen	703	75%
Saarland	628	84%

Themen

Detaillierte Nutzungsangaben finden Sie in der Excel-Tabelle auf feel-ok.ch/2018-excel

Wie die untenstehende Wortwolke graphisch hervorhebt, wurden im Jahr 2018 auf feelok.de vor allem die Inhalte aus den Sektionen Rauchen (55'422), Cannabis (14'597) und Alkohol (6'397) konsultiert. Für die anderen 2 thematischen Sektionen gelten folgende Nutzungswerte: Selbstvertrauen (2'904 Sitzungen) und Stress (1'420). Alle thematischen Sektionen wurden im Jahr 2018 öfter als im Jahr 2017 konsultiert.



Abgebildete Häufigkeit der konsultierten Themen auf feelok.de

Mehr als 4'000 Mal im Jahr 2018 wurden folgende Angebote auf feel-ok.at genutzt: «Rauchen: Gesundheitsschäden» (29'431), «Cannabis: Für Tempo-Leser» (11'514 Sitzungen), «Rauchen: Sucht» (6'501), «Alkohol: Für Tempo-Leser» (4'878) und «E-Zigaretten, Wasserpfeife...» (4'024).

Arbeitsblätter

Die 26 Arbeitsblätter auf feelok.de/arbeitsblaetter wurden im Jahr 2018 869 Mal heruntergeladen, -9% vgl. mit dem vorherigen Jahr.