

# 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](#)

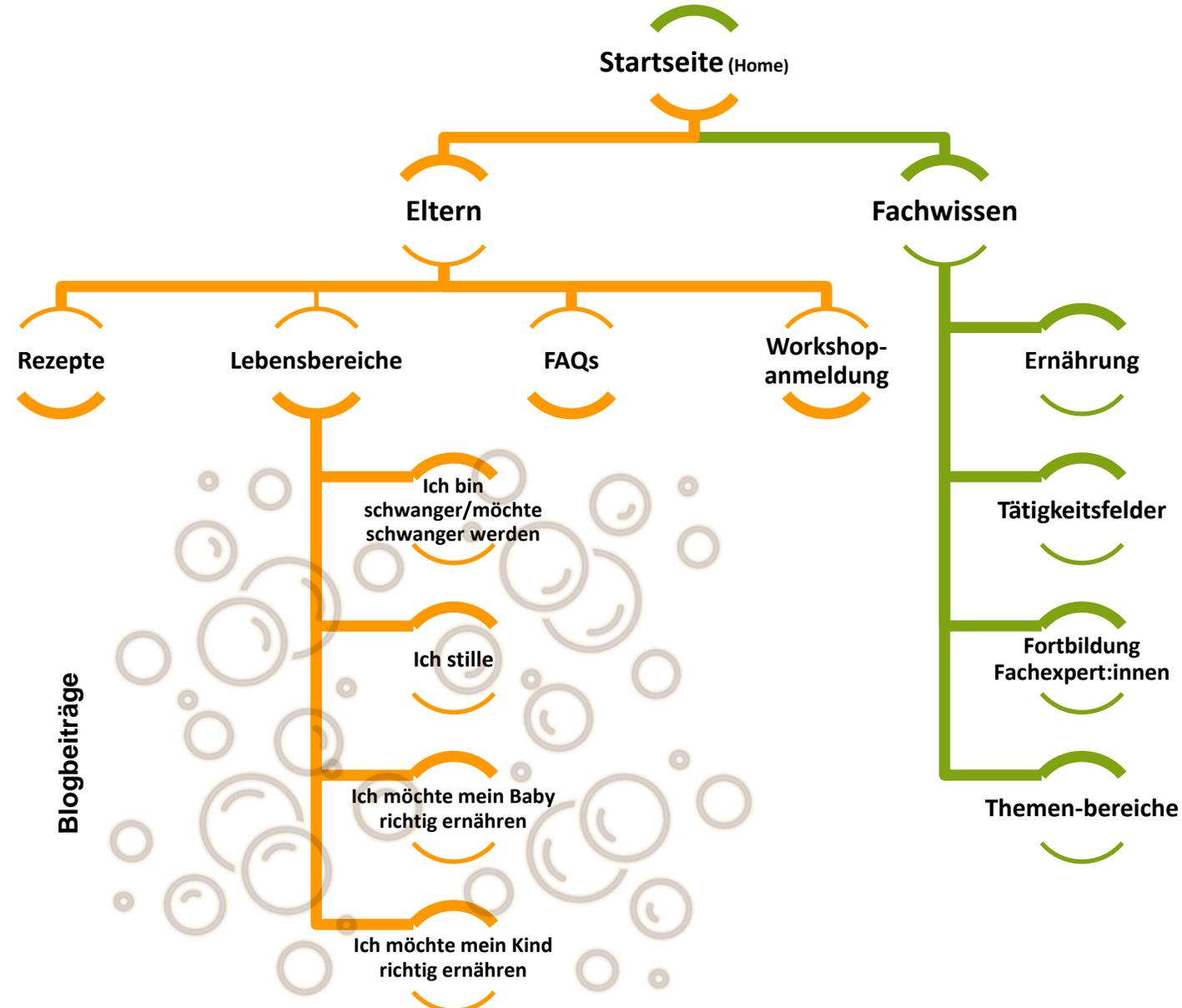
**Downloads**

[Alle Downloads ansehen](#)

6

# Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

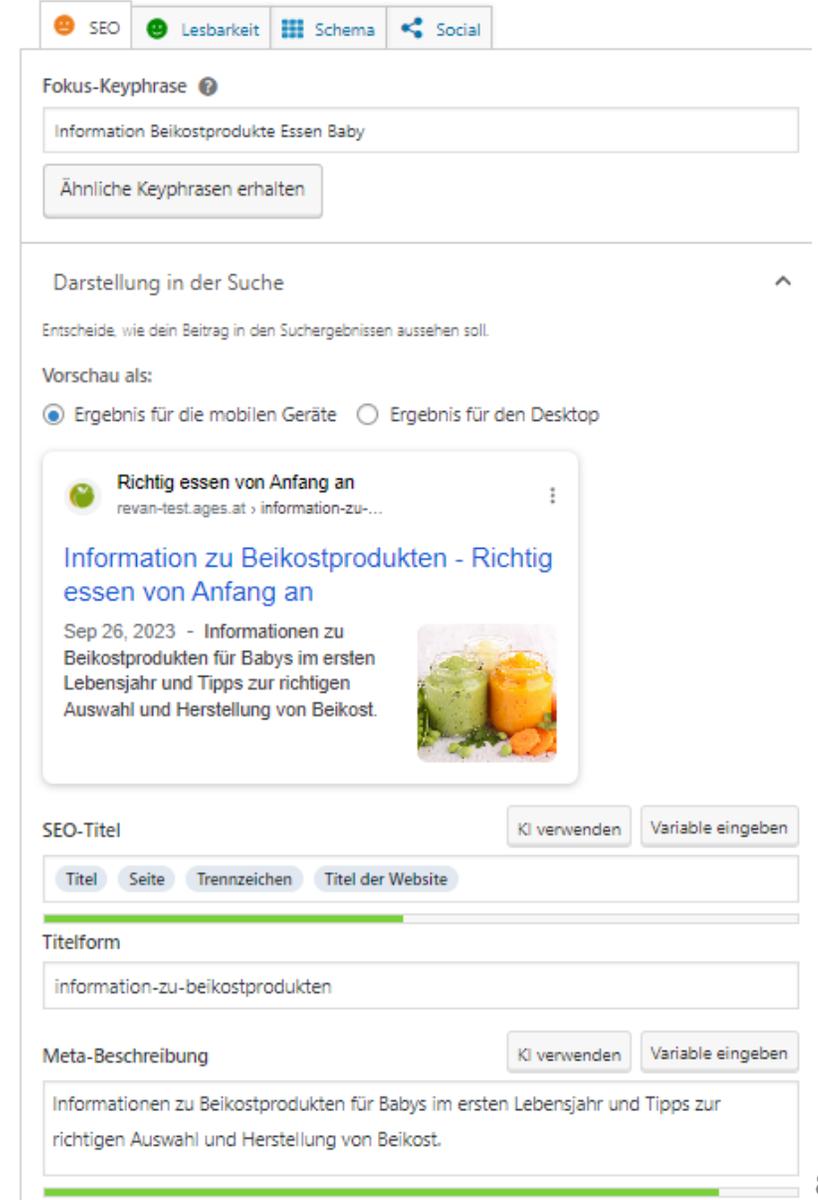
## Konzept



# 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

 Richtig essen von Anfang an  
revan-test.ages.at › information-zu-...

Information zu Beikostprodukten - Richtig essen von Anfang an  
Sep 26, 2023 - Informationen zu Beikostprodukten für Babys im ersten Lebensjahr und Tipps zur richtigen Auswahl und Herstellung von Beikost. 

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

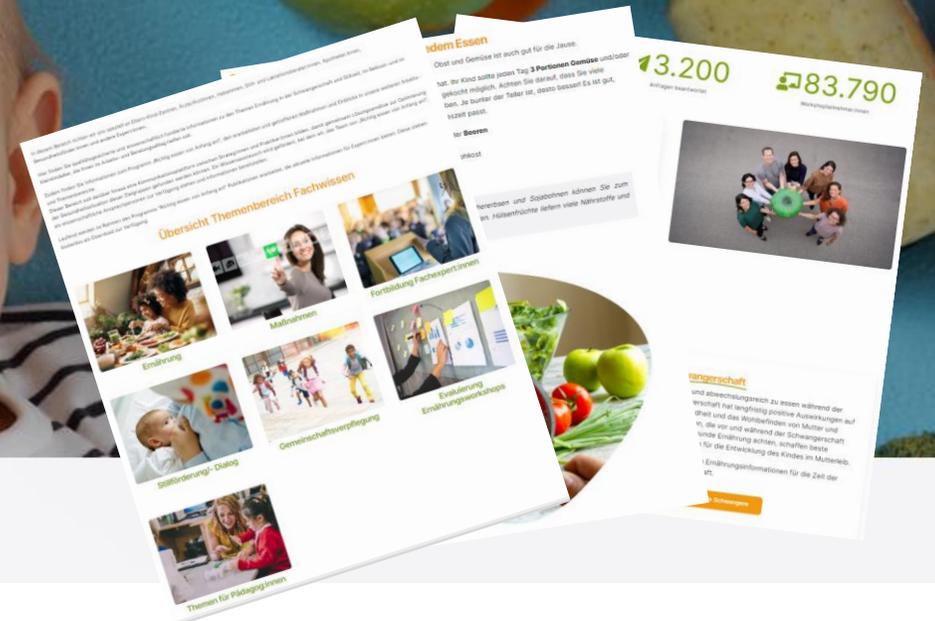
### Richtig essen von Anfang an!

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 



# Neue Website von „Richtig essen von Anfang an!“

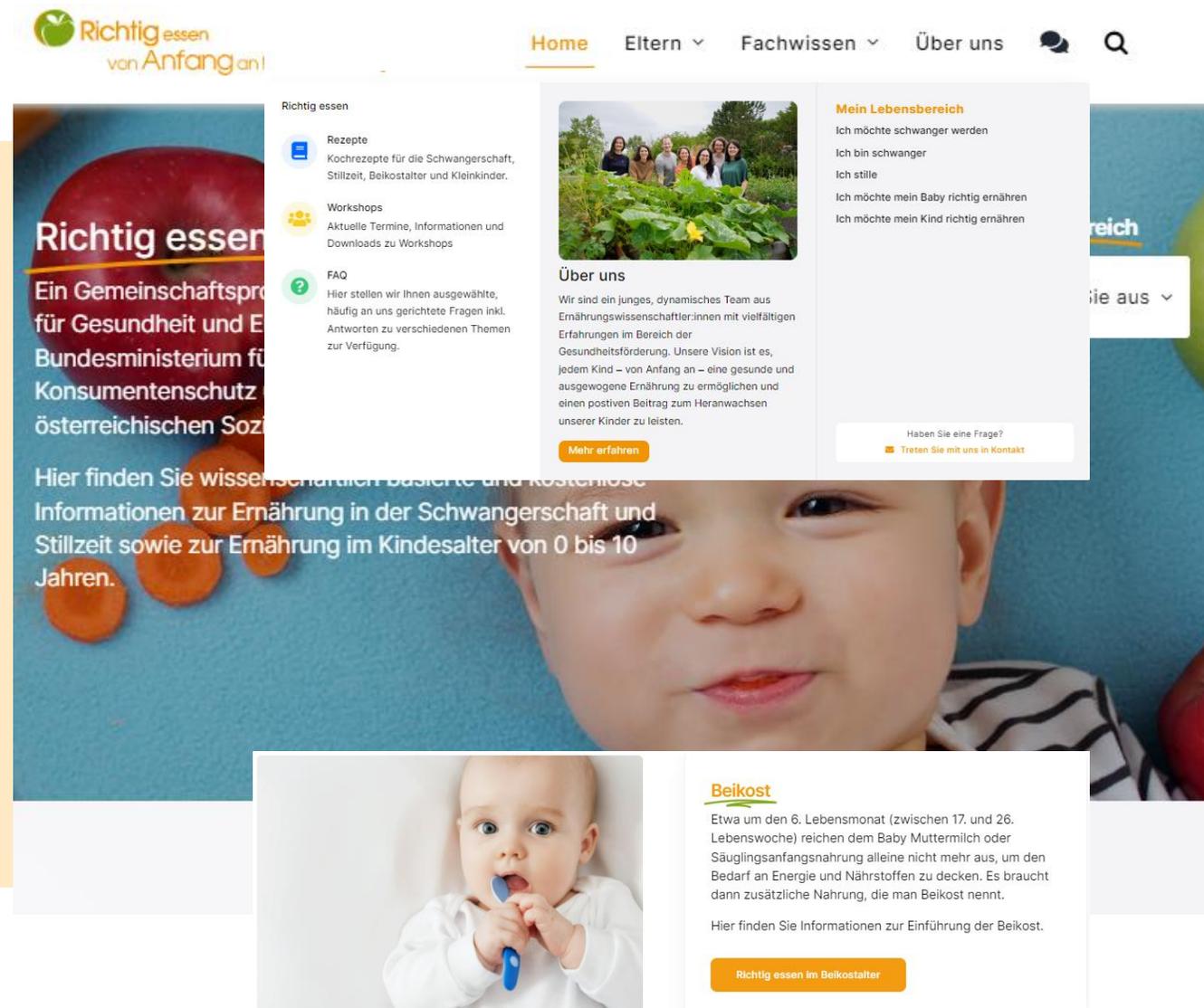
## Neuer digitaler Auftritt

### 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“



Bereiten Sie Speisen sorgfältig zu



Ich möchte mein Baby richtig ernähren • Ich möchte mein Kind richtig ernähren

Das ist wichtig für Sauberkeit:

- ✓ Waschen Sie sich und Ihrem Kind die Hände mit Seife und Wasser.
- ✓ Die Küche muss sauber sein. Halten Sie Geräte, Arbeitsflächen...
- ✓ Waschen Sie Geschirr und...

# 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 menu at the top (Home, Eltern, Fachwissen, Über uns) and a search icon. 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. The text discusses how a child's taste develops from birth, mentioning that babies have a preference for sweet and salty tastes. It also includes a tip: 'Es ist wichtig, sich bei Kindern nicht zu sehr zu beeinträchtigen und sie nicht zu überfüttern. Eltern sollten sich bewusst machen, dass das Kind nicht so viel isst wie die Eltern.' Below the article is a 'Weitere Beiträge' section with three related images: a child drinking water, fresh vegetables, and a bowl of food.
- Viel Flüssigkeit: am besten Wasser**: An article with a sub-header 'Viel Flüssigkeit: am besten Wasser'. The text explains that children need regular fluids, with the amount depending on temperature and activity. It recommends 6-7 portions of fluids daily, including water, fruit juice, and diluted fruit juice. It also mentions that children should not drink alcohol or coffee. A tip box states: 'Tipp: Trinkwasser sollte immer da sein. Ihr Kind soll jederzeit Wasser trinken können. Wenn Sie aus dem Haus gehen, nehmen Sie Wasser mit.'
- Getränke**: A category card for 'Getränke' (drinks) with a sub-header 'täglich' and '5-7 Portionen'. It lists 'zu allen Mahlzeiten (Frühstück, Mittag- und Abendessen sowie beide Zwischenmahlzeiten) sowie auch zwischendurch Trinkwasser bevorzugt.'
- Gemüse, Hülsenfrüchte und Obst**: A category card with a sub-header 'täglich' and '5 Portionen'. It lists 'zu allen Mahlzeiten (Frühstück, Mittag- und Abendessen sowie beide Zwischenmahlzeiten) Salatsaucen und regionale Angebot bevorzugt!'
- Getreide und Erdäpfel**: A category card with a sub-header 'täglich' and '5 Portionen'. It lists 'zu allen Mahlzeiten (Frühstück, Mittag- und Abendessen sowie beide Zwischenmahlzeiten)'. The word 'Erdäpfel' is misspelled as 'Erdäpfel'.
- Milch und Milchprodukte**: A category card with a sub-header 'täglich' and '3 Portionen'. It lists 'Bäcker, Milch, Joghurt, Quark, etc.' and '1 Portion „gehobener“ Käse'.
- Fisch, Fleisch, Wurst und Eier**: A category card with a sub-header 'wöchentlich' and '1-2 Portionen pro Woche'. It lists 'Fisch, Fleisch, Wurst'.
- Fette und Öle**: A category card with a sub-header 'sparsam' and '12' (referring to 12g per day). It lists 'pflanzliche Öle (z. B. Raps-, Olivenöl) oder Nüsse oder Samen (wie Sonnenblumenkerne)'.

# Neue Website „Richtig essen von Anfang an!“

## Ideen für die Zukunft

 Team noch nahbarer für den User machen

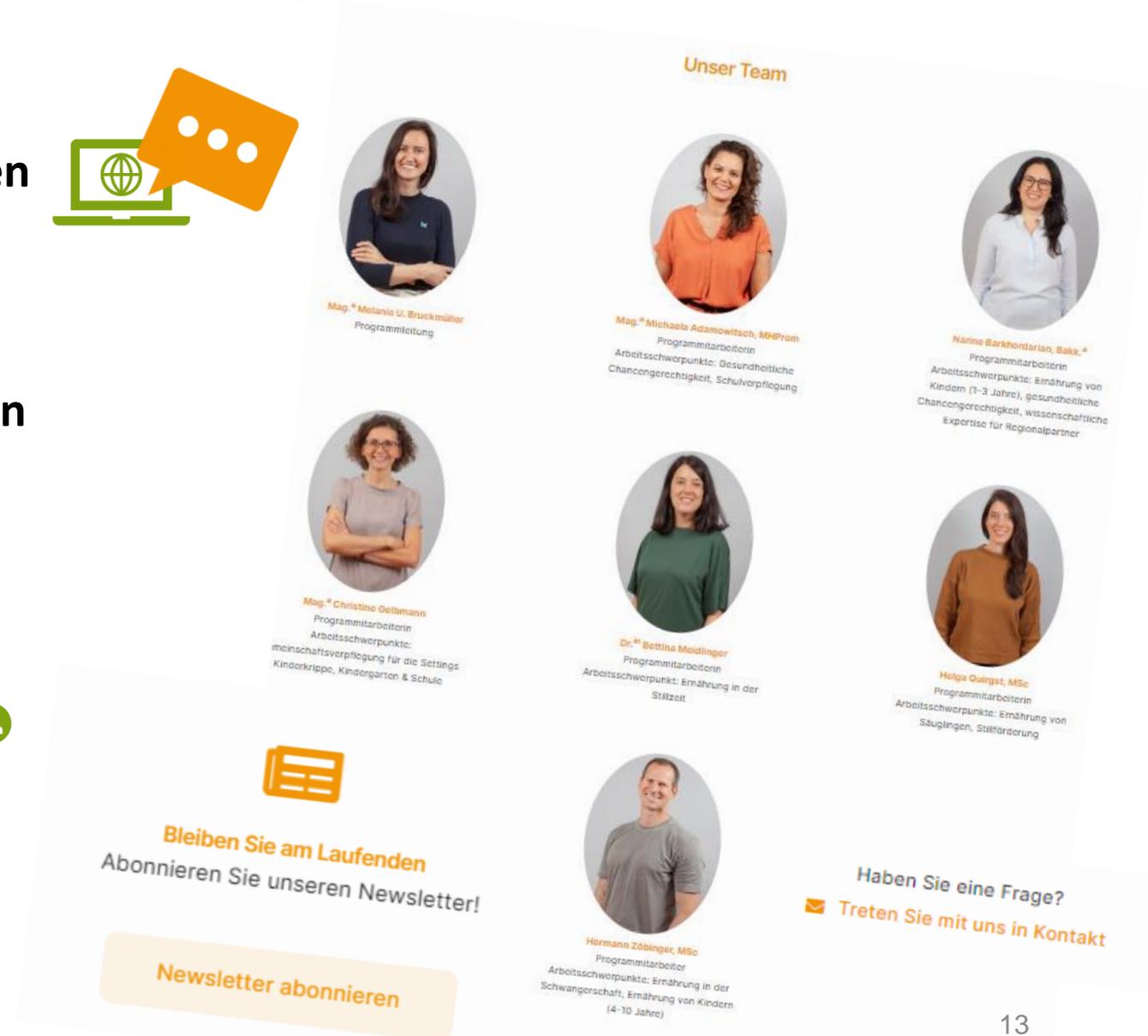


 Persönliche Kontaktmöglichkeit ausbauen

- 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](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](http://www.richtigessenvonanfangan.at)

**Bald neu!**

# Richtig essen von Anfang an!

Keep in touch



[www.richtigessenvonanfangan.at](http://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](http://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.