



Evaluation der Vorträge und Workshops im Projekt „Frau und Herz Tabakprävention“ der Schweizerischen Herzstiftung

Severin Haug
Raquel Paz Castro

Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung, Zürich

Bericht Nr. 389

ISGF Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung

Zürich, im Juli 2018

INHALTSVERZEICHNIS

Zusammenfassung

1. Hintergrund und Ziele des Projekts	3
2. Ziele der Evaluation.....	6
2.1 Vorträge.....	6
2.2 Workshops.....	6
3. Methodik.....	7
3.1 Datenerhebungen.....	7
3.2 Erhebungsinstrumente.....	8
3.3 Datenmanagement und -auswertung.....	8
4. Ergebnisse	9
4.1 Vorträge.....	9
4.1.1 Anzahl Teilnehmerinnen.....	9
4.1.2 Charakteristika der Teilnehmerinnen.....	10
4.1.3 Bewertung der Vorträge gesamthaft	12
4.1.4 Bewertung der einzelnen Themenbereiche	13
4.1.5 Wissenszuwachs durch die Vorträge.....	14
4.1.6 Intention zur Umsetzung von Massnahmen	16
4.1.7 Motivation und Zuversicht hinsichtlich Rauchstopp.....	17
4.1.8 Verbesserungsvorschläge	18
4.2 Workshops.....	20
4.2.1 Anzahl Teilnehmerinnen.....	20
4.2.2 Charakteristika der Teilnehmerinnen.....	22
4.2.3 Bewertung der Workshops.....	24
4.2.4 Wissenszuwachs durch die Workshops.....	26
4.2.5 Intention zur Umsetzung von Massnahmen zum Passivrauchschutz	26
4.2.6 Motivation und Zuversicht hinsichtlich Rauchstopp.....	27
4.2.7 Zigarettenrauchen beim Workshop und der Nachbefragung.....	27
4.2.8 Verbesserungsvorschläge	30
5. DISKUSSION UND AUSBLICK	32
5.1 Zusammenfassung und Diskussion der Ergebnisse.....	32
5.1.1 Vorträge	32
5.1.2 Workshops.....	33
6. ANHANG - Erhebungsinstrumente	36

ZUSAMMENFASSUNG

Hintergrund: Die Vorträge und Workshops stellen eines von drei Teilprojekten aus dem Projekt „Frau und Herz Tabakprävention“ der Schweizerischen Herzstiftung dar. Darin wurden zwischen 2015 und 2017 Vorträge und Workshops durchgeführt, um Frauen im Alter von über 40 Jahren für das Rauchen als zentrales kardiovaskuläres Risiko zu sensibilisieren und zu einem gesunden Lebensstil zu motivieren. Die Vorträge richteten sich an potentielle Multiplikatorinnen, und sollten die Zuhörerinnen befähigen, die Inhalte in ihrem direkten Umfeld weiter zu verbreiten. Die Workshops richteten sich an schwerer erreichbare, stark belastete und benachteiligte Frauen, oft mit Migrationshintergrund. Der Schwerpunkt des Workshops lag beim Rauchstopp und wie man sich oder sein Umfeld dazu motivieren kann.

Ergebnisse Vorträge: Insgesamt besuchten 2'158 Frauen die 30 durchgeführten Vorträge, wobei 9 von 10 Besucherinnen aus der Kernzielgruppe „Frauen im Alter von über 40 Jahren“ waren. Jeweils mindestens 9 von 10 Besucherinnen gaben an, sie würden den Vortrag weiterempfehlen und bewerteten diesen positiv hinsichtlich Verständlichkeit, Inhalt und Umfang. Zwei von drei Frauen planten im Anschluss an den Vortrag eine Massnahme zur Reduktion von Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen im privaten Bereich umzusetzen. Eine Intention, im beruflichen Bereich eine Massnahme umzusetzen wurde dagegen nur von wenigen Teilnehmerinnen bekundet.

Ergebnisdiskussion Vorträge: Die Vorträge eröffnen eine gut akzeptierte Möglichkeit, um eine grosse Anzahl Frauen zu den Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen und für das Tabakrauchen als zentralen modifizierbaren Risikofaktor zu sensibilisieren. Allerdings ist aufgrund der Evaluationsergebnisse fraglich, inwieweit Multiplikatorinnen erreicht wurden, welche im Anschluss an den Vortrag die Möglichkeit hatten, die Vortragsinhalte weiter zu verbreiten oder Massnahmen zur Reduktion von Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen in ihrem beruflichen Umfeld umzusetzen.

Ergebnisse Workshops: Insgesamt besuchten 317 Frauen die 30 Workshops, wobei 7 von 10 Besucherinnen aus der Kernzielgruppe „Frauen im Alter von über 40 Jahren“ waren. Das Bildungsniveau der Teilnehmerinnen war sehr heterogen, drei von vier Workshop-Teilnehmerinnen stammten aus der Türkei, dem Kosovo oder Bosnien und gut die Hälfte gab an, täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen. Jeweils über 95% der Workshop-Teilnehmerinnen gaben an, sie würden diesen weiterempfehlen, sie fanden die Inhalte verständlich und interessant, sie hätten ihr Wissen zum Thema Tabakrauchen verbessert und durch den Workshop eine kritischere Einstellung zum Rauchen gewonnen. Von den 23 zum Zeitpunkt des Workshops rauchenden Frauen der Kernzielgruppe, die sowohl im Anschluss an den Workshop als auch bei der Nachbefragung zu ihrem Rauchstatus befragt werden konnten, gaben bei der Nachbefragung 7 (30.4%) an, sie würden nun nicht mehr rauchen. Von den rauchenden Frauen trauten sich rund 90% nach dem Workshop eher als vorher zu mit dem Rauchen aufzuhören, bei der 6-Monats-Nachbefragung waren dies noch knapp 50%. Acht von

zehn Teilnehmerinnen hatten im Anschluss an den Workshop die Absicht, sich für rauchfreie Räume zu engagieren. Bei der Nachbefragung nach 6 Monaten gab rund ein Drittel der Frauen an, sie hätten sich seit dem Workshop für rauchfreie Räume, insbesondere zu Hause, eingesetzt.

Ergebnisdiskussion Workshops: Die Workshops stellen eine Möglichkeit dar, Frauen aus schwer erreichbaren Zielgruppen für eine erste Intervention zur Sensibilisierung hinsichtlich des Tabakrauchens zu gewinnen. Die längerfristige Wirksamkeit dieses einmaligen Workshops kann aufgrund der schlechten Erreichbarkeit der Workshop-Teilnehmerinnen zur Nachbefragung und der fehlenden Kontrollgruppe leider nicht final beantwortet werden. Auf Grundlage der häufig genannten Verbesserungsvorschläge der Teilnehmerinnen, wiederholte Workshops anzubieten, ist jedoch davon auszugehen, dass eine längerfristige Begleitung sinnvoll wäre. Diese wäre auch durch eine verbindlichere Verknüpfung mit bereits bestehenden Rauchstoppangeboten möglich.

1. HINTERGRUND UND ZIELE DES PROJEKTS

Ein Drittel aller Todesfälle in der Schweiz werden durch Krankheiten des Herz-Kreislaufsystems verursacht (Bundesamt für Statistik, Todesursachenstatistik, 2017). Neben Krebserkrankungen stellen Herz-Kreislaufferkrankungen bei erwachsenen Männern und Frauen im mittleren Alter die häufigste Todesursache dar. Dennoch werden Herz-Kreislaufferkrankungen in vielen Gruppen der Bevölkerung vorwiegend als Problem der männlichen Bevölkerung angesehen. Tabakrauchen ist der wichtigste beeinflussbare Risikofaktor für kardiovaskuläre Erkrankungen.

Um Frauen im Alter von über 40 Jahren für das Rauchen als zentrales kardiovaskuläres Risiko zu sensibilisieren und sie zu einem gesunden Lebensstil zu bewegen, führte die Schweizerische Herzstiftung das Projekt „Frau und Herz Tabakprävention“ durch. Dieses Projekt besteht aus drei Teilprojekten, die Frauen im Sinne eines Setting-Ansatzes dort abholen sollten, wo sie sich in ihrem Alltag aufhalten:

1. Kioske: Wettbewerbsaktion mittels Flyer mit Selbsttest, verteilt an Frauen 40+
2. Apotheken: Rauch-sensitiver Herz-Check
3. Frauenvereine, Verbände, Gruppierungen, Business-Clubs, Betriebe: Vorträge und Workshops

Der vorliegende Bericht bezieht sich auf die Evaluation des dritten Teilprojekts, die Vorträge und Workshops. Im Rahmen des Projekts „Frau und Herz Tabakprävention“ führte die Schweizerische Herzstiftung zwischen 2015 und 2017 Vorträge und Workshops durch.

Die **Vorträge** richteten sich an Vertreterinnen von Frauenvereinen, Business-Clubs, Fachpersonen für betriebliche Gesundheitsförderung, Gewerkschaftsvertreterinnen und Frauen in Führungspositionen und wurden von Ärztinnen, insbesondere Kardiologinnen, gehalten. Die Zuhörerinnen sollten anhand des Vortrags befähigt werden, als Multiplikatorinnen in ihrem direkten Umfeld die Vortragsinhalte weiter zu verbreiten.

Die **Workshops** führte die Schweizerische Herzstiftung in Kooperation mit Public Health Services (PHS) und in Zusammenarbeit mit Gesundheitsfachpersonen (Suchtberaterinnen) und Ärztinnen durch. Die Workshops richteten sich an schwerer erreichbare, stark belastete und benachteiligte Frauen, meist mit Migrationshintergrund. Der Schwerpunkt des Workshops lag beim Rauchstopp und wie man sich oder sein Umfeld dazu motivieren kann.

2. ZIELE DER EVALUATION

2.1 Vorträge

Die begleitende Evaluation der Vorträge sollte Aussagen darüber erlauben

1. von wie vielen und welchen Personen (Alter, Schulbildung, Herkunft, Rauchstatus) diese in Anspruch genommen wurden,
2. wie die Vorträge insgesamt, sowie hinsichtlich Inhalt, Verständlichkeit und Umfang bewertet wurden,
3. inwieweit die Vorträge das Wissen zu kardiovaskulären Risikofaktoren, insbesondere Tabakrauchen, verbessern konnten,
4. ob die Vorträge bei Raucherinnen die Selbstwirksamkeit und Motivation zum Rauchstopp erhöhen konnten,
5. ob die Vortragsteilnehmenden planen, Massnahmen im privaten und beruflichen Umfeld umzusetzen, die dazu beitragen, Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen zu verringern, insbesondere Massnahmen zur Förderung des Rauchstopps und zur Förderung einer rauchfreien Umgebung,
6. wie die Vorträge verbessert werden könnten.

2.2 Workshops

Die begleitende Evaluation der Workshops sollte Aussagen darüber erlauben

1. von wie vielen und welchen Personen (Alter, Schulbildung, Herkunft, Rauchstatus) diese in Anspruch genommen wurden,
2. wie die Workshops insgesamt hinsichtlich Inhalt, Verständlichkeit und Umfang bewertet wurden,
3. inwieweit die Workshops das Wissen zum Thema „Tabakrauchen“ verbessern konnten,
4. ob die Teilnehmenden Möglichkeiten zum Rauchstopp kennen und welche dieser Möglichkeiten diese im Anschluss an den Workshop nutzten,
5. ob die Workshops bei Raucherinnen die Selbstwirksamkeit und Motivation zum Rauchstopp erhöhen konnten (unmittelbar nach dem Workshop und 6 Monate später),
6. ob die Workshopteilnahme eine Auswirkung auf das Rauchverhalten hatte, d.h. wie viele Teilnehmerinnen innerhalb von 6 Monaten nach dem Workshop einen Aufhörversuch machten, erfolgreich mit dem Rauchen aufhörten und wie sich der Zigarettenkonsum veränderte,
7. welche förderlichen und hinderlichen Faktoren für die Teilnehmerinnen hinsichtlich eines Rauchausstiegs relevant waren,

8. ob die Workshopteilnahme dazu führte, dass die Teilnehmerinnen in ihrem Umfeld Massnahmen zur Förderung einer rauchfreien Umgebung (z.B. Wohnung, einzelne Räume, Auto) umsetzten und
9. wie die Workshops verbessert werden könnten.

3. METHODIK

3.1 Datenerhebungen

Die oben genannten Fragestellungen sollten anhand von Erhebungen zu zwei Zeitpunkten beantwortet werden:

1. eine Fragebogenerhebung unmittelbar in Anschluss an die Vorträge und die Workshops und
2. eine computergestützte telefonische Nachbefragung 6 Monate nach Durchführung der Workshops bei den Workshop-Teilnehmerinnen.

Sofern Teilnehmerinnen keine persönlichen Angaben für die telefonische Nachbefragung machten, erfolgten die Fragebogenerhebungen nach den Vorträgen und Workshops anonym, ohne die Angabe von Namen oder sonstigen Daten, die eindeutige Rückschlüsse auf die teilnehmende Person erlauben. Die Fragebögen wurden von den Veranstaltungsleiterinnen am Ende der Workshops bzw. Vorträge ausgeteilt und nach deren Bearbeitung wieder eingesammelt. Bei Fragen zum Ausfüllen des Fragebogens standen die Veranstaltungsleiterinnen den Teilnehmenden zur Verfügung. Die Leiterinnen füllten nach Abschluss der Veranstaltung einen Fragebogen zur Erfassung der veranstaltungsspezifischen Daten aus.

Die Veranstaltungsleiterinnen der Workshops wiesen bereits während der Workshops darauf hin, dass eine weitere Nachbefragung durch das ISGF in 6 Monaten geplant ist und motivierten die Teilnehmerinnen dazu, ihr Einverständnis zur Teilnahme an dieser Telefonbefragung zu geben. Innerhalb des Fragebogens im Anschluss an den Workshop konnten sie ihr Einverständnis zur Teilnahme an dieser Nachbefragung sowie ihren Namen und eine Telefonnummer angeben. Teilnehmerinnen wurden darauf hingewiesen, dass ihre Daten nur anonymisiert ausgewertet und ihre personenbezogenen Daten (Name und Telefonnummer) ausschliesslich für diese Nachbefragung verwendet wurden. Weiter wurde im Workshop darüber informiert, dass eine weibliche Interviewerin die Befragung durchführen wird. Die Interviewerin wurden bereits während der Workshops namentlich und mit Foto und Handynummer vorgestellt. Bereits ein paar Tage vor der Nachbefragung wurde an zu Befragende eine SMS in ihrer Sprache geschickt, die den Anruf ankündigte und genaue Daten zum besuchten Workshop und der Leiterin des Workshops enthielt.

3.2 Erhebungsinstrumente

In Abstimmung mit der Schweizerischen Herzstiftung wurden Fragen und Erhebungsinstrumente für die begleitende Evaluation der Vorträge und Workshops entwickelt und formuliert. Die unter 2. beschriebenen Zielbereiche der Evaluation wurden im Wesentlichen anhand eines Fragebogens für die Teilnehmerinnen mit offenen und geschlossenen Fragen erfasst.

Zur Erfassung veranstaltungsspezifischer Daten (Sprache der Veranstaltung, Dauer, Anzahl Teilnehmerinnen, Rücklauf Evaluationsbogen, Vorkommnisse, Verbesserungsmöglichkeiten) wurde ein einseitiger Fragebogen verwendet, der durch die Leiterinnen ausgefüllt wurde. Die Erhebungsinstrumente wurden zunächst auf Deutsch erstellt und anschliessend auf Französisch und Italienisch übersetzt. Die Erhebungsinstrumente für die Evaluation der Workshops aus Teilnehmerinnensicht wurden ins Französische, Italienische, Albanische, Serbokroatische/Bosnische und Türkische übersetzt. Darüber hinaus wurde jeweils ein strukturierter Leitfaden zur Durchführung der computergestützten, telefonischen Befragungen 6 Monate nach den Workshops in den Sprachen Deutsch, Französisch, Italienisch, Albanisch, Serbokroatisch/Bosnisch und Türkisch entwickelt. Die telefonische Nachbefragung wurde mit Hilfe eines computergestützten Systems (CATI) durchgeführt, wobei alle Teilnehmerinnen, sofern die Nachbefragung nicht verweigert oder bereits durchgeführt wurde, mindestens fünf Mal zu unterschiedlichen Uhrzeiten und Wochentagen kontaktiert wurden.

3.3 Datenmanagement und -auswertung

Die ausgefüllten Fragebögen und Telefoninterviews wurden am Schweizer Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung gesammelt, Freitextantworten wurden ins Deutsche rückübersetzt und anschliessend in eine gemeinsame Datenbank überführt. Anschliessend standen die Daten als Excel- oder SPSS-Datei zur Verfügung. Die Daten wurden hinsichtlich der oben genannten Ziele deskriptiv ausgewertet. Offene Fragen wurden kategorisiert und hinsichtlich deren Häufigkeiten ausgewertet.

4. ERGEBNISSE

4.1 Vorträge

4.1.1 Anzahl Teilnehmerinnen

Zwischen dem 8. Januar 2015 und dem 13. November 2017 wurden insgesamt 30 Vorträge auf Deutsch oder Französisch durchgeführt (siehe auch Flussdiagramm in Abbildung 1).

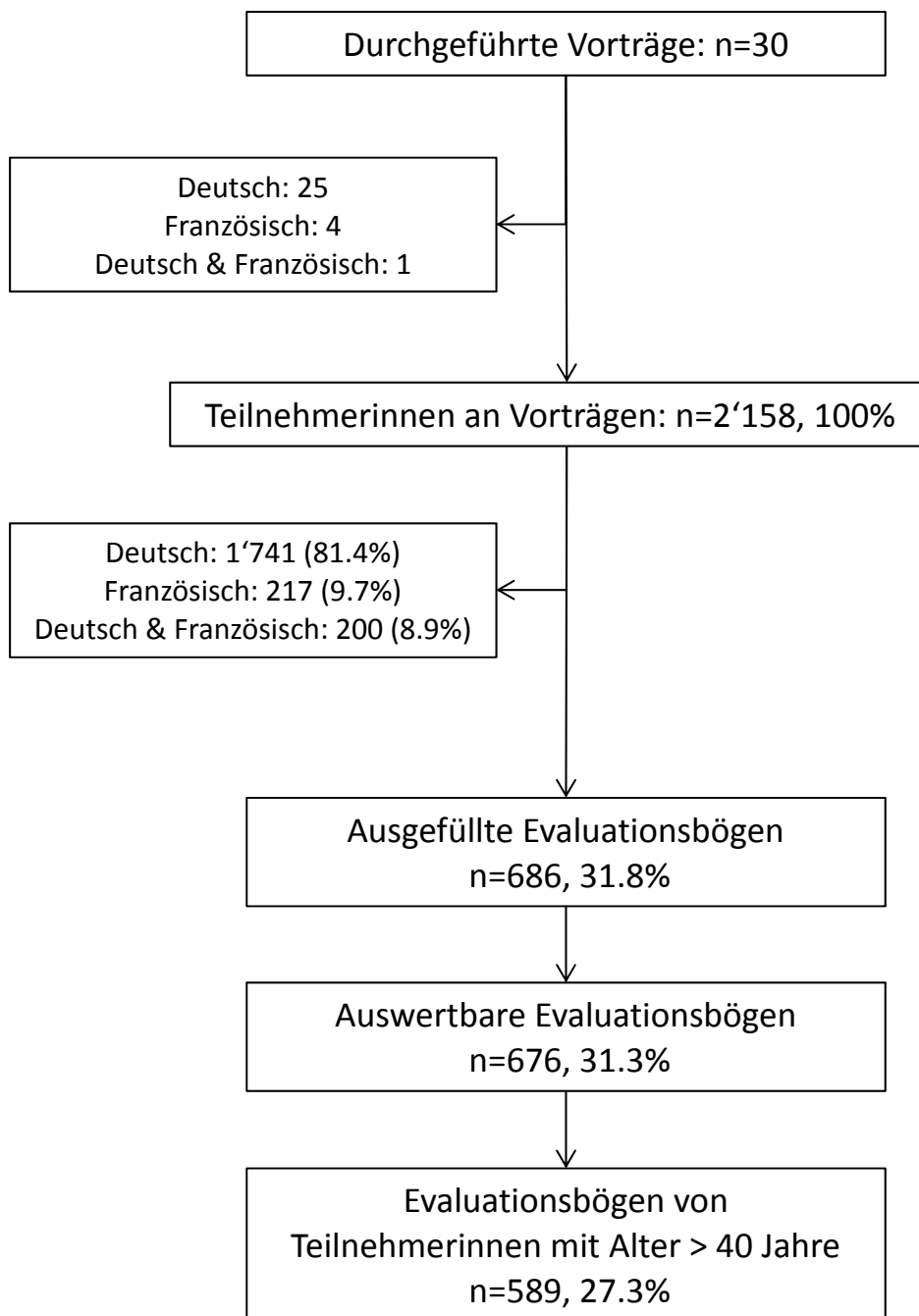


Abbildung 1. Teilnahme an den Vorträgen und Rücklauf der Evaluationsbögen.

Insgesamt besuchten 2'158 Frauen die Vorträge und 686 Teilnehmende füllten die Evaluationsbögen im Anschluss an die Vorträge aus. Um eine valide Aussage über die Zielgruppe weiblicher Personen zu machen, mussten die Evaluationsfragebogen zweier Vorträge ausgeschlossen werden, in welchem auch Männer waren und teilweise die Fragebögen ausgefüllt hatten. Somit waren für die Zielgruppe der Frauen 676 Evaluationsbögen auswertbar. Für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ waren dies 589 Fragebögen.

Die im Folgenden berichteten quantitativen Ergebnisse zur Evaluation der Vorträge werden getrennt für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ und die Gesamtgruppe der Frauen, unabhängig von deren Alter, dargestellt. Bei den Freitextantworten wurden die Ergebnisse aufgrund der Übersicht und besseren Lesbarkeit jeweils nur für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ dargestellt.

4.1.2 Charakteristika der Teilnehmerinnen

Von den 676 Frauen, die im Anschluss an die Vorträge den Evaluationsbogen ausfüllten, machten 651 (96.3%) eine Angabe zu ihrem Alter. Die Altersverteilung der Frauen ist in Abbildung 2 dargestellt. Dabei zeigt sich, dass neun von zehn Frauen aus der Kernzielgruppe der über 40-Jährigen waren.

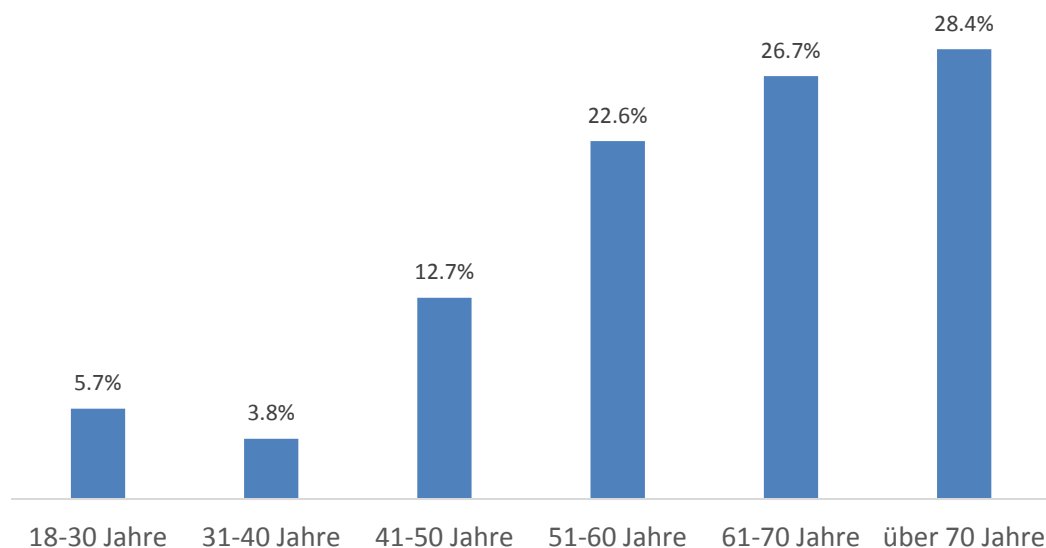


Abbildung 2: Lebensalter der Teilnehmerinnen an den Vorträgen.

Beim Bildungsniveau zeigte sich bei 6 von 10 Teilnehmerinnen ein mittlerer Bildungsabschluss und bei 3 von 10 eine höhere Bildung (Abbildung 3).

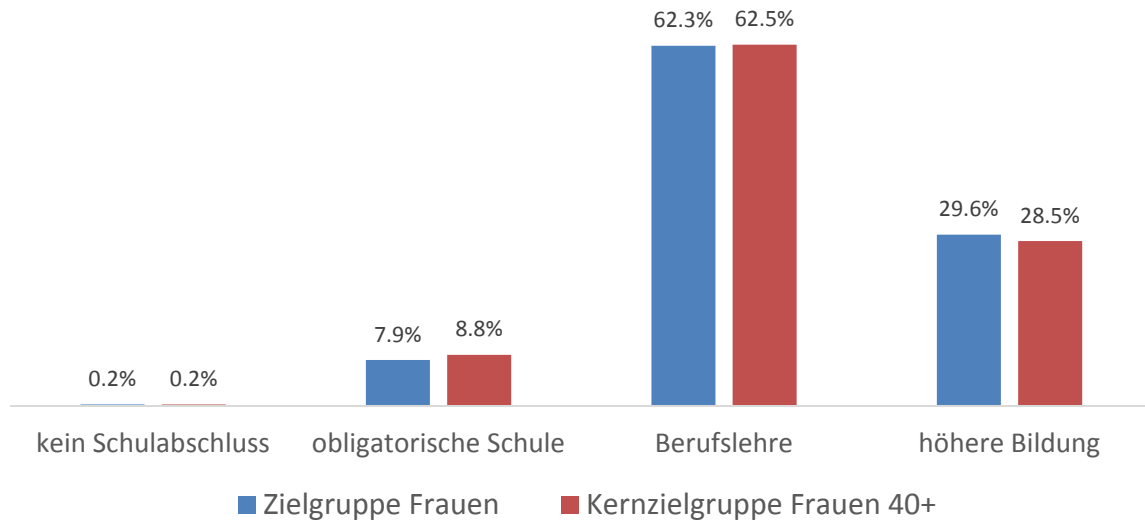


Abbildung 3: Bildungsniveau der Teilnehmerinnen an den Vorträgen (Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=584; Kernzielgruppe: n=512).

Die Herkunft von knapp 90% der Teilnehmerinnen an den Vorträgen war die Schweiz, Teilnehmerinnen mit Geburtsland ausserhalb Europas waren selten (Abbildung 4).

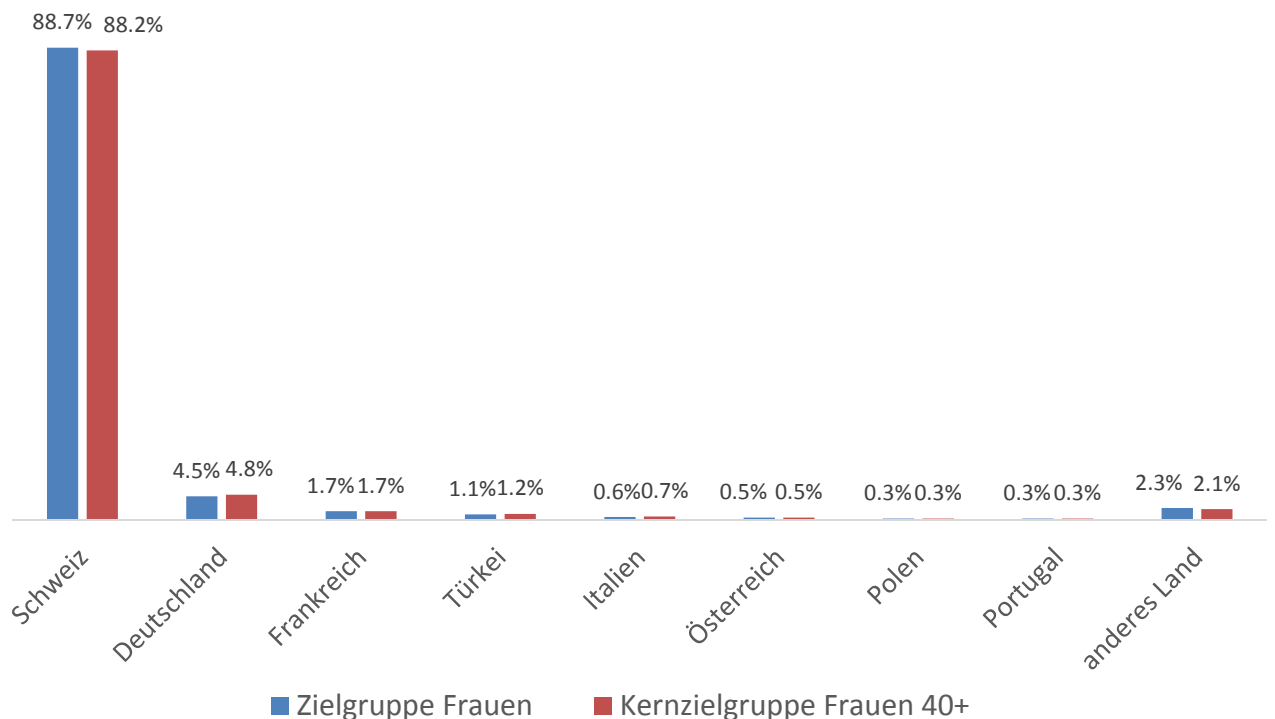


Abbildung 4: Geburtsland der Teilnehmerinnen an den Vorträgen (Ländername aufgeführt bei mind. 2 Teilnehmerinnen, Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=645; Kernzielgruppe: n=578).

Mehr als zwei Drittel der Teilnehmerinnen gaben an, noch nie Zigaretten geraucht zu haben. Nur in etwa jede 20. Teilnehmerin berichtete, aktuell täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen. Ein Viertel gab an, früher Zigaretten geraucht zu haben.

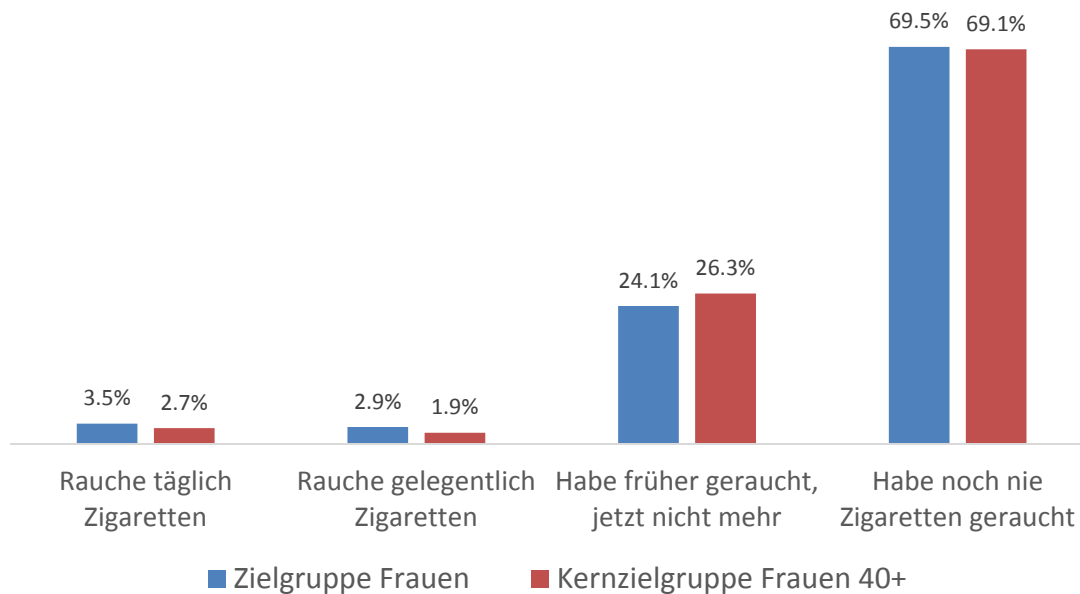


Abbildung 5: Zigaretten-Rauchstatus der Teilnehmerinnen an den Vorträgen
(Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=594; Kernzielgruppe: n=517).

4.1.3 Bewertung der Vorträge gesamthaft

Rund 97% der Teilnehmerinnen gaben an, sie würden den Vortrag weiterempfehlen und nahezu alle (98%-99%) gaben an, die Inhalte des Vortrags seien verständlich und informativ gewesen (s. Abbildungen 6 und 7).

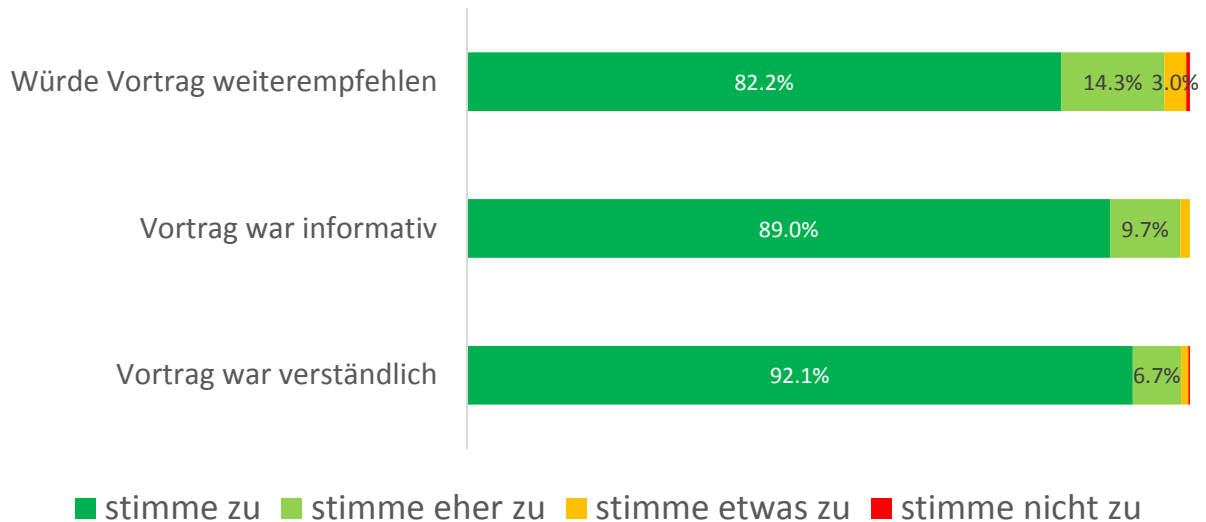


Abbildung 6: Bewertungen der Vorträge, Kernzielgruppe (n=579, n=534, n=568).

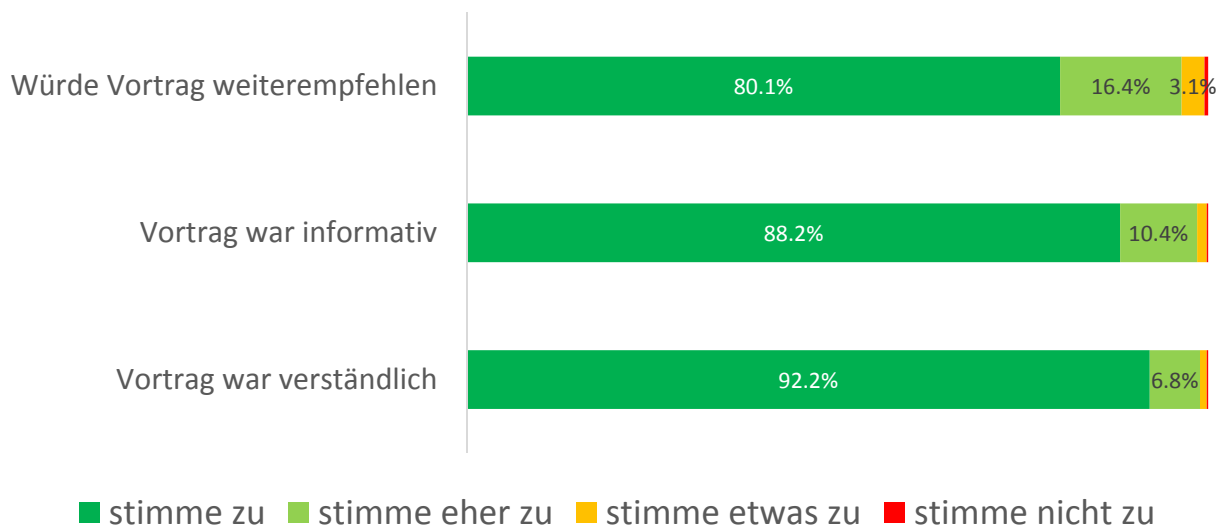


Abbildung 7: Bewertungen der Vorträge, Zielgruppe alle Frauen (n=664, n=617, n=653).

Der Umfang des Vortrags wurde von der überwiegenden Mehrheit (Kernzielgruppe Frauen 40+: 88.2%, Zielgruppe Frauen: 87.7%) als angemessen bewertet. Zu umfangreich fanden den Vortrag 7.4% der Kernzielgruppe (Frauen gesamt: 7.3%), zu knapp wurde dieser von 4.3% der Kernzielgruppe bewertet (Frauen gesamt: 5.0%).

4.1.4 Bewertung der einzelnen Themenbereiche

Alle in den folgenden Abbildungen 8 und 9 aufgeführten Themenbereiche wurden von den Teilnehmerinnen als überwiegend sehr oder eher informativ betrachtet.

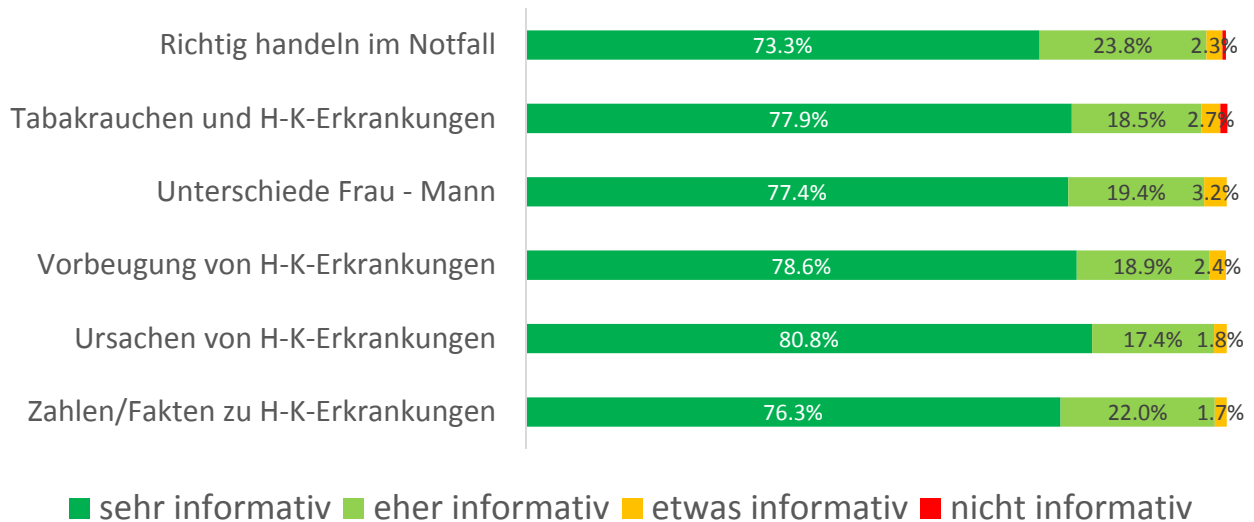


Abbildung 8: Bewertungen der Themen der Vorträge, Kernzielgruppe (n=558, n=524, n=567, n=576, n=569, n=573).

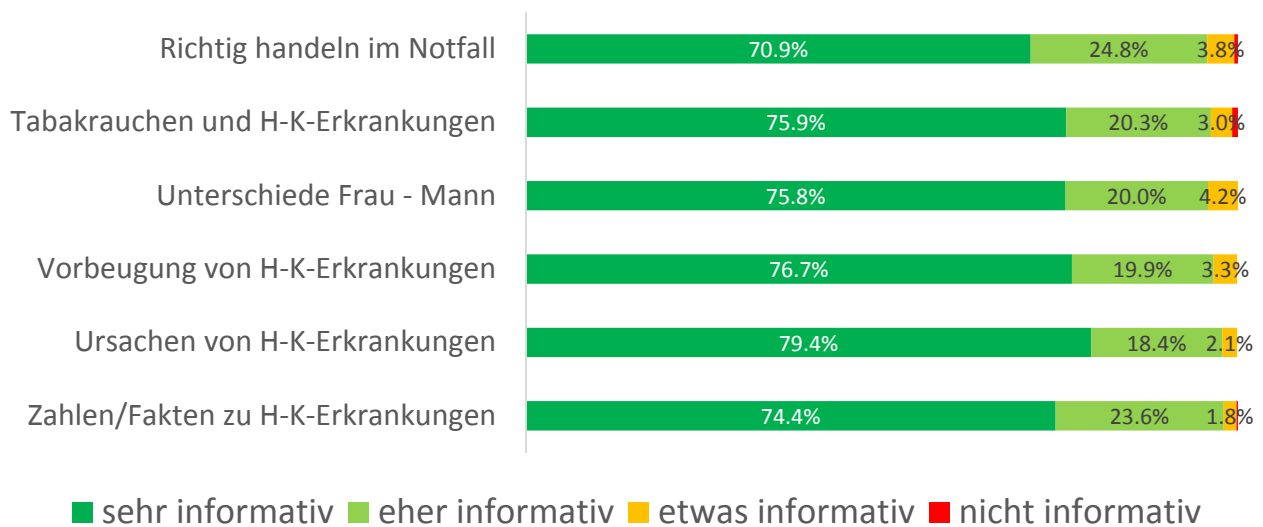


Abbildung 9: Bewertungen der Themen der Vorträge, Zielgruppe alle Frauen (n=640, n=605, n=650, n=658, n=652, n=657).

4.1.5 Wissenszuwachs durch die Vorträge

Die Teilnehmerinnen sollten für die einzelnen Themenbereiche des Vortrags angeben, inwieweit sich ihr Wissen zum jeweiligen Thema verbessert hat. Für alle Themenbereiche gaben jeweils mindestens 80% der Teilnehmerinnen an, ihr Wissen hätte sich verbessert (Abbildungen 10 und 11). Am meisten Frauen gaben an, sie hätten im Bereich der Ursachen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und zum Handeln im Notfall ihr Wissen verbessert.

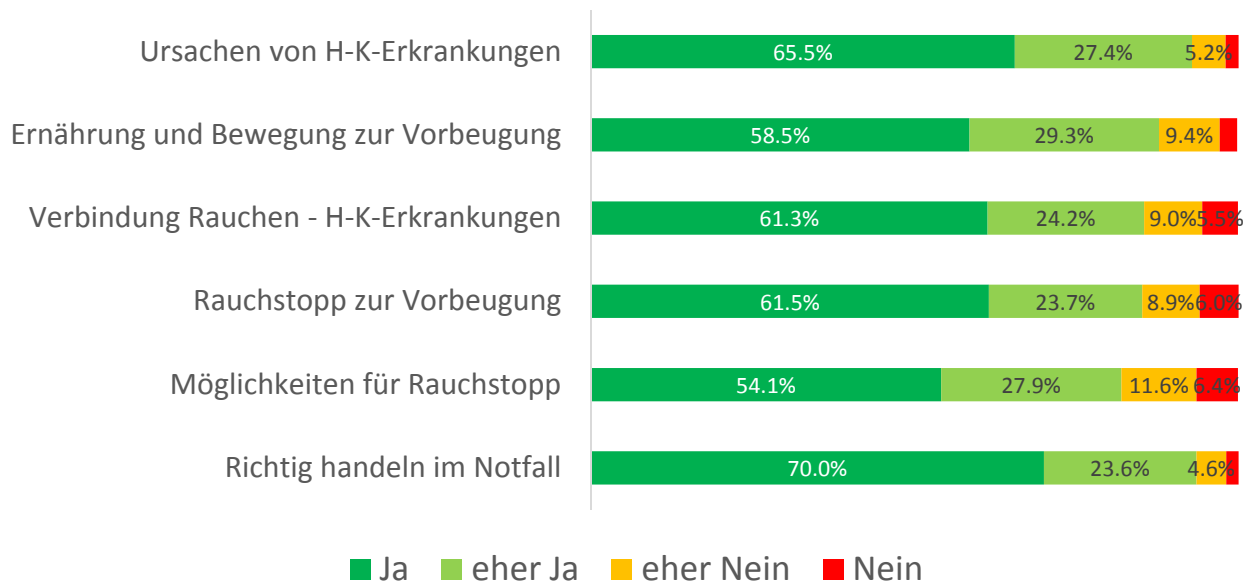


Abbildung 10: In welchen Bereichen hat der Vortrag das Wissen verbessert? Kernzielgruppe (n=559, n=552, n=509, n=484, n=466, n=539).

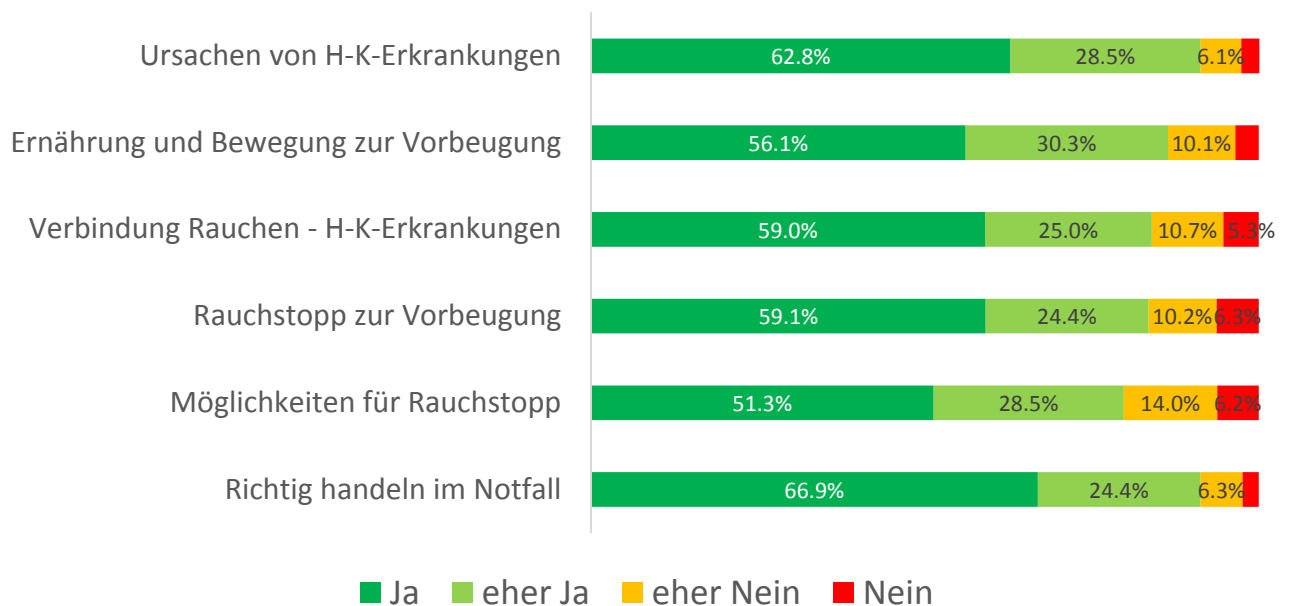


Abbildung 11: In welchen Bereichen hat der Vortrag das Wissen verbessert? Zielgruppe alle Frauen (n=639, n=631, n=581, n=557, n=536, n=616).

Neben der indirekten Abfrage zur Verbesserung des Wissens sollten die Teilnehmerinnen in Freitextfeldern (1) drei Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen, (2) mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot zur Prävention von Herz-Kreislaufkrankungen und (3) mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot zum Rauchstopp nennen. Von den 589 Frauen der Kernzielgruppe im Alter von >40 Jahren nannten 426 (72.3%) mindestens einen Risikofaktor, 424 (72.0%) nannten mindestens zwei Risikofaktoren und 409 (69.4%) nannten

3 Risikofaktoren. Knapp die Hälfte der Frauen (44.0%; n=259/589) nannte mindestens ein Angebot zur Prävention von Herz-Kreislauferkrankungen und etwa ein Drittel (29.7%; n=175/589) nannte mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot zum Rauchstopp. Von den 676 Frauen der Zielgruppe aller Frauen nannten 510 (75.4%) mindestens einen Risikofaktor, 498 (73.7%) nannten mindestens zwei Risikofaktoren und 483 (71.4%) nannten 3 Risikofaktoren. Knapp die Hälfte der Frauen (45.9%; n=310/676) nannte mindestens ein Angebot zur Prävention von Herz-Kreislauferkrankungen und etwa ein Drittel (33.0%; n=223/676) nannte mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot zum Rauchstopp.

4.1.6 Intention zur Umsetzung von Massnahmen

Innerhalb des Evaluationsbogens zum Vortrag wurden die Teilnehmerinnen gefragt, ob sie vorhaben, eine der im Vortrag vorgestellten Massnahmen umzusetzen, die im privaten oder beruflichen Umfeld dazu beitragen können, Risiken für Herz-Kreislauferkrankungen zu verringern. Zwei Drittel (65.0%, n=344/529 Frauen der Kernzielgruppe; 64.0%, n=390/609 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen) gaben eine Absicht an, im privaten Bereich eine Massnahme umzusetzen. In Abbildungen 12 sind die Inhalte der geplanten Massnahmen der Kernzielgruppe im privaten Umfeld dargestellt. Die häufigsten Massnahmen betrafen mehr Bewegung, eine gesunde Ernährung und Gewichtsreduktion.

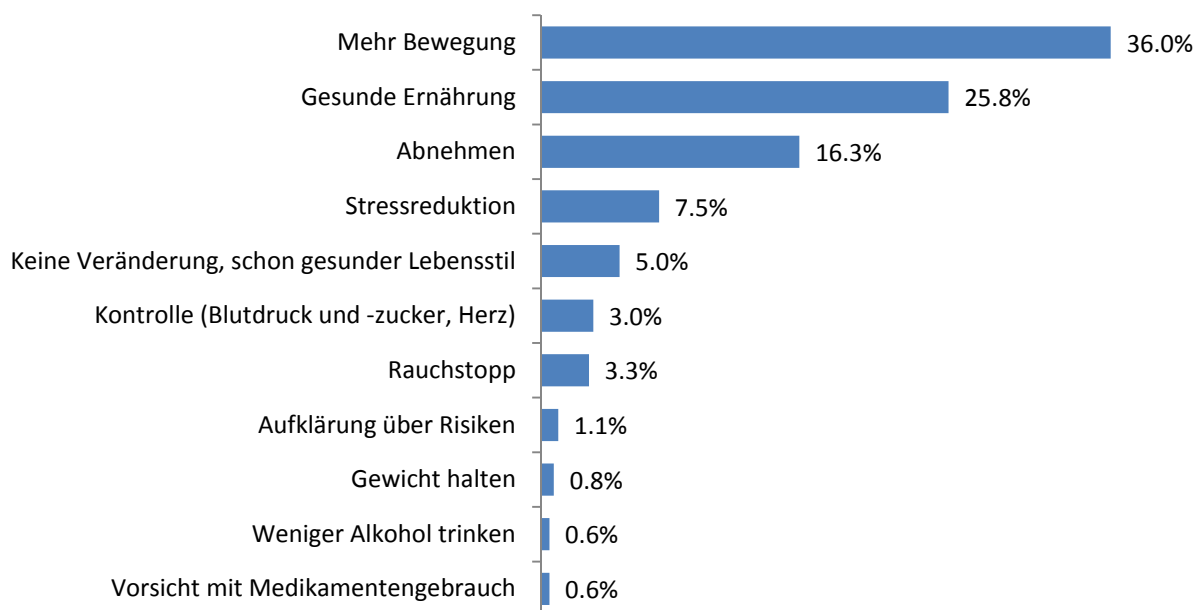


Abbildung 12: Geplante Massnahmen im privaten Umfeld (n=361 auswertbare Angaben, Kernzielgruppe Frauen 40+).

Eine Absicht, im beruflichen Bereich eine Massnahme umzusetzen, gab nur in etwa jede achte Frau an (12.1%, n=64/529 Frauen der Kernzielgruppe; 13.1%, n=80/610 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen). Allerdings ergibt sich aus den in Abbildung 13

dargestellten Freitextantworten, dass darunter auch häufig Massnahmen verstanden wurden, welche sich auf die eigene Person im beruflichen Umfeld beziehen.

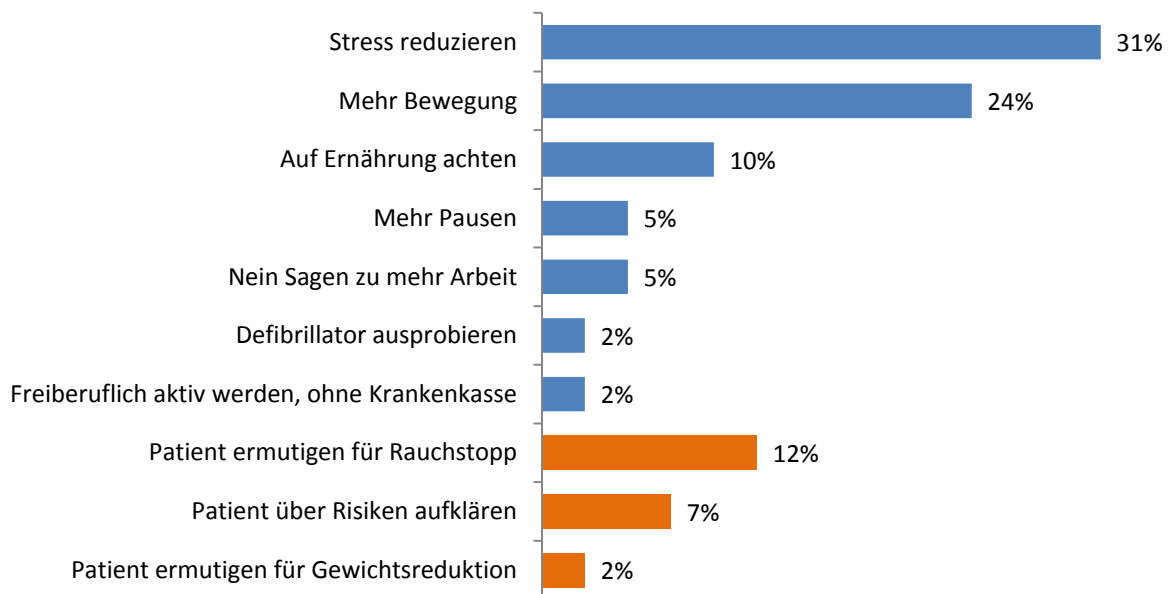


Abbildung 13: Geplante Massnahmen im beruflichen Umfeld (n=43 auswertbare Angaben, Kernzielgruppe Frauen 40+).

Darüber hinaus konnten die Besucherinnen des Vortrags angeben, ob sie (1) Broschüren zum Thema „Rauchfrei leben – besser leben“ bestellen und verteilen möchten, (2) Flyer der Rauchstopplinie bestellen und verteilen möchten, (3) in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Herzstiftung einen Workshop zum Rauchstopp in ihrem Umfeld organisieren möchten. Fünf Prozent der Frauen (5.0%, n=25/504 Frauen der Kernzielgruppe; 5.0%, n=29/581 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen) bestellten mehrere Broschüren, drei Prozent (3.4%, n=17/504 Frauen der Kernzielgruppe; 3.3%, n=19/581 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen) bestellten mehrere Flyer und gut ein Prozent der Frauen (1.4%, n=7/505 Frauen der Kernzielgruppe; 1.2%, n=7/582 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen) beabsichtigte, einen Workshop zu organisieren. Dagegen gaben drei von vier Frauen (72.1%, n=364/505 Frauen der Kernzielgruppe; 71.6%, n=417/582 Frauen der erweiterten Zielgruppe aller Frauen) an, sie hätten keine Absicht eine der drei genannten Massnahmen umzusetzen.

4.1.7 Motivation und Zuversicht hinsichtlich Rauchstopp

Wie bereits bei den Teilnehmerinnencharakteristika beschrieben, rauchten lediglich ca. 5% der Vortragsteilnehmerinnen zum Zeitpunkt des Vortrags täglich oder gelegentlich Zigaretten. Wie Abbildung 14 zeigt, führten die Vorträge bei etwa zwei Drittel dieser Raucherinnen dazu, dass diese sich über einen Rauchstopp Gedanken machten und erhöhten bei etwa dem gleichen Anteil die Zuversicht, einen Rauchstopp schaffen zu können.

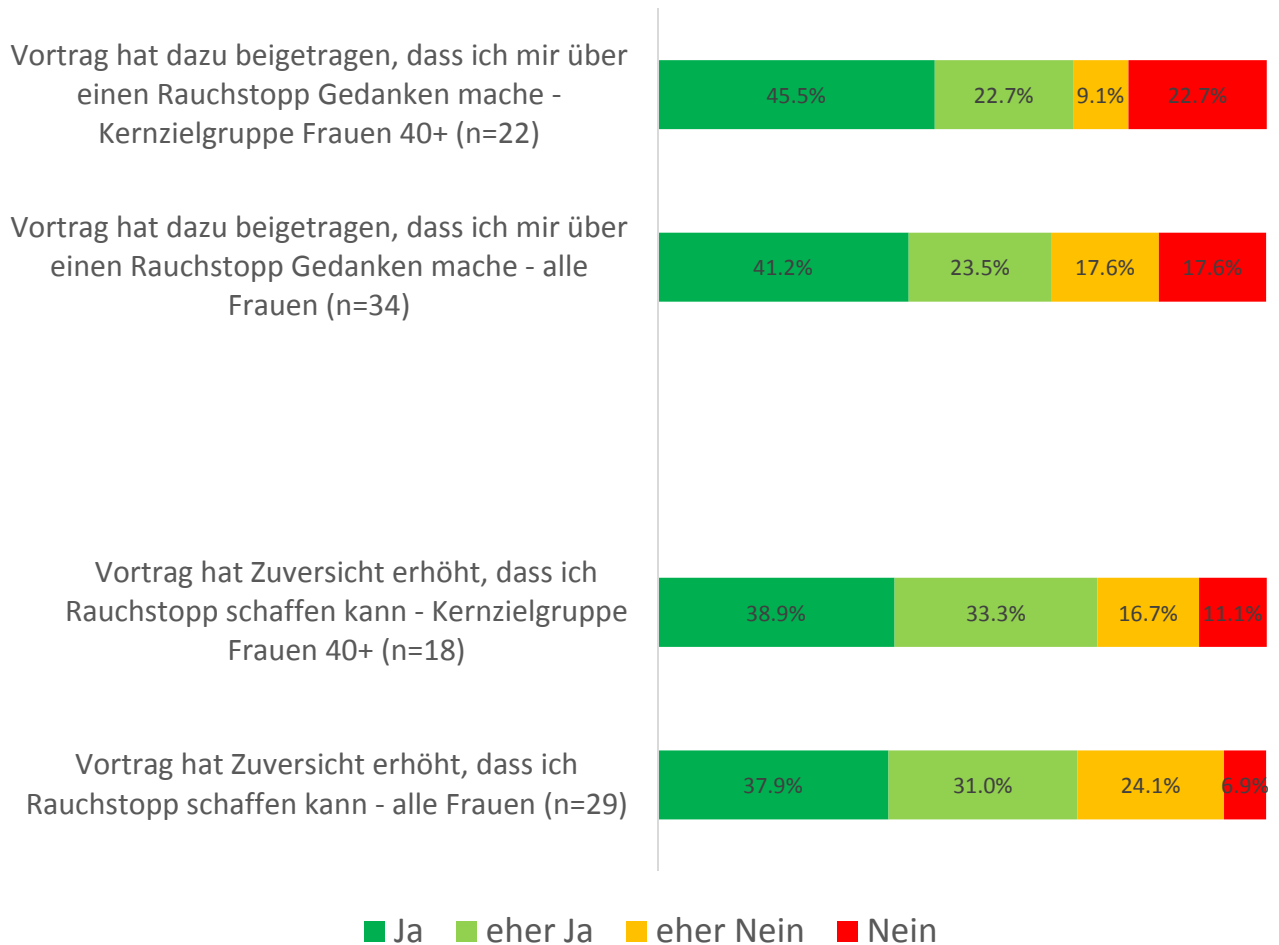


Abbildung 14: Auswirkungen des Vortrags auf Gedanken über und Zuversicht zum Rauchstopp bei rauchenden Vortragsteilnehmerinnen.

4.1.8 Verbesserungsvorschläge

Hinsichtlich der Verbesserung des Angebots konnten die Teilnehmerinnen in je einem Freitextfeld Themen nennen, welche sie über die im Vortrag hinaus interessierten, überdies konnten sie allgemeine Verbesserungsvorschläge und Anregungen zur Veranstaltung nennen. Insgesamt wurden von der Kernzielgruppe 105 auswertbare Angaben zu weiteren interessanten Themengebieten gemacht. Am häufigsten wurden dabei Ernährung, Frauengesundheit (z.B. Wechseljahre, Hormone, Doppelbelastung) und Diabetes genannt (Abbildung 15).

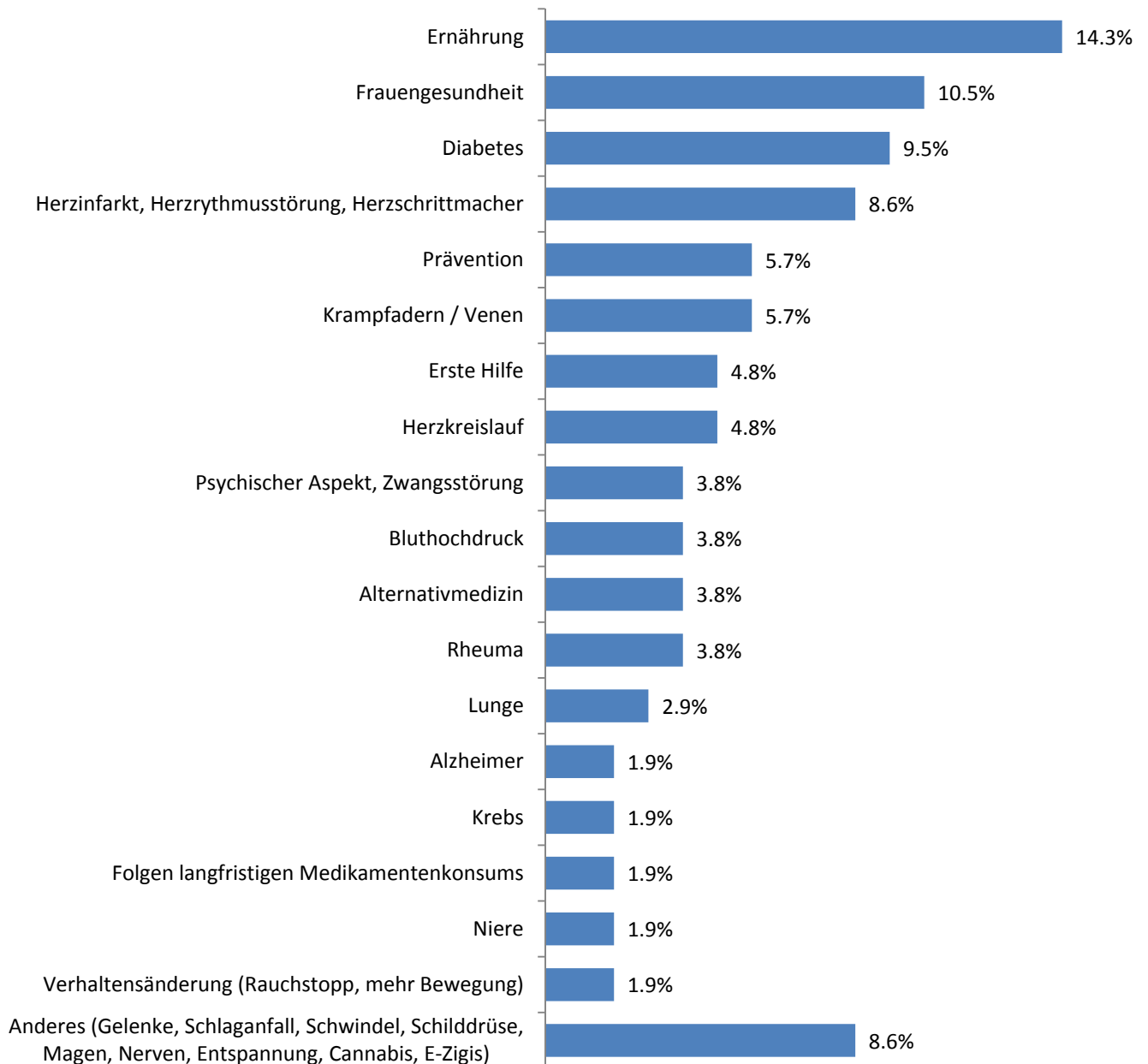


Abbildung 15: Weitere interessante Themengebiete für den Vortrag (Kernzielgruppe Frauen 40+; auswertbare Angaben: n=105).

Allgemeine Verbesserungsvorschläge sind in Abbildung 16 dargestellt. Am häufigsten wurde in den gesamthaft 203 auswertbaren Freitexten der Kernzielgruppe explizit genannt, dass alles soweit gut oder interessant sei. Verbesserungsvorschläge bezogen sich am häufigsten auf die zu knapp bemessene Zeit für den Vortrag, das Sprachtempo der Referentinnen und die präsentierten Folien.

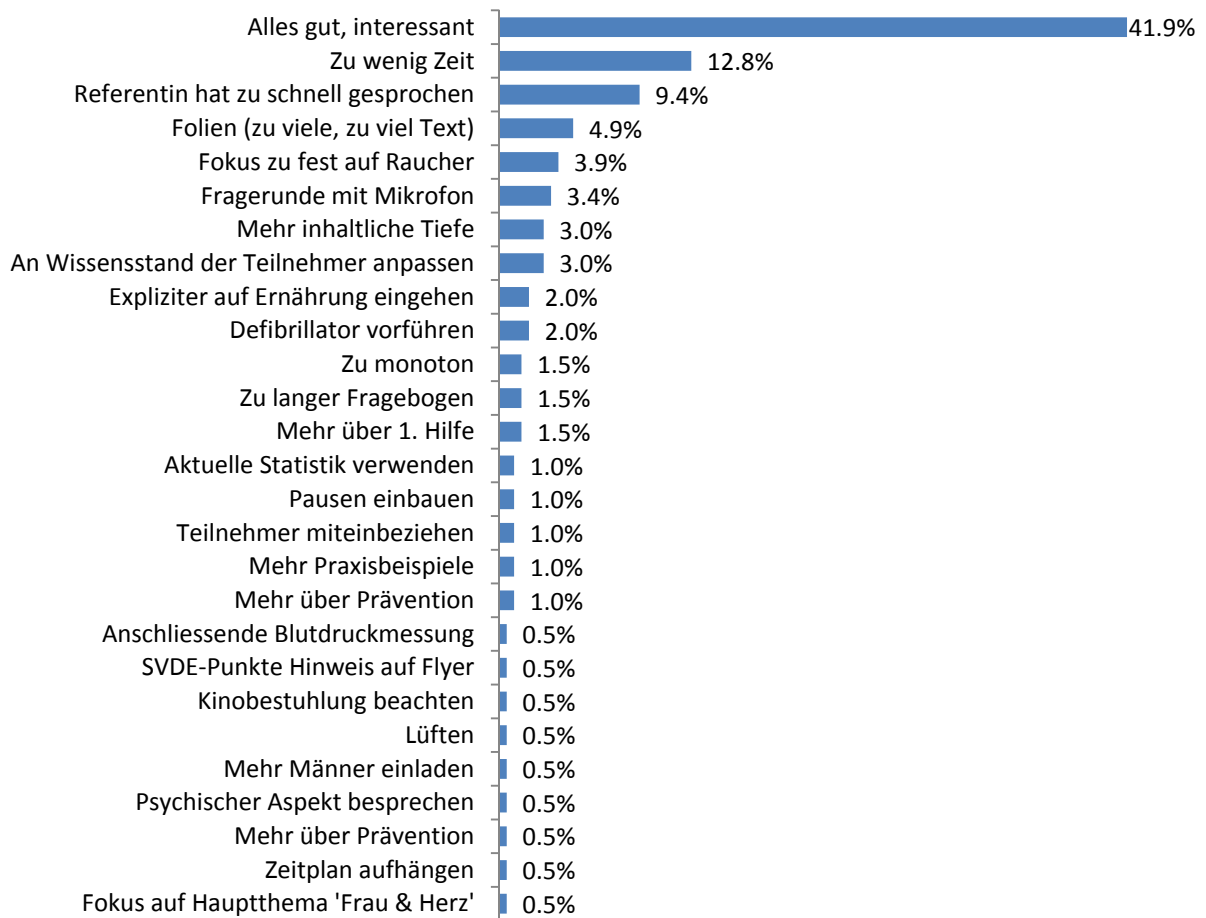


Abbildung 16: Allgemeine Verbesserungsvorschläge für den Vortrag (Kernzielgruppe Frauen 40+; auswertbare Angaben: n=203).

4.2 Workshops

4.2.1 Anzahl Teilnehmerinnen

Zwischen dem 16. Oktober 2015 und dem 21. Dezember 2017 wurden 30 Workshops durchgeführt. Die Workshop-Sprache war in den meisten Fällen Türkisch (n=9) oder Albanisch (n=8), gefolgt von Bosnisch/Serbisch/Kroatisch (n=5), Deutsch (n=4), Italienisch (n=2), Deutsch/Französisch (n=1) und Französisch (n=1). Insgesamt besuchten 317 Teilnehmerinnen die Workshops.

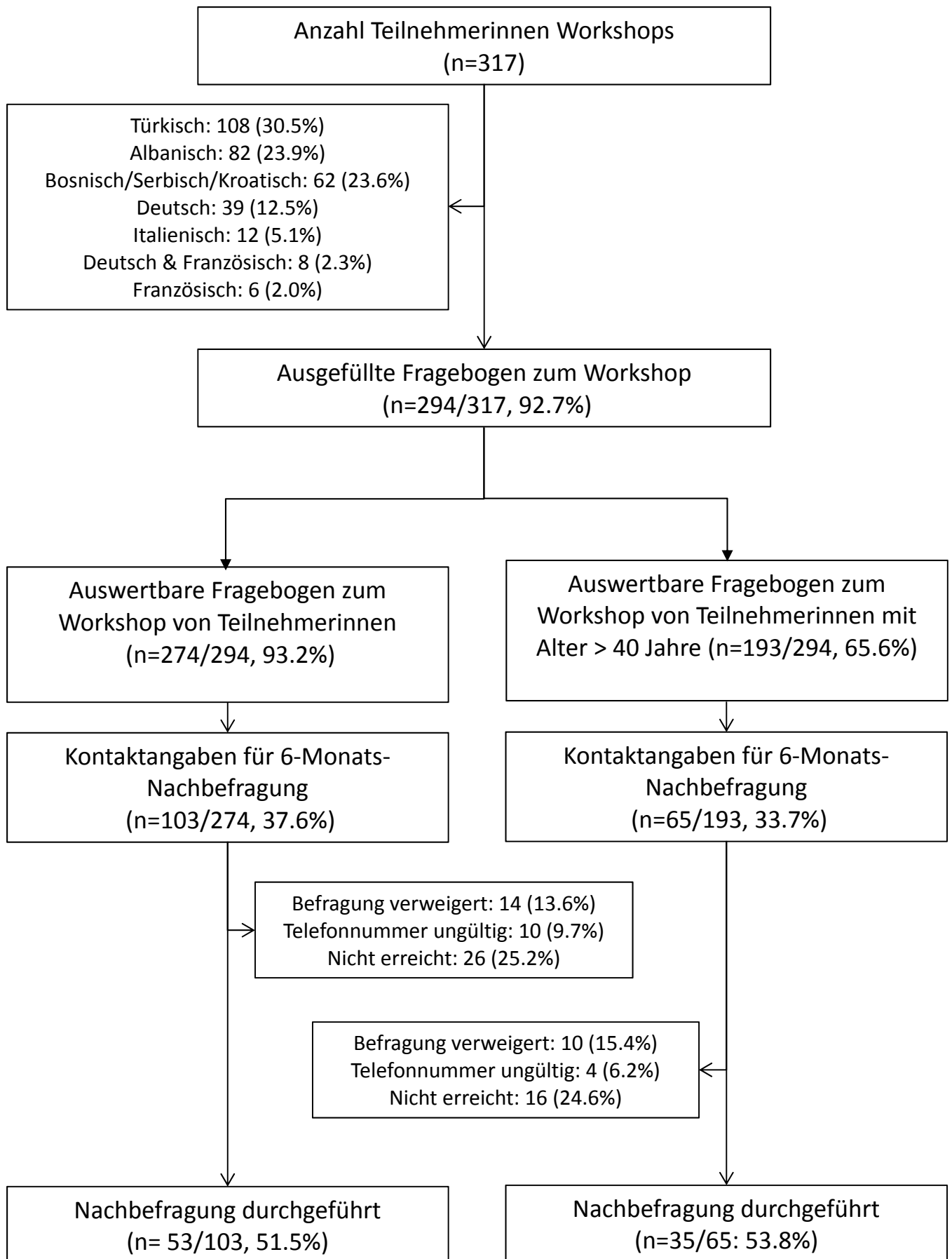


Abbildung 17. Teilnahme an den Workshops und Datengrundlage für die Evaluation.

Insgesamt besuchten 317 Frauen die Workshops und 294 Teilnehmende füllten die Evaluationsbögen im Anschluss an die Workshops aus. Um eine valide Aussage über die Zielgruppe weiblicher Personen zu machen, mussten die Evaluationsfragebogen zweier Workshops ausgeschlossen werden, in welchem auch Männer waren und teilweise die Fragebögen ausgefüllt hatten. Somit waren für die Zielgruppe der Frauen 274 Evaluationsbögen auswertbar. Für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ waren dies 193 Fragebögen. Gut die Hälfte der Frauen, welche einen Workshop besuchten, gab an, täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen (Kernzielgruppe: 51.3%; erweiterte Zielgruppe: 53.6%).

Wie bereits bei den Vorträgen, werden die im Folgenden berichteten quantitativen Ergebnisse zur Evaluation der Workshops getrennt für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ und die Gesamtgruppe der Frauen, unabhängig von deren Alter, dargestellt. Bei den Freitextantworten wurden die Ergebnisse aufgrund der Übersicht und besseren Lesbarkeit jeweils nur für die Kernzielgruppe der Frauen 40+ dargestellt.

Aus der Kernzielgruppe machten 65 (33.7%) der 193 Frauen auf dem Evaluationsbogen zum Workshop eine Kontaktangabe für die 6-Monatsnachbefragung, in der erweiterten Zielgruppe aller Frauen waren dies 103 (37.6%) von 274. Die telefonische Nachbefragung 6 Monate nach dem Workshop konnte bei 16.7% (n=53/317) der Workshop-Teilnehmerinnen und der Hälfte der Teilnehmerinnen mit Kontaktangaben realisiert werden (Kernzielgruppe: 53.8%; erweiterte Zielgruppe: 51.5%).

4.2.2 Charakteristika der Teilnehmerinnen

Von den 274 Frauen, die im Anschluss an die Workshops den Evaluationsbogen ausfüllten, machten 268 (97.8%) eine gültige Angabe zu ihrem Alter. Die Altersverteilung der Frauen ist in Abbildung 18 dargestellt. Dabei zeigt sich, dass 72% aus der Kernzielgruppe der über 40-Jährigen waren.

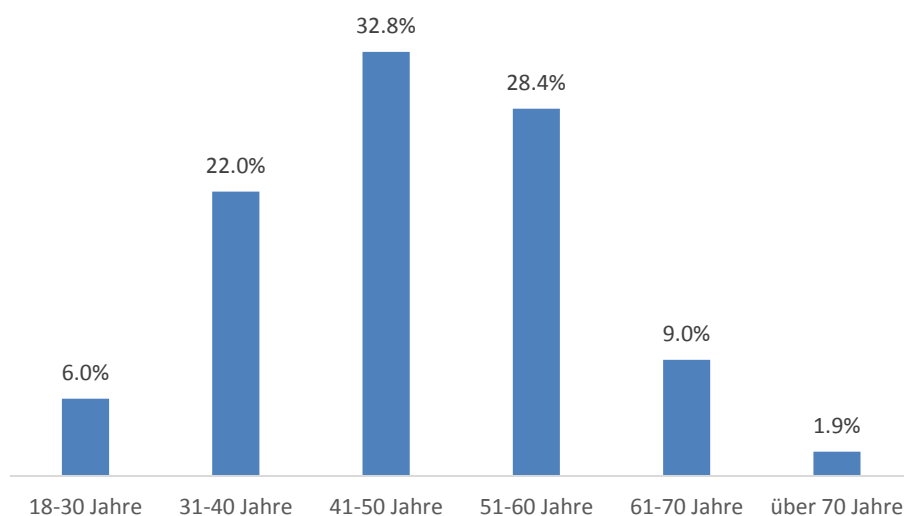


Abbildung 18: Lebensalter der Teilnehmerinnen an den Workshops.

Das Bildungsniveau der Teilnehmerinnen war sehr heterogen, wobei jeweils in etwa ein Drittel einen obligatorischen Abschluss und eine höhere Bildung hatte, ein Viertel hatte einen mittleren Bildungsabschluss und knapp 10% hatte keinen Schulabschluss. (Abbildung 19).

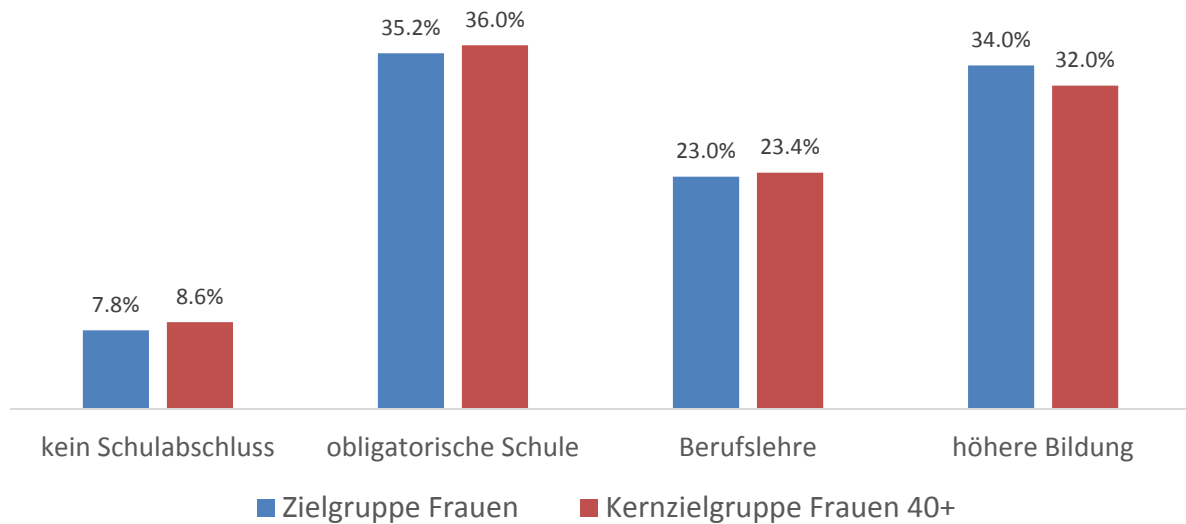


Abbildung 19: Bildungsniveau der Teilnehmerinnen an den Workshops (Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=244; Kernzielgruppe: n=175).

Die häufigsten Herkunftsländer der Teilnehmerinnen an den Workshops waren die Türkei, der Kosovo und Bosnien (Abbildung 20).

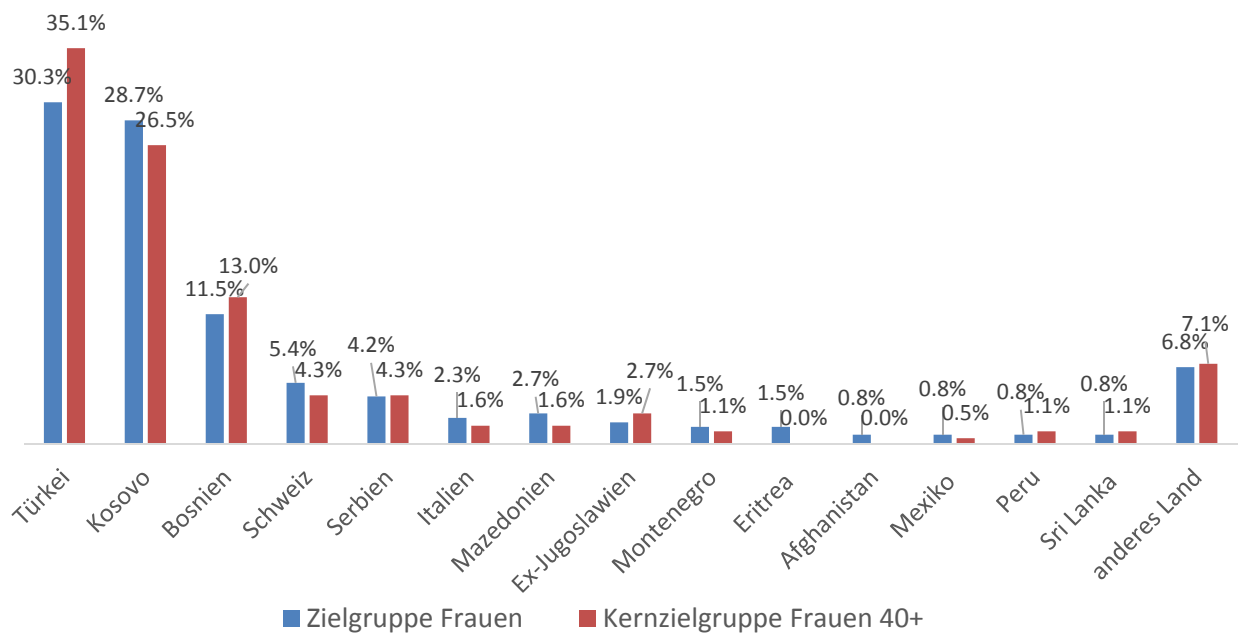


Abbildung 20: Geburtsland der Teilnehmerinnen an den Workshops (Ländernamen aufgeführt bei mind. 2 Teilnehmerinnen, Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=261; Kernzielgruppe: n=193).

Gut die Hälfte der Teilnehmerinnen gab an, täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen. Ein gutes Viertel gab an, noch nie Zigaretten geraucht zu haben (Abbildung 21).

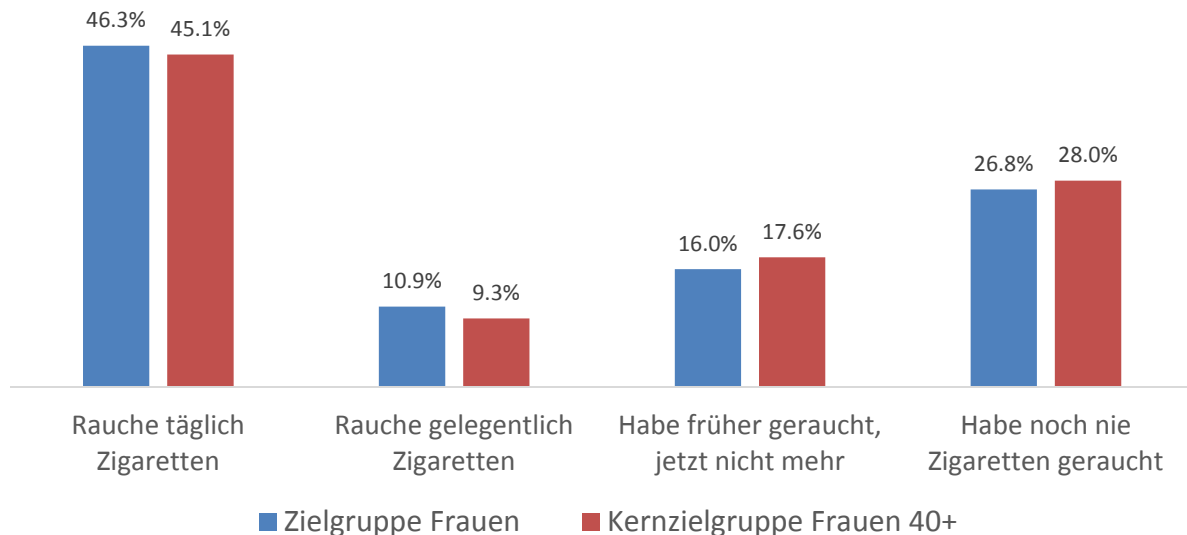


Abbildung 21: Zigaretten-Rauchstatus der Teilnehmerinnen an den Workshops (gültige Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=257; Kernzielgruppe: n=182).

Nur in etwa jede fünfte Raucherin (20.2% der Kernzielgruppe und 21.1% der erweiterten Zielgruppe) gab an, sie hätte nicht vor, mit dem Rauchen aufzuhören. Dagegen dachte die Hälfte (52.5% der Kernzielgruppe und 49.0% der erweiterten Zielgruppe) darüber nach, mit dem Rauchen aufzuhören. Eine feste Absicht aufzuhören gaben in etwa 3 von 10 Raucherinnen an (27.3% der Kernzielgruppe und 29.9% der erweiterten Zielgruppe).

In der Kernzielgruppe gab jede fünfte Raucherin (20.8%) an, sie hätte in den letzten sechs Monaten einen ernsthaften Versuch gemacht, mit dem Rauchen aufzuhören. In der erweiterten Zielgruppe war dies jede Vierte (24.1%).

4.2.3 Bewertung der Workshops

Bewertungen verschiedener Aspekte des Workshops sind in den Abbildungen 22 und 23 dargestellt. Nahezu alle (99%) Teilnehmerinnen gaben an, sie würden den Workshop weiterempfehlen und in der Kernzielgruppe gaben jeweils über 95% der Teilnehmerinnen an, der Workshop hätte ihr Wissen zum Thema Tabak verbessert und sie hätten eine kritischere Einstellung zum Rauchen gewonnen.

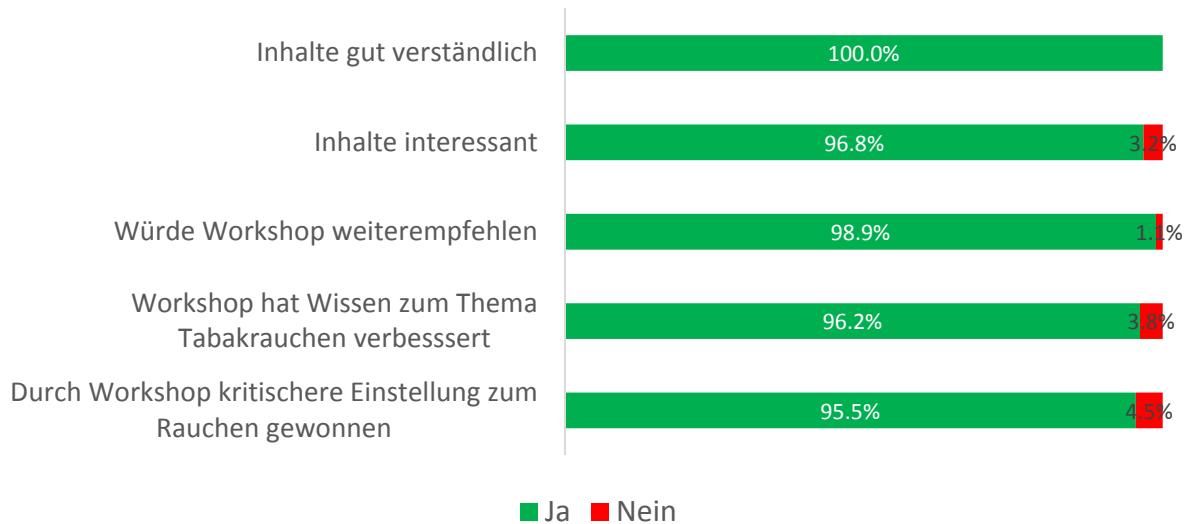


Abbildung 22: Bewertungen der Workshops, Kernzielgruppe (n=188, n=185, n=187, n=183, n=178).

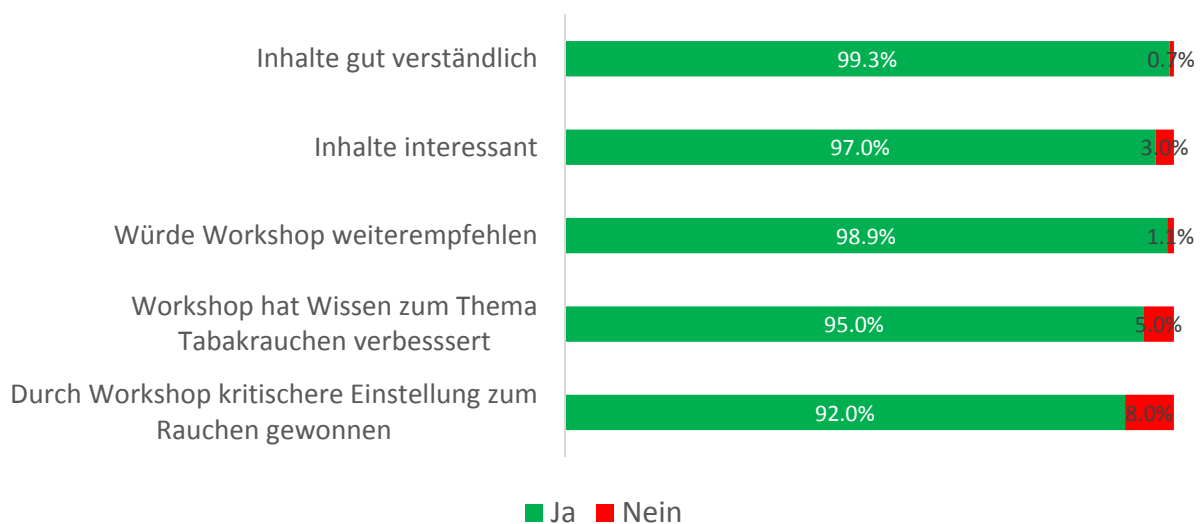


Abbildung 23: Bewertungen der Workshops, Zielgruppe alle Frauen (n=268, n=264, n=264, n=259, n=249).

Die beiden Aspekte (1) ob der Workshop das Wissen zum Thema Tabakrauchen verbesserte und (2) die Einstellung zum Tabakrauchen veränderte, wurden auch bei der Nachbefragung 6 Monate nach der Teilnahme am Workshop innerhalb der Telefoninterviews aufgegriffen. Dabei gaben 86.1% (31/36 Nachbefragten mit auswertbaren Angaben) der Kernzielgruppe an, ihr Wissen zum Thema Tabakrauchen hätte sich verbessert; in der erweiterten Zielgruppe waren dies 87.8% (43/49). Eine veränderte Einstellung zum Tabakrauchen aufgrund des Workshops berichteten retrospektiv 67.6% der Kernzielgruppe (23/34) und 66.7% (30/45) der erweiterten Zielgruppe.

4.2.4 Wissenszuwachs durch die Workshops

Die Teilnehmerinnen wurden innerhalb des Fragebogens zur Bewertung des Workshops gebeten, in Freitextfeldern (1) drei Dinge zu nennen, die gefährlich für das Herz und den Kreislauf sind, (2) Alternativen zum Zigarettenkonsum zur Stressverarbeitung zu nennen, (3) Umgangsweisen mit einer möglichen Gewichtszunahme durch Tabakentzug zu nennen und (4) Angebote zu nennen, die Unterstützung beim Rauchstopp bieten.

Von den 193 Frauen der Kernzielgruppe im Alter von über 40 Jahren nannten alle (100.0%) mindestens einen Risikofaktor, 187 (96.9%) nannten mindestens zwei Risikofaktoren und 173 (89.6%) nannten 3 Risikofaktoren. Nahezu alle Frauen (96.4%; n=186/193) nannten mindestens eine passende Alternative, um Stress zu verarbeiten ohne zur Zigarette greifen zu müssen. Gleich viele Frauen (96.4%; n=186/193) nannten mindestens eine mögliche Umgangsweise mit einer Gewichtszunahme nach dem Rauchstopp. Mindestens ein Angebot, das Unterstützung beim Rauchstopp bietet, konnten 151 (78.2%) der 193 Frauen mit retourniertem Fragebogen nennen.

Von den 274 Frauen der erweiterten Zielgruppe konnten auch alle (100.0%) mindestens einen Risikofaktor nennen, 265 (96.7%) nannten mindestens zwei Risikofaktoren und 244 (89.1%) nannten 3 Risikofaktoren. Nahezu alle Frauen (96.7%; n=265/274) nannten mindestens eine passende Alternative zur Stressverarbeitung anstelle des Zigarettenkonsums. Gleich viele Frauen (96.7%; n=265/274) nannten mindestens eine mögliche Umgangsweisen mit einer Gewichtszunahme nach dem Rauchstopp. Mindestens ein Angebot, das Unterstützung beim Rauchstopp bietet, konnten 216 (78.8%) der 274 Frauen mit retourniertem Fragebogen nennen.

Auch das Thema Wissenszuwachs durch die Workshops wurde bei der 6-Monats-Nachbefragung nochmals aufgegriffen, indem die Interviewten zwei Angebote oder Massnahmen nennen sollten, die Unterstützung beim Rauchstopp bieten. Von den 35 Nachbefragten der Kernzielgruppe konnten 15 (42.9%) eines und 14 (40.0%) konnten zwei passende Möglichkeiten nennen. In der erweiterten Zielgruppe konnten 25 (47.2%) der 53 Nachbefragten eines und 21 (39.6%) zwei Möglichkeiten nennen.

4.2.5 Intention zur Umsetzung von Massnahmen zum Passivrauchschutz

Innerhalb des Fragebogens zum Workshop wurden die Teilnehmerinnen gefragt, ob sie die Absicht haben, sich für rauchfreie Räume zu engagieren, z.B. im Haus, im Auto, im Verein oder im Betrieb. Dabei gaben 8 von 10 Frauen (79.6%, n=148/186 Frauen der Kernzielgruppe; 76.9%, n=203/264 Frauen der erweiterten Zielgruppe) eine Absicht an, sich für rauchfreie Räume engagieren zu wollen. Rund 15% (14.5%, n=27/186 Frauen der Kernzielgruppe; 17.8%, n=47/264 Frauen der erweiterten Zielgruppe) gaben an, die Räumlichkeiten in ihrem Umfeld wären bereits alle rauchfrei und rund 5% bekundeten keine Absicht, sich für rauchfreie Räume engagieren zu wollen (5.9%, n=11/186 Frauen der Kernzielgruppe; 5.3%, n=14/264 Frauen der erweiterten Zielgruppe).

Auch das Engagement für rauchfreie Räume in den 6 Monaten nach dem Workshop wurde innerhalb der Nachbefragung nochmals aufgegriffen. In der Kernzielgruppe äusserten 12 (34.3%) der 35 Nachbefragten mit auswertbaren Angaben, sie hätten sich für rauchfreie Räume engagiert. Davon gaben 6 an, sie hätten sich für rauchfreie Räume oder Balkone zu Hause eingesetzt, 3 nannten das Auto, 2 die Arbeit und eine Person nannte den Verein. In der erweiterten Zielgruppe gaben 18 (37.5%) von 48 Befragten an, sie hätten sich für rauchfreie Räume engagiert.

4.2.6 Motivation und Zuversicht hinsichtlich Rauchstopp

Wie bereits bei den Teilnehmerinnencharakteristika beschrieben, rauchten in etwa die Hälfte der Teilnehmerinnen zum Zeitpunkt des Workshops täglich oder gelegentlich Zigaretten. Von diesen gaben rund 90% an, sie würden sich nach dem Workshop eher als vorher zutrauen, mit dem Rauchen aufzuhören (89.4%, n=76/85 Frauen der Kernzielgruppe; 90.5%, n=114/126 Frauen der erweiterten Zielgruppe). Der Prozentsatz der rauchenden Frauen, die angaben, der Workshop habe dazu beigetragen, dass sie darüber nachdenken, mit dem Rauchen aufzuhören, lag mit rund 95% sogar noch höher (94.6%, n=87/92 Frauen der Kernzielgruppe; 94.9%, n=131/138 Frauen der erweiterten Zielgruppe).

Auch bei der Nachbefragung 6 Monate nach dem Workshop wurden die rauchenden Frauen nochmals dazu befragt, ob sie sich nach dem Workshop eher als vorher zutrauen, mit dem Rauchen aufzuhören. Diese Frage bejahte noch rund die Hälfte der zum Zeitpunkt des Workshops rauchenden Frauen (47.6%, n=10/21 der Kernzielgruppe; 58.1%, n=18/31 der erweiterten Zielgruppe). Der Prozentsatz der rauchenden Frauen, die bei der Nachbefragung angaben, der Workshop habe zumindest dazu beigetragen, dass sie darüber nachdenken, mit dem Rauchen aufzuhören, lag mit rund 85% deutlich höher (85.7%, n=18/21 Frauen der Kernzielgruppe; 83.9%, n=26/31 Frauen der erweiterten Zielgruppe).

4.2.7 Zigarettenrauchen beim Workshop und der Nachbefragung

4.2.7.1 Anteil Raucherinnen

Unter den Frauen der Kernzielgruppe, die sowohl im Anschluss an den Workshop als auch bei der Nachbefragung zu ihrem Rauchstatus befragt werden konnten, verringerte sich der Anteil täglich oder gelegentlich Rauchender von 63.9% (23/36) auf 44.4% (16/36). In der erweiterten Zielgruppe reduzierte sich der Anteil von 66.0% (33/50) auf 48.0% (24/50).

4.2.7.2 Erfolgreiche Rauchstopps

Von den 23 zum Zeitpunkt des Workshops rauchenden Frauen der Kernzielgruppe, die sowohl im Anschluss an den Workshop als auch bei der Nachbefragung zu ihrem Rauchstatus befragt werden konnten, gaben bei der Nachbefragung 7 (30.4%) an, sie würden nun nicht mehr rauchen. In der erweiterten Zielgruppe waren dies 9 von 33 (27.3%).

4.2.7.3 Intention zum Rauchstopp

Unter den 16 Frauen der Kernzielgruppe, die im Anschluss an den Workshop und auch bei der Nachbefragung angaben, weiterhin Zigaretten zu rauchen zeigte sich eine Steigerung des Anteils der Raucherinnen, mit einer festen Aufhörabsicht von 25.0% (4/16) zum Zeitpunkt des Workshops auf 50.0% (8/16) zum Zeitpunkt der Nachbefragung. In der erweiterten Zielgruppe erhöhte sich dieser Anteil von 25.0% (6/24) auf 41.7% (10/24).

4.2.7.4 Aufhörversuche

Rauchende Frauen wurden sowohl bei der Befragung im Anschluss an den Workshop als auch 6 Monate danach gefragt, ob sie jeweils innerhalb der vergangenen 6 Monate einen ernsthaften Versuch unternommen haben, mit dem Rauchen aufzuhören. Die Auswertung der verfügbaren Daten zeigt, dass sich dieser Anteil an Frauen, der einen Aufhörversuch unternahm in der Kernzielgruppe von 20.0% (n=3/15) auf 26.7% (n=4/15) erhöhte. In der erweiterten Zielgruppe verdoppelte sich der Anteil von 17.4% (n=4/23) auf 34.8% (n=8/23).

4.2.7.5 Zigarettenkonsum

Der durchschnittliche Zigarettenkonsum der Frauen, die beim Workshop und der Nachbefragung nach sechs Monaten angaben, zu rauchen, veränderte sich kaum. In der Kernzielgruppe (n=13) lag dieser im Mittel bei 11.0 Zigaretten/Tag vor dem Workshop und 11.6 Zigaretten/Tag vor der Nachbefragung. In der erweiterten Zielgruppe (n=21) lag der Konsum vor und nach dem Workshop jeweils im Mittel bei 11.6 Zigaretten.

4.2.7.6 Eingesetzte Rauchstopphilfen

Insgesamt 24 Frauen der Kernzielgruppe und 35 aus der erweiterten Zielgruppe, die zum Zeitpunkt des Workshops rauchten, wurden im telefonischen Interview nach 6 Monaten gefragt, ob sie in den letzten 6 Monaten (1) medikamentöse Rauchstopphilfe, (2) ein Selbsthilfemedium oder (3) einen Rauchstoppkurs/eine Rauchstoppperatung in Anspruch genommen hatten. Abbildung 24 zeigt, dass mit einem Anteil von einem Viertel der Raucherinnen ein Selbsthilfemedium (Buch, Broschüre, Video, Internetprogramm) am häufigsten in Anspruch genommen wurde, gefolgt von einer medikamentösen Rauchstopphilfe, z.B. einem Nikotinersatzprodukt.

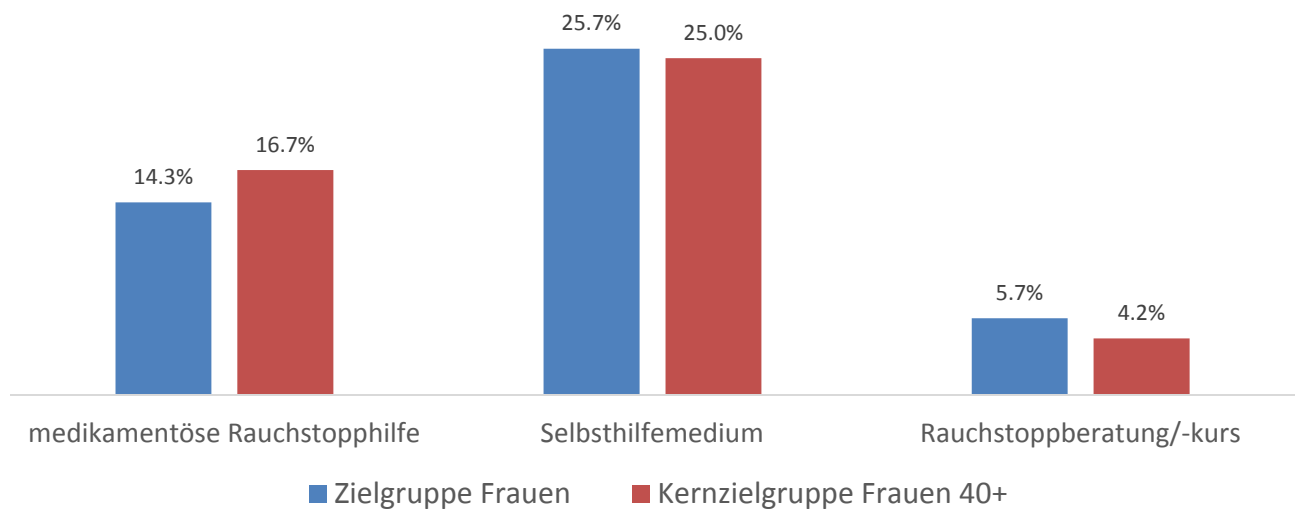


Abbildung 24: Von Raucherinnen in Anschluss an den Workshop eingesetzte Rauchstopphilfen (gültige Angaben in der Zielgruppe alle Frauen: n=35; Kernzielgruppe: n=24).

4.2.7.7 Förderliche und hinderliche Faktoren für Rauchstopp

In Abbildung 25 sind förderliche Faktoren aufgeführt, die den bei der Nachbefragung nicht mehr Rauchenden geholfen haben, mit dem Zigarettenrauchen aufzuhören. Dabei spielten das Bewusstwerden der gesundheitlichen Risiken des Rauchens und der Vorteile des Rauchstopps neben Strategien zur Ablenkung vom Rauchen und Beratungs- und Informationsangeboten die bedeutendste Rolle.

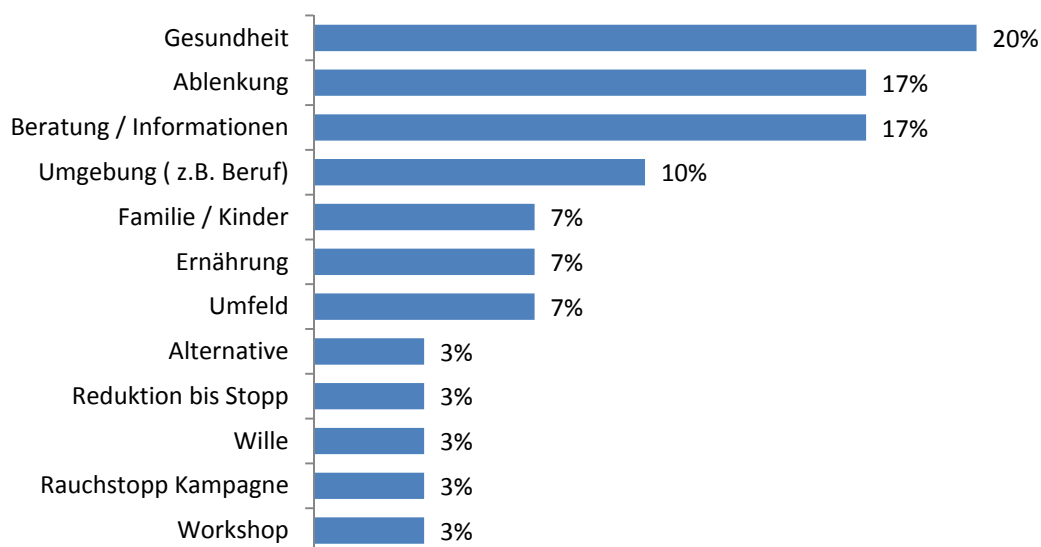


Abbildung 25: Von ehemaligen Raucherinnen genannte förderliche Faktoren für einen Rauchstopp (n=30 Nennungen, Kernzielgruppe Frauen 40+).

Als hinderliche Faktoren für einen Rauchstopp nannten weiterhin rauchende Frauen die in Abbildung 26 dargestellten Faktoren, unter denen Stress, Gewohnheit und die aktuellen Lebensumstände am häufigsten genannt wurden.



Abbildung 26: Von aktuell Rauchenden genannte hinderliche Faktoren für einen Rauchstopp ($n=48$ Nennungen, Kernzielgruppe Frauen 40+).

4.2.8 Verbesserungsvorschläge

Die Teilnehmerinnen konnten direkt im Anschluss an den Workshop in einem Freitextfeld Anregungen und Vorschläge zur Verbesserung des Workshops nennen. Insgesamt wurden 36 auswertbare Verbesserungsvorschläge gemacht, die in Abbildung 27 dargestellt sind. Am häufigsten genannt wurden eine Wiederholung oder Auffrischung der Workshop-Inhalte und die Integration von mehr Bildmaterial und Videos.

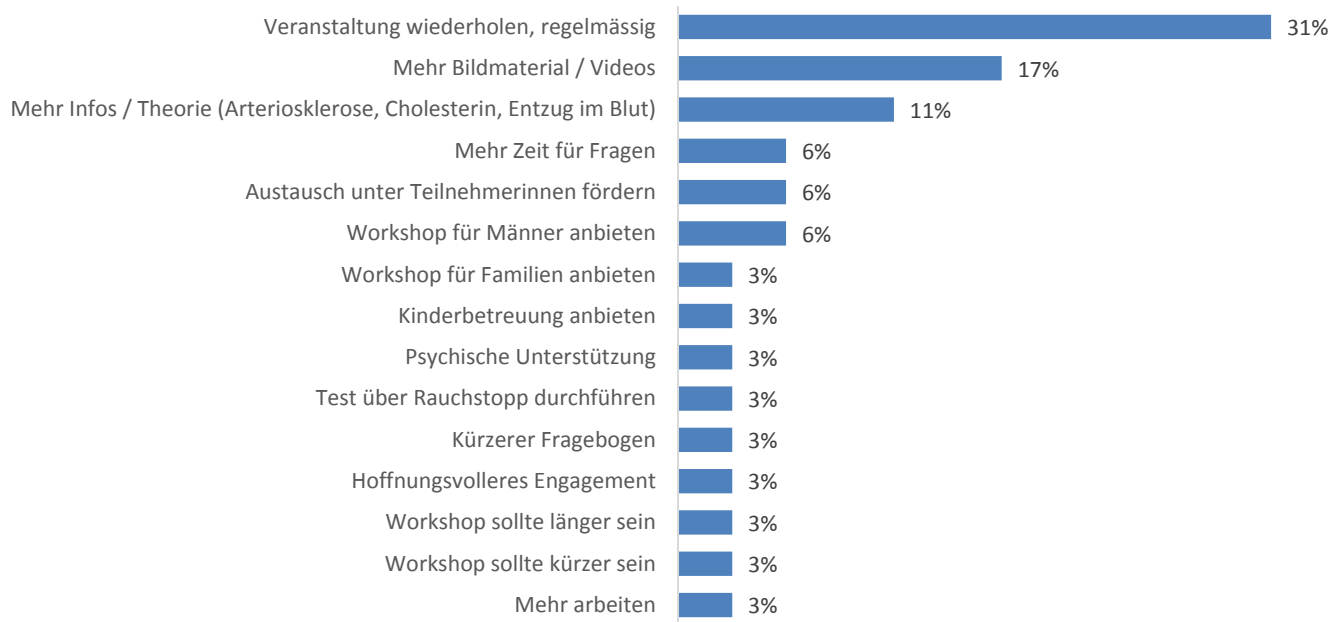


Abbildung 27: Verbesserungsvorschläge für die Workshops aus Evaluation direkt im Anschluss an den Workshop (n=36 auswertbare Angaben, Kernzielgruppe Frauen 40+).

Auch bei der Nachbefragung nach 6 Monaten konnten die Workshop-Teilnehmerinnen rückblickend nochmals Ideen oder Vorschläge zur Verbesserung des Workshops machen. Zu diesem Zeitpunkt machten 18 Teilnehmerinnen insgesamt 23 auswertbare Verbesserungsvorschläge. Davon bezogen sich vier Vorschläge auf die Workshop-Dauer, wobei eine Teilnehmerin der Meinung war, der Workshop wäre zu lange. Die anderen drei Teilnehmerinnen waren der Meinung, dass der Workshop länger dauern oder auf mehrere Tage verteilt werden soll, da es sich um einen Prozess handelt. Diese Ansicht wird gestützt durch den Vorschlag von drei Teilnehmerinnen, dass der Workshop regelmässig stattfinden soll. Drei Teilnehmerinnen sind der Ansicht, dass mehr Raucherinnen an den Workshop eingeladen werden sollten. Jemand schlägt vor, den Workshop auch für Männer und Jugendliche anzubieten, da diese Zielgruppen in der Regel mehr rauchten. Eine andere Teilnehmerin war der Meinung, dass mehr Frauen mobilisiert werden sollten. Während eine Teilnehmerin sich mehr Tipps für den Rauchstopp und den Verkauf von Hilfsmitteln vor Ort gewünscht hätte, hatte eine andere die Idee, dass man Erinnerung-Mails für den Rauchstopp an die Teilnehmerinnen verschicken könnte. Drei Teilnehmerinnen haben vorgeschlagen, dass auch andere Themen wie Asthma und Frauenkrankheiten im Workshop besprochen werden könnten. Zum Inhalt wurde weiter geäußert, dass es teilweise zu fachlich war. Jemand wünschte sich mehr praktische Beispiele und eine andere Teilnehmerin mehr Videos. Zwei Teilnehmerinnen schlugen vor, dass Broschüren verteilt werden sollten.

5. DISKUSSION UND AUSBLICK

5.1 Zusammenfassung und Diskussion der Ergebnisse

5.1.1 Vorträge

Die Vorträge wurden im Wesentlichen anhand eines Fragebogens evaluiert, der im Anschluss an die Veranstaltung von den Teilnehmerinnen ausgefüllt werden sollte. Allerdings wurden im Anschluss an einige Veranstaltungen von den Referentinnen keine Fragebögen ausgeteilt, bei anderen Veranstaltungen war der Rücklauf der Bögen sehr unterschiedlich. Von knapp einem Drittel der Teilnehmerinnen liegen auswertbare Evaluationsbögen vor. Auf dieser Datengrundlage sind die berichteten Ergebnisse mit entsprechender Vorsicht zu interpretieren.

Insgesamt besuchten 2'158 Frauen die 30 durchgeführten Vorträge, wobei 9 von 10 Besucherinnen aus der Kernzielgruppe „Frauen im Alter von über 40 Jahren“ waren. Rund zwei Drittel der Frauen hatte einen mittleren Bildungsabschluss und 9 von 10 waren in der Schweiz geboren. Nur in etwa jede 20. Teilnehmerin gab an, aktuell täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen.

Jeweils mindestens 9 von 10 Besucherinnen gaben an, Sie würden den Vortrag weiterempfehlen und bewertete diesen positiv hinsichtlich Verständlichkeit, Inhalt und Umfang. Alle Themenbereiche des Vortrags wurden gleichermassen informativ bewertet, wobei ein Wissenszuwachs am häufigsten im Themenbereich „Handeln im Notfall“ angegeben wurde, aber auch rund 8 von 10 Teilnehmerinnen bekundeten einen Wissenszuwachs zu den Möglichkeiten für einen Rauchstopp und im Bereich der Prävention von Herz-Kreislaufkrankungen durch einen Rauchstopp.

Unter den Teilnehmerinnen, welche den Evaluationsbogen ausfüllten, zeigte sich im Anschluss an den Vortrag überwiegend ein gutes Wissen zu kardiovaskulären Risikofaktoren, wobei knapp 70% drei Risikofaktoren nennen konnten. Ein Angebot zur Prävention von Herz-Kreislaufkrankungen konnte knapp die Hälfte nennen, ein im Vortrag beschriebenes Angebot zum Rauchstopp konnte von knapp einem Drittel benannt werden.

Zwei von drei Frauen planten im Anschluss an den Vortrag eine Massnahme zur Reduktion von Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen im privaten Bereich umzusetzen. Die am häufigsten genannten Massnahmen betrafen mehr Bewegung, eine gesündere Ernährung und Gewichtsreduktion. Eine Intention, im beruflichen Bereich eine Massnahme umzusetzen wurde dagegen nur von wenigen Teilnehmerinnen bekundet. Jede 20. Teilnehmerin bestellte Broschüren zum Thema „Rauchfrei leben“, Flyer der Rauchstopplinie bestellte rund jede 30. Teilnehmerin und jede 100. Teilnehmerin beabsichtigte einen Workshop zum Rauchstopp in ihrem Umfeld zu organisieren.

Von den wenigen zum Zeitpunkt des Vortrags rauchenden Frauen, gaben in etwa zwei Drittel an, bei ihnen hätte der Vortrag dazu geführt, sich über einen Rauchstopp Gedanken zu machen; bei einem ähnlichen Anteil erhöhte dieser auch die Zuversicht, einen Rauchstopp schaffen zu können.

Verbesserungsvorschläge zum Vortrag bezogen sich vor allem auf die zu knapp bemessene Zeit, das zu hohe Sprachtempo der Referentinnen und die vielen und teilweise überladenen Präsentationsfolien. Eine inhaltliche Ausweitung der Vorträge wünschten sich die meisten Frauen in Richtung Ernährung, Frauengesundheit und Diabetes.

Abschliessend kann festgehalten werden, dass die Vorträge eine gut akzeptierte Möglichkeit darstellen, um eine grosse Anzahl Frauen zu den Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen und für das Tabakrauchen als einen modifizierbaren Risikofaktor zu sensibilisieren. Allerdings ist aufgrund der Evaluationsergebnisse fraglich, inwieweit Multiplikatorinnen erreicht wurden, welche im Anschluss an den Vortrag die Möglichkeit hatten, die Vortragsinhalte weiter zu verbreiten oder Massnahmen zur Reduktion von Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen in ihrem Umfeld umzusetzen. So gaben nur sehr wenige Frauen eine Absicht an, im beruflichen Umfeld eine Massnahme umzusetzen und auch nur ein Bruchteil bestellte Flyer oder Broschüren zum Rauchstopp, um diese an andere im Umfeld weiterzugeben. Um diese Hebelwirkung zu erzielen, scheint eine deutlichere Fokussierung der Bewerbung des Vortrags auf die Hauptzielgruppe potentieller Multiplikatorinnen notwendig.

5.1.2 Workshops

Im Vergleich zu den Vorträgen war der Rücklauf der Fragebögen, die von den Workshop-Teilnehmenden direkt im Anschluss an den Workshop ausgefüllt wurden, gut. So haben gut 9 von 10 Teilnehmerinnen den Fragebogen retourniert. Allerdings ist die Datengrundlage der Nachbefragungen nach 6 Monaten weniger gut. Dies liegt zum einen daran, dass nur rund ein Drittel Kontaktangaben für die telefonische Nachbefragung machte, zum anderen waren nur rund die Hälfte der Teilnehmerinnen mit gültigen Kontaktangaben telefonisch erreichbar. Insofern ist die Datengrundlage der Evaluationsergebnisse basierend auf den Fragebogen, die direkt im Anschluss an den Workshop verteilt wurden solide, die Ergebnisse der 6-Monatsnachbefragung müssen dagegen mit äusserster Vorsicht interpretiert werden. Auch ist eine Verzerrung der Ergebnisse dahingehend möglich, dass insbesondere Frauen Kontaktangaben für die Nachbefragung machten oder für diese erreicht wurden, die den Workshop positiv bewerteten und ihr Rauchverhalten im Anschluss an den Workshop veränderten.

Insgesamt besuchten 317 Frauen die 30 Workshops, wobei 7 von 10 Besucherinnen aus der Kernzielgruppe „Frauen im Alter von über 40 Jahren“ waren. Das Bildungsniveau der Teilnehmerinnen war sehr heterogen, drei von vier Workshop-Teilnehmerinnen stammten aus der Türkei, dem Kosovo oder Bosnien und gut die Hälfte gab an, täglich oder gelegentlich Zigaretten zu rauchen.

Jeweils über 95% der Workshop-Teilnehmerinnen gaben unmittelbar im Anschluss an, sie würden diesen weiterempfehlen, sie fanden die Inhalte verständlich und interessant, sie hätten ihr Wissen zum Thema Tabakrauchen verbessert und durch den Workshop eine kritischere Einstellung zum Rauchen gewonnen. Bei der Nachbefragung nach sechs Monaten fanden noch rund zwei Drittel der Teilnehmerinnen, sie hätten eine kritischere Einstellung zum Tabakrauchen aufgrund des Workshops und knapp 9 von 10 gaben retrospektiv an, der Workshop hätte ihr Wissen zum Tabakrauchen verbessert.

Direkt im Anschluss zeigte sich bei den Frauen mit ausgefülltem Fragebogen ein sehr gutes Wissen, wobei knapp 90% mindestens drei Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen nennen konnten, und jeweils über 95% nannten mindestens eine passende Alternative zur Stressverarbeitung durch Zigarettenkonsum und zum Umgang mit einer Gewichtszunahme nach dem Rauchstopp. Mindestens ein Angebot, das Unterstützung beim Rauchstopp bietet, konnten mehr als drei Viertel der Frauen mit retourniertem Fragebogen nennen.

Auch das Thema Wissenszuwachs durch die Workshops wurde bei der 6-Monats-Nachbefragung nochmals aufgegriffen, indem die Interviewten zwei Angebote oder Massnahmen nennen sollten, die Unterstützung beim Rauchstopp bieten. Von den 35 Nachbefragten der Kernzielgruppe konnten 15 (42.9%) eine und 14 (40.0%) konnten zwei passende Möglichkeiten nennen. In der erweiterten Zielgruppe konnten 25 (47.2%) der 53 Nachbefragten eines und 21 (39.6%) zwei Möglichkeiten nennen.

Von den rauchenden Frauen, gaben 95% an, bei ihnen hätte der Workshop dazu geführt, sich über einen Rauchstopp Gedanken zu machen und rund 90% trauten sich nach dem Workshop eher als vorher zu mit dem Rauchen aufzuhören, bei der 6-Monats-Nachbefragung waren dies noch knapp 50%. Dagegen gaben immerhin noch 85% bei der Nachbefragung an, der Workshop habe zumindest dazu beigetragen, über einen Rauchstopp nachzudenken.

Die Auswirkungen des Workshops auf verschiedene Indikatoren des Rauchverhaltens wurden eruiert, anhand von Vergleichen zentraler Indikatoren des Tabakkonsums zwischen dem Zeitpunkt des Workshops und der Nachbefragung nach 6 Monaten. Dabei ist allerdings zu berücksichtigen, dass dieser Vergleich nur für in etwa jede fünfte Person angestellt werden konnte, da nur rund ein Drittel Kontaktangaben für die Nachbefragung machte und von diesen wiederum nur gut die Hälfte auch telefonisch erreicht und nachbefragt werden konnte. Auf Grundlage dieser Daten hat sich der Anteil Raucherinnen von 64% beim Workshop auf 44% nach dem Workshop verringert und unter den weiterhin Rauchenden hat sich der Anteil derjenigen erhöht, die eine konkrete Aufhörabsicht haben oder einen ernsthaften Aufhörversuch unternommen haben. Rund ein Viertel der zum Zeitpunkt des Workshops Rauchenden gab bei der Nachbefragung an, im Anschluss an den Workshop ein Selbsthilfemedium als Rauchstopphilfe genutzt zu haben, medikamentöse Rauchstopphilfen wurden von jeder siebten Frau genutzt, ein Beratungsangebot oder einen Kurs besuchte jede 20. Frau.

Zentrale Faktoren für den Rauchausstieg, die von bei der Nachbefragung nicht mehr Rauchenden genannt wurden, waren das Bewusstwerden der gesundheitlichen Risiken des Rauchens und der Vorteile des Rauchstopps, Strategien zur Ablenkung vom Rauchen und Beratungs- und Informationsangebote. Als Hinderungsgründe für einen Rauchstopp nannten weiterhin rauchende Frauen vor allem Stress, Gewohnheit und die aktuellen Lebensumstände.

Acht von zehn Frauen hatten im Anschluss an den Workshop die Absicht, sich für rauchfreie Räume zu engagieren. Bei der Nachbefragung nach 6 Monaten gab rund ein Drittel der Frauen an, sie hätten sich seit dem Workshop für rauchfreie Räume, insbesondere zu Hause, eingesetzt.

Verbesserungsvorschläge zum Workshop bezogen sich vor allem auf eine regelmässige oder wiederholte Durchführung des Workshops und die Verwendung von mehr bildhaften oder videounterstützten didaktischen Materialien.

Die Workshops stellen eine Möglichkeit dar, Frauen aus schwer erreichbaren Zielgruppen für eine erste Intervention zur Sensibilisierung hinsichtlich des Tabakrauchens zu gewinnen. Die längerfristige Wirksamkeit dieses einmaligen Workshops kann aufgrund der schlechten Erreichbarkeit der Workshop-Teilnehmerinnen zur Nachbefragung und der fehlenden Kontrollgruppe leider nicht final beantwortet werden. Auf Grundlage der häufig genannten Optimierungsvorschläge der Teilnehmerinnen, wiederholte Workshops anzubieten, ist jedoch davon auszugehen, dass eine längerfristige Begleitung sinnvoll erscheint. Ein möglicher Ansatzpunkt könnte eine verbindlichere Verknüpfung mit bereits bestehenden Angeboten z.B. der Rauchstopplinie oder den Rauchstoppkursen für die türkische oder albanische Bevölkerung sein, die auch längerfristige Begleitung beim Rauchausstieg in der jeweiligen Muttersprache ermöglichen.

Wie bei den Vorträgen scheint auch bei den Workshops eine stärkere Fokussierung oder Differenzierung des Angebots für die Zielgruppe erforderlich. Lediglich die Hälfte der Teilnehmerinnen rauchte zum Zeitpunkt des Workshops Zigaretten und gleichzeitig bildeten Massnahmen zum Rauchstopp den inhaltlichen Schwerpunkt.

Eine andere Möglichkeit wäre, in den Workshops selbst weniger den Rauchstopp in den Mittelpunkt zu stellen, sondern im Sinne einer Vermittlerrolle Raucherinnen zur Teilnahme an bereits bestehenden Rauchstoppangeboten zu motivieren und den Fokus der Workshops auf die Aufklärung von benachteiligten Bevölkerungsgruppen für allgemeine Herz-Kreislauf-Risiken, wie die Veränderung von Ernährung und Bewegung zu legen.

6. ANHANG - ERHEBUNGSINSTRUMENTE

Vortrag

Evaluationsbogen Leiterinnen

Evaluationsbogen Teilnehmerinnen

Workshop

Evaluationsbogen Leiterinnen

Evaluationsbogen Teilnehmerinnen

6-Monats-Nachbefragung Teilnehmerinnen



Fragebogen zur Bewertung der Vortrags-Veranstaltung Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten wissen sollten

Liebe Referentin

Wir bitten Sie, ein paar Fragen zur Vortrags-Veranstaltung zu beantworten.

1. **Ihr Name** _____
2. **Datum des Vortrags** _____
3. **Organisation** _____
4. **Veranstaltungsort** _____
5. **Vortragsdauer in Minuten** _____
6. **Veranstaltungssprache** _____
7. **Anzahl der Zuhörerinnen** _____
8. **Anzahl ausgegebener Fragebögen** _____
9. **Anzahl ausgefüllter Fragebögen** _____
10. **Gab es eine Diskussion während oder nach dem Vortrag?**
 - Nein
 - Ja, eine kurze Diskussion mit ca. _____ Fragen aus dem Publikum
 - Ja, eine ausführliche Diskussion mit ca. _____ Fragen aus dem Publikum
11. **Gab es besondere Vorkommnisse, Schwierigkeiten etc.?**

12. **Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung der Vortrags-Veranstaltung?**

Vielen Dank für Ihre Angaben!



Fragebogen zur Bewertung des Vortrags Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten wissen sollten

Liebe Vortragsteilnehmerin

Wir bitten Sie, ein paar Fragen zu dem von Ihnen besuchten Vortrag zu beantworten. Ihre Antworten sind sehr wichtig für die Weiterentwicklung und Verbesserung dieser Veranstaltung. Bitte beantworten Sie die Fragen ehrlich und schreiben Sie **nicht** ihren Namen auf den Fragebogen. Die Daten werden anonym ausgewertet.

1. Inwieweit stimmen Sie folgenden Aussagen zum Vortrag zu?

	stimme zu	stimme eher zu	stimme etwas zu	stimme nicht zu
Die Inhalte des Vortrags waren verständlich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Inhalte des Vortrags waren informativ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich würde den Vortrag Freunden und Bekannten weiterempfehlen, wenn nochmals einer stattfinden würde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Wie beurteilen Sie den Umfang des Vortrags?

zu knapp angemessen zu umfangreich

3. Wie informativ fanden Sie die einzelnen Themenbereiche?

	sehr informativ	eher informativ	etwas informativ	nicht informativ
Zahlen und Fakten zu Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ursachen von Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen (Ernährung, Bewegung, Übergewicht)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Unterschiede zwischen Frauen und Männern	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tabakrauchen und Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Richtig handeln im Notfall	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Welche weiteren Themen würden Sie interessieren?

5. Hat der Vortrag ihr Wissen zu folgenden Themen verbessert?

	Ja	eher Ja	eher Nein	Nein
Ursachen von Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ernährung und Bewegung zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Verbindung von Tabakrauchen und Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rauchstopp zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Möglichkeiten für einen erfolgreichen Rauchstopp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Richtig handeln im Notfall	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Im Vortrag wurden verschiedene Massnahmen vorgestellt, die im privaten und beruflichen Umfeld dazu beitragen können, Risiken für Herz-Kreislaufkrankungen zu verringern. Haben Sie die Absicht einige der vorgestellten Massnahmen umzusetzen?

- Ja, privat plane ich folgendes umzusetzen: _____
- Ja, beruflich plane ich folgendes umzusetzen: _____
- Nein, ich habe nicht die Absicht etwas davon umzusetzen.

7. Welche der folgenden Verhaltensweisen planen Sie im kommenden halben Jahr umzusetzen?

- Ich bestelle und verteile ca. _____ Broschüren „Rauchfrei leben – besser leben“
- Ich bestelle und verteile ca. _____ Flyer der Rauchstopplinie
- Ich möchte in Zusammenarbeit mit der Schweizerischen Herzstiftung den Workshop „Frau&Herz: Rauchstopp“ in meinem Umfeld organisieren. Nehmen Sie dafür mit mir Kontakt auf _____
- Keine der drei genannten Massnahmen

8. Bitte benennen Sie 3 Risikofaktoren für Herz-Kreislaferkrankungen

a. _____

b. _____

c. _____

9. Bitte nennen Sie mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot der Schweizerischen Herzstiftung zur Prävention von Herz-Kreislaferkrankungen.

a. _____

b. _____

10. Bitte nennen Sie mindestens ein im Vortrag beschriebenes Angebot zum Rauchstopp.

a. _____

b. _____

11. Haben Sie schon einmal Zigaretten geraucht, oder rauchen Sie zur Zeit?

- Ich rauche zur Zeit täglich Zigaretten
- Ich rauche zur Zeit gelegentlich, aber nicht an jedem Tag
- Ich habe früher geraucht, aber rauche jetzt nicht mehr
- Ich habe noch nie geraucht

12. Falls Sie derzeit rauchen, beantworten Sie bitte folgende Frage:

	Ja	eher Ja	eher Nein	Nein
Der Vortrag hat dazu beigetragen, dass ich mir über einen Rauchstopp Gedanken mache	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der Vortrag hat meine Zuversicht erhöht, dass ich einen Rauchstopp schaffen kann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

13. Welches ist Ihre höchste abgeschlossene Ausbildung?

- kein Schulabschluss
- obligatorische Schule
- Berufslehre
- höhere Bildung (Maturität, höhere Berufsbildung, Fachhochschule, Universität)

14. Wie alt sind Sie?

- 18-30 Jahre
- 31-40 Jahre
- 41-50 Jahre
- 51-60 Jahre
- 61-70 Jahre
- älter als 70 Jahre

15. In welchem Land sind Sie geboren? _____

16. Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung der Veranstaltung? Wir freuen uns auf Ihre Anregungen.

Vielen Dank für Ihre Angaben!



Fragebogen zur Bewertung des Workshops Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten wissen sollten

Liebe Workshop-Leiterin

Wir möchten Sie bitten, ein paar Fragen zu dem von Ihnen geleiteten Workshop zu beantworten.

1. **Ihr Name** _____
2. **Datum des Workshops** _____
3. **Organisation** _____
4. **Veranstaltungsort** _____
5. **Dauer des Workshops** _____
6. **Veranstaltungssprache** _____
7. **Anzahl Teilnehmerinnen** _____
8. **Anzahl ausgegebener Fragebögen** _____
9. **Anzahl ausgefüllter Fragebögen** _____
10. **Gründe für Nichtteilnahme von Workshop-Teilnehmerinnen an der Befragung**

11. **Gab es besondere Vorkommnisse, Schwierigkeiten etc.**

12. **Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung des Workshops?**

Vielen Dank für Ihre Angaben!



Fragebogen zur Bewertung des Workshops

Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten und Tabak wissen sollten

Liebe Workshop-Teilnehmerin

Wir möchten Sie bitten, ein paar Fragen zu dem von Ihnen besuchten Workshop zu beantworten. Ihre Antworten sind sehr wichtig für die Weiterentwicklung und Verbesserung dieses Workshops. Bitte beantworten Sie sorgfältig die Fragen auf den folgenden 3 Seiten. Ihre Daten werden anonym ausgewertet.

1. Wie ist Ihre Meinung zum Workshop?

	Ja	Nein
Die Inhalte des Workshops waren gut verständlich	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Inhalte des Workshops waren für mich interessant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich würde den Workshop Freunden und Bekannten weiterempfehlen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der Workshop hat mein Wissen zum Thema Tabakrauchen verbessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Durch den Workshop habe ich eine kritischere Einstellung zum Rauchen gewonnen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Bitte nennen Sie 3 Dinge, die gefährlich für das Herz und den Kreislauf sind

a. _____

b. _____

c. _____

3. Was kann man bei Stress tun, anstatt zu rauchen?

a. _____

b. _____

4. Was kann man tun, um nach einem Rauchstopp nicht an Gewicht zuzunehmen?

a. _____

b. _____

5. Bitte nennen Sie Angebote, die Unterstützung beim Rauchstopp bieten

a. _____

b. _____

6. Haben Sie die Absicht, sich für rauchfreie Räume zu engagieren, z.B. im Haus, im Auto, im Verein oder im Betrieb?

- Ja, ich möchte mich für rauchfreie Räume engagieren
- Nein, die Räumlichkeiten in meinem Umfeld sind bereits alle rauchfrei.
- Nein, ich beabsichtige nicht, mich für rauchfreie Räume zu engagieren.

7. Stimmen Sie folgenden Aussagen zu?

	Ja	Nein
Der Workshop hat dazu beigetragen, dass ich darüber nachdenke mit dem Rauchen aufzuhören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ich traue mir nach dem Workshop eher als vorher zu, mit dem Rauchen aufzuhören	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Haben Sie Vorschläge zur Verbesserung des Workshops? Wir freuen uns auf Ihre Anregungen.

9. Welches ist Ihre höchste abgeschlossene Ausbildung?

- kein Schulabschluss
- obligatorische Bildung
- Berufslehre
- höhere Bildung (Maturität, höhere Berufsbildung, Fachhochschule, Universität)

10. Wie alt sind Sie?

- 18-30 Jahre
- 31-40 Jahre
- 41-50 Jahre
- 51-60 Jahre
- 61-70 Jahre
- älter als 70 Jahre

11. In welchem Land sind Sie geboren? _____

12. Haben Sie schon einmal Zigaretten geraucht, oder rauchen Sie zur Zeit?

- Ich rauche zur Zeit *täglich* Zigaretten
- Ich rauche zur Zeit *gelegentlich*, aber nicht an jedem Tag
- Ich habe früher geraucht, aber rauche jetzt nicht mehr
- Ich habe noch nie geraucht

Fragen für täglich oder gelegentlich Rauchende

13. An wie vielen Tagen haben Sie im letzten Monat geraucht?

- An allen Tagen

An _____ Tagen

14. Wie viele Zigaretten rauchen Sie meist an einem Tag, an dem Sie rauchen?

Ca. _____ Zigaretten

15. Welche Aussage trifft am besten auf Sie zu?

- Ich rauche und habe nicht vor, damit aufzuhören
- Ich rauche, aber ich denke darüber nach aufzuhören
- Ich rauche, aber habe die feste Absicht aufzuhören

16. Haben Sie in den letzten 6 Monaten einen ernsthaften Versuch unternommen, mit dem Rauchen aufzuhören?

- Ja
- Nein

17. Einladung zur Teilnahme an einer Nachbefragung

Wir sind daran interessiert, wie Sie den Workshop rückblickend beurteilen.

Deshalb würden wir Sie gern in 6 Monaten nochmals telefonisch dazu befragen.

Wir würden uns freuen, wenn eine Interviewerin Sie in 6 Monaten anrufen und für ca. 5 Minuten befragen könnte.

Ihre persönlichen Angaben (Name und Telefonnummer) werden ausschliesslich für diese Befragung verwendet und nicht weitergegeben.

- Ja, ich nehme gern an der telefonischen Nachbefragung in 6 Monaten teil**

Mein Name ist _____

Meine Telefonnummer ist _____

- Nein, ich möchte nicht an der telefonischen Nachbefragung teilnehmen**

Vielen Dank für Ihre Angaben!



Nachbefragung zum Workshop

Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten und Tabak wissen sollten

Guten Tag Frau _____

Vor ungefähr einem halben Jahr haben Sie an einem Workshop der Schweizerischen Herzstiftung zum Thema „Was Frauen über Herz-Kreislauf-Krankheiten und Tabak wissen sollten“ teilgenommen.

Wir würden Ihnen gern im Rahmen eines kurzen telefonischen Interviews nochmals ein paar Fragen zu diesem Workshop und diesem Thema stellen.

Ihre Antworten sind sehr wichtig für die Weiterentwicklung und Verbesserung dieses Workshops.

Ihre Angaben werden anonym ausgewertet und erlauben keine Rückschlüsse auf Ihre Person.

1. Wie ist im Nachhinein Ihre Meinung zum Workshop?

	Ja	Nein
Der Workshop hat mein Wissen zum Thema Tabakrauchen verbessert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der Workshop hat meine Einstellung zum Tabakrauchen verändert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Bitte nennen Sie 2 Angebote, die Unterstützung beim Rauchstopp bieten

a. _____

b. _____

3. Haben Sie sich in den letzten 6 Monaten für rauchfreie Räume engagiert, z.B. im Haus, im Auto, im Verein oder im Betrieb?

Ja, und zwar _____

Nein

4. Haben Sie schon einmal Zigaretten geraucht, oder rauchen Sie zur Zeit?

Ich rauche zur Zeit täglich Zigaretten → Weiter bei Frage 6

Ich rauche zur Zeit gelegentlich, aber nicht an jedem Tag → Weiter bei Frage 5

Ich habe früher geraucht, aber rauche jetzt nicht mehr → Weiter bei Frage 9

Ich habe noch nie geraucht → Weiter bei Frage 13

5. An wie vielen Tagen haben Sie im letzten Monat geraucht?

An _____ Tagen

6. Wie viele Zigaretten rauchen Sie meist an einem Tag, an dem Sie rauchen?

Ca. _____ Zigaretten

7. Welche Aussage trifft am besten auf Sie zu?

- Ich rauche und habe nicht vor, damit aufzuhören
- Ich rauche, aber ich denke darüber nach aufzuhören
- Ich rauche, aber habe die feste Absicht aufzuhören

8. Haben Sie in den letzten 6 Monaten einen ernsthaften Versuch unternommen, mit dem Rauchen aufzuhören?

- Ja
- Nein

9. Stimmen Sie folgenden Aussagen zu?

	Ja	Nein
Der Workshop hat dazu beigetragen, dass ich mir über einen Rauchstopp Gedanken gemacht habe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Der Workshop hat meine Zuversicht erhöht, dass ich einen Rauchstopp schaffen kann	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10. Haben Sie in den letzten 6 Monaten eine der folgenden Hilfen in Anspruch genommen, um das Rauchen aufzugeben oder einzuschränken?

Interviewerhinweis: Alle Antwortmöglichkeiten vorlesen

	Ja	Nein
Nikotinkaugummi, - nasenspray oder -pflaster	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Selbsthilfebuch, -broschüre, Video, Internetprogramm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Raucherentwöhnungskurs, -beratung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sonstiges	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wenn Sonstiges = Ja:

Welche Hilfe haben Sie in Anspruch genommen, um das Rauchen aufzugeben oder einzuschränken?

Wenn aktuell rauchend:

11. Was hat Sie daran gehindert, das Rauchen aufzugeben?

- _____
- _____
- _____
- _____

Wenn aktuell nicht rauchend aber vor einem Jahr rauchend:

12. Was hat dazu beigetragen, dass Sie jetzt nicht mehr rauchen?

- _____
- _____
- _____
- _____

**13. Haben Sie im Rückblick noch Ideen oder Vorschläge zur Verbesserung des Workshops?
Wir freuen uns auf Ihre Anregungen.**

Vielen Dank für Ihre Angaben!