

feel-ok.ch

Jahresbericht 2024

16.1.2025

Kontakt

Schweizerische Gesundheitsstiftung RADIX
Pfungstweidstrasse 10
8005 Zürich
padlina@radix.ch

Download

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 2024 um die Themen «Konflikte», «Dankbarkeit», «Nikotinbeutel» und «Künstliche Intelligenz» ergänzt.

Zudem wurden neue Artikel basierend auf Jugendbeiträgen veröffentlicht, darunter «Auf andere zugehen», «Sich selbst akzeptieren», «Bei Mobbing», «Wie kann ich in der Schule besser werden?», «Liebe aus der Sicht junger Menschen», «Flirten oder Freundschaft» sowie «Kontakte knüpfen: Wege aus der Schüchternheit».

In Zusammenarbeit mit dem Verein PEP wurde die Sektion Medienkompetenz durch das Online-Quiz «Stress pur: Schönheitsideale & Beauty-Filter» erweitert. Neue Porträtfilme über junge Frauen* und ihr Leben – ein Projekt von Familien- und Frauengesundheit – sind in der Sektion Selbstvertrauen abrufbar.

Zu den bedeutenden Neuerungen zählt auch das Angebot «Gemeinsam: Weniger Stress im Leben». Es umfasst zwölf Aktivitäten, die flexibel in Schulklassen entweder im Rahmen einer Gesundheitswoche oder über das gesamte Schuljahr hinweg durchgeführt werden können.

Das beliebte Gruppenspiel «1.2.3!» wurde um eine thematische Einheit zur Förderung eines bewussten Umgangs mit Geld erweitert.

Im Jahr 2024 wurden drei Online-Schulungen mit den Titeln «Die Young Carers», «Gemeinsam: Weniger Stress im Leben» und «feel-ok.ch effizient nutzen: Erste Schritte» realisiert.

Zwei neue Berichte sind erschienen: «BMI-Rechner: Erkenntnisse aus dem BMI-Rechner von feel-ok.ch · 2015-2024 (2024)» und «Bewertung, Interessen, Strategien: Erkenntnisse aus den feel-ok.ch-Workshops (2024)».

Ein zentraler Schwerpunkt von feel-ok.ch im Jahr 2024 war die Kommunikation: Insgesamt wurden 9 Workshops (online und offline: AG, BL, BS, GR, LU, SH, VS, ZH) durchgeführt. Zudem wurden neue Informationsmaterialien wie Visitenkarten für Jugendliche (Streit, Stress, Geld), Flyer für Eltern und Flyer für Fachpersonen erstellt. Insgesamt 17'213 Exemplare davon wurden auf Anfrage per Post an Interessierte verschickt.

Für das 25. Jubiläumsjahr von feel-ok.ch wurden alle Inhalte der Plattform geprüft und aktualisiert. Die Performance und Sicherheit der Plattform wurden signifikant verbessert, und die Templates wurden für eine bessere Sichtbarkeit in Suchmaschinen optimiert. Darüber hinaus wurden über 1'000 Meta-Tags manuell aktualisiert, neue Übersichtsseiten mit Zusammenfassungen für den Einsatz in Schulen erarbeitet, die Struktur zahlreicher Artikel überarbeitet, Videos transkribiert und die Navigationsleiste für Fachpersonen vereinfacht.

Die SGE und das BLV haben im September 2024 die neue Lebensmittelpyramide veröffentlicht. Infolgedessen wurde das Lebensmittelpyramiden-Spiel auf feel-ok.ch an die neuen Empfehlungen angepasst. Anfang Oktober 2024 wurden aufgrund der Bestimmungen des neuen Tabakproduktegesetzes 40 Texte in Artikeln, Spielen, Quiz und Tests auf feel-ok.ch aktualisiert.

feel-ok.ch verzeichnete innerhalb eines Jahres rund 704'000 Sitzungen, bei denen insgesamt mehr als 2,3 Millionen Seiten aufgerufen wurden.



feel-ok.ch/infos-verlauf

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»; 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.

Insgesamt sind 49 Patronatsinstitutionen für die Inhalte auf feel-ok.ch verantwortlich. In dieser Rolle stellen sie sicher, dass die vermittelten Informationen aktuell bleiben und korrekt sind.

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

feel-ok.ch zeichnet sich durch eine breite Themenvielfalt aus, die verschiedene Zielgruppen anspricht und vielfältige Methoden sowie Arbeitsblätter – auch im Hinblick auf den Lehrplan 21 – bereitstellt, um Gesundheitsinhalte auf jugendgerechte und kreative Weise zu vertiefen.

Zurzeit bieten AG, BE, BL, BS, GL, GR, LU, SH, SG, SO, TG, VS, ZG und ZH Jugendlichen, Lehrpersonen, Schulsozialarbeiter*innen, Jugendarbeitenden und 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 wird von Styria vitalis seit 2004 verwaltet. Für die deutsche Plattform feelok.de ist der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation als Trägerschaft seit 2011 zuständig.



Fachnetzwerk

Team

Zum Team von feel-ok.ch gehörten im Jahr 2024 folgende Mitarbeitende:

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



feel-ok.ch/infos-team

Zum Team von feel-ok.at gehörten im Jahr 2024 folgende Mitarbeiterinnen von Styria vitalis:

- Magdalena Trost · Koordinatorin feel-ok.at
magdalena.trost@styriavitalis.at · +43 316 / 82 20 94-13
- Marlene Gödl · marlene.goedl@styriavitalis.at · +43 316 / 82 20 94 -57
- Inge Zelinka Roitner · Leiterin Kindergarten & Schule bei Styria vitalis
inge.zelinka-roitner@styriavitalis.at · +43 316 / 82 20 94-41

Zum Team von feelok.de gehörten im Jahr 2024 folgende Mitarbeitende des BWLV:

- Michelle Knötzsch · Mitarbeiterin feelok.de · michelle.knoetzsch@bw-lv.de
- Heiko Probst · Leiter feelok.de · heiko.probst@bw-lv.de · 0174 219 98 04

Thematische Patronatsinstitutionen

Familien und Frauengesundheit ergänzt seit 2024 das Fachnetzwerk von feel-ok.ch für die Videoinhalte aus dem Projekt [Spiegelbilder](#). Die Zusammenarbeit mit der AT Schweiz und Berufsberatung.ch als Patronatsinstitutionen wurde beendet.

Insgesamt sind [49 Patronatsinstitutionen](#) für die Inhalte auf 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 (klick auf «Patronatsinstitution»).



feel-ok.ch/info-netzwerk

Kantonale Partner/-innen

Für die kantonalen Versionen von 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), «Berner Gesundheit (bis Herbst 2024)» (be.feel-ok.ch), «Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion, Gesundheitsförderung Baselland» (bl.feel-ok.ch), «Erziehungsdepartement des Kantons Basel-Stadt» (bs.feel-ok.ch), «REPER - Gesundheitsförderung und Prävention» (fr.feel-ok.ch), «Kanton Glarus - Volkswirtschaft und Inneres» (gl.feel-ok.ch), «Gesundheitsamt Graubünden, Gesundheitsförderung und Prävention» (gr.feel-ok.ch), «Kanton Luzern - Dienststelle Gesundheit und Sport» (lu.feel-ok.ch), «Kanton St. Gallen - Gesundheitsdepartement - Amt für Gesundheitsvorsorge» (sg.feel-ok.ch), «Verein für Jugendfragen, Prävention und Suchthilfe» (sh.feel-ok.ch), «Kanton Solothurn - Gesundheitsamt – Abteilung Gesundheitsförderung & Prävention» (so.feel-ok.ch), «Kanton Thurgau - Amt für Gesundheit» (tg.feel-ok.ch), «Gesundheitsförderung Wallis (KAP)» (vs.feel-ok.ch), «Kinder- und Jugendgesundheit - Kanton Zug» (zg.feel-ok.ch), «Prävention und Gesundheitsförderung Kanton Zürich» (zh.feel-ok.ch).

Jahresrechnung

Geplante und effektive Ausgaben

Die folgende Tabelle zeigt die geplanten und tatsächlichen Ausgaben für das Jahr 2024.

Ziele Aufgaben	2024	
	SOLL	IST
Kommunikation	67'200	49'812
Projekte und Inhalte	49'000	60'354
Betrieb	100'800	103'672
Akquise und Berichterstattung	47'512	42'041
TOTAL	264'512	255'879

Einnahmen

Folgende Organisationen haben im Jahr 2024 feel-ok.ch mit einem Gesamtbetrag von CHF 255'879 finanziell ermöglicht. Damit ergibt sich eine ausgeglichene Rechnung.

Gönner	CHF
AG Departement Gesundheit und Soziales Abteilung Gesundheit Sektion Gesundheitsförderung und Prävention	168'924
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	
Gesundheitsförderung Schweiz	33'300
TPF	46'306
AT-DE Styria vitalis bw-lv	7'349
TOTAL	255'879

Nutzung

feel-ok.ch hat im Jahr 2024 insgesamt 704'242 Sitzungen generiert.

Themen

Folgende Tabelle zeigt, wie oft die Themen von feel-ok.ch aufgerufen wurden.

%	Thema	Aufrufe	%	Thema	Aufrufe
12.60%	Sexualität	271'822	2.40%	Suchtmittel	51'851
7.70%	Stress (de)	167'307	2.40%	Gewicht	51'847
7.30%	Gewalt	157'685	2.10%	Geld	45'274
5.90%	Zigaretten	126'763	1.90%	Häusliche Gewalt	40'938
5.70%	Cannabis	122'731	1.70%	Essstörungen	35'942
5.60%	Medienkompetenz	122'020	1.60%	Erziehung/Beziehung	34'270
5.40%	Alkohol	116'187	1.50%	Suizidalität	32'060
5.10%	Beruf	111'379	1.20%	Vorurteile	26'797
4.30%	Selbstvertrauen	94'065	1.10%	Kinderrechte	23'884
3.90%	Onlinesucht	83'415	0.80%	Young Carers	17'888
3.80%	Psychische Störungen	83'003	0.80%	Glücksspiel	17'783
3.80%	Vape	82'748	0.50%	Freizeit	11'292
3.80%	Queer	82'748	0.40%	Gewicht - Start	9'516
3.20%	Ernährung	70'251	0.40%	Sonnenschutz	9'359
2.90%	Sport	62'277			

Die Seiten zum Thema Stress auf Französisch wurden 12'133-mal aufgerufen.

Tools für Jugendliche

Zu den am häufigsten genutzten Tools für Jugendliche gehören die zahlreichen Tests (u. a. zu Stress und Selbstvertrauen), die Jugendbeiträge von Check out sowie der BMI-Rechner.

Tool	Aufrufe	Tool	Aufrufe
Tests (u.a. Stress , Selbstvertrauen)	153'919	Online-Leiterspiel	24'533
Check out (Jugendbeiträge)	35'975	Sportkompass [°]	19'827
BMI-Rechner	34'144	Cool	5'250
Spiel der Lebensmittelpyramide	29'164	Agendaquiz · Start	3'330
Interessenkompass [°]	27'231	Jeu d'echelle SESR	954

[°] Sessions

Instrumente für Fachpersonen

feel-ok.ch bietet zahlreiche Instrumente für (schulische) Fachpersonen. Besonders häufig aufgerufen wurden die didaktischen Übersichtsseiten sowie die Methode zur Förderung von Kompetenzen «Abenteuerinsel».

Instrumente für Fachpersonen	Aufrufe	Instrumente für Fachpersonen	Aufrufe
Didaktik, Arbeitsblätter...	57'254	Flyer, Visitenkarten...	6'227
Abenteuerinsel	46'469	Wusstest du, dass...?	5'868
über uns	20'869	Gruppenspiel 1.2.3! (Startseite)	5'085
Onlineschulungen	10'177	Psychische Gesundheit	4'179
Früherkennung und Frühintervention	6'419	Lehrplan 21	4'135
Themenübersicht	6'315	Offline-Leiterspiel	1'998

SPRINT

Mit [SPRINT](#) können Fachpersonen Umfragen mit Jugendlichen durchführen. Der Vorteil von SPRINT liegt darin, dass die Fragen bereits ausformuliert sind und per Mausklick in die eigene Umfrage integriert werden können.

Im Jahr 2024 haben 6'564 (junge) Personen erfolgreich an einer SPRINT-Umfrage teilgenommen.

INFO QUEST

[INFO QUEST](#), die Adresskartei von feel-ok.ch mit Informationen zu Anlaufstellen, interessanten Projekten, Websites und weiteren Angeboten, wurde im Jahr 2024 insgesamt 47'544-mal abgefragt.

Statistik-Seite

Die Statistik-Seite mit weiteren Details zur Nutzung von feel-ok.ch finden Sie unter feel-ok.ch/2024-statistik.