

# feel-ok.ch

Jahresbericht 2023

18.1.2024

## Kontakt

Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX  
Pfungstweidstrasse 10  
8005 Zürich  
[padlina@radix.ch](mailto:padlina@radix.ch)

## Download

[feel-ok.ch/infos-jahresberichte](https://feel-ok.ch/infos-jahresberichte)

## Inhalte

Neuheiten.....	2
Seit 25 Jahren Feuer und Flamme für die Gesundheit Jugendlicher .....	3
Fachnetzwerk .....	4
Jahresrechnung.....	5
Nutzung .....	6

## Neuheiten

feel-ok.ch wurde im Jahr 2023 mit neuen Themen ergänzt:

- Die neue Sektion «Geld» für Jugendliche, mit didaktischen Hilfsmitteln für Lehrpersonen und mit Tipps für Eltern.
- Die neue Sektion «Vape» mit Infos, Quiz, Tests, Videoclips von Influencer:innen und Aufhörtipps für Jugendliche sowie mit didaktischen Unterlagen und Empfehlungen für Eltern.
- Die Kurzfilme von STARTklar, in denen Jugendliche über ihre Erfahrungen im Berufsleben berichten.
- Die neue Seite zum Mischkonsum von Alkohol, Drogen und Medikamenten.
- Die neuen Videos für die Rubrik Vorurteile.



[feel-ok.ch/infos-verlauf](https://feel-ok.ch/infos-verlauf)

Die bestehende Sektion für Young Carers wurde erweitert um «Erhole dich zwischendurch», aber auch um anspruchsvolle Themen wie «Unheilbar krank: Ratschläge von Young Carers», «12 Fragen von Young Carers» sowie «Krankheiten und Erfahrungen».

Die Inhalte der Sektion «Stress» - insbesondere diejenigen, die für die didaktischen Unterlagen benötigt werden - wurden ins Französische übersetzt.

Auf feel-ok.ch wurde zudem das neue Gruppenspiel 1.2.3! lanciert, an dessen Entwicklung mehrere Jahre lang mit Hunderten von Jugendlichen gearbeitet wurde. Mit dem Gruppenspiel 1.2.3! erhalten Lehr- und andere Fachpersonen ein neues, wirksames Instrument, um die suchtpreventiven Themen Alkohol, Vapes und Zigaretten mit Jugendlichen auf innovative und unterhaltsame Weise zu behandeln.

Ebenfalls im Jahr 2023 wurde die neue Suchmaske Guide lanciert, mit der die gewünschten Inhalte auf feel-ok.ch viel einfacher als bisher gefunden werden können.

Im Jahr 2023 wurden vier Online-Schulungen zu den Sujets «Stressprofi werden - Die Checkliste gegen Stress», «Gruppenspiel 1.2.3!», «Umfrage-Tool SPRINT» und «Vapes» realisiert.

Der neue Bericht «Evaluation des Pilotprojekts IAP ('Ich, die anderen... und die Profis'): Tabakprävention - Tool-Evaluation - Hypothesen-Check» ist erschienen. Zudem wurden die wichtigsten Erkenntnisse des Umfrage-Tools SPRINT zu den Themen «Psychische Gesundheit, Ernährung und Bewegung» in zwei Excel-Tabellen zusammengefasst.

Basel-Landschaft und Basel-Stadt haben zwei separate kantonale Versionen von feel-ok.ch erhalten. In der kantonalen Familie von feel-ok.ch begrüßen wir die neue regionale Version für den Kanton Freiburg, die von REPER - Gesundheitsförderung und Prävention betreut wird.

Das in Zusammenarbeit mit dem Kanton Graubünden realisierte Tool «Push-Quiz» wurde funktional erweitert, um seine Benutzernützlichkeit zu erhöhen und den Einsatz auch in anderen Kantonen zu ermöglichen.

feel-ok.ch ist häufig Angriffen ausgesetzt. Um die Sicherheit, aber auch um die Performance zu erhöhen, wurde die Webserver-Applikation Railo durch Lucee ersetzt und die Plattform teilweise neu programmiert.

Das neue Datenschutzgesetz verbietet das Sammeln von Nutzerdaten ohne explizite Einwilligung, wenn Drittanbieter involviert sind. Aus diesem Grund wurde feel-ok.ch um ein internes Statistiktool erweitert, das zeigt, dass die Plattform mit rund 760'000 Sitzungen nach wie vor eine beliebte Gesundheitsplattform (für Schulen und andere Setting) ist.

# Seit 25 Jahren Feuer und Flamme für die Gesundheit Jugendlicher

## feel-ok.ch

feel-ok.ch unterstützt seit 1999 Kinder und Jugendliche bei der Förderung der Gesundheitskompetenz in den Bereichen «Sucht», «psychische Gesundheit», «körperliche Gesundheit» und «Entwicklungsaufgaben» (siehe [feel-ok.ch/themen](https://www.feel-ok.ch/themen)); dies mit zielgruppengerechten Inhalten, didaktischen und interaktiven Instrumenten sowie mit der Verbreitung von Ressourcen aus dem Fachnetzwerk.

feel-ok.ch ist in deutscher Sprache verfügbar. Das Thema «Stress» wurde ins Französische übersetzt.

Die Angebote von feel-ok.ch werden mit der Beteiligung von Fachpersonen, Multiplikator:innen und Vertretenden aus den jeweiligen Zielgruppen erarbeitet.

Für Eltern von Jugendlichen ist feel-ok.ch ein Ratgeber zu Erziehung und Beziehung, Alkohol, Cannabis, Tabak, Vapes, Geld, Beruf, häusliche Gewalt, psychische Belastungen und Onlinesucht.

Es gibt kaum eine andere Plattform mit dieser Themenbreite, welche verschiedene Zielgruppen adressiert, sowie vielfältige Methoden und Lektionen (auch in Verbindung mit dem Lehrplan 21) anbietet, mit denen man auf jugendgerechte und kreative Art Gesundheitsinhalte vertiefen kann.

Zurzeit bieten GR, ZH, ZG, SO, TG, SG, BL, BS, BE, LU, SH, GL, AG, VS und FR Jugendlichen, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter:innen & Eltern eine regionale Version von feel-ok.ch an. Die kantonalen Versionen stellen Informationen zu lokalen Angeboten und Fachstellen zur Verfügung. Ebenso bieten sie die Inhalte und Dienstleistungen der Plattform feel-ok.ch an.

Die Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX hat die Trägerschaft von feel-ok.ch inne. Für den Inhalt in französischer Sprache ist RADIX Fondation suisse pour la santé in Lausanne verantwortlich.

## feel-ok.at und feelok.de

Die österreichische Website [feel-ok.at](https://www.feel-ok.at) wird von Styria vitalis seit 2004 verwaltet. Für die deutsche Plattform [feelok.de](https://www.feelok.de) ist der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation als Trägerschaft seit 2011 zuständig.



## Fachnetzwerk

### Team

Zum Team von [feel-ok.ch](https://feel-ok.ch) gehörten im Jahr 2023 folgende Mitarbeitende von RADIX:

- Oliver Padlina · Programmleiter (seit 1999) · [padlina@radix.ch](mailto:padlina@radix.ch)
- Serkan Tüten · Programmierer
- Simone Ranieri, Silvia Fasani · Administration  
[info-zh@radix.ch](mailto:info-zh@radix.ch) · 044 / 360 41 00
- Gaël Pannatier · Französische Inhalte · [pannatier@radix.ch](mailto:pannatier@radix.ch)



[feel-ok.ch/infos-team](https://feel-ok.ch/infos-team)

Zum Team von [feel-ok.at](https://feel-ok.at) gehörten im Jahr 2023 folgende Mitarbeiterinnen von Styria vitalis:

- Magdalena Trost · Koordinatorin [feel-ok.at](https://feel-ok.at)  
[magdalena.trost@styriavitalis.at](mailto:magdalena.trost@styriavitalis.at) · +43 316 / 82 20 94-13
- Inge Zelinka Roitner · Leiterin Kindergarten & Schule bei Styria vitalis  
[inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at](mailto:inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at) · +43 316 / 82 20 94-41

Zum Team von [feelok.de](https://feelok.de) gehörten im Jahr 2023 folgende Mitarbeitende des BWLV:

- Michelle Knötzsch · Mitarbeiterin [feelok.de](https://feelok.de) · [michelle.knoetzsch@bw-lv.de](mailto:michelle.knoetzsch@bw-lv.de)
- Heiko Probst · Leiter [feelok.de](https://feelok.de) · [heiko.probst@bw-lv.de](mailto:heiko.probst@bw-lv.de) · 0174 219 98 04

### Thematische Patronatsinstitutionen

Das Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung ISGF ergänzt seit 2023 das Fachnetzwerk von [feel-ok.ch](https://feel-ok.ch) für die Inhalte zum Thema Mischkonsum.

Insgesamt sind **45 Patronatsinstitutionen** für die Inhalte auf [feel-ok.ch](https://feel-ok.ch) verantwortlich. In dieser Rolle stellen sie sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind. Für Details siehe Webadresse im rechten Kasten (dann klicken Sie auf «Patronatsinstitution»).



[feel-ok.ch/info-netzwerk](https://feel-ok.ch/info-netzwerk)

### Kantonale Partner/-innen

Für die kantonalen Versionen von [feel-ok.ch](https://feel-ok.ch) sind **15 Organisationen** in Zusammenarbeit mit RADIX und mit den inhaltlichen Partnern/-innen zuständig.

«Kanton Aargau - Departement Gesundheit und Soziales» ([ag.feel-ok.ch](https://ag.feel-ok.ch)), «Berner Gesundheit» ([be.feel-ok.ch](https://be.feel-ok.ch)), «Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt» ([blbs.feel-ok.ch](https://blbs.feel-ok.ch)), «REPER - Gesundheitsförderung und Prävention» ([fr.feel-ok.ch](https://fr.feel-ok.ch)), «Kanton Glarus - Volkswirtschaft und Inneres» ([gl.feel-ok.ch](https://gl.feel-ok.ch)), «Gesundheitsamt Graubünden, Gesundheitsförderung und Prävention» ([gr.feel-ok.ch](https://gr.feel-ok.ch)), «Kanton Luzern - Dienststelle Gesundheit und Sport» ([lu.feel-ok.ch](https://lu.feel-ok.ch)), «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement - Amt für Gesundheitsvorsorge» ([sg.feel-ok.ch](https://sg.feel-ok.ch)), «Verein für Jugendfragen, Prävention und Suchthilfe» ([sh.feel-ok.ch](https://sh.feel-ok.ch)), «Kanton Solothurn - Gesundheitsamt – Abteilung Gesundheitsförderung & Prävention» ([so.feel-ok.ch](https://so.feel-ok.ch)), «Kanton Thurgau - Amt für Gesundheit» ([tg.feel-ok.ch](https://tg.feel-ok.ch)), «Gesundheitsförderung Wallis (KAP)» ([vs.feel-ok.ch](https://vs.feel-ok.ch)), «Kinder- und Jugendgesundheit - Kanton Zug» ([zg.feel-ok.ch](https://zg.feel-ok.ch)), «Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich» ([zh.feel-ok.ch](https://zh.feel-ok.ch)).

## Jahresrechnung

### Geplante und effektive Ausgaben

Die folgende Tabelle zeigt die geplanten und tatsächlichen Ausgaben für das Jahr 2023.

Ziele   Aufgaben	2023	
	SOLL	IST
Kommunikation	63'000	48'318
Projekte und Inhalte	95'200	138'618
Betrieb	98'000	84'018
Wissenschaftliche Ziele	11'200	4'218
Akquise und Berichterstattung	39'200	30'815
<b>TOTAL</b>	<b>306'600</b>	<b>305'987</b>

### Einnahmen

Folgende Organisationen haben im Jahr 2023 feel-ok.ch mit einem Gesamtbetrag von CHF 305'987 finanziell ermöglicht. Damit ergibt sich eine ausgeglichene Rechnung.

Gönner	CHF
AG   Departement Gesundheit und Soziales   Abteilung Gesundheit   Sektion Gesundheitsförderung und Prävention	187'442
AR   Departement Gesundheit und Soziales   Amt für Gesundheit	
BE   Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern   Gesundheitsamt	
BL   Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion   Amt für Gesundheit	
BS   Gesundheitsdepartement   Medizinische Dienste   Prävention	
FR   Amt für Gesundheit GesA	
GL   Volkswirtschaft und Inneres	
GR   Gesundheitsamt   Gesundheitsförderung und Prävention	
LU   Dienststelle Gesundheit und Sport	
NW   Gesundheits- und Sozialdirektion   Direktionssekretariat	
OW   Sicherheits- und Sozialdepartement SSD   Kantonales Sozialamt Obwalden	
SO   Gesundheitsamt   Abteilung Gesundheitsförderung & Prävention	
SH   Gesundheitsamt, Gesundheitsförderung Schaffhausen	
SG   Gesundheitsdepartement Amt für Gesundheitsvorsorge   ZEPRA	
SZ   Amt für Gesundheit und Soziales	
TG   Amt für Gesundheit   Gesundheitsförderung, Prävention und Sucht	
UR   Bildungs- und Kulturdirektion	
VS   Gesundheitsförderung Wallis	
ZG   Amt für Gesundheit	
ZH   Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich	
BAG	4'550
Gesundheitsförderung Schweiz	35'000
Palatin	37'095
AT-DE   Styria vitalis   bw-lv	1'609
AdWords	40'291
<b>TOTAL</b>	<b>305'987</b>

## Nutzung

### Zahlen

feel-ok.ch hat im Jahr 2023 rund 760'000 Sitzungen generiert.

- *Betrachtet man nur den Zeitraum von Mitte Mai bis Ende 2023<sup>1</sup>*, so wurden die Seiten der Kategorie «Psychische Gesundheit» rund 432'000-mal aufgerufen, insbesondere zu den Themen Gewalt (~ 105'000 Aufrufe), Stress (~ 92'000), Selbstvertrauen (~ 61'000) und psychische Störungen (~ 48'000).
- Im gleichen Zeitraum wurden rund 416'000 Seiten der Kategorie «Entwicklungsaufgaben» aufgerufen, insbesondere zu den Themen Sexualität (~ 168'000 Aufrufe), Beruf (~ 81'000), Medienkompetenz (~ 76'000) und Queer (~ 49'000).
- Die Seiten der Kategorie «Sucht» wurden rund 371'000-mal aufgerufen, insbesondere zu den Themen Zigaretten (~ 95'000 Aufrufe), Alkohol (~ 76'000), Cannabis (~ 73'000) und Onlinesucht (~ 52'000). Mit fast 34'000 Aufrufen verzeichnet auch die neue kleine Sektion Vape beachtliche Nutzungswerte.
- Die Seiten der Kategorie «Körperliche Gesundheit» wurden fast 116'000-mal aufgerufen, insbesondere zu den Themen Gewicht (~ 43'000 Aufrufe), Ernährung (~ 36'000) und Sport (~ 32'000 Aufrufe).

Zu den beliebtesten Tools für Jugendliche gehören die zahlreichen Tests der Plattform (~75'000 Aufrufe), der BMI-Rechner (~ 27'000 Aufrufe), der Interessenkompass zur Berufswahl (~ 25'000 Sitzungen), die Jugendbeiträge von Check-out (~ 25'000 Aufrufe), das Spiel der Lebensmittelpyramide (~ 13'500 Aufrufe) und das Leiterspiel (~ 10'000 Aufrufe).

feel-ok.ch enthält zahlreiche Instrumente für (schulische) Fachpersonen. Häufig wurden die Ressourcen des Lebenskompetenzprogramms «Abenteuerinsel» genutzt (~17'500 Aufrufe).

Auf [feel-ok.ch/2023-gesamtstatistik](https://feel-ok.ch/2023-gesamtstatistik) finden Sie diese und weitere statistische Angaben zu einzelnen Kategorien, Themen (Sektionen, Module und teilweise Seiten), Tools, Hilfsangeboten, Instrumenten für Multiplikatoren sowie kleine Fakten wie z.B. die Nutzung der neuen Suchmaske Guide.



[feel-ok.ch/2023-gesamtstatistik](https://feel-ok.ch/2023-gesamtstatistik)

### Datenschutzgesetz

Um den Bestimmungen des neuen Datenschutzgesetzes zu entsprechen, holt feel-ok.ch die Zustimmung der Nutzenden zur Weitergabe ihrer Daten an Google Analytics ein. Wir haben festgestellt, dass etwa die Hälfte der Nutzenden diese Zustimmung gibt, allerdings mit grossen Unterschieden zwischen den Regionen und den gewählten Themen. Aus diesem Grund wurde feel-ok.ch um ein internes Statistiktool erweitert, das keine Daten an Dritte weitergibt, jedoch die Einschränkung hat, dass deutlich weniger differenzierte Daten erfasst werden können, als dies mit Google Analytics möglich ist. Durch die Kombination von Google Analytics und dem internen Statistiktool werden alle Anstrengungen unternommen, um die zuverlässigsten statistischen Angaben zu liefern, die die neue Rechtslage zulässt.

<sup>1</sup> Das interne Statistiktool von feel-ok.ch wurde am 13. Mai 2023 aktiviert.