

Die Bedeutung einer User-freundlichen Website für die digitale Welt der Eltern

Hermann Zöbinger, MSc
AGES Zentrum Ernährung und Prävention



 **Bundesministerium**
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz


 **Dachverband der**
österreichischen
Sozialversicherungen

Richtig essen von Anfang an!

Erfolgreiches Gesundheitsförderungsprogramm seit 2008

Ein Gemeinschaftsprogramm:

- Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH,
- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz und
- Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen mit Unterstützung der Österreichischen Gesundheitskasse

 **Vision:** jedem Kind – von Anfang an – eine gesunde Ernährung zu ermöglichen und so die Zahl gesundgewichtiger Kinder zu erhöhen

 **Zielgruppe:** Schwangere, Stillende, Eltern, Kinder bis 10 Jahre, relevante Berufsgruppen



Unterschiedliche Zielgruppen
inkl. von Benachteiligung
betroffene Personen

Zielgruppen

Das User-Verhalten ändert sich

Geändertes User-Verhalten

- Betrifft fast ausschließlich Eltern, Schwangere und Stillende
 - Kürzere Verweildauern auf der Website (teilweise unter 30s!)
 - Schnelles „scrollen“ der Seite
 - Häufige Nutzung der Suchfunktion
 - Soziale Medien mit deutlich größerer Reichweite als Homepages
- Expert:innen und Fachkräfte zeigen kaum Verhaltensänderungen in der Nutzung
 - Wissen meist wo sie Fachinformationen finden
 - Download der Expert:innen-Dokumente (Empfehlungen, Basisliteraturberichte, etc.)



Ursachen?

- Gesellschaftliche Veränderungen?
- Veränderungen in der digitalen Welt? – Soziale Medien, technischer Fortschritt, ...



Konzept zur verbesserten Zielgruppenerreichung

Ziele und Methoden für eine barrierefreie Nutzer:innenerfahrung

Konzept der neuen Homepage – Anforderungen

- Treffsicheres Informationsangebot (vor allem für Personengruppen, die von Benachteiligung betroffen sind)
- Verbesserte Nutzer:innenorientierung
 - Erhöhung der Verständlichkeit
 - Erhöhung der Usability
 - Verbesserung des Designs
 - Erhöhung der Reichweite
- Technische Optimierung

Parallel Erstellung eines Methodenhandbuchs zur Erreichung von benachteiligten Personengruppen

- Gesundheitlichen Chancengerechtigkeit
- Evidenzbasierte Ansätze im Bereich Ernährung/Bewegung
- Good-Practice-Kriterien für chancengerechten Gesundheitsförderung
- Methoden und Strategien

Konzept zur verbesserten Zielgruppenerreichung

Beispiele und Auszüge für Methoden, Strategien und Good-Practice-Kriterien

- **Wie müssen Informationsangebote für benachteiligte Personengruppen aufgebaut sein?**
 - Gesundheitsthemen wollen verstanden werden
 - Gesundheitsinformationen werden oft nur auf persönlich Empfehlung hin angenommen
 - Es werden kurze Texte und Videos benötigt, teilweise auch ausführlicher Printmaterialien
 - Fotos und Illustrationen sind essenziell, um schwer erreichbare Zielgruppen anzusprechen (Zschorlich et al. 2023)
- **Gängige Hürden Beratungs- und Informationsangebote in Anspruch zu nehmen**
 - Fehlende Überzeugung
 - Finanzielle Hürden
 - Fehlende Zeit
 - Komplizierte Sprache
 - Geringe Lesefähigkeit (Weber, 2020)
- **Gute Gesundheitsinformation (GGI) Österreich**
 - Leicht verständlich
 - Zielgruppenorientiert
 - Umfassend
 - Unabhängig (keine offene oder verdeckte Werbung)
 - Unverzerrt (nicht über- oder untertreibend)
 - Geschlechtergerecht
 - Verlässlich und basierend auf wissenschaftlicher Evidenz (GÖG, 2023)

Richtig essen von Anfang an!

Die „alte“ Homepage

- 🍏 Komplizierte Menüstruktur mit zahlreichen Ebenen
- 🍏 Lange Texte
- 🍏 Teilweise komplizierte Sprache
- 🍏 Wenige Bilder
- 🍏 Linearer Aufbau
- 🍏 Viele Informationen pro Seite
- 🍏 ...

EN HBS TR

Eltern > Expert:innen > Downloads >

Richtig essen von Anfang an!

Home / Eltern / Richtig essen

Mein Lebensbereich:

Richtig essen

Liebe werdende und frischgebackene Eltern!

In dieser wunderschönen Zeit ist richtig essen von Anfang an besonders wichtig.

Die richtige Ernährung während der Schwangerschaft ist wichtig, um der Mutter all das zu liefern, was sie selbst braucht und um die Versorgung mit Energie und Nährstoffen für das Wachstum und die Entwicklung des Babys von Anfang an zu gewährleisten. Denn ein gesunder Lebensstil beginnt bereits im Mutterleib.

Auch in der Stillzeit ist eine ausgewogene Ernährung wichtig, um sich selbst und das Baby über die Muttermilch optimal mit allen Nährstoffen zu versorgen.

In den ersten Lebensmonaten ist ein Baby mit Stillen bzw. Säuglingsanfangsnahrung (Pre-Nahrung) bestens versorgt, später braucht das Baby jedoch mehr, nämlich Beikost.

Nach dem ersten Geburtstag nähert sich die Ernährung des Kleinkindes der Familienkost an. In dieser Periode wird ein gesundes Ernährungsverhalten maßgeblich geprägt.

Um den ganzen Tag in Kindergarten oder Schule aktiv und aufmerksam zu sein, benötigen 4- bis 10-Jährige Energie und ausreichend Nährstoffe. Regelmäßige Mahlzeiten unterstützen sie dabei die Herausforderungen des Tages zu meistern.

Im Bereich "Richtig essen" finden sie Informationen zu ausgewogener Ernährung und gesundem Lebensstil von Anfang an, das bedeutet von der Schwangerschaft & Stillzeit bis zum Beikost- und Kleinkindalter sowie 4- bis 10-jähriger Kinder.

Eine Übersichtsgrafik zu wichtigen Ereignissen vor und nach der Geburt können sie hier downloaden: [Service Points](#)

FAQ - häufig gestellte Fragen

Haben Sie Fragen? Hier stellen wir Antworten zu verschiedenen Themen zur Verfügung.

Workshops

[Alle Termine ansehen](#)

Downloads

[Alle Downloads ansehen](#)

Richtig essen

- Schwangere und Stillende >
- Beikost >
- Kleinkinder >
- 4- bis 10-jährige Kinder >
- Essen im Kindergarten und in der Schule >

Ernährungsquiz

Über das Programm

Workshops

- Burgenland
- Kärnten
- Niederösterreich
- Oberösterreich
- Salzburg
- Steiermark
- Tirol
- Vorarlberg
- Wien

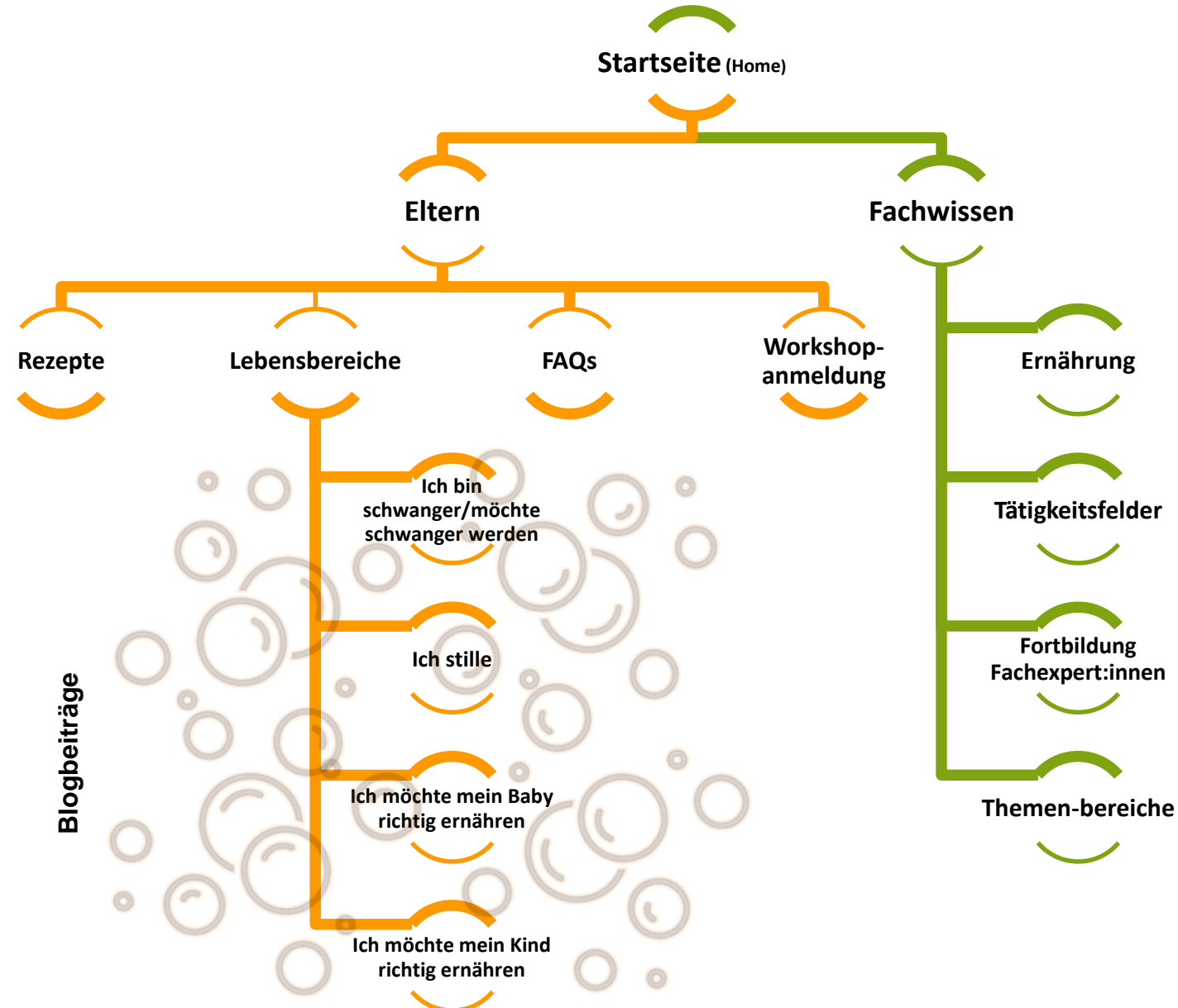
Rezepte >

FAQ >

Haben Sie eine Frage? >

Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

Konzept



Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

Technische Maßnahmen


- 🌱 **Neue technische Basis – Word Press**
 - Neue grafische Gestaltungsmöglichkeiten
 - Optimierung für mobile Endgeräte
- 🌱 **SEO – Suchmaschinenoptimierung**
 - Aktive Beeinflussung der Findbarkeit von Websites durch Suchmaschinen (Google, etc.)
 - Keyphrases
 - Vorschau-Texte
 - Metabeschreibung
- 🌱 **Tools zur Überprüfung der Lesbarkeit**
 - Formatierung
 - Schriftgröße
 - Vorkommen der SEO-Eingaben im Fließtext



SEO Lesbarkeit Schema Social

Fokus-Keyphrase ⓘ
Information Beikostprodukte Essen Baby
Ähnliche Keyphrasen erhalten

Darstellung in der Suche ^
Entscheide, wie dein Beitrag in den Suchergebnissen aussehen soll.
Vorschau als:
 Ergebnis für die mobilen Geräte Ergebnis für den Desktop



SEO-Titel
Titel Seite Trennzeichen Titel der Website
Titelform
information-zu-beikostprodukten
Meta-Beschreibung
Informationen zu Beikostprodukten für Babys im ersten Lebensjahr und Tipps zur richtigen Auswahl und Herstellung von Beikost.

Neue Website von „Richtig essen von Anfang an!“

Neuer digitaler Auftritt

Richtig essen von Anfang an!

Ein Gemeinschaftsprogramm der Österreichischen Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH, dem Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz und dem Dachverband der österreichischen Sozialversicherungen seit 2008.

Hier finden Sie wissenschaftlich basierte und kostenlose Informationen zur Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit sowie zur Ernährung im Kindesalter von 0 bis 10 Jahren.

Mein Lebensbereich

Bitte wählen Sie aus ▾

Übersicht Themenbereich Fachwissen

-  Ernährung
-  Mütterleben
-  Stillförderung/ Dialog
-  Themen für Pädagoginnen
-  Fortbildung Fachexpertinnen
-  Entwicklung Ernährungswissenschaftler

Wohin Essen

Obst und Gemüse ist auch gut für die Jause. Das Kind sollte jeden Tag 3 Portionen Gemüse und Obst zu sich nehmen. Achten Sie darauf, dass Sie viele verschiedene Sorten zu sich nehmen. Es ist gut, wenn Sie auch Obst und Gemüse in der Handtasche mit sich nehmen. So ist es immer leicht zu greifen.

13.200 Anträge bearbeitet
83.790 Webseitenaufrufe





Schwangerschaft
Schwangerschaft ist ein wunderbares Ereignis, das viele positive Auswirkungen auf die Gesundheit der Mutter und des Kindes hat. Während der Schwangerschaft sollten Sie sich gesund ernähren, um das Beste für die Entwicklung des Kindes im Mutterleib zu gewährleisten. Ernährungsinformationen für die Zeit der Schwangerschaft.



Neue Website von „Richtig essen von Anfang an!“

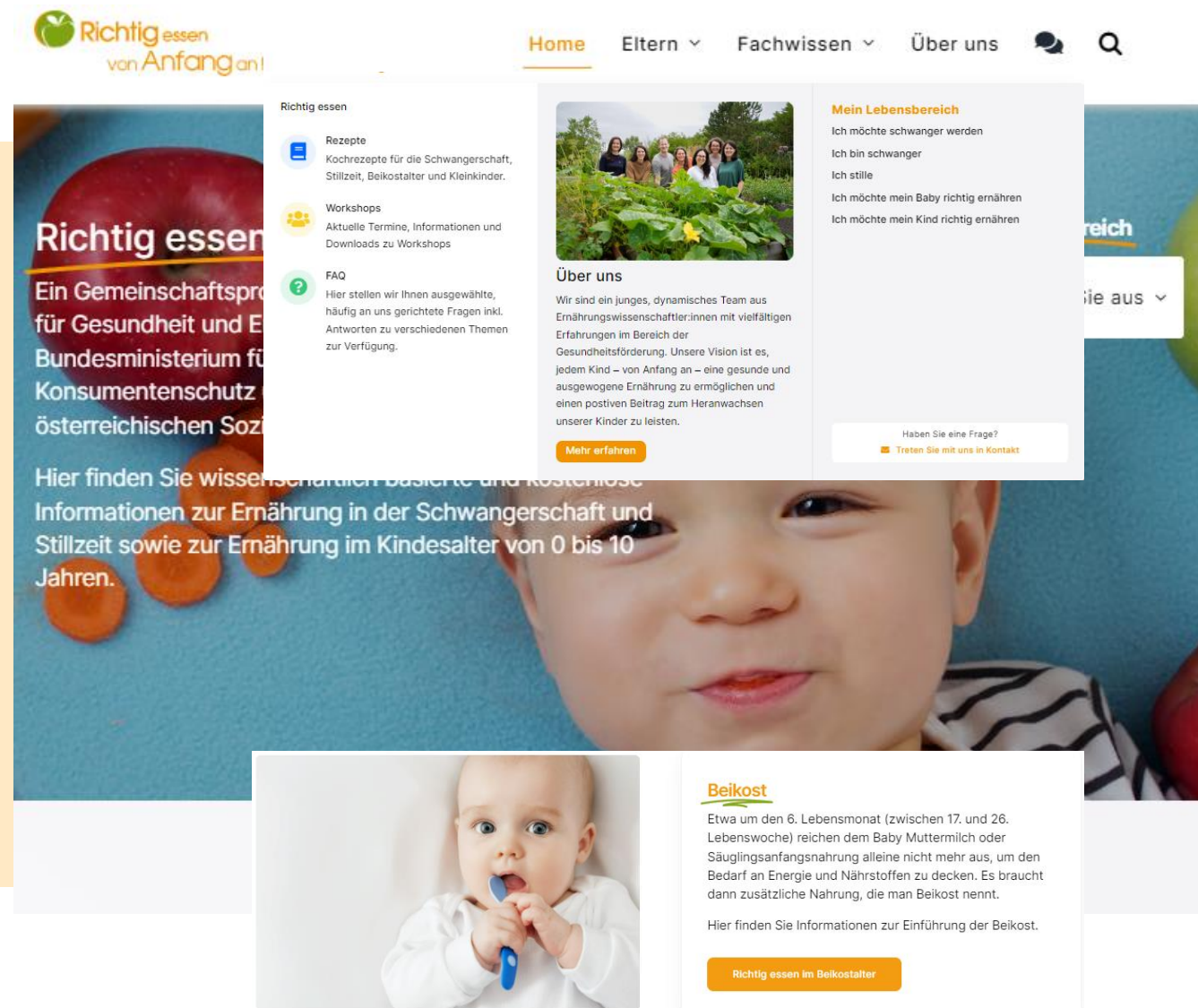
Neuer digitaler Auftritt

Flache Struktur

-  Zugang zu Informationen direkt über Startseite
-  Keine/kaum Untermenüs

Redundantes Bedienkonzept

-  Auswahl aus Startseite, Mega Menü oder „Mein Lebensbereich“
-  Intelligente Suchfunktion



Neue Website von „Richtig essen von Anfang an!“

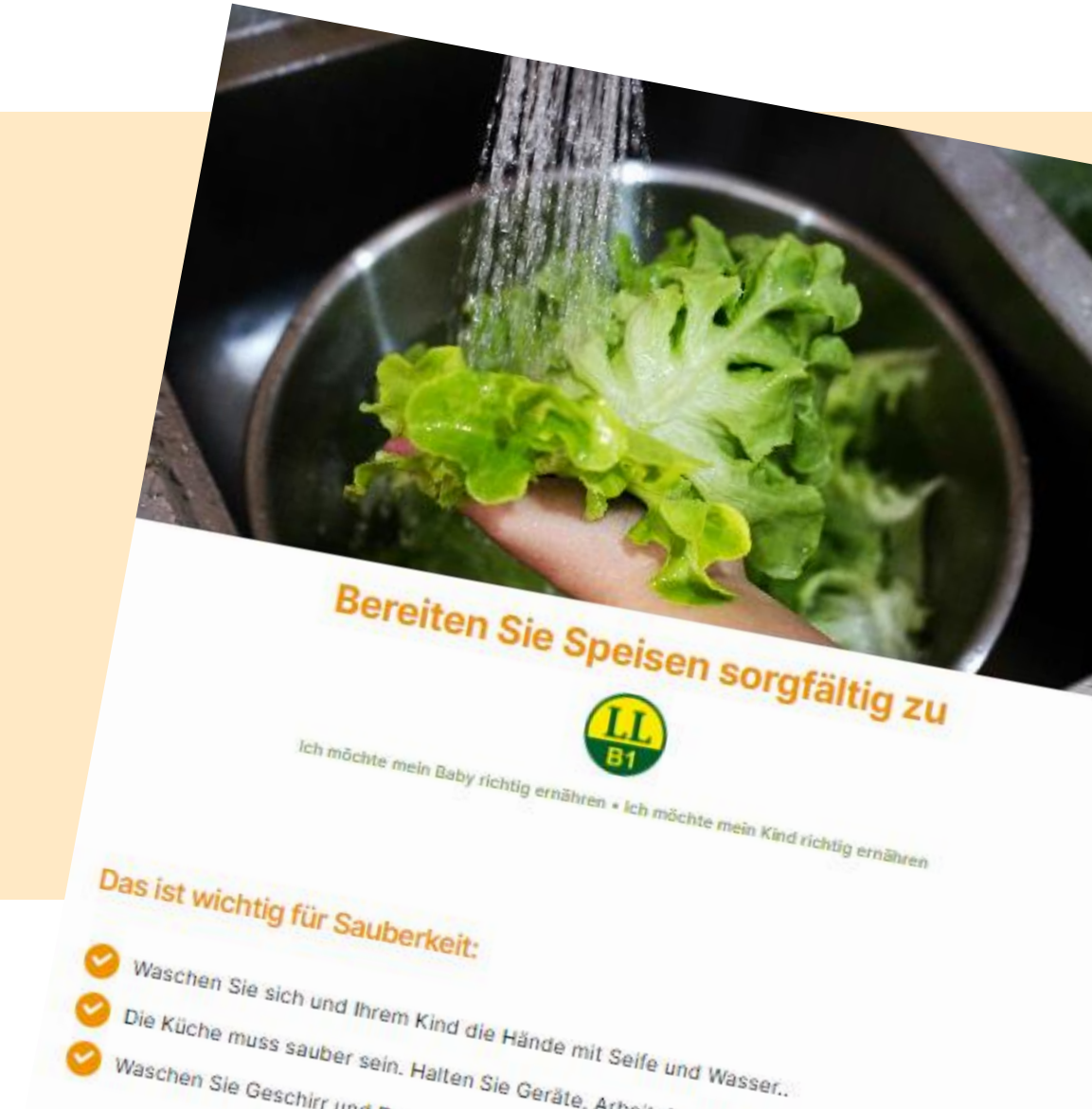
Übersetzung in leicht verständliche Sprache

- Übersetzung der Texte im „Eltern“-Bereich in Zusammenarbeit mit der Fa. Capito
- Sprach-Niveau: „Leicht Lesen B1“



Vergleichbar mit
„Leichte Sprache“

Vergleichbar mit
„Einfache Sprache“



Neue Website von „Richtig essen von Anfang an!“

Aufbau der Inhalte

🍏 Texte in „Leicht Lesen“ B1

- Kurze Texte
- Zahlreiche Absätze
- Aufzählungen

🍏 Kurze, gut teilbare Inhalte

- Ähnlich Social Media Beiträgen

🍏 Grafische Elemente

🍏 User-Navigation durch Related Posts

🍏 Downloads und Videos direkt beim Material

The screenshot displays the website 'Richtig essen von Anfang an!' with a navigation bar at the top containing 'Home', 'Eltern', 'Fachwissen', and 'Über uns'. The main content area features several articles:

- Wie sich der Geschmack entwickelt**: An article with a sub-header 'Wie sich der Geschmack entwickelt' and a sub-image of a baby eating. It includes text about taste development and a tip: 'Es ist wichtig, auch bei den Zwischenmahlzeiten das Verhalten ein gutes Vorbild zu sein.'
- Viel Flüssigkeit: am besten Wasser**: An article with a sub-header 'Viel Flüssigkeit: am besten Wasser' and a sub-image of hands holding a glass of water. It includes text about hydration and a tip: 'Trinkwasser sollte immer da sein. Ihr Kind soll jederzeit Wasser trinken können.'
- Getränke**: A category card for 'Getränke' (täglich, 5-7 Portionen).
- Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst**: A category card for 'Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst' (täglich, 5 Portionen).
- Getreide und Erdäpfel**: A category card for 'Getreide und Erdäpfel' (täglich, 5 Portionen).
- Milch und Milchprodukte**: A category card for 'Milch und Milchprodukte' (täglich, 3 Portionen).
- Fisch, Fleisch, Wurst und Eier**: A category card for 'Fisch, Fleisch, Wurst und Eier' (wöchentlich, 1-2 Portionen pro Woche).
- Fette und Öle**: A category card for 'Fette und Öle' (sparsam, 12 Teelöffel pro Tag).

At the bottom, there are three small images with captions: 'Dunkelbrot? Lassen Sie es!', 'Mit jedem Kind eine Menge an Obst kochen!', and 'Bereiten Sie Speisen sorgfältig zu'.

Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

Ideen für die Zukunft

 Team noch nahbarer für den User machen

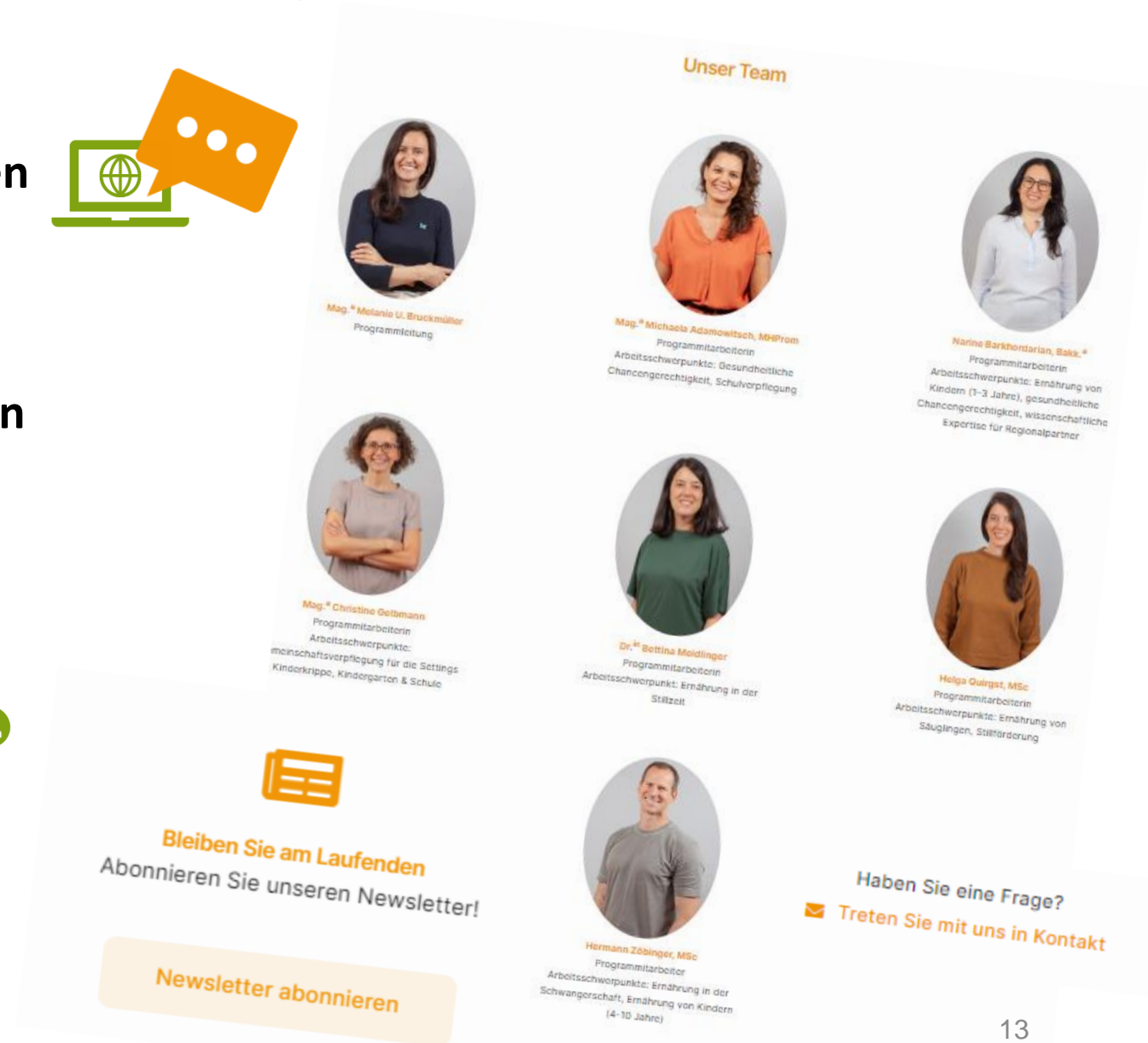


 Persönliche Kontaktmöglichkeit ausbauen

- Kontaktformular
- Über andere Medien – Social Media, etc.

 Stories aus der Community

- Eltern zu Wort kommen lassen
- Erfahrungsberichte
- ...



Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

Fazit

🍏 Warum ist User-Freundlichkeit wichtig?

- 🍏 Rasch verfügbare Infos
- 🍏 Intuitive Bedienung
- 🍏 Aufbau sollten möglichst simpel sein

🍏 Wie müssen Inhalte bereit gestellt werden?

- 🍏 Wissenschaftlich fundiert
- 🍏 Leicht und sofort verständlich

🍏 Ein User-freundlicher Webauftritt bedarf ständiger Anpassungen und Betreuung.

- 🍏 Technische Betreuung - SEO
- 🍏 muss sich mit den Anwendern weiterentwickeln



Richtig essen von Anfang an!

Referenzen

Capito - CFS GmbH. Leichte Sprache: Was ist das und warum ist sie wichtig? 2024. [Leichte Sprache - Begriffe, Regeln und Beispiele \(capito.eu\)](https://www.capito.eu/leichte-sprache-begriffe-regeln-und-beispiele) (Zugriff: 11.04.2024)

Gesundheit Österreich GmbH (GÖG). Gute Gesundheitsinformation Österreich – Was ist Gute Gesundheitsinformation? 2023. <https://oepgk.at/schwerpunkte/gute-gesundheitsinformation-oesterreich/> (Zugriff: 30.10.2023)

Weber D. Chancengleichheit in der Gesundheitsförderung und Prävention in der Schweiz. Begriffsklärungen, theoretische Einführung, Praxisempfehlungen. Grundlagenbericht. Bern: GFCH, BAG, GDK. 2020. https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/migration/documents/Grundlagenbericht_Chancengleichheit_in_der_Gesundheitsfoerderung_und_Praevention_in_der_Schweiz.pdf

Zschorlich B, Wiegard B, Warthun N, Koch K. Health information for hard-to-reach target groups: A qualitative needs assessment. Zeitschrift für Evidenz, Fortbildung und Qualität im Gesundheitswesen 2023; 179: 8–17. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S186592172300065X/pdf?md5=e15478968b6e2f70b66e882b3bbda35b&pid=1-s2.0-S186592172300065X-main.pdf>

Weitere Informationen unter
www.richtigessenvonanfangan.at

Bald neu!

Richtig essen von Anfang an!

Keep in touch



www.richtigessenvonanfangan.at



/ @Richtig essen von Anfang an! REVAN



Richtig essen von Anfang an! Newsletter



#richtigessenvonanfangan

Vielen Dank!

Österreichische Agentur für Gesundheit
und Ernährungssicherheit GmbH



Hermann ZÖBINGER, MSc.

Richtig essen von Anfang an!

Spargelfeldstraße 191

A-1220 Wien

T +43 (0) 50 555 257 51

hermann.zoebinger@ages.at

www.ages.at

Copyright © 2024 AGES/**Hermann Zöbinger**

Alle Rechte vorbehalten. Die Inhalte sind geistiges Eigentum der AGES. Diese dürfen ausschließlich für den privaten Gebrauch verwendet werden. Alle anderen Werknutzungsarten, einschließlich der Vornahme von Änderungen und Bearbeitungen, sowie eine Weitergabe an Dritte sind untersagt.