



feel-ok.ch
Klick rein, finds raus.

SPRINT AUF EINEN BLICK

In Kürze wissen, was Sache ist!

Mit SPRINT können Sie mit wenig Aufwand und ohne wissenschaftliche Vorkenntnisse eine professionelle Umfrage zu 17 Themenbereichen realisieren.

Account erstellen, Fragen auswählen, Umfrage mit Computer oder Smartphone durchführen: Und schon wissen Sie, ob dort wo Sie tätig sind, in der Schule, im Betrieb, Jugendtreff oder Sportverein, Probleme vorhanden sind, welche die Einleitung von Massnahmen erfordern.

Die Nutzung von SPRINT ist kostenlos und frei von Werbung.

Ein Angebot von
RADIX
Schweizerische Gesundheitsstiftung

ACCOUNT ERSTELLEN

Damit Sie SPRINT nutzen und Ihre Umfragen verwalten können, benötigen Sie einen Account.

Um einen Account zu erstellen, öffnen Sie entweder die Webadresse:

- www.feel-ok.ch/sprint

oder klicken auf folgende Schaltfläche auf feel-ok.ch:



Dann registrieren Sie sich.

SPRINT steht auch Erwachsenen, z.B. Lehrerinnen und Jugendarbeiter, zur Verfügung. Aus diesem Grund wird in der Anleitung zu SPRINT die Höflichkeitsform verwendet.

SPRINT - Anleitung

NEUEN ACCOUNT ERSTELLEN

Um deine Umfragen zu verwalten, benötigst du einen kostenlosen Account bei SPRINT:

Gewünschte Anrede, z.B. Liebe Frau Müller

Ihr Vorname und Name

Institution / Organisation

Vollständige Adresse (Strasse, Postleitzahl, Ort)

Telefon

E-Mail-Adresse

Neues Passwort

Registrieren

Neuen Account erstellen auf www.feel-ok.ch/sprint

UMFRAGEFORMULAR GENERIEREN

Sobald Sie eingeloggt sind, können Sie in vier Schritten rasch und bequem das Online-Umfrageformular vorbereiten.

1. Verwaltung

Legen Sie fest, wie die Umfrage heisst, wann sie beginnt und endet.

Wenn Sie möchten, können Sie die Webadresse der Umfrage anpassen. Später werden die Umfrage-Teilnehmer/-innen diese Webadresse für die Online-Umfrage verwenden.

NEUE UMFRAGE

VERWALTUNG > KATEGORIEN > THEMEN > ABSCHLUSS

Bezeichnung der Umfrage

Die Umfrage beginnt am

und endet am

Die Ergebnisse der Umfrage sind auch nach diesem Datum abrufbar!

Die Umfrage läuft unter der Webadresse

Sie können die Endung der Webadresse ändern. Von Vorteil sind kurze Endungen.

[Weiter zu Kategorien](#)

1. Bezeichnung, Zeitfenster und Webadresse der Umfrage

2. Kategorien

Geben Sie Geschlecht, Alter und Kanton der Umfrageteilnehmer/-innen an und legen Sie bei Bedarf zusätzliche Kategorien fest.

Später können Sie die Ergebnisse anhand dieser (soziodemographischen) Angaben filtern.

NEUE UMFRAGE

VERWALTUNG > KATEGORIEN > THEMEN > ABSCHLUSS

Angaben aus folgender Umfrage übernehmen ▼

WELCHES GESCHLECHT HABEN DIE UMFRAGETEILNEHMER/-INNEN?

Weiblich Männlich

WIE ALT SIND DIE PERSONEN, DIE AN DER UMFRAGE TEILNEHMEN?
Mindestens eine Altersangabe ist nötig, damit Sie die Ergebnisse vergleichen können.

ALLE AUSWÄHLEN NICHTS AUSWÄHLEN

<input type="checkbox"/> 6 J.	<input type="checkbox"/> 7 J.	<input type="checkbox"/> 8 J.	<input type="checkbox"/> 9 J.
<input type="checkbox"/> 10 J.	<input type="checkbox"/> 11 J.	<input type="checkbox"/> 12 J.	<input type="checkbox"/> 13 J.
<input type="checkbox"/> 14 J.	<input checked="" type="checkbox"/> 15 J.	<input checked="" type="checkbox"/> 16 J.	<input type="checkbox"/> 17 J.
<input type="checkbox"/> 18 J.	<input type="checkbox"/> 19 J.	<input type="checkbox"/> 20 J.	<input type="checkbox"/> 21 J.
<input type="checkbox"/> 22 J.	<input type="checkbox"/> 23 J.	<input type="checkbox"/> 24 J.	<input type="checkbox"/> 25 J.
<input type="checkbox"/> 26 - 35 J.	<input type="checkbox"/> 36 - 45 J.	<input type="checkbox"/> 46 - 55 J.	<input type="checkbox"/> 56 - 65 J.
<input type="checkbox"/> Mehr als 65 J.			

WO FINDET DIE UMFRAGE STATT?
Mindestens einen Kanton oder ein Bundesland auswählen, damit Sie die Ergebnisse vergleichen können.

KANTON

ALLE AUSWÄHLEN NICHTS AUSWÄHLEN

<input checked="" type="checkbox"/> Aargau	<input type="checkbox"/> Appenzell Ausserrhoden	<input type="checkbox"/> Appenzell Innerrhoden	<input type="checkbox"/> Basel-Landschaft
<input type="checkbox"/> Basel-Stadt	<input type="checkbox"/> Bern	<input type="checkbox"/> Freiburg	<input type="checkbox"/> Genf
<input type="checkbox"/> Glarus	<input type="checkbox"/> Graubünden	<input type="checkbox"/> Jura	<input type="checkbox"/> Luzern

2. Soziodemographische Angaben der Teilnehmer/-innen

3. Themen

Ihnen stehen Fragen zu über 17 Themen zur Verfügung: Alkohol, Beruf, Cannabis, Ernährung, Finanzkompetenz, Freizeit, Gesundheit / Wohlbefinden, Gewalt, Gewicht, illegale Drogen, Medien, Rauchen, Sexualität, Schule, Sport, Stress und Suizidalität.

Sie können Fragen aus einem oder aus mehreren Themen auswählen. Mit Mausclick werden diese automatisch in Ihre Online-Umfrage eingefügt.

NEUE UMFRAGE

VERWALTUNG > KATEGORIEN > THEMEN > ABSCHLUSS

Angaben aus folgender Umfrage übernehmen

Klicken Sie auf die Fragen, die Sie in Ihr Umfrageformular integrieren möchten. Für die ganze Umfrage empfehlen wir maximal 20 Fragen zu stellen.

- ALKOHOL >
- BERUF >
- CANNABIS >
- ERNÄHRUNG >
- FINANZKOMPETENZ >
- FREIZEIT >
- GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN 2 FRAGEN WURDEN AUSGEWÄHLT >

Klicken Sie auf die Fragen, die Sie in Ihr Umfrageformular integrieren möchten. Für die ganze Umfrage empfehlen wir maximal 10 Fragen zu stellen.

ALLE AUSWÄHLEN NICHTS AUSWÄHLEN

	ZIELGRUPPE	FRAGEN ZUR AUSWAHL UND DIE ERSTEN 3 ANTWORTEN	INFO	VORSCHAU	QUELLE
<input checked="" type="checkbox"/>	FÜR ALLE	WIE SCHÄTZT DU DEINE GESUNDHEIT IM ALLGEMEINEN EIN? <ul style="list-style-type: none"> o Sehr gut o Gut o Mittelmässig 	INFO		
<input checked="" type="checkbox"/>	FÜR ALLE	WIE ZUFRIEDEN BIST DU MIT DEINEM LEBEN? <ul style="list-style-type: none"> o Sehr zufrieden o Zufrieden o Eher zufrieden 	INFO		
<input type="checkbox"/>	FÜR ALLE	WELCHE DER FOLGENDEN KÖRPERLICHEN BESCHWERDEN HATTEST DU IM LETZTEN MONAT?	INFO		

3. Verfügbare Fragen für das Online-Formular

4. Abschluss

Die Online-Umfrage ist fast bereit!

Sie können nun die empfohlenen Optionen von SPRINT übernehmen und das Umfrageformular speichern oder die Umfrage personalisieren (z.B. offene Fragen einfügen, die Wettbewerb-Funktion aktiveren, Einleitungs- und Abschlusstexte des Formulars anpassen usw.).

NEUE UMFRAGE

VERWALTUNG > KATEGORIEN > THEMEN > ABSCHLUSS

Sie können u.a. die Texte der Umfrage anpassen und Sicherheitselemente in die Umfrage einbinden oder Sie können Zeit sparen und die empfohlenen Optionen von SPRINT übernehmen.

Was möchten Sie tun?

Empfohlene Optionen von SPRINT übernehmen und Umfrage speichern

Optionen der Umfrage überprüfen und anpassen

Umfrage speichern

4. Empfohlene Optionen übernehmen oder Optionen anpassen

IHRE UMFRAGEN

Sobald Sie ein neues Online-Formular generiert haben, erreichen Sie die Übersichtsseite «MEINE UMFRAGEN».

Die Übersichtsseite zeigt alle Umfragen an, die Sie vorbereitet haben. Von dieser Ansicht aus können Sie Umfrageformulare aktualisieren, mit allgemeinem oder individualisiertem Passwort schützen, testen und löschen. Und selbstverständlich haben Sie hier Zugang zu den Ergebnissen Ihrer Umfrageteilnehmer/-innen.

Die Web-Adresse für die Umfrage-Teilnehmenden wird in der vorletzten Spalte der Übersichtstabelle (siehe URL) angezeigt.

Weiter finden Sie in der Spalte «Dauer» eine durchschnittliche Zeitangabe zur Umfragedauer. Für die Beantwortung von 10 Fragen werden ungefähr 3 Minuten benötigt.

MEINE UMFRAGEN									
	BESCHRIFTUNG		FRAGEN	DAUER	TN		ZEITPLAN	URL	
	SCHULHAUS CORIPPO - GESUNDEHEIT - HERBST 2017	  	2	10 SEK	0		GEPLANT	WWW.FEEL-OK.CH/UMFRAGE/CSG70	  
<input checked="" type="checkbox"/>	KV ZÜRICH BUSINESS SCHOOL - 23.5.2014	  	6	2 MIN 38 SEK	20		BEENDET	WWW.FEEL-OK.CH/UMFRAGE/KV	  
<input checked="" type="checkbox"/>	EVALUATION KV	  	4	33 SEK	19		BEENDET	WWW.FEEL-OK.CH/UMFRAGE/KV-EV	  
<input checked="" type="checkbox"/>	VORSCHAU FÜR INSTITUTIONEN	  	13	4 MIN 3 SEK	18		BEENDET	WWW.FEEL-OK.CH/UMFRAGE/PARTNER	  

ALLE AUSWÄHLEN NICHTS AUSWÄHLEN

Leitfaden
Die PDF-Datei „Umfragen verwalten und durchführen“ beinhaltet nützliche Informationen im Zusammenhang mit der Realisierung von Umfragen.

ERGEBNISSE AUS MEHREREN UMFRAGEN
Geben Sie an aus welchen Umfragen Sie die Ergebnisse anschauen möchten. Zu diesem Zweck wählen Sie in obiger Tabelle in der ersten Spalte die Umfragen aus, die von Interesse sind.

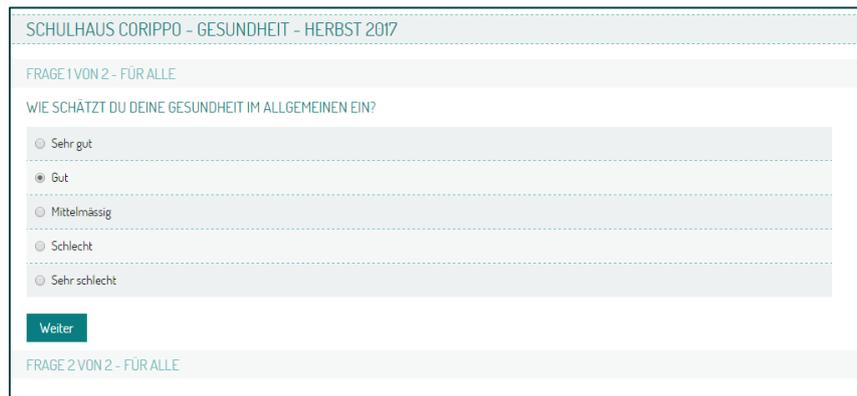
[Beantwortete Fragen auflisten](#)

Bestehende Umfragen verwalten und Detailangaben

AN DER UMFRAGE TEILNEHMEN

Laden Sie nun Ihre Zielgruppe ein, die Fragen des Online-Formulars zu beantworten, indem Sie die Webadresse der Umfrage weiterleiten.

Die befragten Personen können Ihre Antworten mit Smartphones, Tablets oder Desktop-Computern erfassen.



SCHULHAUS CORIPPO - GESUNDHEIT - HERBST 2017

FRAGE 1 VON 2 - FÜR ALLE

WIE SCHÄTZT DU DEINE GESUNDHEIT IM ALLGEMEINEN EIN?

Sehr gut

Gut

Mittelmässig

Schlecht

Sehr schlecht

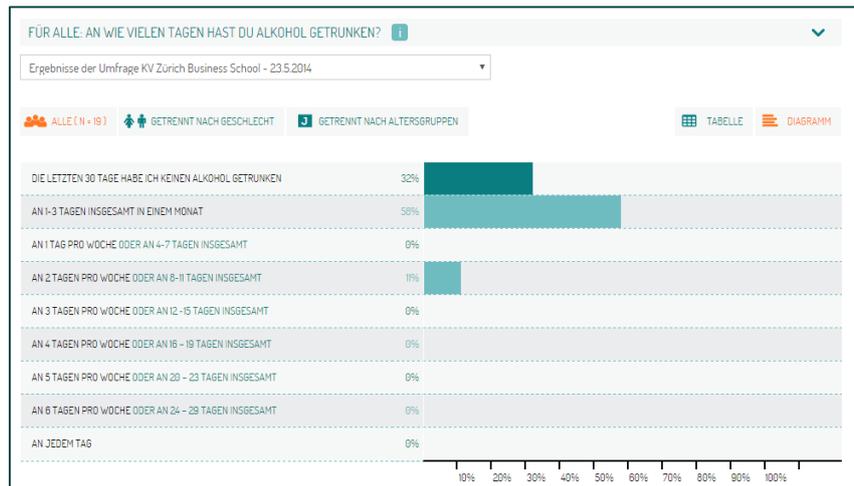
Weiter

FRAGE 2 VON 2 - FÜR ALLE

Das Umfrageformular - Ansicht für Teilnehmende

UMFRAGE-ERGEBNISSE UND VERFÜGBARE RESSOURCEN

Unmittelbar nach der Umfrage stehen Ihnen die Ergebnisse als Tabelle und Abbildung zur Verfügung.



Umfrage-Ergebnisse

Und falls Sie aufgrund der Ergebnisse festgestellt haben, dass in einem bestimmten Bereich Handlungsbedarf besteht, zeigt Ihnen die Tipp-Box, wo sie gute Projekte und kompetente Unterstützung erhalten. Die Tipp-Box verweist auf INFO QUEST.

INFO QUEST HILFSANGEBOTE, GUTE WEBSITES, COOLE IDEEN FÜR DICH

THEMA ALKOHÖL 28 > ANGEBOTSFORM BERATUNG 28 >

KANTON ALLE KANTONE > ZIELGRUPPE JUGENDLICHE 28 / 302 >

Nur Angebote mit einer Postadresse werden auf der Karte angezeigt.

BERATUNGSSTELLEN FÜR ALKOHOLPROBLEME - BLAUES KREUZ

Deutschschweiz | Ab 10 Jahren | zur Website

Hast du mehr getrunken, als du eigentlich wolltest? Hat dein Alkoholkonsum unerwünschte Folgen? Hast du

Blue Cross

TIPP-BOX verweist gezielt auf INFO QUEST

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

Handbuch

Mehr Informationen über die Nutzung von SPRINT finden Sie in der PDF-Datei

«

UMFRAGEN VERWALTEN UND DURCHFÜHREN - Empfehlungen für die Verwaltung und Durchführung von Umfragen mit SPRINT

»

auf

www.feel-ok.ch/files/themen/sprint_umfragendurchfuehren.pdf

Video-Anleitungen

Zahlreiche Videoanleitungen, die zeigen, wie SPRINT eingesetzt wird, stehen auf

www.feel-ok.ch/de_CH/schule/sprint/sprint_tutorial.cfm

zur Verfügung.

Kontakt

Bei Fragen zu SPRINT, zögern Sie bitte nicht, uns zu kontaktieren.

Oliver Padlina, Leiter feel-ok.ch

padlina@radix.ch

feel-ok.ch

RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung

Pfingstweidstrasse 10

8001 Zürich