

feel-ok

Jahresbericht 2021



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 57



BWLv


feelok.de
Renchtalstraße 14
77871 Renchen
feelok@bw-lv.de

feel-ok.ch/infos-jahresberichte
März 2022

Zusammenfassung feel-ok.ch 2021	3
Seit 22 Jahren setzen wir uns für Jugendliche ein	4
Team	5
Schweiz feel-ok.ch	6
Geplante Projekte (2022-2024)	6
Inhaltliches Fachnetzwerk Patronatsinstitutionen	8
Kantonale Partner*innen	9
Finanzierung	10
Nutzung	11
Österreich feel-ok.at	18
Realisierte Projekte und Massnahmen (2021)	18
Geplante Projekte (2022)	19
Partner*innen in den Bundesländern	19
Inhaltliches Fachnetzwerk Patronatsinstitutionen	20
Finanzierung	21
Nutzung	21
Deutschland feelok.de	26
Realisierte Projekte und Massnahmen (2021)	26
Geplante Projekte (2022)	27
Inhaltliches Fachnetzwerk Patronatsinstitutionen	28
Finanzierung	29
Nutzung	30

Zusammenfassung | feel-ok.ch | 2021

feel-ok.ch wurde mit zwei neuen inhaltlichen Sektionen («[Queer](#)» und «[Suchtmittel](#)») und mit der neuen multithematischen Methode zur Förderung von Kompetenzen [Abenteuerinsel](#) (inkl. Videos «[Lebenskompetenzen im Gespräch](#)») erweitert. Bei der Entwicklung dieser Projekte waren Fachorganisationen und Jugendliche beteiligt.

Zudem ist die Version 12 von feel-ok.ch erschienen. Die Neuheiten unterstützen die Nutzenden auf feel-ok.ch zu finden, was sie suchen, u.a. mit den Orientierungsseiten (z.B. feel-ok.ch/themen), mit der Verknüpfungsleiste, die verschiedene Bereiche auf feel-ok.ch miteinander verbindet (siehe z.B. «[Gewalt zwischen Eltern](#)» und dann Klick auf die Schaltflächen «Um was es geht» bis «Für Eltern»), mit den #-Kategorien von Info Quest (Beispiel «[Psychische Gesundheit](#)») und mit der QR-Code-Funktionalität, die auf jeder feel-ok-Seite erscheint, wenn man oben rechts am Bildschirm auf das Share-Symbol  klickt.

Die Strategie von feel-ok.ch für die Periode 2021-2025 wurde eingeleitet. Sie besteht aus den Pfeilen «Valorisierung», «Kommunikation» und «Zusammenarbeit». Zur Umsetzung dieser Strategie gehören zahlreiche Projekte, u.a. die neuen Videoanleitungen «[Einsatz von feel-ok.ch in der Schule](#)» und «[in der offenen Jugendarbeit](#)», das neue suprakantonale Schulungsprojekt «feel-ok-Kontaktpersonen», die in 19 Kantonen eingeleitet wurde ([hier gehts zur Anmeldung](#)) und die neuen Kurzfassungen zu den Themen [Queer](#), [Zigaretten](#), [Alkohol](#) und [Cannabis](#), mit denen es möglich ist, flexibel, pädagogisch fundiert und in kurzen Zeiteinheiten die Themen von feel-ok.ch mit Jugendlichen zu vertiefen .

Nutzende können mit der neuen Version des Umfragetools [SPRINT 3.1](#) auf Deutsch und auf Französisch (siehe [SPRINT Romandie](#)) eigene Fragen generieren und die Ergebnisse als PDF exportieren. Auf Französisch wurde auch [das neue Leiterspiel von «Sortir ensemble et se respecter»](#) lanciert (mit diesem Link hat man ebenfalls Zugang zur deutschen Version des Leiterspiels von Herzsprung). Zudem wurden fast alle Artikel auf feel-ok.ch genderneutral und inklusiv formuliert, für die Kommunikation wurden neue attraktive [Plakate](#) gestaltet und eine Studie zum Thema [Psychische Gesundheit](#) wurde veröffentlicht.

feel-ok.ch wurde im Jahr 2021 890'278-mal besucht. Besonders oft wurden die Inhalte der Sektionen [Sexualität | Beziehung | Identität](#), [Rauchen](#), [Cannabis](#), [Arbeit](#), [Alkohol](#), [Gewalt](#), [Gewicht und Essstörungen](#), [Selbstvertrauen](#), [Stress](#) und [Medienkompetenz](#) konsultiert (jeweils mehr als 37'000 Sitzungen). Die [115 Arbeitsblätter](#) wurden 30'232-mal heruntergeladen. Mehr Details finden Sie ab Seite 11.

Fast alle Projekte konnten mit der Finanzierung von Gesundheitsförderung Schweiz, von 19 Kantonen und vom Alkoholpräventionsfonds realisiert werden.

Seit 22 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 Gesundheitskompetenz 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 der psychischen Gesundheit, des Selbstvertrauens, eines gesunden Umgangs mit Stress, einer verantwortungsbewussten Sexualität und bei der Gestaltung von respektvollen Beziehungen,
- bei der Auseinandersetzung mit der romantischen und sexuellen Orientierung, der Geschlechtsidentität und des Geschlechtsausdruckes,
- bei der Förderung der körperlichen Aktivität, eines gesunden Körpergewichts, einer ausgewogenen Ernährung und des Sonnenschutzes,
- bei der Vermeidung von Gewalt, häuslicher Gewalt, Suizidalität und Vorurteilen,
- bei psychischen Störungen, wie Depressionen, Essstörungen und Zwangsverhalten,
- bei Suchtproblemen mit Alkohol, Cannabis, Tabak, Onlinesucht und Glücksspielsucht.
- feel-ok.at bietet auch Inhalte zu Gesundheit, Krankheit, Klima, Lärm, Rausch und Risiko.

Multiplikatoren*innen finden auf feel-ok Inhalte zu Früherkennung und Frühintervention, Smart Drugs und PädagogInnen-Gesundheit. Für **Eltern** ist feel-ok ein Ratgeber im Themenbereich Erziehung und Beziehung, Alkohol, Cannabis, Tabak, Beruf, häusliche Gewalt, psychische Belastungen und Onlinesucht.

feel-ok ist ein einzigartiges Interventionsprogramm: Es gibt kaum eine andere Plattform mit dieser Themenbreite, welche gleichzeitig 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 dreizehn Kantone eine regionale Version von feel-ok.ch an: ZH, ZG, SO, TG, SG, BL, BS, BE, LU, SH, GL, AG, GR. Die kantonalen Versionen stellen spezifische Informationen zu lokalen Angeboten zur Verfügung. Gleichzeitig bieten sie alle Dienstleistungen von feel-ok.ch an. Die regionalen Versionen werden von lokalen Partnern*innen von feel-ok.ch verwaltet.

Von Beginn weg wurde die Entwicklung von feel-ok.ch, als vormaliges 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 2021 folgende Mitarbeitende:

CH



Oliver Padlina | Dr. Phil., MPH
Leiter feel-ok.ch (seit 1999)
padlina@radix.ch
078 / 862 27 79



Simone Ranieri
Fachperson Administration
info-zh@radix.ch
044 / 360 41 00



Serkan Tüten
Programmierer feel-ok.ch
(seit 2010)
modulus.ch



Silvia Fasani
Fachperson Administration
info-zh@radix.ch
044 / 360 41 00

AT



Natalie Haas
Kordinatorin feel-ok.at
(davor Mitarbeiterin)
natalie.haas@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-57)



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



Magdalena Trost
Mitarbeiterin feel-ok.at
magdalena.trost@styriavitalis.at
(+43 316 / 82 20 94-13)

DE



Lisa Jehle
Mitarbeiterin feelok.de
lisa.jehle@bw-lv.de



Heiko Probst
Leiter feelok.de
heiko.probst@bw-lv.de
(0174 219 98 04)



Michelle Knötzsch
Mitarbeiterin feelok.de
michelle.knoetzsch@bw-lv.de

Schweiz | feel-ok.ch

Für Informationen über realisierte Projekte im Jahr 2021 wird auf die Zusammenfassung verwiesen (siehe Seite 3).

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche Projekte für die kommenden Jahre vorgesehen sind, wer für die Inhalte auf feel-ok.ch zuständig ist, welche Organisationen die kantonalen Versionen verwalten und mit der Finanzierung welcher Organisationen feel-ok.ch gepflegt und erweitert wurde. Anschliessend erfahren Sie, wie feel-ok.ch im Jahr 2021 genutzt wurde.

Geplante Projekte (2022-2024)

feel-ok.ch wird mit zwei neuen Sektionen erweitert.

- Die erste Sektion erscheint im Jahr 2022. Sie adressiert **Young Carers**. Dabei handelt es sich um junge Menschen, die sich um ihre kranken Eltern oder Geschwister kümmern. Die neue Sektion dient dazu, sie für ihre Rolle zu sensibilisieren und darin zu verstärken sowie auf Unterstützungsangebote und Austauschmöglichkeiten zu verweisen (Finanzierung: Kanton Aargau - Departement Gesundheit und Soziales).
- Die zweite Sektion erscheint im Jahr 2023. Sie spricht alle Jugendlichen an und behandelt das neue Thema «**Umgang mit Geld und Verschuldung**» (Finanzierung: Palatin-Stiftung).

Ebenfalls im Jahr 2023 wird **das neue multithematische Gruppenspiel 1.2.3!** lanciert, eine Gesundheitsmethode, die sich während der Pilotphase auch mit unruhigen jungen Menschen, sowie jene, die Mühe haben, sich zu konzentrieren, als wirksam erwiesen hat (Finanzierung: Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich, weitere 18 Kantone, Alkoholpräventionsfonds).

Im Jahr 2022 werden zwei neue Berichte veröffentlicht. Im ersten Bericht wird die theoretische Grundlage von feel-ok.ch erklärt (**die erweiterte Verhaltenstheorie**). Im zweiten Bericht werden die Ergebnisse der Vorstudie «**Selbsteinschätzung von Lebenskompetenzen**» veröffentlicht, die mit über 180 jungen Menschen realisiert wurde.

Die Strategie «Valorisierung, Kommunikation, Zusammenarbeit» wird auch im Jahr 2022 fortgesetzt. Dazu gehören folgende Projekte:

- **Neue thematische Kurzfassungen** für den flexiblen Einsatz im Unterricht und in anderen Settings.
- Beginn der **kontinuierlichen Onlineschulung** für Kontaktpersonen und Multiplikationsgruppen.

- Neue didaktische Videoanleitung mit Schulklassen zu Abenteuerinsel (Finanzierung: Gesundheitsförderung Schweiz).
- Neue multithematische **Visitenkarten** «Feuer und Flamme für deine Gesundheit» mit QR-Code.
- Einleitung des Projektes **Guide** für die Einbettung auf feel-ok.ch einer Suchmaske, die bessere Suchergebnisse liefert.
- Neue Version für den Kanton Wallis (vs.feel-ok.ch | Finanzierung: Gesundheitsförderung Wallis)
- Neue **automatische Weiterleitungsfunktion**, die dazu führt, dass in einer Region nicht mehr automatisch die schweizerische, sondern die kantonale Version von feel-ok.ch am Bildschirm erscheint.

Ebenfalls finden im Jahr 2022 zwei Pilotphasen statt.

- Ein Arbeitsblatt wird **digitalisiert**, um zu prüfen, ob dafür Interesse besteht.
- Zudem wird mit Lehrpersonen die Frage vertieft, ob feel-ok.ch Ressourcen enthält, die auch **für 8- bis 11-Jährige** (Primarstufe) geeignet sind.

In Zusammenarbeit mit dem Kanton Graubünden wird das neue **Push-Quiz**-Konzept erarbeitet. Das Konzept sollte zur Entwicklung eines neuen Tools führen, mit dem kantonale Organisationen Multiplikatoren*innen bei der Vertiefung ausgewählter Gesundheitsinhalte mit Jugendlichen mit dem Einsatz didaktischer Instrumente unterstützen können. Die betreuten Jugendlichen können anschliessend an einem Push-Quiz teilnehmen. Die Jugendgruppen mit den besten Ergebnissen können dabei Preise gewinnen. Auch selbstständige Jugendliche ohne Betreuung können am Push-Quiz und somit an der Verlosung teilnehmen. Bis voraussichtlich Frühling 2022 ist bekannt, ob das Projekt «Push-Quiz» realisiert wird.

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 2021 das Fachnetzwerk von feel-ok.ch für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte. Wir heissen die «Schweizerische Patientenorganisation SPO» und der «Verein GummiLove» herzlich willkommen im feel-ok.ch-Netzwerk.

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.

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

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», «Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt», «Fachstelle Prävention Essstörungen Praxisnah», «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», «Krebsliga Zürich», «Lungenliga beider Basel», «Mühlemann Nutrition», «NCBI», «DENK-WEGE, Universität Zürich», «Pädagogische Hochschule Schwyz», «Pro Juventute», «psy.ch | Wegweiser für psychische Gesundheit im Kanton Bern», «Psychiatrische Universitätsklinik Zürich (PUK) | Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie», «Schweizerischer Fachverband Adipositas im Kindes- und Jugendalter», «Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE», «Schweizerisches Institut für Gewaltprävention», «Schweizerische Kriminalprävention», «Schweizerische Patientenorganisation SPO», «Staatssekretariat SECO», «Sucht Schweiz», «Unfairtobacco», «Verein Lilli», «Verein GummiLove», «Zentrum für Spielsucht und andere Verhaltenssuchte», «ZEPRA Prävention und Gesundheitsförderung St. Gallen», «ZHAW Departement Angewandte Psychologie», «zischtig.ch», «Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs ZFPS».

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), «Gesundheitsamt Graubünden, Gesundheitsförderung und Prävention» (gr.feel-ok.ch), «Kanton Luzern - Dienststelle Gesundheit und Sport» (lu.feel-ok.ch), «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement - Amt für Gesundheitsvorsorge» (sg.feel-ok.ch), «Verein für Jugendfragen, Prävention und Suchthilfe» (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).

*blbs.feel-ok.ch - Für Jugendliche, Multiplikatoren*innen und Eltern in den Kantonen BL und BS*

Finanzierung

Wir bedanken uns bei allen, 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 und Programme haben im Jahr 2021 feel-ok.ch mit einem Gesamtbetrag von CHF 347'856 finanziell unterstützt:

Gönner	
AG Departement Gesundheit und Soziales Abteilung Gesundheit Sektion Gesundheitsförderung und Prävention	190'654
AR Departement Gesundheit und Soziales Amt für Gesundheit	
BE Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern Gesundheitsamt	
BL Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion Amt für Gesundheit	
BS Gesundheitsdepartement Medizinische Dienste Prävention	
FR Amt für Gesundheit GesA	
GL Volkswirtschaft und Inneres	
GR Gesundheitsamt Gesundheitsförderung und Prävention	
LU Dienststelle Gesundheit und Sport	
NW Gesundheits- und Sozialdirektion Direktionssekretariat	
OW Sicherheits- und Justizdepartement SJD Kantonales Sozialamt Obwalden	
SO Amt für soziale Sicherheit Sozialintegration und Prävention	
SH Sozialamt	
SG Gesundheitsdepartement Amt für Gesundheitsvorsorge ZEPRA	
SZ Amt für Gesundheit und Soziales	
TG Amt für Gesundheit Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht	
UR Bildungs- und Kulturdirektion	
ZG Amt für Gesundheit	
ZH Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich	
Gesundheitsförderung Schweiz	67'838
Alkoholpräventionsfonds	20'000
Herzsprung	12'600
Google Ad Grants	52'264
AT-DE Styria vitalis bw-lv	4'500
TOTAL	347'856

Nutzung

Im Jahr 2021 wurde feel-ok.ch insgesamt 890'278-mal besucht. Dabei wurden 2'583'971 Seiten aufgerufen.

Die Ressourcen von feel-ok.ch, die Multiplikatoren*innen ohne Computer, Tablets, Laptops und Smartphones mit Jugendlichen nutzen, werden von Google Analytics nicht erfasst. Die Offline-Nutzung wird deswegen in den ausgeführten Statistiken nicht quantifiziert.

Die folgende Tabelle zeigt, wie oft feel-ok.ch in den Kantonen konsultiert wurde. Die letzte Spalte in der Tabelle zeigt das Verhältnis zwischen der Bevölkerungsgrösse der 12- bis 25-J. und der Anzahl Sitzungen im jeweiligen Kanton.

	Sitzungen 2021	Verhältnis zur 12-25-J. Bevölkerung	
1	<u>BS</u>	21'152	92%
2	<u>ZH</u>	165'058	82%
3	<u>ZG</u>	11'498	66%
4	<u>BE</u>	83'332	58%
5	<u>LU</u>	31'671	51%
6	<u>SG</u>	37'407	47%
7	<u>GR</u>	11'314	41%
8	<u>SO</u>	15'096	39%
9	<u>IG</u>	15'036	37%
10	<u>BL</u>	14'479	36%
11	AR	2'878	35%
12	<u>AG</u>	33'916	34%
13	<u>SH</u>	3'475	30%
14	NW	1'773	29%
14	SZ	6'579	29%
15	OW	1'477	26%
16	UR	1'415	25%
17	<u>GL</u>	1'196	20%
18	GE	13'169	17%
19	AI	273	10%
19	FR	5'078	10%
20	VS	3'442	7%
21	VD	6'937	5%
22	TI	2'205	4%
23	JU	342	3%
24	NE	716	2%

feel-ok.ch enthält 22 thematische Sektionen, die sich an Jugendliche und junge Erwachsene richten. Besonders oft wurden im Jahr 2021 die Themen Sexualität, Beziehung und Identität, Tabak, Cannabis, Beruf, Alkohol, Gewalt, Gewicht & Essstörungen, Selbstvertrauen, Stress und Medienkompetenz aufgerufen (> mehr als 37'000 Sitzungen).

CH	Themen für Jugendliche	Sitzungen 2021	Trend (vgl. 2020)
1	<u>Sexualität Beziehung Identität</u>	155'792	+49%
2	<u>Tabak Rauchen</u>	116'334	+24%
3	<u>Cannabis</u>	77'379	0%
4	<u>Arbeit Beruf</u>	64'917	+27%
5	<u>Alkohol</u>	52'317	+46%
6	<u>Gewalt</u>	50'499	+31%
7	<u>Gewicht Essstörungen</u>	46'722	+44%
8	<u>Selbstvertrauen</u>	40'507	+62%
9	<u>Stress</u>	38'034	+26%
10	<u>Medienkompetenz</u>	37'226	+44%
11	<u>Ernährung</u>	29'271	+6%
12	<u>Suizidalität</u>	20'564	+68%
13	<u>Sport</u>	17'289	+18%
14	<u>Jugendrechte</u>	11'534	+59%
15	<u>Psychische Störungen</u>	10'287	+53%
16	<u>Glücksspiel</u>	8'967	+100%
-	<u>Suchtmittel</u> (seit August 21)	6'757	-
-	<u>Queer, LGBT+</u> (seit August 21)	6'513	-
17	<u>Freizeit</u>	6'018	+14%
18	<u>Häusliche Gewalt</u>	4'705	30%
19	<u>Vorurteile</u>	4'485	+29%
20	<u>Sonnenschutz</u>	3'695	-1%

In den thematischen Sektionen bietet feel-ok.ch interaktive Online-Tools an, damit Lehrpersonen die Inhalte mit Jugendlichen auf kreative und spannende Weise vertiefen können.

Die Mehrzahl dieser Tools wird auf feel-ok.ch/cool aufgelistet, um ihre Erreichbarkeit zu erleichtern.

Die untenstehende Tabelle zeigt, dass der Interessenkompass für die berufliche Orientierung, die Tests zu Selbstvertrauen, Check Out, der BMI-Rechner, der Onlinesucht-Test, das Spiel der Lebensmittelpyramide, das Online-Leiterspiel zu Alkohol, Cannabis und Tabak, der Sportarten-Kompass und die Tests zu Stress oft eingesetzt werden (mehr als 10'000 Sitzungen).

CH	(Interaktive) Angebote für Jugendliche	Sitzungen 2021	Trend (vgl. 2020)
1	<u>Der Interessenkompass für die berufliche Orientierung</u>	44'460	+51%
2	<u>Tests zu Selbstvertrauen</u>	25'820	+55%
3	<u>Check Out (ohne Tipp-Box)</u>	20'946	+17%
4	<u>Der BMI-Rechner</u>	20'185	+46%
5	<u>Der Onlinesucht-Test</u>	16'782	+81%
6	<u>Das Spiel der Lebensmittelpyramide</u>	16'424	+23%
7	<u>Das Online-Leiterspiel zu Alkohol, Cannabis, Tabak</u>	12'970	+24%
8	<u>Der Sportarten-Kompass</u>	10'305	+82%
9	<u>Tests zu Stress</u>	10'033	+38%
10	<u>Der Cannabis-Check</u>	6'303	-6%
11	<u>Tests zu Essstörungen</u>	6'096	+41%
12	<u>Alkohol-Check</u>	4'169	+21%
13	<u>Alkohol Quiz</u>	3'818	+26%
14	<u>Beratungsangebote für Jugendliche</u>	3'419	-3%
15	<u>Fast Food Check</u>	2'739	-3%

Um die Inhalte von feel-ok.ch mit Schulklassen zu erarbeiten, stehen Lehrpersonen 115 Arbeitsblätter zur Verfügung. Diese wurden im Jahr 2021 30'232-mal heruntergeladen (+2% vgl. mit dem vorherigen Jahr).

Die Interpretation der Download-Anzahl ist nicht einfach, denn jedes Arbeitsblatt kann ein oder mehrere Male eingesetzt werden, je nachdem, wie die Lehrperson vorgeht. Trotzdem ist die Anzahl der heruntergeladenen Arbeitsblätter ein Hinweis, welche Themen Lehrpersonen bereit sind, mit Jugendlichen zu vertiefen.

Die untenstehende Tabelle zeigt, dass vor allem die Arbeitsblätter zu Sexualität, Beziehung und Identität, zu Selbstvertrauen, zu Alkohol, zu Gewalt, zu Stress und zu Tabak heruntergeladen wurden (mindestens 2'000 Downloads).

CH	Arbeitsblätter für Schulklassen	Download 2021	Trend (vgl. 2020)
1	<u>Sexualität Beziehung Identität</u>	7'641	0%
2	<u>Selbstvertrauen</u>	3'225	+23%
3	<u>Alkohol</u>	3'066	+28%
4	<u>Gewalt</u>	3'014	+18%
5	<u>Stress</u>	2'494	-4%
6	<u>Tabak Rauchen</u>	2'080	0%
7	<u>Medienkompetenz</u>	1'448	-22%
8	<u>Themenübergreifende Arbeitsblätter</u>	1'435	+8%
9	<u>Psychische Störungen</u>	1'166	+24%
10	<u>Gewicht Essstörungen</u>	795	+14%
11	<u>Cannabis</u>	777	-12%
12	<u>Ernährung</u>	684	-53%
13	<u>Suizidalität</u>	491	+37%
14	<u>Arbeit Beruf</u>	403	-34%
15	<u>Jugendrechte</u>	342	-26%
-	<u>Queer</u> (seit August 2021)	279	-
16	<u>Freizeit</u>	215	-36%
17	<u>Sport</u>	193	-26%
18	<u>Glücksspiel</u>	182	-11%
-	<u>Suchtmittel</u> (seit August 2021)	146	-
19	<u>Häusliche Gewalt</u>	94	+3%
20	<u>Sonnenschutz</u>	62	-30%

Als Ergänzung zu den Arbeitsblättern bietet feel-ok.ch zahlreiche Ressourcen, die Multiplikatoren*innen (u.a. Lehrpersonen, Schulsozialarbeitende, Jugendarbeitende...) adressieren. Die folgende Tabelle zeigt, wie oft diese Ressourcen von den Multiplikatoren*innen im Jahr 2021 in Anspruch genommen wurden (die Zeilen mit einem grünen Hintergrund verweisen auf neue und diese mit gelbem Hintergrund auf umgestaltete Ressourcen, die im Jahr 2021 veröffentlicht wurden).

Bestellungen, Orientierungsseiten, Methoden, Tools und Themen für Erwachsene, die mit Jugendlichen arbeiten

	Jahr 2021
Orientierung Themen A-Z Version «Jugendliche» Alle Ziele von feel-ok.ch werden – alphabetisch nach Thema aufgelistet - in Jugendsprache beschrieben.	9'262 Sitzungen
Bestellungen Flyer, Visitenkarten, Fragekarten... Insgesamt wurden mehr als 8'000 Exemplare von Faltflyern für Lehrpersonen (1'091), Visitenkarten (901), Fragekarten (460), Plakaten (438), Flyern für Eltern (1'377) und Flyern für Jugendliche (3'919) auf dem Postweg an interessierte Personen und Organisationen gesendet.	8'186 Exemplare
Orientierung Sitemap - Alles auf einen Blick Diese Seite beschreibt alle Ressourcen von feel-ok.ch, damit Nutzende mit der Browser-Suchfunktion zielgerichtet und treffsicher die gewünschten Tools oder Themen der Plattform finden.	6'847 Sitzungen
Methode Abenteuerinsel Seit Juni 2021 Die multithematische Methode von feel-ok.ch zur Förderung der Gesundheits- und Lebenskompetenzen (inkl. methodischer Kompetenzen). <i>Für die Interpretation der Statistik soll man wissen, dass die Methode meistens offline eingesetzt wird. Deswegen kann die effektive Nutzung nicht erfasst werden und ist daher deutlich höher als den hier aufgeführten Wert.</i>	5'742 Sitzungen
Orientierung Cool Landingpage für Jugendliche, falls Multiplikatoren*innen keine didaktischen Instrumente einsetzen möchten. Diese Seite enthält die beliebtesten interaktiven Tools und Artikel von feel-ok.ch.	5'497 Sitzungen
Tool Umfragetool SPRINT Mit SPRINT 3.1 kann man in wenigen Minuten eine Umfrage auf Deutsch oder auf Französisch realisieren. Aus einem Katalog mit 17 Themen kann man die Fragen wählen, die für die Befragung relevant sind oder man formuliert neue Fragen. Die Umfrage findet anschliessend über Computer, Tablet oder Smartphone statt. Die Ergebnisse kann man als PDF- oder als Excel-Datei exportieren. Mit den damit gewonnen Erkenntnissen verfügt man über eine Datengrundlage für die Einleitung evidenzbasierter Massnahmen. Im Jahr 2021 haben 5'200 Personen erfolgreich an einer SPRINT-Umfrage teilgenommen.	5'200 Teilnehmende
Orientierung Alle Themen auf feel-ok.ch Version für Multiplikator*innen Themen, Ziele und Ressourcen von feel-ok.ch werden in den Kategorien Sucht, psychische Gesundheit, körperliche Gesundheit, Entwicklungsaufgaben und nachhaltige Entwicklung beschrieben, um Multiplikatoren*innen Orientierung zu bieten.	3'784 Sitzungen
Orientierung Lehrplan 21 Der Lehrplan 21 legt die Ziele für den Unterricht aller Stufen der Volksschule fest. feel-ok.ch und die Partnerorganisationen bieten	3'771 Sitzungen

zahlreiche Instrumente an, um die Ziele des Lehrplans 21 umzusetzen. Die Seite, die diese Ressourcen auflistet, wurde mehr als 3'700-mal konsultiert.	
Orientierung Onlinevorträge Vier Online-Vorträge erklären, was feel-ok.ch ist, welche Organisationen dahinterstehen, wie man feel-ok.ch mit Jugendlichen einsetzt und welche Strategie die Entwicklung des Programms prägt.	2'525 Sitzungen
Orientierung Newsletter Für den feel-ok.ch-Newsletter waren Anfang 2022 mehr als 2'200 Personen eingetragen. Im Jahr 2021 wurden drei Newsletter gesendet	2'207 Abonnierte
Methode Wusstest du, dass...? Fokus: Tabak Interaktive Aufgaben ermöglichen eine Präsentation zum Thema «Tabakprävention», ohne oder mit Internet, spannend zu gestalten. Die Seite «Wusstest du, dass...?» erklärt wie.	1'983 Sitzungen
Thema Früherkennung & Frühintervention Früherkennung bedeutet das rechtzeitige Wahrnehmen von Anzeichen einer schwierigen Situation und Frühintervention ist das Anbieten einer passenden Unterstützung dazu.	1'388 Sitzungen
Methode Förderung der psychischen Gesundheit Folgende Methoden, die in Zusammenarbeit mit der kantonalen Kinder- und Jugendförderung okay entwickelt wurden, eignen sich in der offenen Jugendarbeit, in der Schule und in anderen Lebensbereichen, um die psychische Gesundheit Jugendlicher zu fördern.	927 Sitzungen
Orientierung Schulprogramme Die Seite «Schulprogramme» fördert die Bekanntmachung von bewährten Interventionen, wie MindMatters, Denk-Wege, SOLE, Start Now und Peace Maker. Anders als feel-ok.ch bieten diese Programme eine schulinterne Begleitung für ein entwicklungsförderndes Schulklima, für die Erarbeitung sowie Realisierung gemeinsamer Ziele und für die Etablierung einer gemeinsamen Haltung.	855 Sitzungen
Thema Smart Drugs Die sogenannten Smart Drugs sollen die kognitive Leistungsfähigkeit des Gehirns fördern. In der wissenschaftlichen Literatur finden sich bislang keine eindeutigen Beweise dafür, dass gesunde Menschen damit ihre kognitiven Fähigkeiten verbessern können. Was können Multiplikatoren*innen tun, wenn sie vermuten, dass die von ihnen betreuten Jugendlichen diese Substanzen konsumieren? Die thematische Sektion mit Antworten dazu wurde mehr als 600-mal konsultiert.	608 Sitzungen
Methode Offline-Leiterspiel Fokus: Tabak Der Raum, z.B. ein Klassenzimmer, wird in ein Leiterspiel umgewandelt. Jede Gruppe bekommt eine Aufgabe. Wird diese erfolgreich abgeschlossen, können sich die Avatare der Gruppe auf dem Spielbrett nach vorne bewegen. Die Gruppe, die die Position 25 erreicht hat, hat die erste Runde gewonnen. Die Seite, die erklärt, wie die Methode funktioniert, wurde von Multiplikatoren*innen mehr als 400-mal konsultiert.	420 Sitzungen
Methode Tischsprung Fokus: Sonnenschutz Die Klasse wird in Gruppen geteilt. Jede Gruppe wählt ein Objekt aus, das sie darstellt. Gleichzeitig werden die Tische nummeriert. Nun wird die erste Frage an der Leinwand projiziert. Die Gruppen mit der richtigen Antwort können das Objekt, das sie darstellt, vom Tisch 1 zum Tisch mit der nächsthöheren Zahl verschieben. Die Gruppe, die als erste den letzten Tisch erreicht, hat gewonnen.	60 Sitzungen

feel-ok.ch/eltern enthält 8 thematische Sektionen, die sich an Eltern mit Jugendlichen richten. Besonders oft wurden die Inhalte zu «Erziehung und Beziehung», «Psychische Störungen», «Alkohol», «Häusliche Gewalt» und «Onlinesucht» aufgerufen (mindestens 8'000 Sitzungen).

CH	Themen für Eltern	Sitzungen 2021	Trend (vgl. 2020)
1	<u>Erziehung Beziehung</u>	28'974	+72%
2	<u>Psychische Störungen</u>	26'860	+8%
3	<u>Alkohol</u>	16'329	+124%
4	<u>Häusliche Gewalt</u>	9'735	+257%
5	<u>Onlinesucht</u>	8'194	+3%
6	<u>Beruf</u>	2'966	-23%
7	<u>Tabak</u>	1'269	+114%
8	<u>Cannabis</u>	733	+88%

INFO QUEST ist die Adresskartei von feel-ok.ch mit 457 Einträgen u.a. über Projekte, Beratungsstellen und Websites, die im Jahr 2021 13'318-mal von Jugendlichen, Multiplikatoren*innen und Eltern konsultiert wurde.

Österreich | feel-ok.at

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche feel-ok.at-Projekte im Jahr 2021 realisiert wurden und welche Ziele für 2022 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 (2021)

Insgesamt kamen drei Programme im Jahr 2021 in den Genuss einer intensiven Überarbeitungsphase. Das Programm «Gewalt» (Friedensbüro) wurde inhaltlich überarbeitet und auf den neuesten Stand gebracht und mit neuen Bildern ausgestattet. Das Programm «Liebe und Sexualität» (vorwiegend die Module des Frauengesundheitszentrums {Mädchen*, ihr Körper, ihre Lust | Menstruation, Schwangerschaft | Verhütung} und der Männerberatung {Burschen*, ihr Körper, ihre Lust}) wurden ebenso inhaltlich modernisiert und gekürzt und um zeitgerechtere Bilder erweitert, sodass nun geschlechtliche Vielfalt und diverse Kulturen vermehrt dargestellt werden. Das Programm «Fitness und Sport» (Fit Sport Austria) wurde inhaltlich komplett neu aufgezogen und um neue Module erweitert.

Das neue Modul «Fake News und Verschwörungstheorien» (Programm Onlinewelt, LOGO Jugendmanagement) geht den Ursprüngen dieser hoch aktuellen Themen auf die Spur und wie man diese gut erkennen kann.

Für alle Programme auf feel-ok.at wurde einleitend das Modul «Fragen und Antworten» implementiert, sodass jedes Thema mit den wichtigsten Fragen und Kurz-Antworten auf einen Blick startet.

Speziell für Multiplikatoren*innen wurde eine neue didaktische Methodik mit der Arbeit mit Jugendlichen implementiert, nämlich die GET-Materialien mit Fallbeispielen und Reflexionsfragen. Ebenso startet im Jahr 2021 die Konzeptionierung und Umsetzung von online Workshops mit Jugendlichen über die interaktive Plattform Mentimeter. Zu den Themen Cannabis, Alkohol und Klima wurden diese bereits entwickelt und umgesetzt.

Die feel-ok.at Instagram Seite ist stetig am Wachsen. Über 519 Abonnent*innen erfreuten sich auch 2021 an wöchentlichen Info-Beiträgen sowie an besonderen Events wie dem dem health-literacy-month.

Das Angebot von feel-ok.at ist in den letzten Jahren stark gewachsen. Werbematerialien für Jugendliche, Multiplikatoren*innen und Eltern können kostenlos bestellt werden (unter feelok@styriavitalis.at).

Geplante Projekte (2022)

Die psychische Gesundheit von Jugendlichen litt und leidet aufgrund der Pandemie, weshalb im Jahr 2022 ein neues Programm «mentale Gesundheit» entwickelt wird. Als Orientierung dient das bereits bestehende Programm «Psychische Störungen» auf feel-ok.ch. Neben den Erklärungen zu psychischen Erkrankungen wird auf feel-ok.at generell auf Einflussfaktoren und Ressourcen der psychischen Gesundheit eingegangen.

feel-ok.ch hat bereits die wichtigen Themen «Gewalt zwischen Eltern» und «Queer LGBT+» als eigenes Programm implementiert. feel-ok.at möchte diesem Beispiel folgen und diese Themen gemeinsam mit österreichischen Partner*innen übernehmen bzw. erarbeiten.

Angelehnt an feel-ok.ch werden die Module «Bruder oder Schwester trinkt viel Alkohol» und «Mutter oder Vater trinkt viel Alkohol» (Programm Alkohol; VIVID-Fachstelle für Suchtprävention) aufbereitet und implementiert.

Im Jahr 2020 startete bereits die Konzeptionierung und Umsetzung von online Workshops mit Jugendlichen über die interaktive Plattform Mentimeter. Im Jahr 2021 werden sechs weitere Themen, nämlich Onlinewelt, Tabak, Gesundheit & Krankheit, Ernährung, Fitness & Sport und Stress, erarbeitet und umgesetzt.

Für die feel-ok.at Instagram Seite wird ein neues Konzept entwickelt werden. Anstatt wie bisher den Fokus auf Jugendliche zu legen, werden zukünftig Angebote und Methoden für Multiplikator*innen gepostet.

Partner*innen in den Bundesländern

Neben dem österreichweiten feel-ok.at Gesamtkoordinator Styria vitalis, 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), «Psychozialer 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 bei unseren Partnern*innen herzlich für das Engagement für feel-ok.at.

Inhaltliches Fachnetzwerk | Patronatsinstitutionen

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 die Institutionen sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind

Dazu gehören:

«AIDS-Hilfe Steiermark», «Arbeiterkammer Steiermark - Abteilung Bildung, Jugend und Betriebssport», «Beratungsstelle COURAGE», «b.a.s. [betrifft abhängigkeit und sucht]», «BVAEB – Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau», «CCCA – Climate Change Center Austria», «Enter – Fachstelle für digitale Spiele», «Fachstelle für Glücksspielsucht Steiermark», «Fit Sport Austria GmbH», «Frauengesundheitszentrum», «FRAUENSERVICE Graz», «Friedensbüro Graz», «give - Servicestelle für Gesundheitsbildung», «Hazissa - Prävention sexualisierter Gewalt», «Institut für Familienförderung GmbH», «Kinder- und Jugendanwaltschaft OÖ», «kontakt+co Suchtprävention Jugendrotkreuz Tirol», «Land der Menschen», «Lil* – Zentrum für Sexuelle Bildung, Kommunikations- & Gesundheitsförderung», «LOGO jugendmanagement», «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 einen herzlichen Dank für die gute, aktive und unverzichtbare Zusammenarbeit!

Finanzierung

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

Folgende Organisationen haben im Jahr 2021 feel-ok.at finanziell unterstützt:

«Dachverband der österreichischen Sozialversicherungsträger» und «Das Land Steiermark – Bildung & Gesellschaft».

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

Nutzung

Im Jahr 2021 wurde feel-ok.at 232'836-mal besucht. Dabei wurden 547'075 Seiten aufgerufen.

Die folgende Tabelle zeigt, wie oft feel-ok.at in den österreichischen Bundesländern konsultiert wurde.

	Sitzungen 2021
Wien	41'586
Steiermark	11'808
Tirol	8'764
Niederösterreich	6'695
Oberösterreich	6'225
Salzburg	4'375
Vorarlberg	2'355
Kärnten	2'339
Burgenland	1'310

feel-ok.at enthält 19 thematische Sektionen, die sich an Jugendliche und junge Erwachsene richten. Besonders oft wurden die Inhalte zu Sexualität, Beziehung und Identität, Cannabis, Tabak, Alkohol und Gewalt aufgerufen (mehr als 12'000 Sitzungen).

Die thematischen Sektionen, die im Jahr 2021 öfter als im vorherigen Jahr konsultiert wurden, haben eine grün gefärbte Nutzungszahl.

AT	Themen für Jugendliche	Sitzungen 2021
1	<u>Sexualität, Beziehung, Identität</u>	76'953
2	<u>Cannabis</u>	36'177
3	<u>Tabak Rauchen</u>	18'447
4	<u>Alkohol</u>	12'931
5	<u>Gewalt</u>	12'171
6	<u>Ernährung</u>	11'130
7	<u>Stress</u>	8'229
8	<u>Onlinewelt</u>	5'110
9	<u>Selbstvertrauen</u>	4'713
10	<u>Lärm</u>	4'700
11	<u>Essprobleme</u>	4'584
12	<u>Suizidgedanken</u>	4'324
13	<u>Fitness und Sport</u>	2'725
14	<u>Gesundheit</u>	2'702
15	<u>Klima</u>	2'091
16	<u>Rausch und Risiko</u>	2'090
17	<u>Arbeit Beruf</u>	1'834
18	<u>Glücksspiel</u>	1'385
19	<u>Jugendrechte</u>	957

In den thematischen Sektionen bietet feel-ok.at Tools und Videos an, damit Lehrpersonen diese Inhalte mit Jugendlichen auf kreative und spannende Weise vertiefen können.

Die Mehrzahl dieser Instrumente wird auf feel-ok.at/best_of vorgestellt, um ihre Erreichbarkeit zu erleichtern.

Die untenstehende Tabelle zeigt, dass das Spiel der Lebensmittelpyramide, das Leiterspiel zu Alkohol, Cannabis und Tabak sowie das Quiz zu Alkohol oft eingesetzt werden (mehr als 2'500 Sitzungen).

Die Tools, die im Jahr 2021 öfter als im vorherigen Jahr konsultiert wurden, haben eine grün gefärbte Nutzungszahl.

AT	(Interaktive) Angebote für Jugendliche	Sitzungen 2021
1	Spiel der Lebensmittelpyramide	4'009
2	Leiterspiel zu Alkohol, Cannabis, Tabak	2'662
3	Quiz zu Alkohol	2'532
4	Tests zu Stress	1'756
5	Tests zu Selbstvertrauen	1'517
6	Fast Food Check	1'478
7	Cannabis Check	1'447
8	Alkohol Check	1'377

Um die Inhalte von feel-ok.at mit Schulklassen auszuarbeiten, stehen Lehrpersonen 104 Arbeitsblätter zur Verfügung. Diese wurden im Jahr 2021 8'267-mal heruntergeladen (+40% vgl. mit dem vorherigen Jahr). Die Interpretation der Download-Anzahl ist nicht einfach, denn jedes Arbeitsblatt kann ein oder mehrere Male eingesetzt werden, davon abhängig, wie die Lehrer*innen vorgehen. Trotzdem ist die Anzahl der heruntergeladenen Arbeitsblätter ein Hinweis, welche Themen Lehrpersonen bereit sind, mit Jugendlichen zu vertiefen.

Die untenstehende Tabelle zeigt, dass vor allem die Arbeitsblätter zu Sexualität, Beziehung und Identität, zu Gewalt, zu Alkohol, zu Selbstvertrauen, zu Ernährung und zu Onlinewelt heruntergeladen wurden (mindestens 600 Downloads).

Für alle thematischen Gruppen gilt, dass die Arbeitsblätter im Jahr 2021 öfter als im vorherigen Jahr heruntergeladen wurden.

AT	Arbeitsblätter für Schulklassen	Download 2021
1	<u>Sexualität, Beziehung und Identität</u>	1'244
2	<u>Gewalt</u>	1'197
3	<u>Alkohol</u>	876
4	<u>Selbstvertrauen</u>	733
5	<u>Ernährung</u>	714
6	<u>Onlinewelt und Medienkompetenz</u>	638
7	<u>Gesundheit und Krankheit</u>	476
8	<u>Rauchen</u>	393
9	<u>Stress</u>	387
10	<u>Cannabis</u>	329
11	<u>Rausch und Risiko</u>	201
12	<u>Arbeit</u>	195
13	<u>Jugendrechte</u>	190
14	<u>Klima</u>	189
15	<u>Gewicht und Essprobleme</u>	141
16	<u>Fitness und Sport</u>	131
17	<u>Lärm</u>	129
18	<u>Glücksspiel</u>	104

Der Bereich für Multiplikatoren*innen auf feel-ok.at/schule enthält eine thematische Sektion im Themenkreis Pädagogen*innen-Gesundheit. Folgende Tabelle zeigt die erfreulichen Nutzungswerte auf:

AT	Themen für Multiplikatoren*innen	Sitzungen 2021	Trend (vgl. 2020)
1	Pädagogen*innen-Gesundheit	17'042	+21%

feel-ok.at/eltern enthält 3 thematische Sektionen, die sich an Eltern von Jugendlichen richten. Ihre Nutzung ist im Vergleich zum vorherigen Jahr gestiegen.

AT	Themen für Eltern	Sitzungen 2021
1	Psychische Störungen	3'308
2	Erziehung Beziehung	582
3	Onlinesucht	319

Die Adresskartei [Beratung & Hilfe](#), die insgesamt 344 Einträge enthält, wurde im Jahr 2021 3'032-mal (+18%) konsultiert.

Die Materialien von feel-ok.at für Jugendliche, Lehrpersonen & Multiplikatoren*innen und Eltern können [downgeloadet](#) oder per Mail an feelok@styriavitalis.at bestellt werden. 2021 wurden über 10'000 Stück Folder bzw. Plakate bestellt und an die Implementierungspartner*innen in ganz Österreich gesendet.

Deutschland | feelok.de

In diesem Kapitel erfahren Sie, welche feelok.de-Projekte im Jahr 2021 realisiert wurden und welche Ziele für 2022 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 (2021)

feelok.de wurde um zwei neue Themen erweitert: Die Sektion «Onlinewelt» ist 2021 online gegangen. Zudem konnte eine «Informationsseite zum Corona-Virus» veröffentlicht werden. Weiter sind nun auch die Leiterspiele zu den Themen «Rauchen» und «Alkohol» auf feelok.de zu finden. Dank unserer österreichischen Kolleg*innen konnte der Teaserfilm „feel-ok – bevor es zu viel wird“ auch auf feelok.de übernommen und veröffentlicht werden. Für einen zweiten Teaserfilm für Lehrpersonen und Multiplikator*innen wurde bereits ein Drehbuch konzipiert, der Film soll Anfang 2022 gedreht und veröffentlicht werden.

Zwei Mitarbeiterinnen haben die Schulung „Blended Learning Kompetenz“ erfolgreich absolviert und haben eine Schulung für Präventionsfachkräfte, Lehrpersonen und Multiplikator*innen im Blended Learning Format auf der Lernplattform „bwlv-Campus“ (moodle) mit anschließender Vernetzung über Communities of Practice entwickelt. Über die Schulung „Howto – feelok Kompetenz“ soll die genannte Zielgruppe im Umgang mit feelok.de geschult und unterstützt werden.

Mit der Genehmigung des Förderantrags durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration im Rahmen des Programms „Zukunftsland BW – Stärker aus der Krise“ im Bereich Digitalisierung in Gesundheit und Pflege konnte das Projekt „feelok 2.0“ zum ersten August mit einem neuen Team und einem Stellendeputat von 175 Prozent motiviert starten.

Das Projekt feelok2.0 hat zum Ziel, feelok.de für den Schulkontext nutzbarer, attraktiver und anwenderfreundlicher zu machen.

Dies soll anhand folgender Schritte erreicht werden:

- Optimierung der Plattform für den schulischen Kontext
- Abstimmung und Kontakt mit der Zielgruppe
- Bekanntmachung der Plattform feelok.de
- Attraktivitätssteigerung der Plattform für Schüler*innen
- Vernetzung und Kooperation
- Niedrigschwelligkeit und Inklusion

Die ersten Umsetzungsschritte wurden bereits eingeleitet. Um den Bedarf an digitalen und interaktiven Formaten zur Gesundheitsförderung und Prävention im schulischen Kontext zu ermitteln, fanden die ersten Leitfadeninterviews mit Schulsozialarbeiter*innen verschiedener Schulformen, der offenen Jugendarbeit und den Kommunalen Suchtbeauftragten und Beauftragen für Suchtprophylaxe des Landes Baden-Württemberg statt. Die Erkenntnisse dienen der Auswertung und Umsetzung von Verbesserungen hinsichtlich der Nutzer*innenanforderungen.

Im Bereich Öffentlichkeitsarbeit wurden neue Postkarten sowie ein digitaler OnePager erstellt. Nutzende werden diese im Laufe des nächsten Jahres auf feelok.de herunterladen und bestellen können.

Geplante Projekte (2022)

feelok.de wird 2022 mit zwei neuen Sektionen erweitert, «Entscheidungen» (KFV & bwlv) und «Ängste und Gefühle» (Universität Bern & bwlv).

Die Rubrik Lehrpersonen und Multiplikator*innen wird strukturell überarbeitet. Neu wird die Einteilung in gebrauchsfertige «Ablaufpläne» für die Durchführung von Präventionseinheiten in der Arbeit mit Jugendlichen mit zugehörigen «Arbeitsblättern» und einer «Sammlung an Methoden» sein, welche zum kostenlosen Download zur Verfügung stehen werden. Für jedes Themengebiet ist mindestens ein Ablaufplan vorgesehen und soll fortlaufend ausgebaut werden. Die Methodensammlung bietet Beschreibungen für Warm-Up-, Transfer- sowie Feedback- und Reflexionsübungen. Präventionsprogramme und Vernetzungsmöglichkeiten von Kooperationspartner*innen sollen Lehrpersonen und Multiplikator*innen gebündelt auf einer Seite zur Verfügung stehen.

Der konzipierte Teaser-Film wird Anfang 2022 gedreht und veröffentlicht.

Unterschiedliche Zielgruppen werden ab dem Frühjahr 2022 über die Schulung „Howto feelok“ im Blended Learning Format im Umgang mit feelok.de regelmäßig geschult.

Bis Ende des Jahres 2023 wird ein inhaltliches Fachnetzwerk aus Patronats- und Kooperationspartnerschaften aufgebaut. feelok.de kooperiert verstärkt mit Universitäten, Hochschulen und Landkreisen. Zudem wird ein Aktualisierungsprozess der bestehenden Sektionen angestoßen. Die Inhalte der bestehenden Versionen sollen durch Patronatspartnerschaften aktualisiert und angepasst werden.

Für das Jahr 2022 sind Schüler*innumfragen zur Eruiierung der Attraktivität für Jugendliche geplant. Die Ergebnisse liefern Handlungsoptionen und Verbesserungen in der Gestaltung von feelok.de, sodass uninteressante Inhalte optimiert werden. Schüler*innenwettbewerbe sollen die Partizipation von jungen Menschen fördern und an der Gestaltung von feelok.de teilhaben lassen.

Zur Attraktivitätssteigerung der Zielgruppe Jugendliche wird die Software H5P für die interaktive Gestaltung von Inhalten herangezogen. Neue interaktive Inhalte für Jugendliche zu verschiedenen Themen werden auf der Plattform veröffentlicht.

Präventionskräfte und Beratungsstellen in Baden-Württemberg können über die Einführung einer interaktiven Landkarte gefunden und kontaktiert werden. Zusätzlich soll ein Button auf feelok.de das Angebot mit Beranet 2.0, dem Onlineberatungsangebot des bwlV verknüpfen. Das digitale Beratungsangebot bietet unverbindliche und anonyme Beratung bei missbräuchlichem oder abhängigem Konsum von allen Suchtmitteln und spricht sowohl Jugendliche und junge Erwachsene als auch Eltern, Freunde und weitere Bezugspersonen an.

Inhalte von feelok.de existieren bis Ende 2023 in leichter Sprache sowie gendergerechter Sprache.

Inhaltliches Fachnetzwerk | Patronatsinstitutionen

Für die Erarbeitung und Aktualisierung der Inhalte ergänzen seit 2021 zwei neue Fachorganisationen das feelok.de-Fachnetzwerk. Wir heißen die Abteilung für Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters der Universität Bern sowie die Abteilung Sport und Freizeitsicherheit des Kuratoriums für Verkehrssicherheit (KFV) herzlich willkommen und freuen uns auf die gemeinsame Zusammenarbeit.

Eine weitere Kooperation besteht mit den Studierenden der PH Freiburg. Diese erstellen im Rahmen des Studiengangs Gesundheitspädagogik themenspezifische Inhalte für feelok.de.

feelok.de befindet sich gerade in einem Prozess des Wiederaufbaus eines Fachnetzwerkes. Welche Fachorganisation für welches Thema auf feelok.de zuständig ist, erfahren Sie zukünftig auf feelok.de/infos-netzwerk

Die Patronatsinstitutionen sind für die Inhalte auf feelok.de verantwortlich. In dieser Rolle stellen die Institutionen sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

Finanzierung



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION

Das Projekt wird seit August 2021 gefördert durch das Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg.

Wir bedanken uns bei dem Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration, die mit ihrer Förderung die Existenz und die notwendige Weiterentwicklung von feelok.de ermöglicht haben. Weiter bedanken wir uns bei dem Ministerium für Kultus, Jugend und Sport Baden-Württemberg für die Unterstützung und die gute Zusammenarbeit.

Nutzung

Im Jahr 2021 wurde feelok.de insgesamt 79'285-mal besucht. Dabei wurden 128'323 Seiten aufgerufen. Die folgende Tabelle zeigt, wie oft feelok.de in den deutschen Bundesländern konsultiert wurde.

	Sitzungen 2021
Nordrhein-Westfalen	12'895
Baden-Württemberg	9'823
Bayern	9'186
Hessen	6'214
Niedersachsen	5'049
Berlin	4'268
Hamburg	2'896
Sachsen	2'667
Rheinland-Pfalz	2'185
Schleswig-Holstein	1'638
Brandenburg	1'438
Thüringen	1'200
Sachsen-Anhalt	907
Mecklenburg-Vorpommern	788
Bremen	475
Saarland	451

feelok.de **enthält 7 thematische Sektionen, die sich an Jugendliche und junge Erwachsene richten**. Besonders oft wurden die Inhalte zu Tabak und Cannabis aufgerufen (mehr als 25'000 Sitzungen). Die Nutzung der Themen mit grün gefärbten Statistikwerten hat im Vergleich zum vorherigen Jahr zugenommen.

DE	Themen für Jugendliche	Sitzungen 2021
1	<u>Tabak Rauchen</u>	27'592
2	<u>Cannabis</u>	25'314
3	<u>Selbstvertrauen</u>	8'030
4	<u>Sexualität</u>	7'576
5	<u>Alkohol</u>	5'913
6	<u>Stress</u>	1'956
7	<u>Onlinewelt</u>	953

In den thematischen Sektionen bietet feelok.de interaktive Online-Tools an, damit Lehrpersonen die Inhalte mit Jugendlichen auf kreative und spannende Weise vertiefen können. Tools, die im Jahr 2021 öfter als im vorherigen Jahr eingesetzt wurden, haben grüengefärbte Nutzungswerte.

DE	(Interaktive) Angebote für Jugendliche	Sitzungen 2021
1	<u>Tests zu Selbstvertrauen</u>	6'190
2	<u>Interaktive Tools zu Tabak</u>	808
3	<u>Der Cannabis-Check</u>	443
4	<u>Alkohol Quiz</u>	435
5	<u>Beratungsangebote für Jugendliche</u>	380
6	<u>Alkohol-Check</u>	317
7	<u>Leiterspiel zu Cannabis Alkohol Cannabis</u>	319
8	<u>Onlinesucht-Test</u>	231

Um die Inhalte von feelok.de mit Schulklassen zu erarbeiten, stehen Lehrpersonen 46 Arbeitsblätter zur Verfügung. Diese wurden im Jahr 2021 1'249-mal (+28%) heruntergeladen. Die thematischen Gruppen mit höheren Downloadwerten als im vorherigen Jahr sind grün eingefärbt.

DE	Arbeitsblätter für Schulklassen	Download 2021
1	<u>Cannabis</u>	278
2	<u>Selbstvertrauen</u>	236
3	<u>Tabak Rauchen</u>	218
4	<u>Alkohol</u>	162
5	<u>Stress</u>	107
6	<u>Unterrichtsempfehlungen</u>	93
7	<u>Sexualität und Liebe</u>	87
8	<u>Webprofi</u>	68