



WWW.FEEL-OK.AT

Eine Plattform für Jugendliche, Eltern und
Multiplikator:innen

26.04.2022



Hauptverband der
österreichischen
Sozialversicherungsträger



Hintergrund

Ziele und Partner:innen

Was ist feel-ok?

- „Wikipedia“ zu Gesundheitsthemen
- Infos rund um das Thema Gesundheit stärken die Gesundheitskompetenz und unterstützen dabei gesunde Entscheidungen zu treffen
- Ziel: „wohl fühlen“ oder „gut fühlen“ in verschiedenen Lebensbereichen

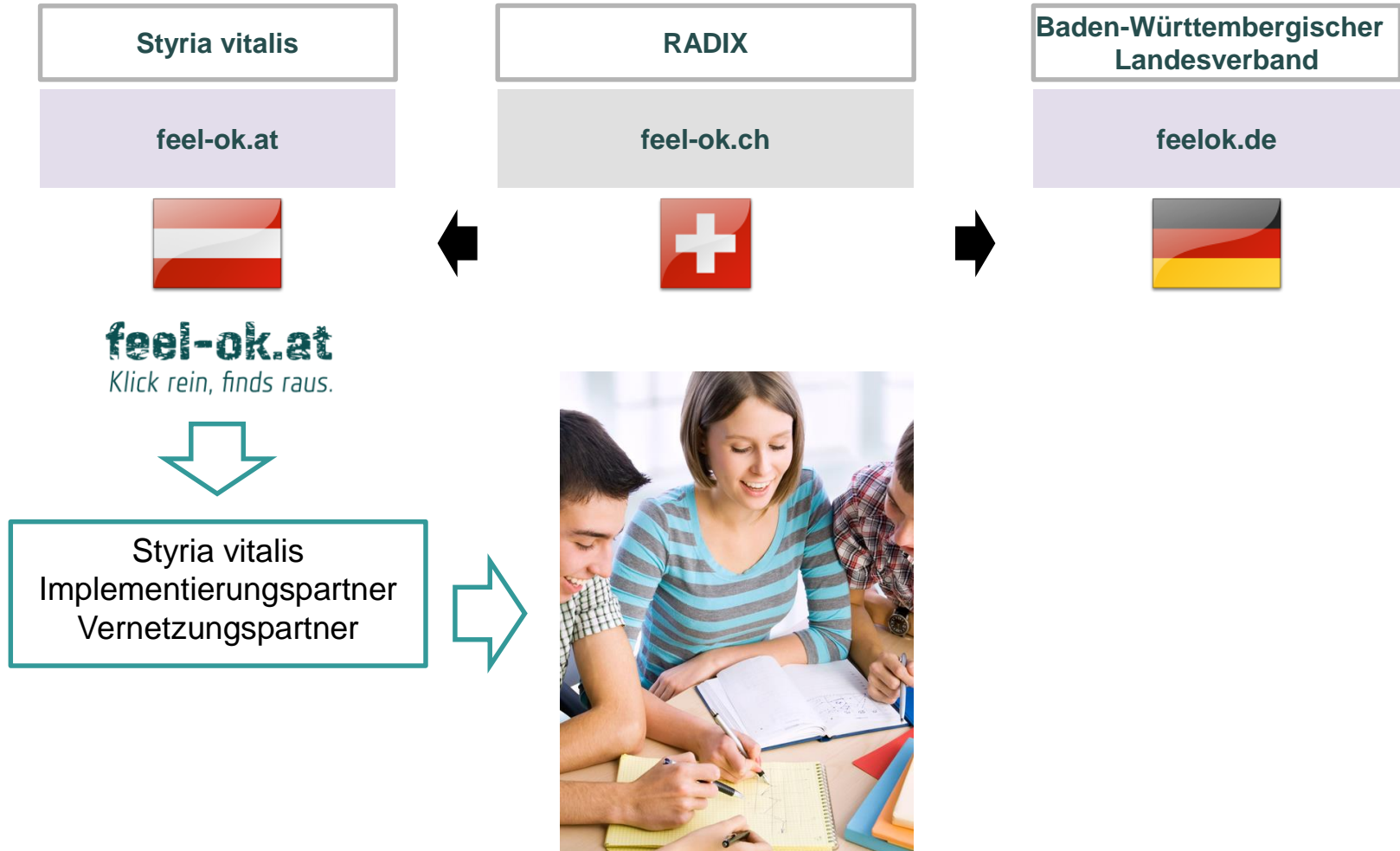
Ziele

- die **Gesundheits- und Lebenskompetenz** Jugendlicher zu fördern
- dadurch ihr **Gesundheitsverhalten und Wohlbefinden** positiv zu beeinflussen sowie **risikoreichem Verhalten** und Suchtmittelkonsum **vorzubeugen**
- zur Reflexion des eigenen Verhaltens anzuregen und dabei zu unterstützen **gesunde Entscheidungen** zu treffen

Weitere Ziele

- **Pädagog:innen und Eltern** als weitere Zielgruppen in ihren Kompetenzen zu stärken
- fundierte, gut recherchierte, unabhängige **Informationen zu Gesundheitsthemen**, auch zu Themen bei denen Jugendliche nicht wissen, mit wem sie darüber sprechen sollen, zur Verfügung zu stellen
- eine **Datenbank mit Hilfs- und Beratungsstellen** in Österreich zur Verfügung zu stellen

Das transnationale Netzwerk



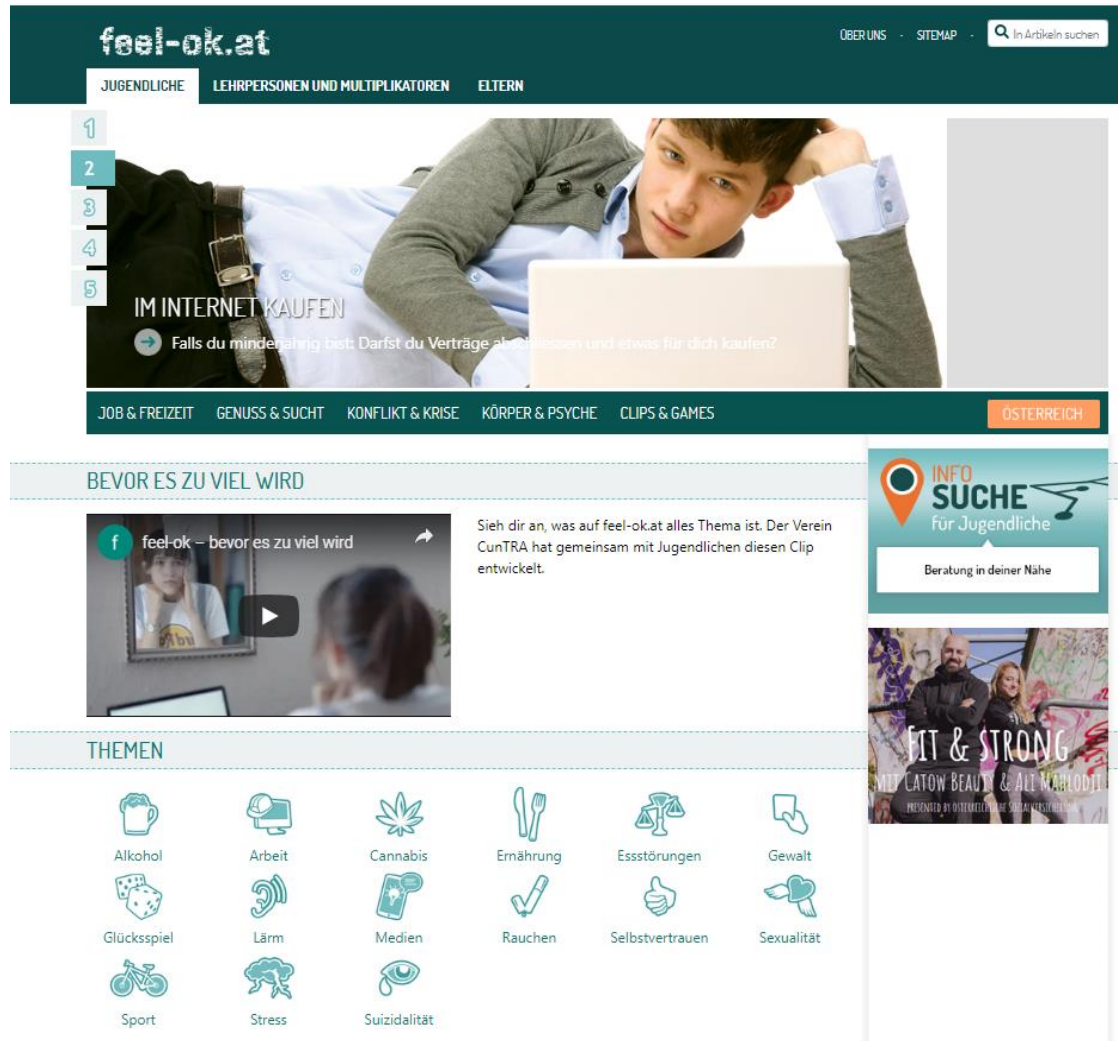
Aktuelle Nutzung

- Ca. 300 000 Aufrufe im Jahr auf feel-ok.at
 - Mehr als 540 Abonnent:innen auf der feel_ok_at Instagramseite
- > https://www.instagram.com/feel_ok_at/

Die Website

Themen & Begleitmaterialien

Ansprechend und aktuell



The screenshot shows the feel-ok.at website interface. At the top, there is a navigation bar with the site name 'feel-ok.at', a search bar, and menu items for 'JUGENDLICHE', 'LEHRPERSONEN UND MULTIPLIKATOREN', and 'ELTERN'. Below this is a featured article titled 'IM INTERNET KAUFEN' with a sub-headline 'Falls du mündeljährig bist: Darfst du Verträge abschließen und etwas für dich kaufen?'. A secondary navigation bar includes categories like 'JOB & FREIZEIT', 'GENUSS & SÜCHT', 'KONFLIKT & KRISE', 'KÖRPER & PSYCHE', 'CLIPS & GAMES', and a 'ÖSTERREICH' button. A section titled 'BEVOR ES ZU VIEL WIRD' features a video player and a text block: 'Sieh dir an, was auf feel-ok.at alles Thema ist. Der Verein CunTRA hat gemeinsam mit Jugendlichen diesen Clip entwickelt.' To the right, there is an 'INFO SUCHE für Jugendliche' section with a 'Beratung in deiner Nähe' button. Below this is a 'FIT & STRONG' banner. At the bottom, a 'THEMEN' section displays a grid of 18 icons representing various topics: Alkohol, Arbeit, Cannabis, Ernährung, Essstörungen, Gewalt, Glücksspiel, Lärm, Medien, Rauchen, Selbstvertrauen, Sexualität, Sport, Stress, and Suizidalität.

feel-ok für Jugendliche

→ Texte, Tests, Spiele, Quiz und Videos zu diesen Themen:



Alkohol



Arbeit



Cannabis



Ernährung



Essprobleme



Fitness & Sport



Gesundheit



Gewalt



Glücksspiel



Jugendrechte



Klima



Lärm



Onlinewelt



Rauchen



Rausch &
Risiko



Selbstvertrauen



Sex & Liebe



Stress



Suizidgedanken



→ Highlights unter www.feel-ok.at/best_of

→ feel-ok Instagram unter www.instagram.com/feel_ok_at/

feel-ok für Multiplikator:innen

- Tipps zur Stärkung der eigenen Gesundheit im Arbeitsalltag mit Jugendlichen unter www.feel-ok.at/+pg
- Handbuch zum Einsatz von feel-ok mit Jugendlichen unter www.feel-ok.at/anwendung
- Arbeitsblätter für den Schulunterricht unter www.feel-ok.at/arbeitsblaetter

Feel-ok für Eltern

- Tipps zur Stärkung der Gesundheit im Familienalltag unter www.feel-ok.at/eltern
- Gesunde Tipps zur Bewältigung von Herausforderungen in der Zeit der Pubertät, Hilfestellung bei psychischen Belastungen und Erkrankungen und Empfehlungen rund ums Thema Onlinewelt und –sucht
- Pornografiekompetenz: Tipps und Unterstützung im Umgang mit Pornografiekonsum von Jugendlichen

Kostenlose Angebote

- Workshops für Schüler:innen und Lehrer:innen
- Verschiedene Flyer und Plakat

feel-ok.at
Klick rein, finds raus.



Bestellung unter
feelok@styriavitalis.at



Folder für Jugendliche



feel-ok.at

Infos, Tests & Videos zu ...

 Alkohol	 Arbeit	 Cannabis	 Ernährung	 Essprobleme
 Fitness & Sport	 Gesundheit & Krankheit	 Gewalt	 Glücksspiel	 Jugendrechte
 Klima	 Lärm	 Onlinewelt	 Rauchen	 Rausch & Risiko
 Selbstvertrauen	 Sex & Liebe	 Stress	 Suizidgedanken	

Klick rein, finds raus.

Angebote von Styria vitalis

- Workshops für Lehrpersonen und Multiplikator:innen
- themenbezogene Workshops für Jugendliche
- telefonische Auskunft
- Plakate und Flyer für Bildungs- und Jugendeinrichtungen, Implementierungs- und inhaltliche Partner:innen

**Vielen Dank für die
Aufmerksamkeit**