

# **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



Bildquelle: iStock



# 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

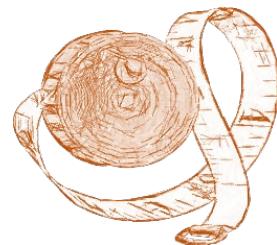


# Zielgruppen

- 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.

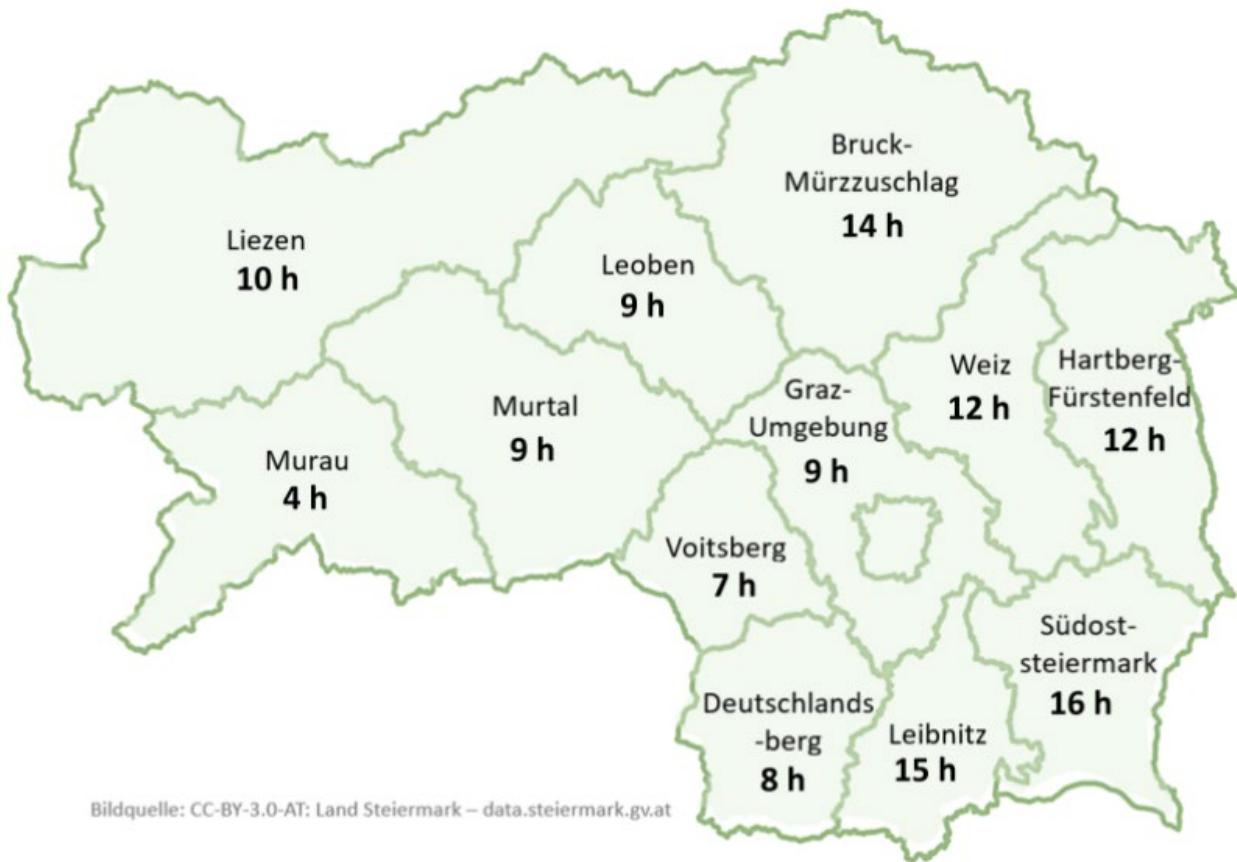
- **Umsetzung:** Institut Diätologie der FH JOANNEUM

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

- **Projektlaufzeit:** 07.09.2018 – 31.12.2023



# Projektdaten



**Gesamt 8160 Stunden kostenlose Ernährungsberatungen**

- 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

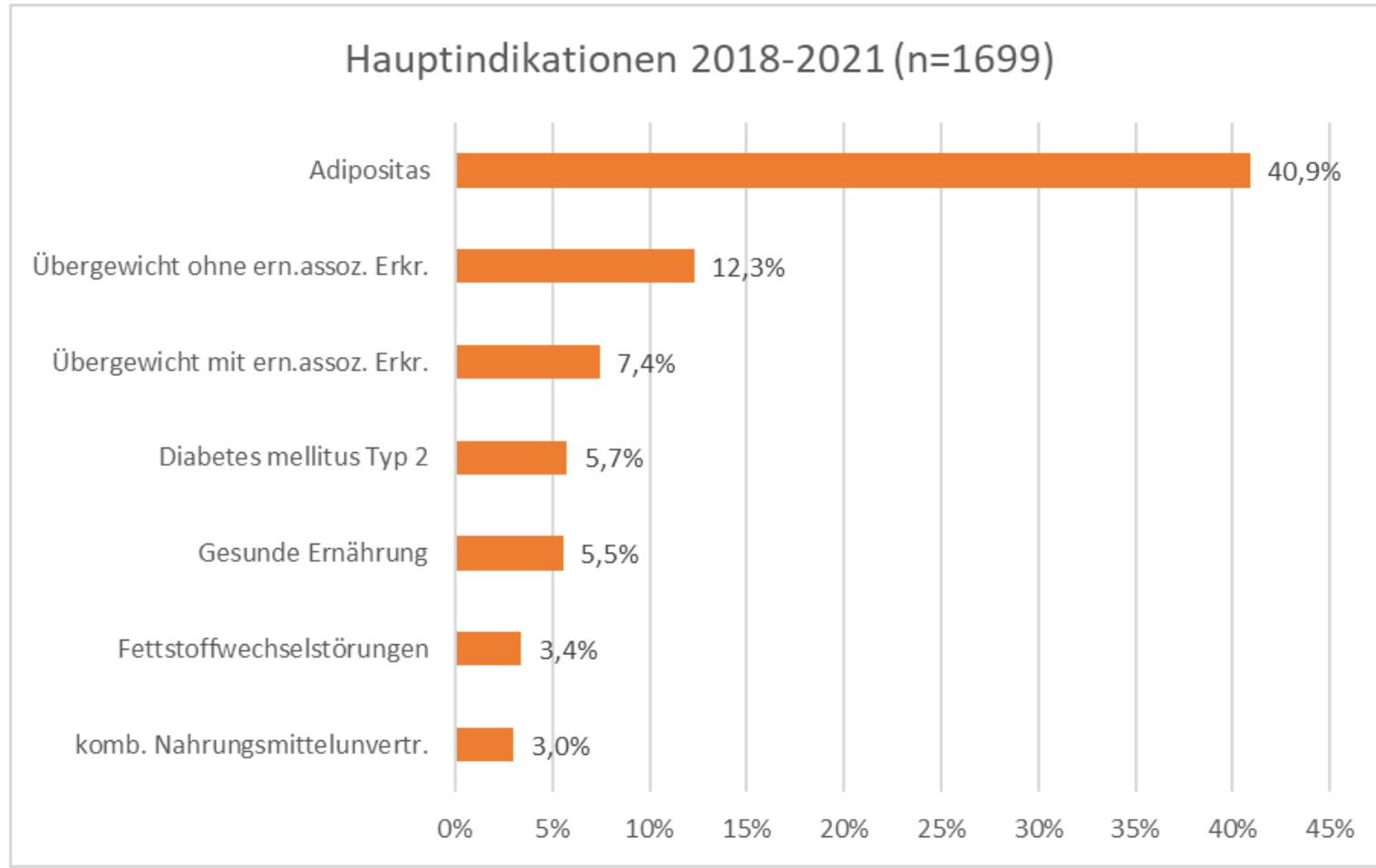


# Ergebnisse 2018-2021

**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

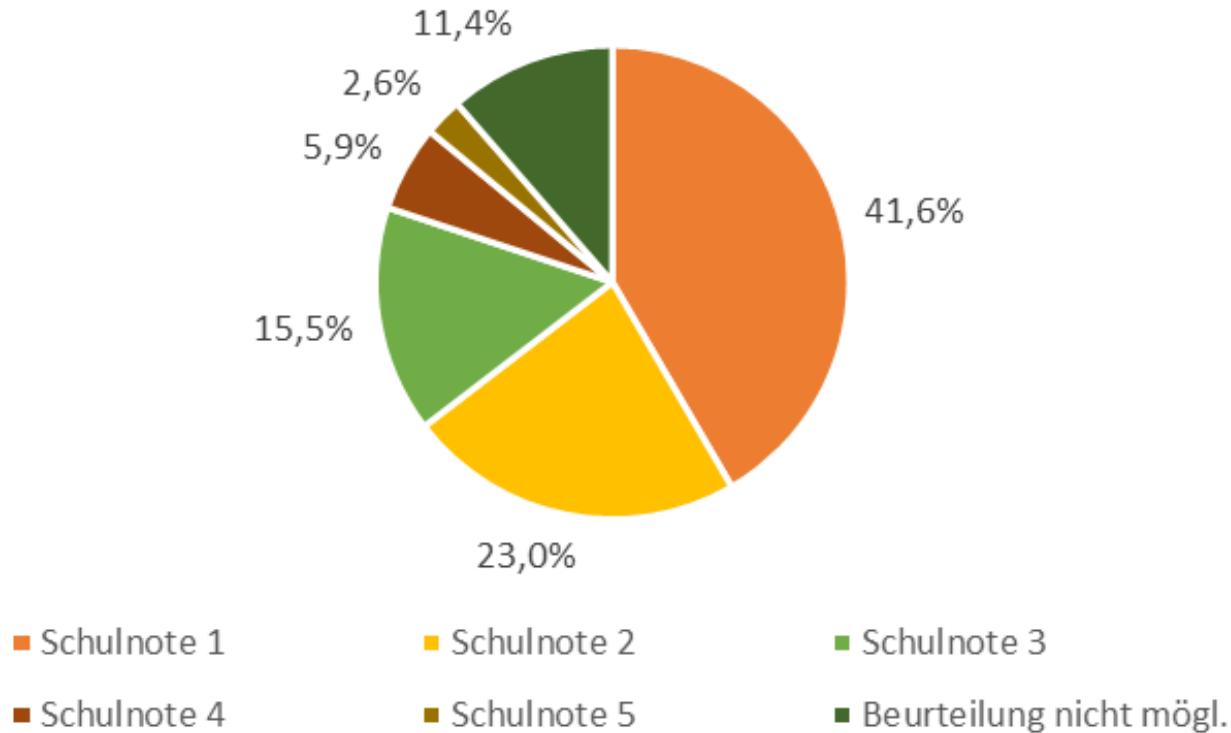
# Ergebnisse 2018-2021



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

# Ergebnisse 2018-2021

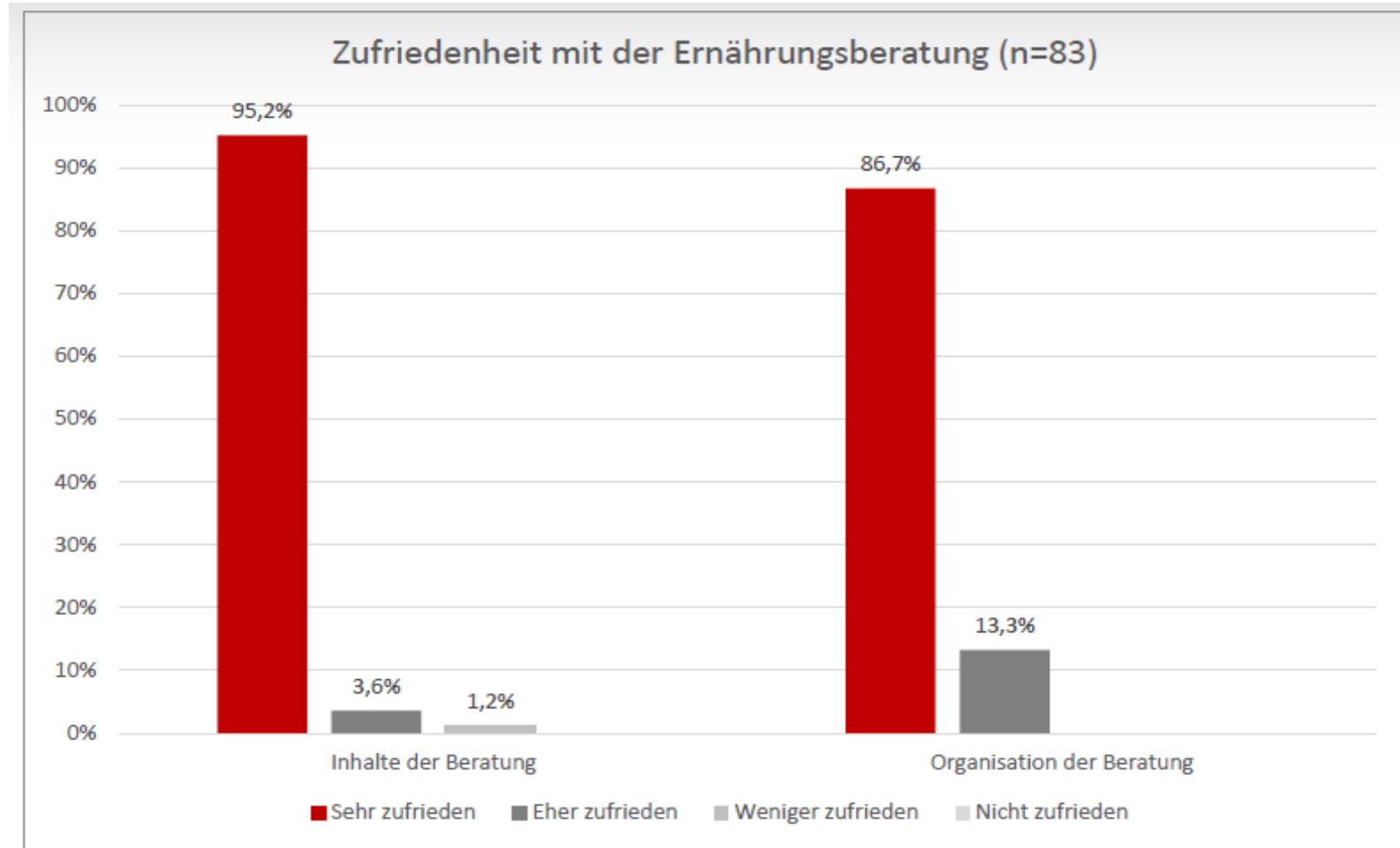
Zielerreichung 2018-2021 (n=916)



**Zielerreichung:**  
**Vereinbartes Ziel  
mit Schulnote 1-3  
erreicht**  
n=734; 80,1 %



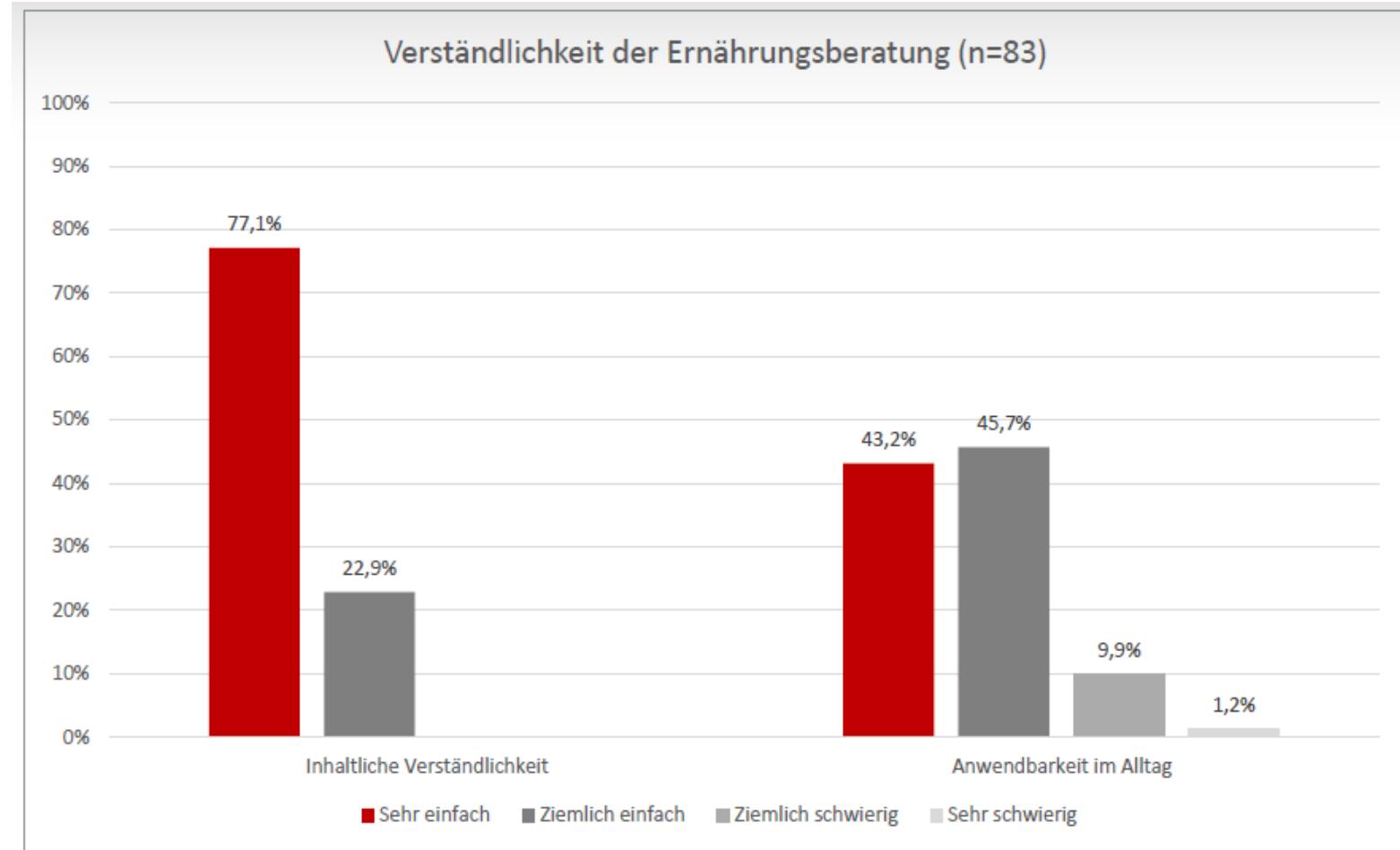
# Ergebnisse Evaluierung 2020



**Sehr & eher zufrieden mit:**  
**Inhalten der Beratung**  
n=82; 98,8 %  
**Organisation der Beratung**  
n=83; 100 %



# Ergebnisse Evaluierung 2020



**Sehr einfach & ziemlich einfach:**  
**Inhaltliche Verständlichkeit der Beratung**  
n=83; 100 %

**Anwendbarkeit im Alltag**  
n=74; 88,9 %



# 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](mailto:martina.steiner@gfstmk.at)



# Kontaktdaten Diätologinnen

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



# Kontaktdaten Projektteam

- Website mit Kontaktdaten: [www.fh-joanneum.at/ernaehrungsberatung](http://www.fh-joanneum.at/ernaehrungsberatung)
- Mail: [Ernaehrungsberatung@fh-joanneum.at](mailto:Ernaehrungsberatung@fh-joanneum.at) bzw.  
[manuela.hatz@fh-joanneum.at](mailto:manuela.hatz@fh-joanneum.at)

Vielen  
Dank!

Bildquelle: pixabay.com

