

Ernährungsberatungsangebot **GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN – daheim und unterwegs**

30.05.2022

Manuela Hatz, MEd

FH JOANNEUM, Institut Diätologie



Bildquelle: iStock

Überblick

- Hintergrund & Zielgruppen
- Projektdaten & Ergebnisse
- Diätologinnen & Unterlagen
- Kontaktdaten



Hintergrund des Programms



Steirisches Gesundheitsziel:
Mit Ernährung und Bewegung
die Gesundheit der Steirerinnen und Steirer verbessern

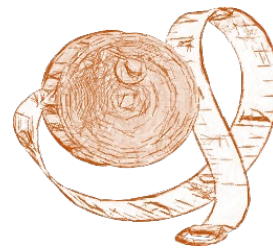
- Lebensmittelauswahl und Mahlzeitengestaltung der Steirerinnen und Steirer entsprechen nicht den österreichischen Empfehlungen
- Adipositas und Übergewicht sind bei Personen mit niedrigem sozioökonomischen Status und mittlerem bis höherem Alter am stärksten ausgeprägt

Zielgruppen

- vor allem **sozioökonomisch schwächere Personen** mit **Übergewicht bzw. Adipositas** und/oder **höherem Alter** sollen mit dem Angebot erreicht werden



sozioökonomisch benachteiligte
Menschen



adipöse &
übergewichtige
Menschen



Seniorinnen &
Senioren

Projektdaten

- **Auftraggeber:** Gesundheitsfonds Steiermark

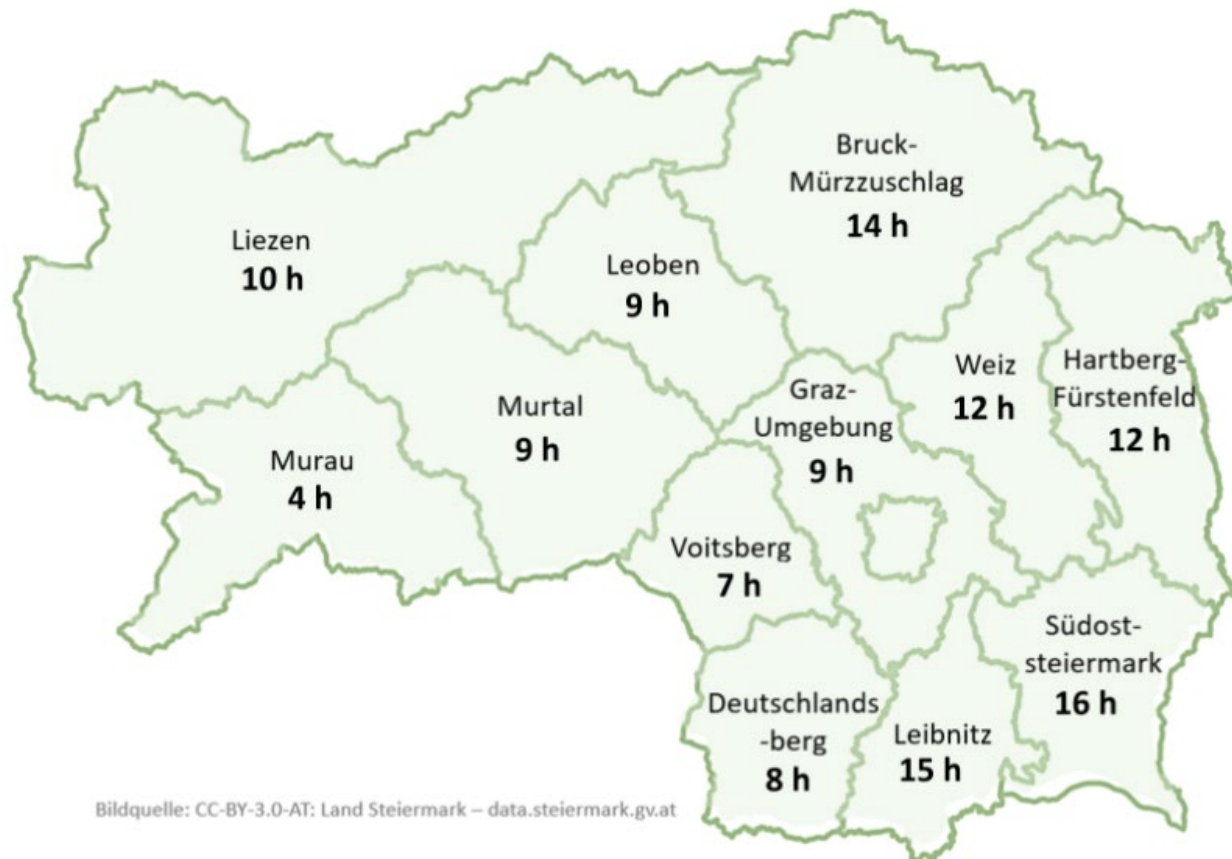
Das Ernährungsberatungsprojekt ist in das große steirische Ernährungsprogramm GEMEINSAM G'SUND GENIESSEN eingebettet.

- **Umsetzung:** Institut Diätologie der FH JOANNEUM

- **Finanzierung:** Gesundheitsfonds Steiermark und
Gesundheitsförderungsfonds Steiermark

- **Projektlaufzeit:** 07.09.2018 – 31.12.2023

Projektdaten



Gesamt 8160 Stunden kostenlose Ernährungs- beratungen

- in allen steirischen Bezirken (ausgenommen Graz)
- bis zu 5 Beratungsstunden bzw. bis zu 9 Termine pro Person innerhalb eines Jahres

Beratungsstunden/Bezirk pro Monat
Gesamtkontingent: 1500 h/Jahr

Projektdaten



Individuelle Ernährungsberatungen

- **regional**
Bezirkshauptmannschaften, psychosoziale Einrichtungen, Gemeinderäumlichkeiten, etc.
- **persönlich, telefonisch oder virtuell**
- **prophylaktisch und therapeutisch**
therapeutisch nach Zuweisung durch Ärztin oder Arzt

Lotsenfunktion

- Vermittlung zu Bewegungsangeboten und Angeboten für die psychische Gesundheit



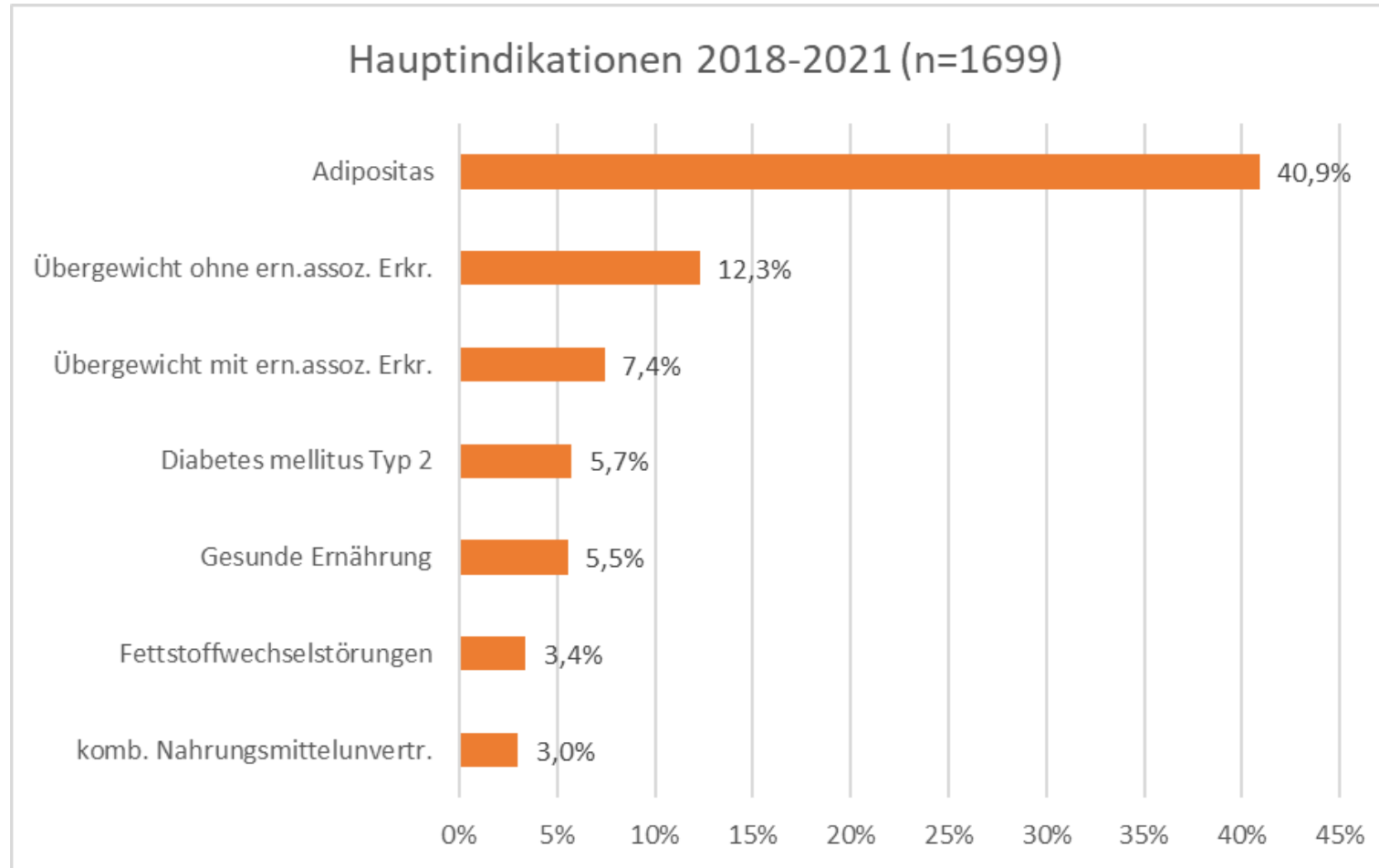
© FH JOANNEUM

Ergebnisse 2018-2021

Zeitraum: 07.09.2018 bis 31.12.2021

- seit Projektbeginn wurden **1699 Steirerinnen und Steirer** im Rahmen von **5065,5 Beratungsstunden** betreut
- seit Frühling 2020 wurde knapp ein Viertel aller Beratungen in Form von **Tele-Beratungen** durchgeführt
 - davon überwiegend telefonische Beratungen

Ergebnisse 2018-2021

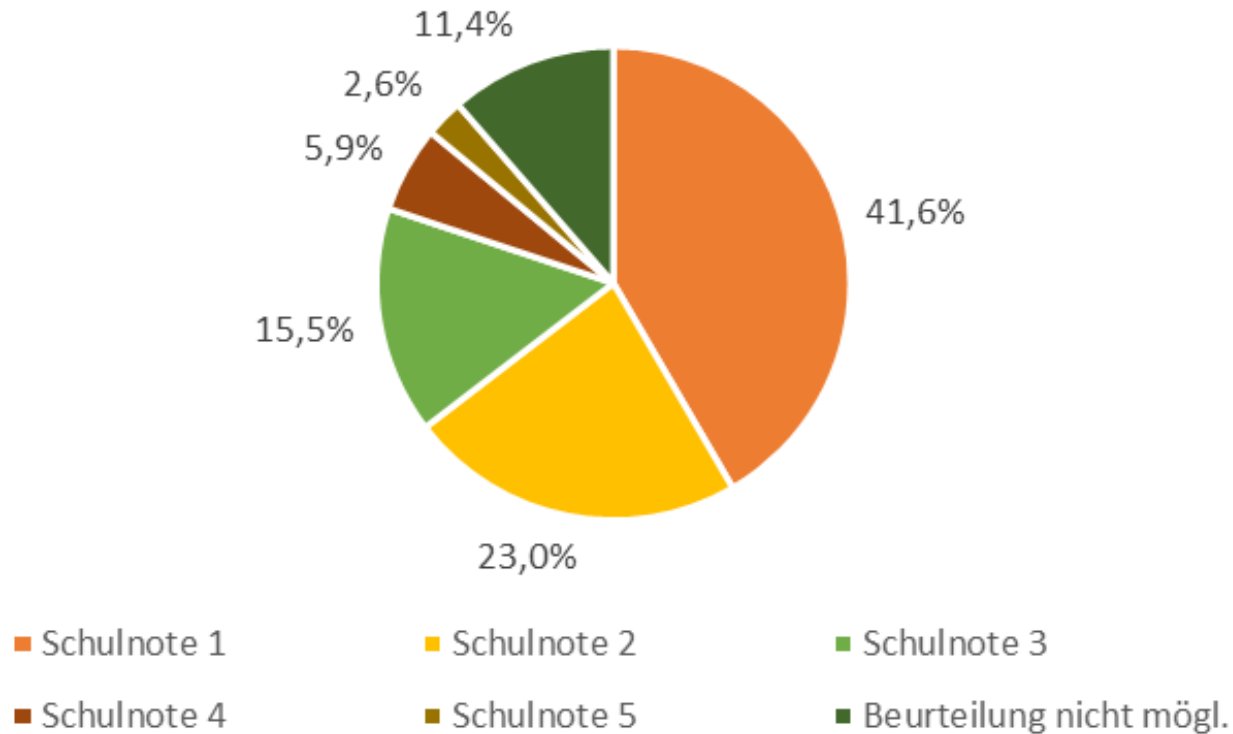


**häufigste
Indikationen:
Übergewicht &
Adipositas**
n=1030; 60,6 %

Ergebnisse 2018-2021



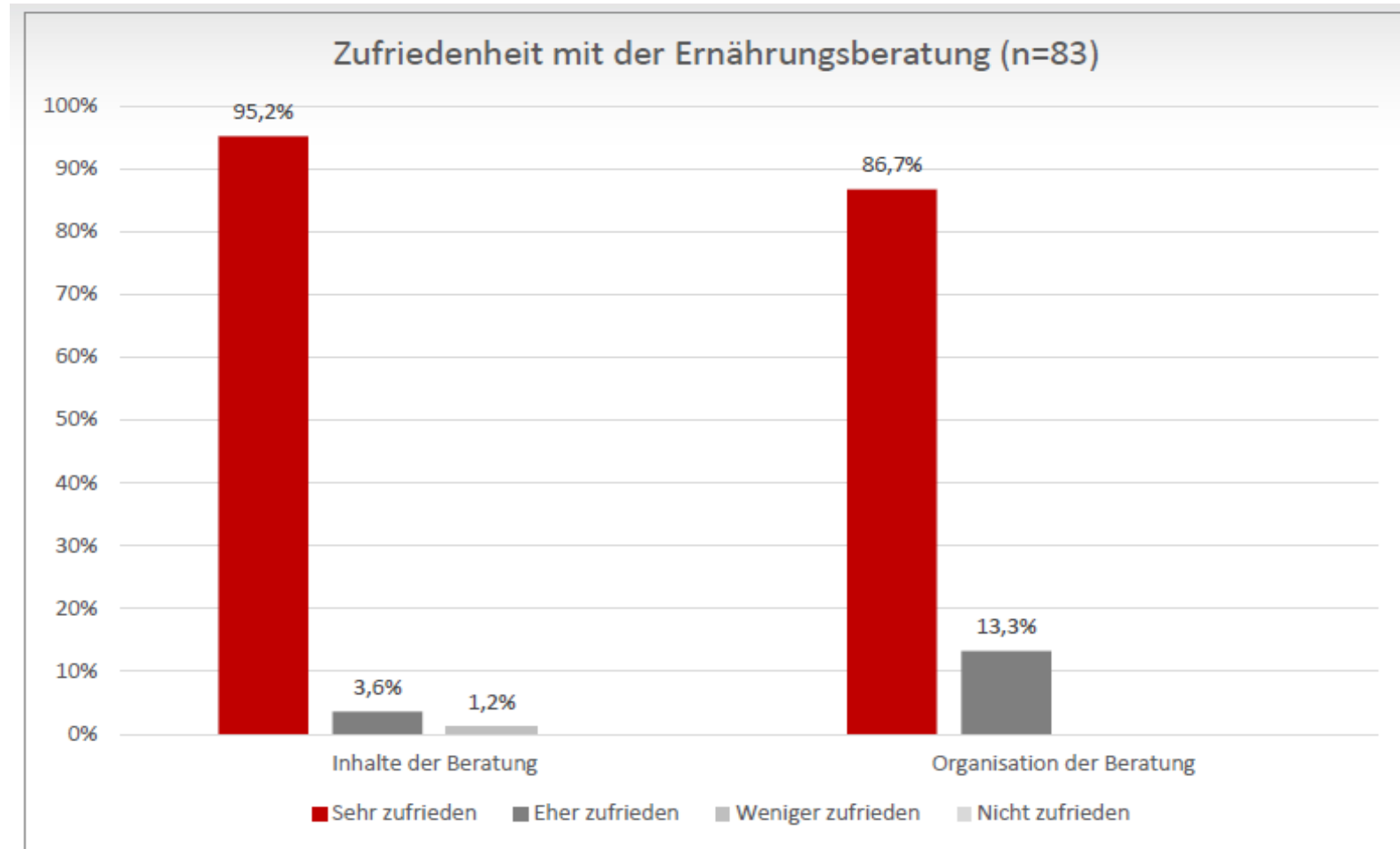
Zielerreichung 2018-2021 (n=916)



Zielerreichung:
Vereinbartes Ziel
mit Schulnote 1-3
erreicht

n=734; 80,1 %

Ergebnisse Evaluierung 2020



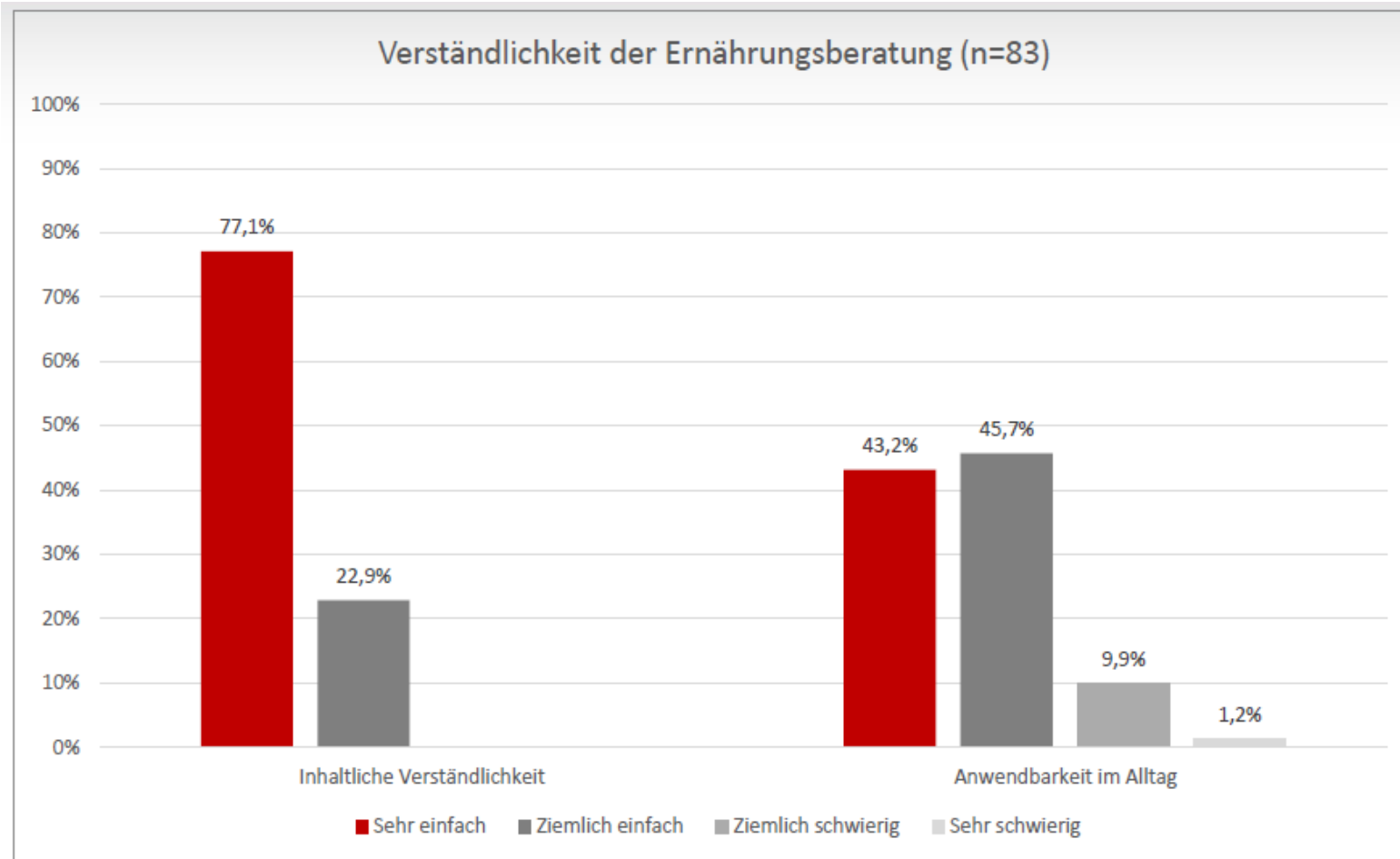
**Sehr & eher
zufrieden mit:**

**Inhalten der
Beratung**
n=82; 98,8 %

**Organisation der
Beratung**
n=83; 100 %

© EPIG GmbH

Ergebnisse Evaluierung 2020



Sehr einfach & ziemlich einfach:

Inhaltliche Verständlichkeit der Beratung
n=83; 100 %

Anwendbarkeit im Alltag
n=74; 88,9 %

© EPIG GmbH

Schlussfolgerungen

- **sehr gute Annahme** des Beratungsprogramms
- regelmäßige & langfristige Beratungen ermöglichen eine **nachhaltige Ernährungsoptimierung**
- **telefonische Beratungen** sind eine zielgruppenadäquate, niederschwellige Alternative zur Vor-Ort-Beratung
- **sozioökonomisch benachteiligte Personen** und **Personen mit Übergewicht und Adipositas** werden sehr gut mit dem Programm erreicht
- **sehr hohe Zufriedenheit** mit den Ernährungsberatungen und deren Rahmenbedingungen

→ **Ausblick: Outcome-Studie zurzeit in Arbeit**

Diätologinnen

- sind Expertinnen im Bereich der professionellen Ernährungstherapie und Diätetik
- sind gesetzlich befugt, Gesunde und Kranke ernährungstherapeutisch zu betreuen

Ernährungsberatungen

- basieren auf dem aktuellen wissenschaftlichen Standard der Ernährungstherapie
- erfolgen anhand des Diätologischen Prozesses und mit standardisierten Unterlagen
- orientieren sich an den individuellen Bedürfnissen der Klientinnen und Klienten

Standardisierte Unterlagen

- Einsatz standardisierter Unterlagen
- zum Teil im Rahmen des Projekts erstellt



Ernährungstagebuch



Der gesunde Teller



Rezeptkarten g'miasig



Flyer



Plakate



Bei Bedarf können Sie die Unterlagen kostenfrei beim Gesundheitsfonds Steiermark bestellen unter:
martina.steiner@gfstmk.at

Kontakt Daten Diätologinnen

- Bruck-Mürzzuschlag: Sattler Katrin, [T: 0660/7732759](tel:06607732759), [E-Mail](#)
- Deutschlandsberg: Wirnsberger Birgit, [T: 0699 179 88 531](tel:069917988531), [E-Mail](#)
- Graz-Umgebung: Schinnerl Brigitte, [T: 0699 109 99 444](tel:069910999444), [E-Mail](#)
- Hartberg-Fürstenfeld: Judith Scherf, [T: 0664 62 60 870](tel:06646260870), [E-Mail](#)
- Leibnitz: Weißenbacher Julia, [T: 0664 46 05 903](tel:06644605903), [E-Mail](#)
- Leoben: Straßer Julia, [T: 0660 43 00 970](tel:06604300970), [E-Mail](#)
- Liezen: Machhammer Karin, [T: 0681 10 46 34 76](tel:068110463476), [E-Mail](#)
- Murau: Kogler Birgit, [T: 0664 24 48 843](tel:06642448843), [E-Mail](#)
- Murtal: Wenzl Carina, [T: 0664 16 34 036](tel:06641634036), [E-Mail](#)
- Südoststeiermark: Tropper Maria, [T: 0664 64 90 931](tel:06646490931), [E-Mail](#)
- Voitsberg: Pichler Christina, [T: 0660 38 54 597](tel:06603854597), [E-Mail](#)
- Weiz: Möstl Natalie, [T: 0664 40 533 57](tel:06644053357), [E-Mail](#)

Kontakt Daten Projektteam



- Website mit Kontaktdaten: www.fh-joanneum.at/ernaehrungsberatung
- Mail: Ernaehrungsberatung@fh-joanneum.at bzw. manuela.hatz@fh-joanneum.at

Herzlichen
Dank!



© FH JOANNEUM