

OK-GEZOND

Werkblad beschrijving interventie

Gebruik de HANDLEIDING bij dit werkblad

Werkblad erkenningscommissie, versie 2022

Dit is een gezamenlijk werkblad van de volgende kennisinstituten:



Colofon

Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Hogeschool van Amsterdam
Postadres: Dr. Meurerlaan 8, 1067 SM Amsterdam
E-mail: okgezond@hva.nl
Telefoon: 0621155104

Website (van de interventie): okgezond.nl

Contactpersoon

Vul hier de contactpersoon voor de interventie in.

Naam: Nicole Toussaint
E-mail: n.toussaint@hva.nl
Tel: 06-22347525

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving:
Titel interventie:
Databank(en):
Plaats, instituut:
Datum:

Het werkblad is een invulformulier voor het maken van een interventiebeschrijving, geordend naar onderwerp (doelgroep, doel, enzovoort). De onderwerpen volgen de criteria voor beoordeling. De interventiebeschrijving is een samenvatting van de beschikbare schriftelijke informatie over de interventie voor de bezoeker van de databanken effectieve interventies en voor de erkenningscommissie interventies. De informatie is van belang voor de beoordeling van de kwaliteit, effectiviteit en randvoorwaarden van de interventie.

Dit werkblad wordt na erkenning, inclusief contactgegevens gepubliceerd op Loketgezondleven.nl en in indien relevant ook in de databases van onze samenwerkingspartners.

[Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit werkblad hoort.](#)

Inhoud

Colofon	2
Inhoud	3
Samenvatting	4
<i>Korte samenvatting van de interventie</i>	4
Doelgroep	4
Doel.....	4
Aanpak.....	4
Materiaal.....	4
Onderbouwing.....	4
Onderzoek.....	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
Beschrijving interventie	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	7
1.3 Aanpak	7
2. Uitvoering	11
3. Onderbouwing	13
4. Onderzoek	15
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	15
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	15
5. Samenvatting Werkzame elementen	17
6. Aangehaalde literatuur	18
7. Praktijkvoorbeeld	19

Samenvatting

Eén A-4tje, max 600 woorden

Korte samenvatting van de interventie – max 150 woorden

Gezond eten en drinken, bewegen en slapen: drie belangrijke thema's voor een goede ontwikkeling van kinderen. Naast de thuisomgeving is de kinderopvang voor veel kinderen van betekenis als het gaat om het aanleren van gezond gedrag. Het doel van de OK-GEZOND interventie is, via de ouders en in samenwerking met de kinderopvang, gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag te bevorderen bij kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar, met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden. De interventie is ontwikkeld en geëvalueerd samen met pedagogisch professionals en ouders binnen de kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool). OK-GEZOND bestaat uit ouder-kind activiteiten en bijbehorende training voor pedagogisch professionals. Pedagogisch professionals begeleiden ouder-kind activiteiten op een kinderopvanglocatie tijdens bestaande oudercontactmomenten. Daarnaast zijn er ouder-kind activiteiten voor thuis. Met de OK-GEZOND interventie wordt de samenwerking tussen pedagogisch professionals en ouders op de leefstijlthema's eten en drinken, bewegen en slapen gestimuleerd. Zo kan structureel aan een gezonde leefstijl van kinderen worden gewerkt.

Doelgroep – max 50 woorden

Kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden die naar een kinderopvang gaan, in het bijzonder kinderopvang met voorschoolse educatie. Naast deze primaire doelgroep richt OK-GEZOND zich tot twee intermediaire doelgroepen: ouders en pedagogisch professionals binnen de kinderopvang.

Doel – max 50 woorden

Het, via de ouders en in samenwerking met de kinderopvang, bevorderen van gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag, bij kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden.

Aanpak – max 50 woorden

De OK-GEZOND interventie bestaat uit ouder-kind activiteiten en bijbehorende training voor pedagogisch professionals. Pedagogisch professionals begeleiden in een periode van zes maanden ten minste zes ouder-kind activiteiten op hun groep tijdens bestaande oudercontactmomenten zoals de (spel)inloop. Daarnaast zijn er ouder-kind activiteiten voor thuis.

Materiaal – max 50 woorden

Een Nederlandstalige reader voor pedagogisch professionals. De reader is zowel op papier als digitaal (OK-GEZOND app) beschikbaar en bevat:

- achtergrondinformatie voor pedagogisch professionals en tips voor ouders;
- benodigde materialen en een beschrijving voor ouder-kind activiteiten;
- informatiekaarten voor ouders (beschikbaar in het Nederlands, Turks en Engels).

Onderbouwing – max 150 woorden

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Het is van belang om op jonge leeftijd gezond gedrag te stimuleren. Leefstijlgedragingen worden in de kinderjaren gevormd (Craigie et al., 2011) en de gewichtsstatus op jonge leeftijd is een voorspeller voor overgewicht op latere leeftijd (De Kroon et al., 2010; Singh et al., 2008; Willers et al., 2012). Er zijn gezondheidsverschillen tussen sociaaleconomische en sociaal-culturele groepen zichtbaar en deze verschillen worden groter naarmate kinderen ouder worden (Bouthoorn et al., 2014).

Voor veel kinderen in Nederland geldt dat naast ouders, pedagogisch professionals een belangrijke rol spelen bij het aanleren van gezond gedrag (Gubbels et al., 2015; Sleddens et al., 2011). Het oudercontact op de kinderopvang biedt mogelijkheden om interventies ter bevordering van gezond gedrag bij kinderen gericht in te zetten (Sisson et al., 2016). De kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool) biedt in

het bijzonder kansen om ouders met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden te bereiken (Gemeente Amsterdam, 2024).

Onderzoek – max 100 woorden

Ten behoeve van een procesevaluatie zijn interviews gehouden (met pedagogisch professionals en ouders) en vragenlijsten uitgezet (bij pedagogisch professionals) binnen de kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool). Zowel pedagogisch professionals als ouders hebben de interventie goed ontvangen. De inhoud werd gewaardeerd en de materialen werden geschikt bevonden voor gezinnen met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden. De interventie biedt een laagdrempelige ingang voor pedagogisch professionals om samen met ouders aan gezonde leefstijlthema's voor kinderen te werken. Aandachtspunten betroffen het inplannen van ouder-kind activiteiten binnen huidige werkzaamheden op de groep en het inzetten op terugkoppeling van ouders op activiteiten voor thuis.

1. Uitgebreide beschrijving

Beschrijving interventie

Het werkblad is ook geschikt voor een samenvattende beschrijving van complexe of samengestelde interventies. Dit zijn interventies die uit twee of meer afzonderlijke onderdelen bestaan. Denk aan interventies met aparte onderdelen voor verschillende doelgroepen, zoals een leefstijlinterventie die zowel gericht is op de community als op de school als op de individuele docent. Of aan interventies met verschillende modules die bij een doelgroep 'op maat' worden toegepast.

Naarmate er meer onderdelen zijn is het aan te bevelen de structuur visueel weer te geven in een schema. Dit geldt met name voor de subdoelen en voor de aanpak van de interventie. Zie ook de aanwijzingen in de handleiding.

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep – max 100 woorden

Wat is de uiteindelijke doelgroep van de interventie?

Kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden die naar een kinderopvang gaan, in bijzonder kinderopvang met voorschoolse educatie.

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

- 1) Ouders van kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden die naar een kinderopvang gaan, in het bijzonder kinderopvang met voorschoolse educatie.
- 2) Pedagogisch professionals binnen de kinderopvang.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

Hoe wordt de (intermediaire)doelgroep geselecteerd? Zijn er contra-indicaties? Zo ja, welke?

Om de OK-GEZOND interventie op een kinderopvanglocatie aan te kunnen bieden, dienen pedagogisch professionals de training bij de interventie te hebben gevolgd. Alle kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar en hun ouders, op kinderopvanglocaties die de OK-GEZOND interventie aanbieden, kunnen vervolgens meedoen. De interventie is ontwikkeld en geëvalueerd samen met pedagogisch professionals en ouders binnen de kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool). De voorschool is een opvang voor kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar waar kinderen spelenderwijs worden voorbereid op de basisschool (Gemeente Amsterdam, 2024). OK-GEZOND is daarmee geschikt voor kinderen en hun ouders met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden. Er zijn geen verdere contra-indicaties.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie, en op welke manier?

De interventie is ontwikkeld binnen het OK-GEZOND project van de Hogeschool van Amsterdam in samenwerking met onder andere (partners van) het programma Gezonde Kinderopvang, BOInK, PPINK en Pharos. Het project is medefinancierd door Regieorgaan SIA.

Er is gebruik gemaakt van het Intervention Mapping protocol (Bartholomew et al., 1998; Kok et al., 2016) waarbij systematisch, samen met pedagogisch professionals, ouders en andere stakeholders, is toegewerkt naar de interventie. Op basis van input en feedback van pedagogisch professionals en ouders is de interventie samengesteld en geoptimaliseerd (iteratief proces). Ten behoeve van een procesevaluatie zijn interviews gehouden en vragenlijsten uitgezet binnen de kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool). Op basis van de procesevaluatie is er in de training voor pedagogisch professionals nu meer

aandacht voor het inplannen van ouder-kind activiteiten binnen huidige werkzaamheden op de groep en het inzetten op terugkoppeling van ouders op activiteiten voor thuis.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie?

Het doel van de OK-GEZOND interventie is het, via de ouders en in samenwerking met de kinderopvang, bevorderen van gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag van kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar, met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke intermediaire doelgroepen of subdoelgroep(en)?

Voor de intermediaire doelgroep ouders (stap 2 Intervention Mapping proces (Toussaint et al., 2023)):

- ouders zorgen dat hun kind dagelijks (gezond) ontbijt;
- ouders betrekken hun kind bij het voorbereiden van maaltijden;
- ouders zorgen dat hun kind dagelijks groente eet;
- ouders zorgen dat hun kind dagelijks gezonde producten eet;
- ouders bieden een geschikte portiegrootte voor hun kind aan;
- ouders zorgen dat hun kind dagelijks water drinkt;
- ouders spelen/zijn lichamelijk actief samen met hun kind;
- ouders beperken de schermtijd van hun kind;
- ouders geven hun kind mogelijkheden om lichamelijk actief te zijn;
- ouders zorgen dat hun kind dagelijks buiten speelt;
- ouders zorgen voor een goede slaaphygiëne voor hun kind.

Voor de intermediaire doelgroep pedagogisch professionals:

- een samenwerking met ouders op het gebied van eten en drinken, bewegen en slapen van kinderen.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 300 woorden

Hoe is de opzet van de interventie en wat is de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)?

Voeg eventueel een schema toe als bijlage.

De OK-GEZOND interventie beoogt, via de ouders en in samenwerking met de kinderopvang, gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag te bevorderen van kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar, met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden. Hier wordt aan gewerkt door ouder-kind activiteiten over eten en drinken, bewegen en slapen aan te bieden op de kinderopvang en een samenwerking tussen pedagogisch professionals en ouders rondom de gezonde leefstijlthema's te stimuleren.

Werving

Via de verschillende projectpartners wordt de OK-GEZOND interventie onder de aandacht gebracht bij kinderopvangorganisaties. Kinderopvangorganisaties met interesse melden zich aan bij de Hogeschool van Amsterdam. Na toezegging voor deelname wordt overgegaan op de fase van voorbereiding.

Vorbereiding

Er wordt een afspraak gemaakt met pedagogisch professionals op deelnemende kinderopvanglocaties voor de training behorende bij de interventie.

Uitvoering

1) Training pedagogisch professionals

Pedagogisch professionals op deelnemende kinderopvanglocaties volgen een drie uur durende training. Deze training vindt plaats op locatie of digitaal (via Microsoft Teams) in kleine trainingsgroepen. Er wordt ingegaan op de kennis en vaardigheden van pedagogisch professionals om samen te werken met ouders

aan gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag voor kinderen. Daarnaast worden pedagogisch professionals voorbereid op het inzetten van de interventie, de verschillende leefstijlthema's met bijbehorende informatie en ouder-kind activiteiten worden hierbij besproken.

2) Ouder-kind activiteiten

Na de training begeleiden pedagogisch professionals in een periode van zes maanden ten minste zes ouder-kind activiteiten op hun groep tijdens bestaande oudercontactmomenten zoals de (spel)inloop. Elke activiteit op de groep duurt ongeveer 15 minuten (+ 15 minuten voorbereidingstijd per activiteit voor pedagogisch professionals). Bij elk onderwerp dat wordt behandeld op de groep, hoort een ouder-kind activiteit voor thuis. Pedagogisch professionals stimuleren ouders en kinderen deze thuisactiviteiten uit te voeren. Na een week informeren de professionals naar de ervaringen met de thuisactiviteiten en gaan het gesprek aan over de gerelateerde leefstijlgedragingen.

Evaluatie

Na uitvoering vindt (telefonisch) een evaluatiegesprek plaats met pedagogisch professionals. Daarnaast worden kinderopvanglocaties bezocht tijdens het breng- of haalmoment van kinderen om mondeling ervaringen van ouders op te halen.

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

Welke concrete activiteiten worden uitgevoerd en -eventueel- in welke volgorde? Geef geen uitputtende beschrijving van activiteiten; het is voldoende als de lezer zich een beeld kan vormen van wat er gedaan wordt en hoe dit gedaan wordt.

Indien van toepassing per onderdeel samenvatten. Vergeet niet aandacht te besteden aan de werving.

Bij interventies op maat: geef aan wat op basis van welke criteria wanneer wordt uitgevoerd. Geef ook aan wat minimaal moet worden uitgevoerd om de gestelde doelen te behalen.

Werving

De OK-GEZOND interventie wordt door de verschillende projectpartners (Gezonde Kinderopvang, Impuls, Partou, GGD Amsterdam, Brancheorganisatie Kinderopvang Amsterdam (BKA), Nederlands Jeugdinstituut (Nji), Belangenvereniging van Ouders in de Kinderopvang (BOinK) en Pedagogisch Professionals in Kinderopvang (PPINK)) onder de aandacht gebracht bij hun achterban. Onze partners doen dit binnen de communicatiestromen die zij daarvoor hebben en passen dit in bij gelieerde thema's (bijvoorbeeld: thema Eet Smakelijk! van het Uk & Puk VVE-programma). Een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam herinnert de partners eraan de interventie onder de aandacht te brengen. Dit gebeurt 1x per half jaar of bij aanleiding (bijvoorbeeld: bij de Week van het Jonge Kind, georganiseerd door Kinderopvangtotaal).

Kinderopvangorganisaties met interesse in de OK-GEZOND interventie kunnen zich telefonisch of per mail aanmelden. Een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam neemt vervolgens contact op om de organisatie verder te informeren over de interventie. Na toezegging voor deelname wordt overgegaan op de fase van voorbereiding. De toezegging betreft schriftelijke toestemming door het management van de kinderopvangorganisatie voor het deelnemen van hun kinderopvanglocaties aan de OK-GEZOND interventie.

Vorbereiding

Het management informeert pedagogisch professionals over de inzet van de OK-GEZOND interventie op hun groep(en). Een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam neemt contact op met pedagogisch professionals (of hun leidinggevende) van een kinderopvanglocatie binnen een deelnemende kinderopvangorganisatie om een afspraak te maken voor de training behorende bij de OK-GEZOND interventie. In overleg wordt bepaald of de training op locatie of digitaal plaatsvindt en wordt een datum en tijd afgesproken.

Uitvoering

1) Training pedagogisch professionals

Pedagogisch professionals op deelnemende kinderopvanglocaties volgen een drie uur durende training. Deze training wordt verzorgd door een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam. De training bestaat uit twee onderdelen. In het eerste deel wordt theorie over het samenwerken met ouders besproken. Pedagogisch professionals worden uitgenodigd om eigen ervaringen omtrent het samenwerken met ouders te delen: wat werkt, en wat werkt niet? Daarnaast wordt een casus uit de dagelijkse praktijk behandeld en worden er tips gedeeld. In het tweede deel van de training worden de ouder-kind activiteiten binnen de OK-GEZOND interventie doorgenomen en wordt theorie omtrent gezond eet-, beweeg- en slaapedrag voor kinderen gepresenteerd. Er is tevens aandacht voor het stimuleren van ouders en kinderen om thuisactiviteiten uit te voeren en de daarbij behorende terugkoppeling. Bij de training wordt een reader (op papier of digitaal in de vorm van de OK-GEZOND app) verstrekt. De reader bevat informatie behandeld tijdens de training: achtergrondinformatie; tips voor ouders; benodigde materialen en een beschrijving voor ouder-kind activiteiten; informatiekaarten voor ouders (beschikbaar in het Nederlands, Turks en Engels).

2) Ouder-kind activiteiten voor op de kinderopvang en thuis

Na de training gaan pedagogisch professionals aan de slag met de ouder-kind activiteiten. De OK-GEZOND interventie kent tien ouder-kind activiteiten voor op de groep. Deze ouder-kind activiteiten hebben betrekking op de volgende onderwerpen binnen de leefstijlthema's eten en drinken, bewegen en slapen:

- gezond eten en drinken - memoryspel;
- betrekken bij eten - groente- en fruitmoment voorbereiden;
- ontbijten - ontbijt uitzoeken;
- hoeveelheid eten - placemat versieren;
- water drinken - bekertje versieren;
- samen bewegen - beweegkalender;
- binnenspelen en schermtijd - zoekspel;
- samen op pad - loopfietsparcours;
- buitenspelen - natuurschat zoeken;
- goed slapen - slaapritueel.

Pedagogisch professionals kiezen minimaal zes activiteiten die goed passen bij hun doelgroep kinderen en ouders of die onderwerpen behandelen waarvan zij denken dat aandacht nodig is bij hun doelgroep kinderen en ouders. Daarbij wordt verwacht dat in ieder geval de volgende ouder-kind activiteiten worden uitgevoerd:

- activiteit gezond eten en drinken - memoryspel;
- activiteit samen bewegen - beweegkalender;
- activiteit goed slapen - slaapritueel.

Door de inzet van deze drie activiteiten wordt gewaarborgd dat de drie leefstijlthema's eten en drinken, bewegen en slapen onder de aandacht komen. Elke activiteit duurt ongeveer 15 minuten (+ 15 minuten voorbereidingstijd per activiteit voor pedagogisch professionals).

De pedagogisch professional begeleidt de ouders en kinderen bij de activiteit. Dit doet de professional door de benodigde materialen te verstrekken en een gesprek aan te gaan (hierbij kunnen de achtergrondinformatie voor pedagogisch professionals en tips voor ouders uit de reader worden gebruikt). Na afloop krijgen de ouders van de pedagogisch professional de informatiekaart voor ouders en het verzoek om thuis een gerelateerde activiteit uit te voeren.

De ouder-kind activiteiten worden ingezet binnen een periode van maximaal zes maanden. De weken waarin er geen activiteit plaatsvindt op de groep, voeren ouders en kinderen de ouder-kind activiteiten voor thuis uit. Pedagogisch professionals vragen naar ervaringen met deze thuisactiviteiten en gaan het gesprek aan over de gerelateerde leefstijlgedragingen. Een voorbeeld van een activiteit voor thuis is het uitvoeren van het slaapritueel dat ouders en kinderen bij de ouder-kind activiteit op de groep hebben gemaakt. Pedagogisch professionals vragen (na een week) of het is gelukt om thuis het slaapritueel uit te voeren en hoe het (nu) gaat met het slaapedrag van een kind.

Evaluatie

Na de periode van uitvoering vindt (telefonisch) een evaluatiegesprek plaats met pedagogisch professionals. Een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam voert het gesprek met behulp van onderstaande vragen. Er wordt doorgevraagd en gevraagd om voorbeelden. Met de input en feedback uit de gesprekken kan de OK-GEZOND interventie worden doorontwikkeld.

- Welke ouder-kind activiteiten heb je op de groep begeleid?
- Waarom heb je gekozen voor deze ouder-kind activiteiten?
- Heb je de ouder-kind activiteiten uitgevoerd zoals beschreven in de reader/OK-GEZOND app?
- Wat vond je van de ouder-kind activiteiten? Wat vond je goed? Wat kan er beter?
- Hoe reageerden de kinderen op de ouder-kind activiteiten?
- Hoe reageerden de ouders op de ouder-kind activiteiten?
- Heb je terugkoppeling ontvangen van ouders over de ouder-kind activiteiten voor thuis?
- Heb je gezien dat naar aanleiding van de ouder-kind activiteiten er veranderingen waren bij ouders en kinderen op het gebied van eten en drinken, bewegen en slapen?
- Helpt OK-GEZOND bij het samenwerken met ouders op het gebied van eten en drinken, bewegen en slapen van kinderen?

De projectmedewerker schrijft een kort verslag over de ervaringen van pedagogisch professionals zodat het kan worden meegenomen bij de doorontwikkeling van de interventie.

Om input en feedback op te halen bij ouders bezoekt een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam per kinderopvangorganisatie minimaal één kinderopvanglocatie (afhankelijk van de organisatiegrootte) tijdens het breng- of haalmoment van kinderen. Daarbij wordt mondeling ingegaan op hoe ouders de ouder-kind activiteiten hebben ervaren via onderstaande vragen.

- Wat vond u van de ouder-kind activiteiten op de kinderopvanglocatie?
- Wat vond uw kind van de ouder-kind activiteiten op de kinderopvanglocatie?
- Wat vond u van de instructies en begeleiding van de pedagogisch professionals bij de ouder-kind activiteiten?
- Heeft u samen met uw kind de ouder-kind activiteiten voor thuis gedaan?
- Wat vond u van de ouder-kind activiteiten voor thuis?
- Wat vond uw kind van de ouder-kind activiteiten voor thuis?
- Wat vond u van de informatiekaarten?
- Hoe gaat het nu met de thema's waarbij u een ouder-kind activiteiten heeft gedaan (bijvoorbeeld groente proeven, water drinken en slapen)?
- Heeft u naar aanleiding van de activiteiten (meer) contact gehad met de pedagogisch professionals over het eten en drinken, bewegen en slapen van uw kind?

De projectmedewerker schrijft een kort verslag over de ervaringen van ouders bij een bepaalde kinderopvanglocatie zodat het kan worden meegenomen bij de doorontwikkeling van de interventie.

Borging

Bij de training voor pedagogisch professionals wordt besproken hoe de OK-GEZOND interventie kan worden geborgd binnen een kinderopvanglocatie. De interventie kan bijvoorbeeld worden opgenomen in een jaarplanning van de locatie zodat het jaarlijks wordt ingezet bij een locatie. Daarnaast kan de interventie worden geborgd in bestaande thema's op een kinderopvanglocatie zoals 'Eet Smakelijk!'.

Naast borging per kinderopvanglocatie heeft het landelijke programma Gezonde Kinderopvang voornemens de OK-GEZOND interventie op te nemen in hun aanpak.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

Welke materialen zijn beschikbaar voor de uitvoering, werving en evaluatie van de interventie?

Er is een Nederlandstalige reader zowel op papier als digitaal (OK-GEZOND app) beschikbaar met:

- achtergrondinformatie voor pedagogisch professionals: bij elk onderwerp is achtergrondinformatie beschikbaar. Deze informatie sluit aan op de Richtlijnen goede voeding (Gezondheidsraad), het Bewegadvies voor kinderen tot en met vier jaar (Gezondheidsraad) en de JGZ-richtlijn Gezonde slaap en slaapproblemen. In de OK-GEZOND app zijn per onderwerp animaties beschikbaar.
- tips voor ouders: bij elk onderwerp staan korte, praktische tips voor ouders.
- benodigde materialen en een beschrijving voor ouder-kind activiteiten: bij elk onderwerp staat een ouder-kind activiteit voor op de groep en voor thuis. Bij elke ouder-kind activiteit staat beschreven wat er nodig is aan materialen. De materialen op papier zijn in de OK-GEZOND app gratis te downloaden maar kunnen in overleg tegen vergoeding (druk- en verzendkosten) ook fysiek worden verstrekt.
- informatiekaarten voor ouders: bij elk onderwerp is een informatiekaart voor ouders gemaakt. De informatiekaarten zijn beschikbaar in het Nederlands, Turks en Engels. Net als de andere materialen op papier, kunnen de informatiekaarten gratis worden gedownload in de OK-GEZOND app of in overleg tegen vergoeding (druk- en verzendkosten) fysiek worden verstrekt.

Locatie en type organisatie – max 200 woorden

Waar kan de interventie uitgevoerd worden en welk(e) soort(en) organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren?

De OK-GEZOND interventie kan worden ingezet op kinderopvanglocaties die opvang bieden aan kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar. De interventie is ontwikkeld en geëvalueerd samen met pedagogisch professionals en ouders binnen de kinderopvang met voorschoolse educatie (voorschool). OK-GEZOND is daarmee geschikt voor kinderen en hun ouders met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden. Het kan worden geïmplementeerd in bestaande jaar- en dagprogramma's en bestaande oudercontactmomenten.

Pedagogisch professionals dienen de training bij de OK-GEZOND interventie te hebben gevolgd alvorens zij aan de slag gaan met de ouder-kind activiteiten op hun groep. De training bij de OK-GEZOND interventie wordt uitsluitend uitgevoerd door projectmedewerkers van de Hogeschool van Amsterdam met expertise op het gebied van pedagogiek en voeding, beweging en slaap bij kinderen (betrokken lectoraten: Voeding en Beweging, Bewegen in en om School en De Pedagogische Functie van Onderwijs en Opvoeding).

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

Wie zijn de uitvoerders en welke opleiding en competenties hebben zij nodig?

Alle pedagogisch professionals die de training bij de OK-GEZOND interventie hebben gevolgd kunnen aan de slag gaan met de ouder-kind activiteiten op hun groep. Het betreft gediplomeerde pedagogisch professionals (afgeronde opleiding: mbo 2 of hoger). Het heeft de voorkeur dat pedagogisch professionals basiskennis hebben over een gezonde leefstijl bij kinderen.

De training bij de OK-GEZOND interventie wordt uitsluitend uitgevoerd door projectmedewerkers van de Hogeschool van Amsterdam met expertise op het gebied van pedagogiek en voeding, beweging en slaap bij kinderen (betrokken lectoraten: Voeding en Beweging, Bewegen in en om School en De Pedagogische Functie van Onderwijs en Opvoeding).

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden *Hoe wordt de kwaliteit van de interventie bewaakt?*

Pedagogisch professionals worden met de training behorende bij de OK-GEZOND interventie getraind om samen te werken met ouders aan gezond eet-, beweeg- en slaapedrag van kinderen.

Tijdens de interventie houdt een pedagogisch professional bij, welke ouder-kind activiteiten er worden uitgevoerd. Onder andere het aantal en soort ouder-kind activiteiten worden tijdens het (telefonische) evaluatiegesprek door een projectmedewerker van de Hogeschool van Amsterdam nagevraagd.

De Hogeschool van Amsterdam blijft de interventie bij de intermediaire doelgroepen evalueren zodat doorontwikkeling mogelijk is.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?
De OK-GEZOND interventie is gezien de huidige werkdruk en arbeidskrachte binnen de kinderopvang bewust zo laagdrempelig als mogelijk gemaakt. Geen uitgebreide interventie met meerdere randvoorwaarden dus. Een kinderopvangorganisatie en -locatie moet bereid zijn om met de gezonde leefstijlthema's aan de slag te gaan. Daarnaast moet bij een kinderopvanglocatie tijd/ruimte zijn/worden gecreëerd om de ouder-kind activiteiten aan te kunnen bieden op de groep. De activiteiten kunnen worden geïmplementeerd in bestaande oudercontactmomenten zoals de (spel)inloop en behoeven weinig voorbereidingstijd (ongeveer 15 minuten per activiteit). Pedagogisch professionals dienen in staat gesteld te worden de drie uur durende training bij de OK-GEZOND interventie te volgen en kunnen daarna aan de slag met ouder-kind activiteiten.

Implementatie – max 200 woorden

Is er een systeem voor implementatie? Geef een samenvatting.

De implementatie van de OK-GEZOND interventie is belegd bij het lectoraat Voeding en Beweging van de Hogeschool van Amsterdam. Zij nemen in ieder geval 1x per half jaar contact op met de verschillende partners (Gezonde Kinderopvang, Impuls, Partou, GGD Amsterdam, BKA, NJi, BoinK en PPINK) over de te nemen stappen met betrekking tot implementatie. Op dat moment worden de afspraken over de communicatie omtrent OK-GEZOND voor het komend half jaar vastgelegd. Er is een standaard bericht voor communicatie beschikbaar gemaakt die, naar wens, door de partners aangepast kan worden.

Op dit moment worden de kinderopvangorganisaties Impuls en Partou door het lectoraat Voeding en Beweging van de Hogeschool van Amsterdam ondersteund bij het verder uitrollen van OK-GEZOND binnen hun organisatie. Deze implementatie wordt gecombineerd met verdere evaluatie en doorontwikkeling van de interventie.

Het landelijke programma Gezonde Kinderopvang is voornemens de OK-GEZOND interventie op te nemen in hun aanpak. Na de zomer 2024 wordt hier verder op ingezet.

Er wordt op dit moment ook gewerkt aan een subsidieaanvraag om de OK-GEZOND interventie uit te breiden naar de buitenschoolse opvang. Deze aanvraag wordt in het najaar 2024 ingediend.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (in aantallen uren) en de materiële kosten.

De training bij de OK-GEZOND interventie wordt aangeboden door de Hogeschool van Amsterdam. Het tarief voor een training is €320,- (€80,- per uur, berekent op basis van 1 uur voorbereiding/reis tijd en 3 uur voor de uitvoer). Deze kosten kunnen komen te vervallen wanneer het HvA-team met onderzoek voor evaluatie/doorontwikkeling mag aansluiten.

Geschatte tijdsinvestering per pedagogisch professional: 3 uur training + 15 minuten voorbereidingstijd per ouder-kind activiteit op de groep.

De benodigde materialen op papier zijn gratis te downloaden via de OK-GEZOND app. Verder zijn er materialen nodig die standaard aanwezig zijn op de kinderopvang (zoals scharen, kleurtjes, lijm etc.). Voor enkele ouder-kind activiteiten op de groep zijn overige materialen nodig zoals kartonnen bekertjes. Deze materialen zijn makkelijk aan te schaffen en laag in kosten.

3. Onderbouwing

Probleem – max 400 woorden

Voor welk probleem of (mogelijk) risico is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, ernst, spreiding en gevolgen.

De OK-GEZOND interventie is ontwikkeld om via de kinderopvang gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag bij kinderen in de leeftijd van 2 tot 4 jaar, met verschillende sociaal-culturele en sociaaleconomische achtergronden, te bevorderen.

Ongezonde leefstijl gedragingen, zoals eet-, beweeg- en slaapgedrag, zijn belangrijke oorzaken voor het ontstaan van overgewicht en obesitas. Veel kinderen in Nederland hebben (ernstig) overgewicht. Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek had in 2018 tot en met 2021, 12% van de kinderen in de leeftijd van 2 tot 12 jaar overgewicht en 3% obesitas (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2022). Het probleem van overgewicht en obesitas is groter bij kinderen uit gezinnen met een migratieachtergrond en/of lage sociaaleconomische positie (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2022; Labree et al., 2011; World Health Organisation, 2021). Al op jonge leeftijd zijn er gezondheidsverschillen tussen sociaaleconomische en sociaal-culturele groepen zichtbaar en deze verschillen worden groter naarmate kinderen ouder worden (Bouthoorn et al., 2014).

Kinderen met (ernstig) overgewicht ondervinden vaak fysieke en psychosociale problemen, zowel op jonge leeftijd als later, die een goede ontwikkeling in de weg staan (Atay & Bereket, 2016). Het is van belang om al op jonge leeftijd gezond gedrag te stimuleren. Leefstijlgedragingen worden in de jonge kinderjaren gevormd (Craigie et al., 2011) en de gewichtstatus op jonge leeftijd is een voorspeller voor overgewicht op latere leeftijd (De Kroon et al., 2010; Singh et al., 2008; Willers et al., 2012).

De belangstelling voor het bevorderen van een gezonde leefstijl bij jonge kinderen is de laatste jaren gegroeid binnen de Nederlandse kinderopvang. Er wordt gezien dat voor veel verschillende kinderen in Nederland (en de gezinnen waarin zij opgroeien) een gezonde leefstijl allesbehalve vanzelfsprekend is. Een goed voorbeeld van erkenning in de kinderopvang, is de aandacht voor het thema gezonde leefstijl in het landelijke Pedagogisch curriculum voor het jonge kind in de kinderopvang (Bureau Kwaliteit Kinderopvang, 2017). Kinderopvangcentra hebben traditioneel een aanzienlijk bereik en vullen als het ware het 'pedagogische gat' op tussen het consultatiebureau en de basisschool. Het contact met ouders binnen de kinderopvang biedt kansen om interventies ter preventie van overgewicht en obesitas gericht in te zetten (Sisson et al., 2016).

Oorzaken – max 400 woorden

Welke factoren veroorzaken het probleem of (mogelijk) risico?

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

Welke factoren pakt de interventie aan en welke onder 1.2 benoemde (sub)doelen horen daarbij?

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

Verantwoording – max 1000 woorden

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de doelen bij deze doelgroep bereikt kunnen worden.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de uitvoering van de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van ieder genoemd onderzoek mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave (indien gepubliceerd)
- b) Het type onderzoek, de onderzoeksmethode en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot inzicht in de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd volgens plan, het bereik van de interventie, de waardering en ervaring van de uitvoerders en doelgroep, succes- en faalfactoren, en -indien beschikbaar- de uitvoerbaarheid, de randvoorwaarden en de omgevingsvariabelen.

1) Opzet van de interventie.

Toussaint, N., Streppel, M. T., Mul, S., Gündüz, M., van Verseveld, M. D. A., Janssen, M., Weijs, P. J. M., & Fukkink, R. G. (2023). Effect and process evaluation of a preschool-based intervention to promote an early childhood education and care teacher-parent partnership about healthy behaviours in children: Study protocol for the cluster randomised controlled trial CO-HEALTHY. *PLoS One*, 18(2), e0281999.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281999>

Bij het ontwerpen van de OK-GEZOND interventie is gebruik gemaakt van het Intervention Mapping protocol. Op basis van input en feedback van pedagogisch professionals en ouders (verkregen via focus groepen en gesprekken) is de interventie samengesteld en geoptimaliseerd (iteratief proces). Zo zijn bijvoorbeeld, samen met de intermediaire doelgroepen, de 10 onderwerpen binnen de gezonde leefstijl thema's eten en drinken, bewegen en slapen bepaald. Het Intervention Mapping proces staat beschreven in een recent gepubliceerd artikel (Toussaint et al., 2023).

2) Procesevaluatie van de interventie.

Toussaint, N., Streppel, M. T., Mul, S., Gündüz, M., (2023). Procesevaluatie OK-GEZOND. Lectoraat Voeding en Beweging, Faculteit Bewegen, Sport en Voeding, Centre of Expertise Urban Vitality, Hogeschool van Amsterdam.

Ten behoeve van een procesevaluatie is kwantitatief en kwalitatief onderzoek uitgevoerd bij de intermediaire doelgroepen binnen 23 voorscholen in de regio Amsterdam. Er hebben 44 pedagogisch professionals deelgenomen aan de training van de OK-GEZOND interventie. Op 16 voorscholen zijn minimaal 6 ouder-kind activiteiten uitgevoerd. Bij de overige locaties is dit niet gelukt i.v.m. de coronapandemie. De OK-GEZOND interventie is door zowel pedagogisch professionals als ouders positief ontvangen. De kant-en-klare, leuke en leerzame ouder-kind activiteiten voor de (spel)inloop geven professionals en ouders een ingang om op een laagdrempelige manier met elkaar in gesprek te gaan en samen te werken aan gezond eet-, beweeg- en slaapgedrag van kinderen. Met OK-GEZOND is er een praktisch hulpmiddel voor pedagogisch professionals die werken met kinderen tussen de 2 en 4 jaar om ouders te betrekken bij leefstijl gerelateerde onderwerpen. Aandachtspunten betroffen het inplannen van ouder-kind activiteiten binnen huidige werkzaamheden op de groep en het inzetten op terugkoppeling van ouders op activiteiten voor thuis.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten – max 600 woorden

Wat is op basis van het beschikbare onderzoek bekend over de behaalde effecten met de interventie?

Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van het werkblad de volledige publicatie van iedere genoemde studie mee.

Beschrijf per onderzoek:

- a) De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave
- b) Het type onderzoek, de meetinstrumenten en de omvang van het onderzoek
- c) Een samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot het bereik van de interventie, de gevonden effecten en -indien beschikbaar- de door de doelgroep ervaren effectiviteit en de mate waarin de veronderstelde werkzame elementen daadwerkelijk zijn uitgevoerd.

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel (4.2) hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op de niveaus 'Goed beschreven' en 'Goed onderbouwd'.

5. Samenvatting Werkzame elementen

Wat zijn de werkzame elementen van deze interventie waardoor de gestelde doelen bij de doelgroep gerealiseerd worden? Geef een puntsgewijs overzicht van de belangrijkste werkzame elementen van de interventie. Denk daarbij aan inhoudelijke en praktische elementen.

Max 250 woorden

Klik hier als u tekst wilt invoeren.

Let op: dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor erkenning op niveau 'Goed beschreven'.

6. Aangehaalde literatuur

Maak een alfabetische lijst van alle in deze beschrijving aangehaalde literatuur en gebruik hiervoor de APA-normen (variant met kleine letters, zie aanwijzingen in de handleiding).

- Atay, Z., & Bereket, A. (2016). Current status on obesity in childhood and adolescence: Prevalence, etiology, co-morbidities and management. *Obesity Medicine*, 3, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.obmed.2016.05.005>
- Bartholomew, L. K., Parcel, G. S., & Kok, G. (1998). Intervention mapping: a process for developing theory- and evidence-based health education programs. *Health Educ Behav*, 25(5), 545-563. <https://doi.org/10.1177/109019819802500502>
- Bouthoorn, S. H., Wijtzes, A. I., Jaddoe, V. W., Hofman, A., Raat, H., & van Lenthe, F. J. (2014). Development of socioeconomic inequalities in obesity among Dutch pre-school and school-aged children. *Obesity (Silver Spring)*, 22(10), 2230-2237. <https://doi.org/10.1002/oby.20843>
- Bureau Kwaliteit Kinderopvang. (2017). *Pedagogisch curriculum voor het jonge kind in de kinderopvang*. B. S. v. Loghum.
- Centraal Bureau voor de Statistiek. (2022). *Minder overgewicht en obesitas onder kinderen met hoogopgeleide ouders*. <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2022/45/minder-overgewicht-en-obesitas-onder-kinderen-met-hoogopgeleide-ouders>
- Craigie, A. M., Lake, A. A., Kelly, S. A., Adamson, A. J., & Mathers, J. C. (2011). Tracking of obesity-related behaviours from childhood to adulthood: A systematic review. *Maturitas*, 70(3), 266-284. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2011.08.005>
- De Kroon, M. L., Renders, C. M., Van Wouwe, J. P., Van Buuren, S., & Hirasings, R. A. (2010). The Terneuzen birth cohort: BMI changes between 2 and 6 years correlate strongest with adult overweight. *PLoS One*, 5(2), e9155. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0009155>
- Gemeente Amsterdam. (2024). *Voor- en vroegschoolse educatie*. <https://www.amsterdam.nl/onderwijs-jeugd/vroegschoolse-educatie/>
- Gubbels, J. S., Gerards, S. M., & Kremers, S. P. (2015). Use of food practices by childcare staff and the association with dietary intake of children at childcare. *Nutrients*, 7(4), 2161-2175. <https://doi.org/10.3390/nu7042161>
- Kok, G., Gottlieb, N. H., Peters, G. J., Mullen, P. D., Parcel, G. S., Ruiters, R. A., Fernández, M. E., Markham, C., & Bartholomew, L. K. (2016). A taxonomy of behaviour change methods: an Intervention Mapping approach. *Health Psychol Rev*, 10(3), 297-312. <https://doi.org/10.1080/17437199.2015.1077155>
- Labree, L. J., van de Mheen, H., Rutten, F. F., & Foets, M. (2011). Differences in overweight and obesity among children from migrant and native origin: a systematic review of the European literature. *Obes Rev*, 12(5), e535-547. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2010.00839.x>
- Singh, A. S., Mulder, C., Twisk, J. W., van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. (2008). Tracking of childhood overweight into adulthood: a systematic review of the literature. *Obes Rev*, 9(5), 474-488. <https://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2008.00475.x>
- Sisson, S. B., Krampe, M., Anundson, K., & Castle, S. (2016). Obesity prevention and obesogenic behavior interventions in child care: A systematic review. *Prev Med*, 87, 57-69. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.02.016>
- Sleddens, E. F., Gerards, S. M., Thijs, C., de Vries, N. K., & Kremers, S. P. (2011). General parenting, childhood overweight and obesity-inducing behaviors: a review. *Int J Pediatr Obes*, 6(2-2), e12-27. <https://doi.org/10.3109/17477166.2011.566339>
- Toussaint, N., Streppel, M. T., Mul, S., Gündüz, M., van Verseveld, M. D. A., Janssen, M., Weijs, P. J. M., & Fokkink, R. G. (2023). Effect and process evaluation of a preschool-based intervention to promote an early childhood education and care teacher-parent partnership about healthy behaviours in children: Study protocol for the cluster randomised controlled trial CO-HEALTHY. *PLoS One*, 18(2), e0281999. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281999>
- Willers, S. M., Brunekreef, B., Smit, H. A., van der Beek, E. M., Gehring, U., de Jongste, C., Kerkhof, M., Koppelman, G. H., & Wijga, A. H. (2012). BMI development of normal weight and overweight children in the PIAMA study. *PLoS One*, 7(6), e39517. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0039517>
- World Health Organisation. (2021). *Obesity and overweight*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

7. Praktijkvoorbeeld

Beschrijf, indien beschikbaar, in max. 600 woorden een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

[Spelenderwijs naar een gezonde\(re\) leefstijl voor peuters - HvA - YouTube](#)