



# Richtig essen von Anfang an!

## Multiplikatorenfortbildungen zur Förderung der Gesundheitskompetenz

Autorinnen: Bernadette Bürger-Schwaninger<sup>1</sup>, Melanie Ulrike Bruckmüller<sup>1</sup>, Birgit Dieminger-Schnürch<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Richtig essen von Anfang an! AGES-DSR-PRE



### Hintergrund und Zielsetzung:

Immer häufiger treten Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter auf, ebenso wie ernährungs- und lebensstilassoziierte Erkrankungen. Gesundheitsfördernde soziale Umwelten sind die Basis für einen gesunden Lebensstil und unterstützen die Entwicklung gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen. Daher ist es notwendig, Multiplikatorinnen/Multiplikatoren im Gesundheitssektor (bspw. Ernährungswissenschaftlerinnen/Ernährungswissenschaftler, Diätologinnen/Diätologen, Ärztinnen/Ärzten, Hebammen) für das Thema zu sensibilisieren und bestmöglich zu informieren. Ziel ist es, alle relevanten Multiplikatorinnen/Multiplikatoren, die mit den Lebenswelten von Kindern und Familien in Berührung kommen zu schulen, um einheitliche Botschaften zu kommunizieren und die Zielgruppe zu bestärken.

### Methodik:

In ganz Österreich werden kostenlose Multiplikatorenfortbildungen zu den Themen „Ernährung in der Schwangerschaft, Stillzeit, im Beikostalter sowie für ein- bis dreijährige Kinder“ angeboten. Die Inhalte basieren auf aktuellen wissenschaftlichen und evidenzbasierten Erkenntnissen, die in einheitlichen und qualitätsgesicherten Botschaften vermittelt werden. Zusätzlich besteht das Angebot für Multiplikatorinnen/Multiplikatoren, Anfragen an das Programmteam zu richten und aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse per E-Mail zu erhalten.

### Kontakt:

bernadette.buerger-schwaninger@ages.at

### Ergebnisse:

Seit 2011 wurden in ganz Österreich 1.907 Multiplikatorinnen/Multiplikatoren zu den oben genannten Themen geschult. Zudem fanden Informationsveranstaltungen statt, die unter anderem als Netzwerktreffen dienten, um die Bedürfnisse der Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wahrzunehmen und diese in die Maßnahmenplanung miteinzuschließen. Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Ausbildung von Gesundheitsprofessionistinnen/Gesundheitsprofessionisten. Die Fortbildungsinhalte wurden bereits in einige Lehrpläne integriert (bspw. Hebammenstudium, Ausbildung Ernährungsmethodik) sowie über Berufsverbände (bspw. Verband der Ernährungswissenschaftler Österreichs) kommuniziert. Eine rasche Informationsdistribution erfolgt über den E-Mailverteiler, der derzeit 1.267 Kontakte umfasst. Dieser wird u.a. für die Aussendung von wissenschaftlichen Updates genutzt. Wissenschaftliche Publikationen stehen den Expertinnen/Experten auch über die Webpage [www.richtigessenvonanfangan.at](http://www.richtigessenvonanfangan.at) zur Verfügung (bspw. Downloads Österreichischen Beikostempfehlungen seit 2011: 32.713).

### Lernerfahrungen:

Durch die Einbindung der Multiplikatorinnen/Multiplikatoren wurde ein österreichweit einheitlicher Wissenstransfer sichergestellt. Die Fortbildungen sowie die unterstützenden Kommunikationskanäle tragen wesentlich zur Steigerung der Gesundheitskompetenz bei. Weiters haben sich daraus Strukturen und Netzwerke etabliert, die eine Ausweitung des Angebots ermöglichen.