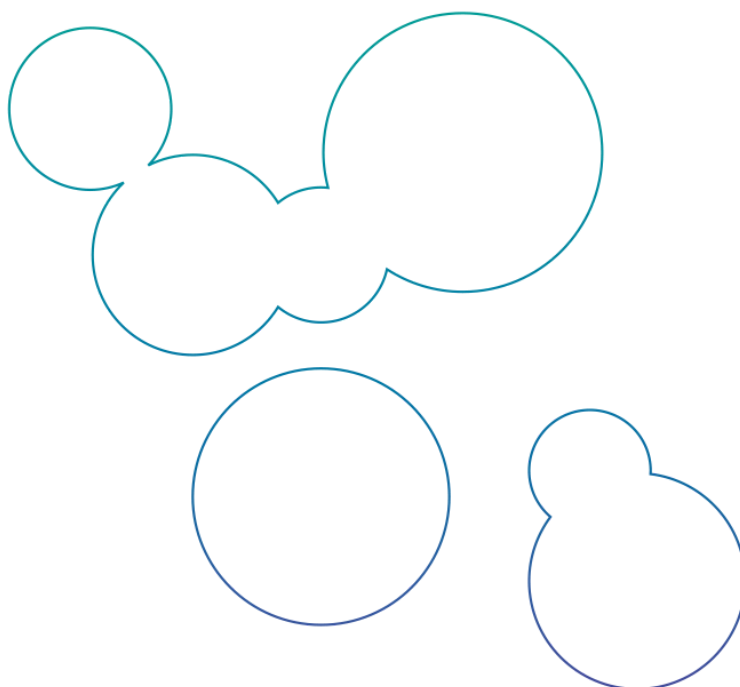


Interventiebeschrijving

KERNgezond Fris & Fruitig



Colofon

Eigenaar / licentiehouder van de interventie

Naam organisatie: Sport-Company

E-mail: info@wijzijnkernegezond.nl

Telefoon: 077 707 4110

Website (van de interventie): www.wijzijnkernegezond.nl

Contactpersoon

Naam: Maurice Graef

E-mail: maurice@wijzijnkernegezond.nl

Telefoon: 077 707 4110

Referentie in verband met publicatie

Naam auteur interventiebeschrijving: Erik Joosten

Titel interventie: KERNgezond Fris & Fruitig

Databank(en): Database Erkende Interventies (Kenniscentrum Sport & Bewegen)

Plaats, kenniscentrum: Neer, Sport-Company

Datum: 26-02-2025

Kijk bij het invullen in de handleiding die bij dit format hoort.

Foto van de interventie – optioneel



Quote van een deelnemer – optioneel (max 50 woorden)

“Ik heb ontdekt dat je met gezonde
dingen ook een superlekker
gerechtje kunt maken!”

✓ Hierbij verklaar ik (interventie eigenaar) dat de foto rechtenvrij is en dat betrokkenen toestemming hebben gegeven. De foto en quote mogen door het kenniscentrum worden gebruikt in openbare uitingen over mijn interventie.

Samenvatting

(Delen uit) deze samenvatting is/zijn direct zichtbaar op de pagina van jouw interventie in de Databank. Dit is het visitekaartje van je interventie voor gemeenten en (zorg)organisaties. Zorg dat je binnen het aantal woorden blijft. NB De volledige interventiebeschrijving is vanuit de databank te downloaden als pdf.

Doelgroep – max 50 woorden

De primaire doelgroep van KERNgezond F&F is de bovenbouw van de basisschool (kinderen in de leeftijd van 8 t/m 12 jaar). De intermediaire doelgroep zijn ouders/opvoeders, leraren, sportverenigingen en lokale partners.

Doel – max 50 woorden

Het hoofddoel van het project KERNgezond F&F is dat basisschoolkinderen van de bovenbouw na KERNgezond F&F regelmatig bewegen, gezonder eten en zich socialer gedragen naar klasgenoten en de sociale omgeving, om zo een gezondere leefstijl te ontwikkelen.

Aanpak – max 100 woorden

KERNgezond F&F speelt in op gezonde voeding, gezond bewegen en gezond gedrag, waarbij plezier en beleving centraal staan. Middels zes tot acht activiteiten, gericht op een of meerdere pijlers, zien de kinderen dat gezond leuk is.

De beleving van KERNgezond F&F wordt nog extra versterkt door de aanwezigheid van topsporters; een topsporter spreekt tot de verbeelding bij kinderen wanneer hij/zij vertelt over voeding, beweging, het belang van normen en waarden zowel op als buiten het veld.

Materialen – max 50 woorden

Er wordt van vele materialen gebruik gemaakt ten behoeve van de werving, uitvoering en evaluatie van KERNgezond F&F. Dit kunnen presentaties, quizzen, sportmaterialen en nog veel meer zijn. Allen ten doel om de beleving van een gezonde leefstijl over te brengen en/of te versterken.

Onderbouwing – max 100 woorden

LET OP dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor het niveau Goed beschreven.

Onderzoek – max 100 woorden

Onderzoek naar geschiktheid en toegevoegde waarde is gedaan aan de hand van interviews met direct betrokkenen. Denk hierbij aan de deelnemende leerlingen alsmede de docenten die in de werkgroepen zitting hebben. Zij zijn allen zeer tevreden en eventuele verbeterpunten worden jaarlijks meegenomen in de opzet van weer een nieuw schooljaar KERNgezond Fris & Fruitig.

Inhoud

Colofon	2
Samenvatting	4
Inhoud	5
1. Beschrijving interventie	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	7
1.3 Aanpak	8
2. Uitvoering	18
3. Onderbouwing	27
4. Onderzoek	29
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	29
4.2 Onderzoek naar de effectiviteit	29
5. Praktijkvoorbeeld	30
6. Aangehaalde literatuur	31

1. Beschrijving interventie

Het format 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? Beschrijf ook eventuele subdoelgroepen.

De primaire doelgroep van KERNgezond F&F is de bovenbouw van de basisschool (kinderen in de leeftijd van 8 t/m 12 jaar). In overleg met de scholen wordt de precieze doelgroep bepaald (dit kan per school variëren).

Intermediaire doelgroep – max 100 woorden

Zijn er intermediaire doelgroepen? Zo ja, welke?

De intermediaire doelgroepen van de interventie zijn leerkrachten, ouders/opvoeders, de lokale partners en de sportverenigingen.

De interventie is niet direct gericht op de leerkrachten en ouders/opvoeders maar zij worden wel geïnformeerd en meegenomen in het proces. Zij worden gezien als een belangrijke doelgroep, aangezien zij veel invloed hebben op het gedrag van de primaire doelgroep.

Voor het succes van de interventie zijn de lokale partners, sportverenigingen en topsporters onmisbaar. Ook zij zijn nodig om KERNgezond F&F uit te kunnen voeren.

Selectie van doelgroepen – max 250 woorden

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

Deze interventie betreft universele preventie, daarom worden er verder geen specifieke eisen gesteld aan de doelgroep. Alle kinderen uit de bovenbouw kunnen meedoen.

Betrokkenheid doelgroep – max 150 woorden

Op welke manier was de doelgroep betrokken bij de (door)ontwikkeling van de interventie?*

**Bij bijvoorbeeld kinderen of mensen met een beperking kunnen dit ook naasten (ouders, mantelzorgers) zijn.*

De primaire doelgroep is niet direct betrokken bij de ontwikkeling van de interventie. Wel zijn zij betrokken bij de doorontwikkeling van KERNgezond F&F. Op het eind van het schooljaar geven de kinderen een cijfer voor elke activiteit. Wanneer een activiteit gemiddeld met een 7,5 of lager is beoordeeld, wordt voor het nieuwe schooljaar de activiteit aangepast.

De intermediaire doelgroep (de leerkrachten) wordt steeds opnieuw betrokken bij de (door)ontwikkeling van KERNgezond F&F. Dit door in overleg de activiteiten te bepalen, twee structurele evaluatiemomenten in te plannen en daarnaast door terugkoppeling rondom de activiteiten te geven. KERNgezond F&F is en blijft een dynamisch concept, en staat daarbij steeds open voor verbeterpunten.

Bij het maken van de planning wordt, in overleg met de werkgroep, de invulling van de activiteiten bepaald (afhankelijk van de mogelijkheden in het dorp). Er wordt gekeken of er aansluiting kan worden gevonden bij de thema's waarmee de scholen werken (zodat de lessen op school en de activiteiten elkaar versterken).

Daarnaast zijn er gedurende het schooljaar twee momenten gepland dat de werkgroep bij elkaar komt om te evalueren.

1.2 Doel

Hoofddoel – max 100 woorden

Wat is het hoofddoel van de interventie? Beschrijf dit zo concreet mogelijk in termen van gedrag van de einddoelgroep.

Het hoofddoel van het project KERNgezond F&F is dat basisschoolkinderen van de bovenbouw na KERNgezond F&F regelmatig bewegen, gezonder eten en zich socialer gedragen naar klasgenoten en de sociale omgeving, om zo een gezondere leefstijl te ontwikkelen.

KERNgezond F&F biedt een mooie opstap voor basisscholen om beleid rondom bewegen en gezonde voeding te intensiveren.

Subdoelen – max 350 woorden

Wat zijn de subdoelen van de interventie? Beschrijf dit zo concreet (SMART¹) mogelijk.

Indien van toepassing: welke subdoelen horen bij welke subdoelgroep(en) of intermediaire doelgroep(en)? Geef voor elke intermediaire doelgroep minimaal één subdoel aan.

1. Subdoelen primaire doelgroep

Subdoelen gezonde voeding

- De kinderen hebben meer kennis van ontbijten en gezonde voeding;
- De kinderen zijn zich meer bewust het belang van ontbijten en gezonde voeding;
- De kinderen zijn gemotiveerd elke dag te ontbijten en gezonder te eten;
- Een toename van 5% van het aantal leerlingen die twee stuks fruit per dag eten.

Subdoelen gezond bewegen

- De kinderen hebben meer kennis van het belang van voldoende bewegen/buiten spelen;
- De kinderen ervaren hoe zij op verschillende manieren meer kunnen bewegen;
- De kinderen zijn zich meer bewust van het belang van voldoende bewegen/buiten spelen;
- Kinderen zijn gemotiveerd om meer te bewegen;
- Een toename van 5% van het aantal leerlingen die actief naar school gaan (lopend of op de fiets).

Subdoelen gezond gedrag

- De kinderen hebben meer kennis van het belang van gezond gedrag (sociale vaardigheden, zoals samenwerken, niet pesten, respect hebben voor elkaar);
- De kinderen zijn bewuster met hun eigen gedrag (sociale vaardigheden, zoals samenwerken, niet pesten, respect hebben voor elkaar) en dat van hun omgeving bezig;
- De kinderen zijn gemotiveerd gezond gedrag te vertonen (sociale vaardigheden, zoals samenwerken, niet pesten, respect hebben voor elkaar);
- Een afname van 10% van het aantal leerlingen die zijn gepest de afgelopen drie maanden.

Bovenstaande cijfers zijn alleen van toepassing wanneer activiteiten op dezelfde manier worden ingevuld en uitgevoerd als door Sport-Company en wordt voldaan aan de kwaliteitseisen en randvoorwaarden zoals gesteld door Sport-Company.

¹ SMART = specifiek, meetbaar, acceptabel, realistisch en tijdgebonden

2. Subdoelen intermediaire doelgroep

- Leerkrachten zijn gemotiveerd om gedurende het schooljaar ook buiten de 'KERNgezond F&F-activiteiten aandacht aan de thema's gezonde voeding, gezond bewegen en gezond gedrag te besteden;
- Ouders/opvoeders van de KERNgezond F&F leerlingen hebben kennis van KERNgezond F&F.

3. Voorwaardelijke doelstelling

- Voor de uitvoering van KERNgezond F&F is draagvlak en ondersteuning van lokale ondernemers, sportverenigingen en topsporters noodzakelijk (zie randvoorwaarden).
- Het creëren van bewustzijn bij verenigingen, organisaties en scholen in de wijk/kern is van belang voor een breed gedragen integrale benadering rondom gezonde leefstijl.

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie – max 300 woorden

Hoe is de opzet van de interventie? Beschrijf op hoofdlijn de fasen, bijvoorbeeld (1) voorbereiding/ werving (2) uitvoering en (3) afronding/ borging. Wat is per fase de omvang (duur, aantal contacten – indien van toepassing)? Voeg hier eventueel een schema in.

KERNgezond F&F speelt in op gezonde voeding, gezond bewegen en gezond gedrag, waarbij plezier en beleving centraal staan. Middels zes tot acht activiteiten, gericht op een of meerdere pijlers, zien de kinderen dat gezond leuk is. Per kern wordt een werkgroep gevormd waarin ten minste één leerkracht per school van een deelnemende klas in zit. De personen binnen de werkgroep zijn degenen waar gedurende het schooljaar contact mee is m.b.t. alles wat relevant is voor de school betreffende KERNgezond F&F. In samenspraak met de scholen worden de activiteiten ingepland in het programma en planning van de scholen. Het is aanbevolen per schooljaar per kern zes tot acht activiteiten te organiseren voor de leerlingen (inclusief een familieactiviteit).

De beleving van KERNgezond F&F wordt nog extra versterkt door de aanwezigheid van topsporters; een topsporter spreekt tot de verbeelding bij kinderen wanneer hij/zij vertelt over voeding, beweging, het belang van normen en waarden zowel op als buiten het veld. Voor de eisen waaraan een topsporter aan moet voldoen, zie de randwaarden.

In tabel 1 zijn punt A, B en C opgenomen.

Tabel 1 Te nemen stappen organisatie KERNgezond F&F

Stap 1 Contact gemeente		Continue 1) <i>Werving en borging lokale partner.</i> Wat: potentiële partners benaderen en op de hoogte houden van ontwikkelingen en activiteiten. Wie: organiserende partij in KERNgezond F&F. Wanneer: gedurende het schooljaar. Frequentie: afhankelijk van aantal activiteiten. duur: afhankelijk van het aantal activiteiten. Afgerond: rond juni, maar dan weer verder voor het nieuwe schooljaar KERNgezond F&F 2) <i>Communicatie rondom activiteiten.</i> Wat: persberichten maken en versturen, nieuwsbrieven maken en versturen, bijhouden sociale media en de website). Wie: organiserende partij KERNgezond F&F. Wanneer: gedurende het schooljaar, afhankelijk van het aantal activiteiten. Frequentie: afhankelijk van het aantal activiteiten. Duur: één uur voor persbericht en één uur nieuwsbrief (schrijven en verzenden) Afgerond: persbericht maximaal één dag na de activiteit. Nieuwsbrief
Wat	Contact met de gemeenten leggen en een afspraak maken met de intentie om medewerking te verkrijgen betreffende KERNgezond F&F. Eventueel in overleg met gemeente bepalen welke scholen benaderen	
Wie	Organiserende partij in KERNgezond F&F	
Wanneer	December/januari voor nieuwe schooljaar	
Frequentie	Minimaal één keer mail of telefonisch contact en minimaal één afspraak	
Duur	Afspraak bij gemeente minimaal één uur	
Afgerond	Eind januari	
Stap 2 Werving scholen en vorming werkgroep		
Wat	Directeuren van betreffende scholen informeren over het project en of zij willen deelnemen. Zo ja, contactpersoon KERNgezond F&F aanwijzen die plaatsneemt in de werkgroep.	
Wie	Organiserende partij in KERNgezond F&F met de directeur en eventueel leerkrachten	
Wanneer	Februari informeren over KERNgezond F&F	
Frequentie	Minimaal twee keer een afspraak	
Duur	Een half uur tot één uur per afspraak	
Afgerond	Eind februari – begin maart	
Stap 3 Overall planning KERNgezond F&F-activiteiten maken		
Wat	Planning maken voor alle KERNgezond F&F-activiteiten volgend schooljaar	
Wie	Organiserende partij in KERNgezond F&F in overleg met de werkgroep	
Wanneer	Maart	
Frequentie	Eenmalig	
Duur	Één dag	
Opmerking	Bij de frequentie en duur is uitgegaan van een KERNgezond F&F-dorp. Bij meer dorpen neemt de complexiteit van de planning toe en is men voor de planning meer tijd kwijt dan één dag per dorp	
Stap 4 Overleg werkgroep		
Wat	Overleg met de werkgroep over KERNgezond F&F: planning en invulling activiteiten, verantwoordelijkheden werkgroep, communicatie e.d.	
Wie	Organiserende partij in KERNgezond F&F en de werkgroep	
Wanneer	In mei voor aanvang nieuw schooljaar	
Frequentie	Één keer	
Duur	Één tot twee uur	
Stap 5 Voorbereiding KERNgezond F&F-activiteiten deel 1		
Wat	Voorbereiding activiteiten eerste helft (drie of vier activiteiten; sep-dec). Onder de voorbereiding valt de gehele organisatie van de activiteiten (van het benaderen van de lokale partners en de topsporters tot het contact met de scholen)	
Wie	Organiserende partij in KERNgezond F&F Lokale ondernemers Sportverenigingen (indien betrokken bij activiteiten)	
Wanneer	Juli t/m december	
Frequentie	Afhankelijk van aantal activiteiten (drie of vier)	
Duur ²	Voorbereidingstijd per activiteit: 4 uur Drie activiteiten: 12 uur voorbereidingstijd Vier activiteiten: 16 uur voorbereidingstijd	

² De duur van de voorbereiding op de KERNgezond F&F-activiteiten heeft alleen betrekking op de organiserende partij (de duur van de andere betrokkenen verschilt per betrokkene en is naar eigen inzicht).

Stap 6 Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten deel 1		tussen twee activiteiten in.
<i>Wat</i>	Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten (drie of vier activiteiten) en beginmeting (vragenlijst)	
<i>Wie</i>	Organiserende partij KERNgezond F&F Lokale ondernemers Sportverenigingen (indien betrokken bij activiteiten)	
<i>Wanneer</i>	September t/m december Aantal activiteiten evenredig verspreiden over tijdsperiode.	
<i>Frequentie</i>	Afhankelijk van het aantal activiteiten (drie of vier)	
<i>Duur</i>	Vier uur per activiteit (één dagdeel, m.u.v. de Held en het ontbijt)	
Stap 7 Evaluatie KERNgezond F&F deel 1 en deel 2 bespreken		
<i>Wat</i>	Evaluatie eerste KERNgezond F&F-activiteiten en bespreken activiteiten tweede helft	
<i>Wie</i>	Organiserende partij in KERNgezond F&F en werkgroep	
<i>Wanneer</i>	December of januari	
<i>Frequentie</i>	Één keer voor start deel 2	
<i>Duur</i>	Één uur	
Stap 8 Voorbereiding KERNgezond F&F-activiteiten deel 2		
<i>Wat</i>	Voorbereiding KERNgezond F&F-activiteiten (drie of vier activiteiten). Onder de voorbereiding valt de gehele organisatie van de activiteiten (van het benaderen van de lokale partners tot het contact met de scholen)	
<i>Wie</i>	Organiserende partij in KERNgezond F&F Lokale ondernemers Sportverenigingen (indien betrokken bij activiteiten)	
<i>Wanneer</i>	December t/m juni	
<i>Frequentie</i>	Afhankelijk van aantal activiteiten (drie of vier)	
<i>Duur</i> ³	Voorbereidingstijd per activiteit: 4 uur Drie activiteiten: 12 uur voorbereidingstijd Vier activiteiten: 16 uur voorbereidingstijd	
Stap 9 Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten deel 2		
<i>Wat</i>	Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten (3 tot 4 activiteiten) en eindmeting	
<i>Wie</i>	Organiserende partij KERNgezond F&F Lokale ondernemers Sportverenigingen (indien betrokken bij activiteiten)	
<i>Wanneer</i>	Januari t/m juni	
<i>Frequentie</i>	Afhankelijk van aantal activiteiten (drie of vier)	
<i>Duur</i>	Één dagdeel per activiteit	
Stap 10 Vervolg KERNgezond F&F (volgend schooljaar) bespreken met de scholen		
<i>Wat</i>	Bij scholen informeren of zij komend schooljaar doorgaan met KERNgezond F&F	
<i>Wie</i>	Organiserende partij in KERNgezond F&F met directie en werkgroep	
<i>Wanneer</i>	Maart	
<i>Frequentie</i>	Afhankelijk van school (informeren via mail, eventueel afspraak maken hiervoor)	
<i>Duur</i>	Afhankelijk van school (informeren via mail, eventueel afspraak maken hiervoor)	
Stap 11 Overall planning volgend schooljaar		
<i>Wat</i>	Overall planning volgend schooljaar maken	
<i>Wie</i>	Organiserende partij in overleg met werkgroep	
<i>Wanneer</i>	Maart	
<i>Frequentie</i>	Eenmalig	

³ De duur van de voorbereiding op de KERNgezond F&F-activiteiten heeft alleen betrekking op de organiserende partij (de duur van de andere betrokkenen verschilt per betrokkene en is naar eigen inzicht).

<i>Duur</i>	Eén tot vier uur	
<i>Opmerking</i>	Bij de frequentie en duur is uitgegaan van een KERNgezond F&F-dorp. Bij meer dorpen neemt de complexiteit van de planning toe en is men voor de planning meer tijd kwijt dan één dag per dorp.	
Stap 12 Evaluatie KERNgezond F&F deel 2 en voorbereiding nieuwe schooljaar		
<i>Wat</i>	Evaluatie KERNgezond F&F-activiteiten en bespreken nieuwe schooljaar (planning en activiteiten)	
<i>Wie</i>	Organiserende partij en werkgroep	
<i>Frequentie</i>	Één keer rond mei/juni	
<i>Duur</i>	Één uur	
Stap 13 Terugkoppeling alle stakeholders		
<i>Wat</i>	Alle stakeholders informeren over afgelopen jaar in de vorm van een partnerbijeenkomst	
<i>Wie</i>	Organiserende partij KERNgezond F&F organiseert de partnerbijeenkomst. Alle betrokkenen zijn welkom	
<i>Frequentie</i>	Één keer per schooljaar (rond juni/juli)	
<i>Duur</i>	Zelf te bepalen (minimaal 2 uur)	

Inhoud van de interventie – max 1200 woorden

Beschrijf per fase: 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.

Beschrijf - indien van toepassing - op welke manier de aanpak aansluit bij de diversiteit van mensen binnen de (sub)doelgroepen en hun verschillende uitgangsposities (equity).

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.

Stap 1 Contact gemeenten

Bij aanvang van het project binnen een nieuwe gemeente is het aan te raden de gemeente te betrekken. Door de gemeente te betrekken wordt draagvlak binnen de gemeente gecreëerd, kan de samenwerking met de combinatiefunctionaris/buurtsportcoach worden gezocht en kan het netwerk van de gemeente worden ingezet. Daarnaast kan de gemeente ervoor kiezen een gedeelte van de kosten te dragen gedurende de groeifase van KERNgezond F&F. Ook is de gemeente een goede ingang voor het onderwijs.

Stap 2 Werving scholen en vorming werkgroep

De directeurs van de basisscholen in het betreffende dorp worden geïnformeerd over de mogelijkheid om deel te nemen aan KERNgezond F&F. Wanneer zij willen deelnemen aan het programma wordt in overleg bepaald welke klassen deelnemen en dient een leerkracht aangewezen te worden voor in de werkgroep KERNgezond F&F. Dit is (een van de) leerkrachten van de deelnemende klas. Ook de betrokken combinatiefunctionaris (indien aanwezig) neemt plaats in de werkgroep. Het doel van stap 2 is inzicht krijgen in de scholen die deelnemen aan het project en het vaststellen uit wie de werkgroep bestaat.

Stap 3 Overall planning KERNgezond F&F-activiteiten maken

Nadat bekend is welke kernen deelnemen aan het project, kan een planning voor het komend schooljaar worden gemaakt. Wanneer de organiserende partij KERNgezond F&F in één dorp uitvoert, zal het niet veel tijd kosten om de planning te maken. Wanneer KERNgezond F&F in meer dorpen wordt uitgevoerd, neemt de complexiteit van de planning toe en duurt het langer voordat deze rond is. Door de planning voor het schooljaar vast te leggen, kunnen de scholen de datums opnemen in hun jaarkalender.

Stap 4 Overleg werkgroep

Op het moment dat duidelijk is welke personen deelnemen in de werkgroep, wordt het aangeraden een overleg met alle personen te plannen. De werkgroep wordt dan geïnformeerd over KERNgezond F&F, hoe zit het traject in elkaar, hoe verloopt de communicatie, wat wordt van de werkgroep verwacht en wat verwacht de werkgroep van de organiserende partij e.d. Tijdens dit overleg kan de planning voor het komend schooljaar met de werkgroep worden overlegd. Hierbij kan meteen worden gekeken naar mogelijke invullingen van de activiteiten. Scholen werken veelal met thema's (onderwerpen die zij gedurende een bepaalde periode behandelen). Het is een pré wanneer met de activiteiten kan worden aangesloten bij het thema op de scholen. Op deze manier versterken de lessen en de activiteit elkaar.

Ook kan worden besproken of er bestaande initiatieven zijn waar KERNgezond F&F bij kan aansluiten. Zo kan het voorkomen dat een school al deelneemt aan het nationale schoolontbijt. In overleg kan worden besloten dat het KERNgezond F&F ontbijt plaatsvindt tijdens het nationaal schoolontbijt.

Stap 5 Voorbereiding KERNgezond F&F-activiteiten deel 1

Stap 8 Voorbereiding KERNgezond F&F-activiteiten deel 2

Het wordt aanbevolen gedurende het schooljaar zes tot acht activiteiten te organiseren op het gebied van gezonde voeding, gezond bewegen en gezond gedrag. Het idee is dat KERNgezond F&F het hele jaar 'leeft', het wordt dan ook aanbevolen de activiteiten evenredig over het schooljaar te verspreiden. 'Plezier' en 'beleving' zijn de sleutelwoorden tijdens deze activiteiten. Topsporters nemen actief deel aan minimaal drie activiteiten, zij fungeren als rolmodel. De precieze invulling van de activiteiten hangt uiteraard af van de mogelijkheden van de lokale ondernemers. Is het is dan ook van belang dat deze ondernemers tijdig worden benaderd of zij partner/ambassadeur van KERNgezond F&F willen worden. Tijdens het eerste jaar van KERNgezond F&F in een kern is langer aan voorbereiding nodig dan wanneer de interventie al eerder heeft plaatsgevonden. Dit heeft te maken met het benaderen van de lokale ondernemers of zij partner willen worden. Wanneer deze partijen al op de hoogte zijn van de interventie en de verwachtingen van de organisatie, kan dit sneller worden afgetikt. Het is van belang dat er steeds voldoende communicatie uitgaat naar alle betrokken partijen.

In tabel 2 zijn de meest voorkomende KERNgezond F&F-activiteiten van Sport-Company opgenomen.

Een extra toevoeging aan de activiteiten is een familieactiviteit. Om de ouderparticipatie te vergroten wordt het sterk aanbevolen om een familieactiviteit te organiseren. Tijdens deze activiteit worden zowel de kinderen als de ouders/opvoeders meegenomen in het KERNgezond F&F traject, waarbij tijdens de activiteit aandacht is voor één of meerdere pijlers van KERNgezond F&F; gezonde voeding, gezond gedrag of gezond bewegen. Deze activiteit vindt plaats buiten school, om zo de meeste ouders/opvoeders te betrekken. Hoe deze familieactiviteit precies wordt ingevuld is aan de organiserende organisatie.

Daarnaast is het van toegevoegde waarde wanneer tijdens een activiteit contact is met andere doelgroepen. Zo kunnen ouderen worden betrokken bij verschillende activiteiten (bijv. een samenwerkingsverband aan te gaan met een zorgaanbieder en samen te ontbijten met ouderen). Een ander voorbeeld is om naar een zorgboerderij te gaan, waar de leerlingen in contact komen met verstandelijk beperkten, waarbij een passende invulling kan worden gezocht binnen de zorgboerderij. Deze bijzondere ontmoetingen dragen bij aan wederzijds begrip en respect, wat past binnen de pijler gezond gedrag.

De invulling van KERNgezond F&F is maatwerk, waardoor niet per activiteit kan worden aangegeven wat de te nemen stappen zijn. Echter zijn de stappen in grote lijn hetzelfde. In tabel 3 is opgenomen welke werkzaamheden standaard voor een activiteit dienen te worden verricht door de organiserende partij.

Tabel 2 Overzicht meest voorkomende activiteiten KERNgezond F&F

Activiteit	Locatie	Inhoud	Uitvoerders
Gezond ontbijt (openingsactiviteit over het algemeen)	Op één van de deelnemende scholen (betekent dat de overige scholen naar de school moeten komen waar het ontbijt plaatsvindt).	- Officiële opening KERNgezond F&F - Warming-up op muziek op het schoolplein - Samen gezond ontbijten - Er wordt verteld over belang gezond ontbijt - Voorlichting voor ouders/opvoeders	- Afgevaardigde gemeente en schooldirecteur - Gecertificeerde sportinstructeur - Leerkrachten - Topsporter(s) - GGD - Organiserende partij
Kennismaking binnensporten	Sporthal/gymzaal	Beoefenen van verschillende binnensporten in circuitvorm	- Trainers lokale sportverenigingen - Leerkrachten - Ouders/opvoeders - Organiserende partij
Smaaklessen	Bij voorkeur op locatie, bijv. een restaurant.	I.s.m. voedingsdeskundigen programma bepalen. Bijv. salade maken en het samenstellen van een gezond kerstmenu, voedingsquiz.	- Voedingsdeskundigen - Leerkrachten - Ouders/opvoeders - Organiserende partij
De Held	In de eigen klas	Gastles en discussie (a.d.h.v. filmpjes) over pesten, discriminatie en geweld. OF Gastles van een topsporter, waarbij gezond gedrag centraal staat. Waar denken de leerlingen aan bij gezond gedrag, hoe komt gezond gedrag terug in de wereld van de topsporter en het geven van complimentjes	- Topsporter - Organiserende partij - Leerkrachten
Fair Play (met kickboks)	In de eigen klas en gymzaal/ schoolplein	Les in de klas en discussie (a.d.h.v. filmpjes) over sportiviteit, eerlijk spel en doorzetten. Wat doe je in welke situatie en waarom? Gezond gedrag staat centraal. Kickboks erbij als beweegonderdeel, ook hier sportief gedrag en respect naar elkaar vertonen.	- Organiserende partij - Leerkrachten - Kickboks trainer
Zwerfafvallessen	In de klas en in de schoolomgeving	Klassikale les over zwerfafval en de gevolgen daarvan. Daarna in groepjes de wijk in om zwerfafval te verzamelen. De kinderen tellen hoeveel ze vinden in 20 minuten tijd. Eenmaal terug op school bespreken hoeveel en wat ze gevonden hebben, maakt altijd indruk.	- Organiserende partij - Leerkrachten - Extra begeleiders (ouders/opvoeders) - Gemeente (lenen materialen)
Culinaire speurtocht	In de kern, bij voorkeur langs betrokken lokale ondernemers	Speurtocht (te voet) door het dorp waarin verschillende activiteiten worden gedaan. Zoals het voelen/proeven van onbekende groenten.	- Lokale ondernemers - Leerkrachten - Ouders/opvoeders - Organiserende partij

Kennismaking buitensporten	Sportvelden	Beoefenen van verschillende buitensporten in circuitvorm.	- Trainers lokale sportverenigingen - Leerkrachten - Ouders/opvoeders - Organiserende partij
Bezoek lokale groente-/fruitteler	Op locatie, bijv. bij een aspergeteler.	I.s.m. betreffende bedrijf programma samenstellen. Bijv. een rondleiding, aspergesteken en een educatieve quiz.	- Medewerkers betreffende partij - Leerkrachten - Ouders/opvoeders - Organiserende partij
Slotactiviteit	Op locatie, bijv. bij een recreatiepark.	Afhankelijk van de mogelijkheden in overleg een uitdagend programma samenstellen.	- Medewerker(s) betreffende partij - Topsporter - Leerkrachten - Ouders/opvoeders

Tabel 3 Standaard werkzaamheden voor een KERNgezond F&F activiteit

Fase	Wat	Wanneer
Vorbereiding	- Invulling activiteit concreet	Tijdens overleg met werkgroep (minimaal 2,5 maand voor activiteit)
	- Lokale ondernemers benaderen	Afhankelijk van invulling en bekendheid met het project KERNgezond F&F (zie de handleiding voor meer informatie)
	- Invulling activiteit definitief	Minimaal 2 maanden voor activiteit
	- Topsporters benaderen indien bij activiteit aanwezig	Minimaal 1 maand voor activiteit
	- School informeren (begeleiding, aantal groepen)	Minimaal 1 maand voor activiteit
	- Draaiboek maken	Minimaal 2 weken voor activiteit
	- Draaiboek sturen naar alle betrokkenen (werkgroep en betrokken ondernemers)	Minimaal 2 weken voor activiteit
Activiteit	- Alle spullen klaarmaken	Dag voor activiteit
	- Voorbereiding op locatie op de dag zelf	45 tot 60 min van te voren aanwezig (in overleg)
	- Opening	Start activiteit
	- Uitleg activiteit	Start activiteit
	- Activiteit	
	- Afsluiting	Einde activiteit
Communicatie	- Persbericht schrijven en versturen	Dezelfde dag als activiteit
	- Website bijwerken (foto's plaatsen)	Dezelfde dag als activiteit
	- Social media bijwerken	Dezelfde dag als activiteit
	- Nieuwsbrief schrijven	Afhankelijk van volgende activiteit
	- Nieuwsbrief versturen	Tussen twee activiteiten in (liefst precies in het midden i.v.m. leefbaarheid project)
Evaluatie	- Activiteiten evalueren met werkgroep	Halfjaarlijkse en jaarlijkse evaluatie

Stap 6 Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten deel 1

Stap 9 Uitvoering KERNgezond F&F-activiteiten deel 2

Bij de uitvoering van de activiteiten is het altijd belangrijk dat het een belevenis is voor de kinderen en dat de organiserende partij plezier uitstraalt. Zie tabel 3 voor de standaard werkzaamheden bij de uitvoering van de activiteiten horen.

De activiteiten duren over het algemeen één dagdeel, met uitzondering van het ontbijt en De Held. Het ontbijt duurt ongeveer 1,5 uur en de Held duurt ongeveer 1 uur. De held vindt echter wel plaats per klas, en dus niet met alle

KERNgezond F&F leerlingen van één kern samen. De activiteiten worden per kern georganiseerd, ook wanneer er meerdere scholen zijn. Dit vraagt een goede voorbereiding waarin overleg met alle betrokken partijen een belangrijke factor is.

Om het effect van de interventie meetbaar te maken wordt er een begin- en eindmeting gedaan in de vorm van een vragenlijst en fittest. De vragenlijst en fittest kunnen worden gebruikt als verantwoording naar de gemeente.

Stap 7 Evaluatie KERNgezond F&F deel 1 en deel 2 bespreken

Op de helft van het schooljaar is een tussentijdse evaluatie met de werkgroep. Tijdens deze evaluatie wordt teruggeblikt op de eerste activiteiten en sterke en verbeterpunten worden besproken (zowel vanuit de werkgroep met betrekking tot communicatie e.d., als feedback van de leerlingen en de leerkrachten wat zij van de activiteiten vonden). Ook wordt vooruitgeblikt naar de activiteiten die nog komen gaan, waar het ook weer van belang is duidelijk te krijgen wat van iedereen wordt verwacht.

Stap 10 Vervolg KERNgezond F&F (volgend schooljaar) bespreken met de scholen

Het is belangrijk om tijdig bij de scholen te informeren of zij komend schooljaar ook weer doorgaan met KERNgezond F&F. Vooral wanneer de organiserende partij actief is in meerdere dorpen en hierdoor de complexiteit van de planning toeneemt is het aan te bevelen tijdig voor ogen te hebben welke scholen doorgaan volgend schooljaar.

Stap 11 Overall planning volgend schooljaar

Nadat bekend is welke kernen doorgaan met KERNgezond F&F, kan een planning voor het komend schooljaar worden gemaakt. Wanneer de organiserende partij KERNgezond F&F in één dorp uitvoert, zal het niet veel tijd kosten om de planning te maken. Wanneer KERNgezond F&F in meer dorpen wordt uitgevoerd, neemt de complexiteit van de planning toe en duurt het langer voordat deze rond is. Door de planning voor het schooljaar vast te leggen, kunnen de scholen de datums opnemen in hun jaarkalender.

Stap 12 Evaluatie KERNgezond F&F deel 2 en voorbereiding nieuwe schooljaar

Op het einde van het schooljaar is met de werkgroep de eindevaluatie. Tijdens deze evaluatie wordt teruggeblikt op de eerste activiteiten, sterke en verbeterpunten worden genoemd (zowel vanuit de werkgroep met betrekking tot communicatie e.d. als feedback van de leerlingen en de leerkrachten wat zij van de activiteiten vonden). De planning voor het komend jaar kan dan ook alvast worden bespreken (inclusief de invulling van de activiteiten).

Stap 13 Terugkoppeling naar alle stakeholders

Op het einde van het schooljaar worden het proces en de resultaten teruggekoppeld naar de stakeholders in de vorm van een partnerbijeenkomst. De stakeholders krijgen inzicht in de interventie van het afgelopen jaar. Het doel van deze bijeenkomst is de betrokkenheid bij KERNgezond F&F vergroten, maar ook het bijeenbrengen van verschillende partijen. Samen kunnen ze elkaar naar een hoge plafond tillen, en partners aan elkaar verbinden.

Continue

1) Werving en borging lokale ondernemers

Zoals in de voorwaardelijke doelstelling staat beschreven, zijn lokale partners nodig voor draagvlak en ondersteuning van de interventie. De kracht van KERNgezond F&F is onder andere dat de lokale ondernemers worden betrokken bij de activiteiten. Zo worden bij het KERNgezond F&F ontbijt de lokale supermarkt, bakkerij en slagerij betrokken. Bij de smaaklessen heeft het de voorkeur naar een externe ondernemer te gaan, bijvoorbeeld een cateringbedrijf waar gebruik kan worden gemaakt van de keukens. De ervaring leert dat het van belang is om gedurende het traject de betrokkenheid van deze ondernemers te waarborgen en nieuwe ondernemers te werven. Partners worden betrokken in het project door ze te benoemen op de website. Daarnaast staan de betrokken ondernemers als partner steeds benoemd in de nieuwsbrief. Wanneer ondernemers specifiek betrokken zijn geweest bij de activiteit worden deze benoemd in het persbericht, de nieuwsbrief en op social media. Voor het structureel aanbieden van KERNgezond F&F is lokale betrokkenheid onmisbaar.

2) Communicatie rondom activiteiten

Om het onderwerp steeds actueel te houden wordt veel aandacht besteed aan communicatie. Deze communicatie vindt plaats via de website, social media en lokale media.

Wekelijks wordt een nieuwe aflevering van KERNgezondTV online geplaatst. Dit is een terugkerende uitzending, welke naar de scholen wordt gestuurd. In KERNgezondTV komen een aantal activiteiten van de afgelopen week terug. Daarnaast komen diverse onderdelen aan bod; denk aan een vlog, een Jong Leren Eten tip, een challenge. Het doel van KERNgezondTV is zowel leerlingen, ouders als alle betrokken uit de kern te informeren, enthousiasmeren en

herinneren. Naast dat de leerlingen de uitzending in de klas kijken, wordt deze ook op het ouderportaal geplaatst. Daarnaast wordt KERNgezond uitgezonden door 12 lokale omroepen.

De ouders/opvoeders kunnen, wanneer de kinderen deelnemen aan het gezonde ontbijt, deelnemen aan een voorlichting over het traject van KERNgezond F&F. Hierbij wordt gestreefd, ter ondersteuning, de GGD te betrekken. Daarnaast worden ouders/opvoeders indirect betrokken bij de activiteiten, doordat zij worden meegevraagd als begeleiding. De ouders worden op de hoogte gehouden van de activiteiten door de nieuwsbrief, waardoor ze ook weer betrokken worden bij het project.

Aangezien de activiteiten onder schooltijd plaatsvinden, zijn één of meerdere leerkrachten standaard aanwezig bij de activiteiten. Hoewel zij niet de primaire doelgroep zijn, krijgen zij dezelfde informatie als de kinderen.

2. Uitvoering

Materialen – max 200 woorden

Welke materialen zijn beschikbaar voor de werving, uitvoering en evaluatie van de interventie? Voor wie zijn de materialen bestemd en waar zijn ze verkrijgbaar? Geef een opsomming.

In tabel 4 zijn de beschikbare materialen voor de werving, uitvoering en evaluatie opgenomen.

Tabel 4 Beschikbare materialen betreffende werving, uitvoering en evaluatie KERNgezond F&F

<i>Werving</i>	Werven diverse partijen	Presentatie Drie filmpjes KERNgezond F&F (missie, drie pijlers en testimonial)
	Bekendheid KERNgezond F&F	Posters ambassadeurs Posters partners
<i>Uitvoering</i>	Voor elke activiteit	Standaard draaiboek Format persbericht Format nieuwsbrief KERNgezond F&F sticker KERNgezond F&F poster voor in de klas
	Ontbijt	Boodschappenlijst Certificaat
	Binnensporten Buitensporten	Mail verenigingen Tijdschema Invullingen (spellen)
	Smaaklessen	Recepten Zintuigentest KERNgezond F&F (kerst)menu Suikerquiz Quiz over verbranden bepaalde producten Quizen over groenten en fruit, bijv. vergeten groenten Smoothiefiets
	De Held	Uitwerking de Held, drie verschillende versies DVD de Held
	Fair-Play	Uitwerking Fair-Play, presentatie met filmpjes, kickboks spullen (zorgt kickbokstrainer voor).
	Zwerfafval les	Presentatie, uitwerking zwerfafval les, spullen om zwerfafval te verzamelen (prikkers, vuilniszakken, hesjes, etc.)
	Culinaire speurtocht	Invulling onderdelen (bijv. zintuigentest)
	Bezoek teler	Verschillende invullingen afhankelijk van soort teler (spellen, quizen)
	Slotactiviteit	Verschillende invulling afhankelijk van soort activiteit (beweegactiviteiten, quizen)
<i>Evaluatie</i>	Procesevaluatie	Evaluatieformulier voor scholen
	Effectevaluatie	Vragenlijst (begin- en eindmeting)

Alle materialen, m.u.v. de KERNgezond F&F sticker, het certificaat, de posters van ambassadeurs/partners, worden na het volgen van de KERNgezond F&F training digitaal beschikbaar gesteld.

Type organisatie en locatie – max 200 woorden

Welk type organisatie(s) kan/kunnen de interventie uitvoeren? Op welk soort locaties kan de interventie uitgevoerd worden?

In tabel 2 is voor de meest voorkomende activiteiten weergegeven waar de interventie wordt uitgevoerd, wat de inhoud is van de activiteit en wie betrokken is bij de uitvoering. Belangrijk om voorafgaand te benoemen is dat voor elke activiteit geldt dat de algehele coördinatie en organisatie in handen is van de organiserende partij. Dit staat niet apart in het schema benoemd.

De interventie kan zowel uitgevoerd worden door profit als non-profit organisaties met affiniteit voor sport en gezondheid en ervaring met het organiseren van activiteiten voor de doelgroep. Er kan bijvoorbeeld gedacht worden aan welzijnsorganisaties, overkoepelende onderwijsinstellingen, diëtisten, sportbedrijven of soortgelijke bedrijven en instellingen. Daarbij is het van belang dat de organiserende partij lokale partners kan verbinden met elkaar. Ook een gemeente kan besluiten om KERNgezond F&F uit te voeren.

De organiserende partij is de spin in het web betreffende het KERNgezond F&F. Zij hebben steeds met de verschillende partijen contact. Zij onderhouden contact met de werkgroep (en zo dus de scholen) en benaderen lokale ondernemers. Het is taak van de organiserende partij verbindingen te leggen tussen verschillende partijen. Om aan te geven hoe Sport-Company deze verbindingen heeft gelegd, is figuur 1 toegevoegd. In figuur 1 zijn de verbindingen opgenomen zoals die op dit moment zijn gelegd door Sport-Company in de kernen waar zij KERNgezond F&F uitvoeren.

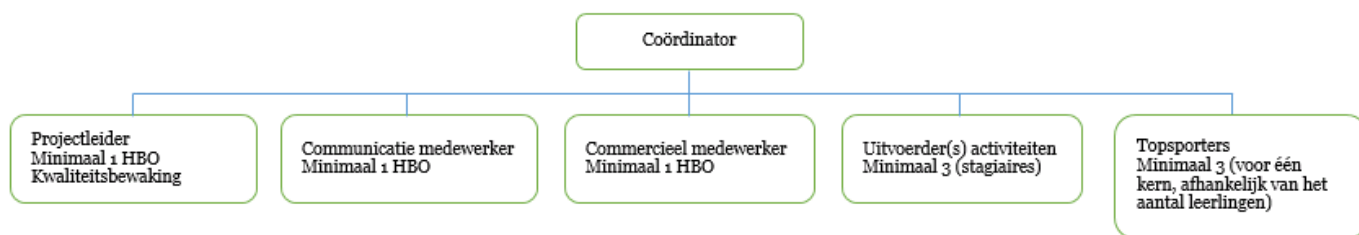


Figuur 1 Verbindingen binnen project KERNgezond F&F door Sport-Company

Opleiding en competenties van de uitvoerders – max 200 woorden

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

Betreffende één kern KERNgezond F&F, is het volgende organogram van toepassing:



Figuur 2 Organogram organisatie KERNgezond F&F

Per kern zijn over het algemeen de volgende functies te verdelen. Er is één persoon die de gehele coördinatie van KERNgezond F&F op zich neemt. De projectleider is verantwoordelijk voor de gehele acquisitie met alle scholen (lees werkgroepen), houdt per kern het overzicht van de activiteiten en geldt als contactpersoon voor de werkgroepen. Er is een medewerker die de communicatie voor zijn/haar rekening neemt. Daarnaast is er een commercieel medewerker nodig die de contacten met de gemeenten en lokale ondernemers voor zijn/haar rekening neemt. Bovengenoemde functies zijn minimaal op HBO niveau. Denk hierbij aan sport gerelateerde opleidingen zoals Sport, Gezondheid en Management, ALO, Sportkunde, etc. Een persoon kan ook meerdere functies invullen, afhankelijk van de mogelijkheden binnen de uitvoerende partij.

Daarnaast zijn er per kern minimaal drie uitvoerders nodig die inzetbaar zijn bij de activiteiten. Daarbij is geen bepaald opleidingsniveau vereist. Voor deze personen is het vereist dat zij affiniteit hebben met kinderen, sport en gezondheid, waarbij het uitdragen van plezier centraal staat.

Bij de randvoorwaarden is opgenomen wat er wordt verstaan onder topsporters.

Voor alle functies geldt dat er affiniteit met sport, gezondheid en het onderwijs/jeugd nodig is.

Voornamelijk voor medewerkers in de uitvoering is het belangrijk dat zij enthousiasme uitstralen en goed met kinderen kunnen omgaan.

Nieuwe uitvoerders van KERNgezond F&F zullen eerst de training tot KERNgezond F&F-coach volgen. Deelname aan deze training is verplicht voor de medewerkers van de organiserende partij. Na het volgen van de training worden materialen vrijgegeven aan de betreffende organisatie.

Kwaliteitsbewaking – max 200 woorden

Op welke manier bewaak je als interventie eigenaar de kwaliteit van de inhoud en de uitvoering van de interventie?

Denk bijvoorbeeld aan registratie en evaluatie, onderhoud, borging en/of licenties.

Hoe zijn de verantwoordelijkheden verdeeld tussen interventie eigenaar en eventuele uitvoerders?

De kwaliteit van de interventie wordt gedurende het hele proces bewaakt door Sport-Company. Dit gebeurt door:

- Het volgen van een training bij Sport-Company. Middels deze training krijgen de uitvoerders vaardigheden en middelen aangereikt om KERNgezond F&F uit te voeren zoals beschreven;
- Invulling activiteiten in overleg met Sport-Company;
- Het draaiboek tijdig naar Sport-Company sturen voor akkoord. Op deze manier is Sport-Company op de hoogte over de invulling en weten zij of de activiteit aansluit bij de visie van KERNgezond F&F;
- Sport-Company meenemen in contactmomenten met verschillende betrokkenen;
- Sport-Company opnemen in mailingslijst draaiboek, inlichten over betrokken topsporters, opnemen in mailingslijst persbericht.
- Een medewerker van Sport-Company is bij de eerste activiteit aanwezig en biedt ondersteuning,
- Een medewerker van Sport-Company is bij nog een andere activiteit aanwezig en biedt ondersteuning, en
- Sport-Company is helpdesk voor de organiserende partij.

Veel basisscholen werken projectmatig met eigen thema's, welke worden bepaald door school (bijv. gezonde voeding, leren van personen van vroeger, natuur en techniek). Het wordt dan ook aanbevolen maatwerk toe te passen en de activiteiten aan te laten sluiten bij de thema's van de school. Op deze manier versterken het thema en de activiteit elkaar (de kinderen leren over bijv. gezonde voeding en zien in de praktijk hoe zij dit kunnen toepassen). Het aansluiten bij thema's is van toepassing indien gewenst door scholen. Sport-Company past in een aantal kernen maatwerk toe wat betreft het aansluiten bij thema's. In andere kernen wordt jaarlijks aangegeven dat de thema's van school terug kunnen komen binnen de activiteiten, maar is deze behoefte er niet en wordt KERNgezond als thema op zich gezien.

Naast de uitvoerende kwaliteitsbewaking is het van belang het proces te monitoren. Twee maal gedurende het schooljaar vindt met de werkgroep een evaluatiemoment plaats. Dit overleg is altijd een groepsoverleg met de volledige werkgroep per kern. Onderwerpen zijn de activiteiten en het gehele proces rondom KERNgezond F&F (zoals de communicatie rondom de activiteiten). Bij de evaluatie op het einde van het schooljaar is een medewerker van Sport-Company aanwezig. Daarnaast heeft een medewerker van Sport-Company ten tijde van de eerste evaluatie (halfjaarlijks) contact met de basisschool en organiserende partij over het verloop van KERNgezond F&F.

Van de activiteiten wordt een kort verslag gemaakt zodat bekend is wat gedaan is tijdens de activiteit. Leerpunten kunnen meteen worden opgenomen en worden besproken met de werkgroep tijdens de evaluatie. Ook is het aan te raden alle mondelinge afspraken vast te leggen (via e-mail te bevestigen) en het e-mail-verkeer te bewaren indien hier afspraken instaan.

Zowel op het begin als het eind van het schooljaar vullen de kinderen een vragenlijst in. De vragenlijst is gericht op bewustwording en is in samenwerking met GGD Limburg-Noord opgesteld. Aan de hand van deze vragenlijst kan de begin- en eindsituatie worden vergeleken.

Een extra aanvulling bij de vragenlijsten op het einde van het schooljaar is dat de leerlingen de activiteiten van het afgelopen schooljaar beoordelen (cijfer van 1 t/m 10). De activiteiten moeten gemiddeld met minimaal een 7,5 worden beoordeeld. Wanneer dit niet het geval is, wordt voor het nieuwe schooljaar de activiteit aangepast.

Alle bovenstaande documenten (evaluatieverslagen, verslagen van de activiteiten en de resultaten van de vragenlijst) kunnen worden verwerkt in een rapportageverslag. Dit verslag kan worden teruggekoppeld naar alle betrokken en kan daarnaast worden gebruikt om de kwaliteit voor de komende jaren te verhogen/waarborgen.

Randvoorwaarden – max 200 woorden

Wat zijn de organisatorische en contextuele randvoorwaarden voor een goede uitvoering van de interventie?

1) Stakeholders

Om de interventie KERNgezond F&F succesvol uit te kunnen voeren is er draagvlak en ondersteuning nodig van ten minste de volgende partijen:

- Gemeenten
- Scholen
- Lokale ondernemers
- Sportverenigingen (eventueel via combinatiefunctionaris/buurtsportcoach)
- Topsporters

Deze stakeholders zijn nodig om de interventie uit te kunnen voeren zoals ontwikkeld.

Het wordt ook aangeraden om de samenwerking op te zoeken met de volgende partijen:

- Combinatiefunctionaris/buurtsportcoach;
- Sociaal belanghebbenden zoals de GGD;
- Andere gezondheidsinitiatieven, zoals JOGG.

Contextuele randvoorwaarden

Samenwerking met genoemde stakeholders, in ieder geval met de scholen, lokale ondernemers en topsporters, is een vereiste. Het heeft de voorkeur ook met de gemeente en de combinatiefunctionaris/buurt sportcoach samen te werken, in dat geval lopen de contacten met sportverenigingen via de combinatiefunctionaris. Verder zijn er geen contextuele randvoorwaarden waaraan moet worden voldaan; er wordt per kern gekeken hoe de activiteiten worden ingevuld (maatwerk).

Organisatorische randvoorwaarden

Bij het benaderen van nieuwe stakeholders is het van belang als eerste contact te leggen met de betreffende organisatie. Daarbij is het aan te bevelen telefonisch contact op te nemen met de organisatie, met als doel een afspraak te maken. Tijdens deze afspraak wordt de organisatie geïnformeerd over het KERNgezond F&F gedachtegoed ('een gezonde kern door de kracht van plezier') en geënthousiasmeerd om het KERNgezond F&F gedachtegoed uit te dragen in het dorp. Vervolgens wordt in onderling overleg passende afspraken gemaakt betreffende de invulling van het partnership.

Bij alle stakeholders is het van belang draagvlak te creëren bij de personen die beslissingsbevoegd zijn. Binnen de gemeente is het aan te raden te starten met de wethouder welke gezondheid, sport en/of onderwijs in de portefeuille heeft. Vanuit daar kan verder worden gewerkt met het verkrijgen van draagvlak.

Binnen de scholen wordt het aangeraden te starten met de scholenstichtingen. Op deze manier is er breed draagvlak voor de interventie en kan deze (indien wenselijk) makkelijk worden uitgerold binnen meerdere scholen. Uiteraard is het ook van belang dat de schooldirectie en de werkgroep achter de interventie staan.

Bij de lokale ondernemers zijn het vaak de eigenaars waar draagvlak moet worden gecreëerd. Wanneer er een supermarkt in de kern is gevestigd, leert de ervaring dat de beslissingsbevoegdheid meestal bij de desbetreffende bedrijfsleiders ligt en dat bij deze persoon als eerste draagvlak gecreëerd dient te worden.

Maak gebruik van lokaal netwerk: Doordat KERNgezond F&F een lokaal initiatief is, zijn lokale ondernemers vaak bereid partner te worden van. Op deze manier tonen zij hun betrokkenheid bij de kern en de jeugd. Vaak hebben de ondernemers kinderen, waardoor ondernemers raakvlakken hebben met KERNgezond F&F.

KERNgezond F&F als onderdeel businessplan ondernemers: Er zijn verschillende mogelijkheden om een bijdrage te leveren aan KERNgezond F&F; zo kunnen ondernemers hun locatie, personeel en/of producten beschikbaar stellen, kunnen ondernemers een geldbedrag beschikbaar stellen en is er de mogelijkheid om onder de naam KERNgezond F&F producten aan te bieden, bijv. een KERNgezond F&F broodje. Vooral in de beginfase van het traject is het aantrekken van partners een belangrijke stap, aangezien het succes van KERNgezond F&F afhangt van de lokale betrokkenheid. De ervaring leert dat wanneer KERNgezond F&F al meerdere jaren in uitvoering is, het project meer gaat leven en de lokale ondernemers bekend zijn met het project. Ook dan moet het belang van de lokale ondernemers niet uit het oog worden verloren en moeten deze steeds weer worden betrokken bij KERNgezond F&F. KERNgezond F&F is niet alleen van de organiserende partij, maar ook van de kern!

Het contact met de sportverenigingen loopt (indien aanwezig) via de combinatiefunctionaris. Wat het voor de verenigingen aantrekkelijk maakt om deel te nemen is dat zij in relatief een korte tijd veel potentiële leden kennis kunnen laten maken met hun sport. Daarbij is het van belang om de sportverenigingen tijdig te benaderen, aangezien zij over het algemeen afhankelijk zijn van vrijwilligers die onder schooltijd/werktijd beschikbaar moeten zijn.

De ervaring leert dat topsporters gemotiveerd zijn om aan dit initiatief mee te werken doordat zij zich ervan bewust zijn dat zij een voorbeeldfunctie hebben. Een gezonde leefstijl is van wezenlijk belang voor een topsporter, dit willen zij graag overdragen aan de kinderen.

Onder topsporters wordt verstaan personen die op sportief gebied tenminste op nationaal niveau actief zijn dan wel (ex-)profvoetballer zijn. Topsporters waar Sport-Company onder andere mee samenwerkt zijn Candy Jacobs (nr. 2 van de wereld in het freestyle skateboarden), Jeroen van den Beucken en Nick van den Beucken, Melle van Katwijk, Minke van Katwijk ((ex-)Bevo HC, landskampioen handbal 2013-2014, bekerwinnaar 2017-2018), Sabrina Stultiëns (wielrenster bij Waowdeal Pro Cycling, wereldkampioen ploegentijdrit 2017, Europees kampioen O23), Roy Curvers (wielrenner bij team Sunweb) en Sharon Walraven (rolstoeltennister, paralympisch Kampioen Beijing, 2008).

Ook kunnen ex-topsporters worden ingezet, welke in het verleden op nationaal niveau actief zijn geweest.

Aansluiting bij andere initiatieven

Scholen waar KERNgezond F&F loopt, kunnen worden gestimuleerd een aansluiting te vinden met de Gezonde School. Voor scholen die al actief bezig zijn met de Gezonde School is KERNgezond F&F een mooi uithangbord voor het beleid dat de school voert m.b.t. de Gezonde School. Waar mogelijk kan samenwerking met andere gezondheidsinitiatieven worden gezocht. Denk hierbij aan Go For Gold Kids en een samenwerkingsverband met andere interventies (zoals Cool2BFit). JOGG (Jongeren op Gezond Gewicht), is een landelijk beleid dat door steeds meer gemeenten wordt gebruikt als leidraad. JOGG en KERNgezond F&F sluiten perfect bij elkaar aan, daar waar beide initiatieven door samenwerking met lokale partners een gezonde leefstijl willen bewerkstelligen. Hierdoor is KERNgezond F&F de perfecte interventie onder het beleid van JOGG. Buiten bovenstaande initiatieven is het uiteraard ook mogelijk om aan te sluiten bij eenmalige initiatieven. Denk hierbij aan het Nationaal schoolontbijt en de Koningsspelen.

Kwalitatief goed personeel met aandacht voor de sleutelwoorden 'plezier' en 'enthousiasme' tijdens de uitvoering van de activiteiten. Een natuurlijke en makkelijke omgang met kinderen is hierbij belangrijk.

Implementatie – max 300 woorden

Op welke wijze wordt de interventie geïmplementeerd? Bijvoorbeeld via een implementatieplan of -protocol of begeleiding bij de invoering van de interventie. Geef een samenvatting van de stappen die men dient te doorlopen. Beschrijf ook - indien van toepassing - op hoofdlijnen eventuele lokale varianten of aanpassingen die voorkomen bij uitvoering in de lokale context, bijvoorbeeld in de werving, locatie etc.

Vanwege de complexiteit en de lokale benadering van de interventie is er geen implementatieplan. De interventie wordt mondeling overgedragen middels een verplichte training. Verder zijn er ondersteunende middelen beschikbaar (zie pagina 19 voor een overzicht van de materialen en zie de handleiding voor een beschrijving van de materialen). Sport-Company heeft jarenlange ervaring met KERNgezond F&F en de organisatie van andere sport gerelateerde evenementen, waardoor zij als vraagbaak dienen voor organiserende partijen. Er kan op ieder moment contact worden opgenomen met Sport-Company.

Er zijn diverse fasen welke worden doorlopen voor de implementatie. Hoewel er geen implementatieplan is, zijn er wel enkel aandachtspunten per fase.

Disseminatiefase

Bij deze fase is het belangrijk de betrokken personen en instellingen via persoonlijke benadering bekend te maken met KERNgezond F&F. Hiervoor is een presentatie beschikbaar. Daarnaast zijn er drie filmpjes van KERNgezond F&F beschikbaar (de missie, de drie pijlers en testimonial) om de organisaties kennis te laten maken met KERNgezond F&F en de ervaringen van betrokkenen te delen.

Adoptiefase

Wanneer de stakeholders besluiten de interventie in te voeren, moeten de leerkrachten worden gemotiveerd. Dit kan vanuit de projectcoördinator als vanuit bestuurlijk niveau (het schoolstichtingbestuur en/of de directie van de school). Ook is het verstandig de ouders alvast in te lichten over de interventie.

Uitvoeringsfase

Om de interventie uit te voeren zoals ontwikkeld wordt een training gevolgd. Daarnaast is er een handleiding beschikbaar. Ook blijft Sport-Company vraagbaak voor de organisaties.

Behoudfase

Om ervoor te zorgen dat de stakeholders de interventie verankeren, is het van belang om met de betrokken partijen een convenant te sluiten. Na een pilot in het eerste jaar wordt aanbevolen een driejaarlijks convenant af te sluiten met

de betrokken partijen. In het convenant worden afspraken gemaakt hoe KERNgezond F&F structureel voortgezet kan worden. Ook kan, afhankelijk van de partner, worden opgenomen of financiële middelen beschikbaar worden gesteld. Daarnaast wordt gestreefd beleid ten aanzien van de drie pijlers (gezond bewegen, gezonde voeding en gezond gedrag) op te nemen in het beleid van de scholen. Wanneer scholen graag hun beleid op het gebied van bewegen, voeding en/of gedrag aan willen passen, wordt aangeraden contact op te nemen met de GGD. De GGD kan hierbij ondersteuning bieden.

Kosten – max 200 woorden

Wat zijn de kosten van de interventie? Benoem daarbij de personele (inclusief aantallen uren) en de materiële kosten. Geef ook aan welke kosten eenmalig zijn en welke kosten structureel zijn.

De personele en materiële kosten zijn opgenomen in onderstaand overzicht.

Bij de uitvoering is uitgegaan van de gehele organisatie (voorbereiding, planning en uitvoering) van één dorp KERNgezond F&F van 50 tot 150 kinderen). De kosten en uren van de uitvoering is afhankelijk van het aantal activiteiten die in het schooljaar worden georganiseerd. Tenslotte zijn er nog een aantal optionele materialen die vallen onder de aanschafkosten.

Uurloon bij uitvoering door KERNgezond (interventie-eigenaar) € 60,-

Directe kosten: Personeel

Personele kosten basis	eerste jaar	vanaf tweede jaar	
Overall organisatie	100 uur	Overall organisatie	80 uur
Inzet topsporters	12 uur	Inzet topsporters	12 uur
<u>Metingen</u>	<u>20 uur</u>	<u>Metingen</u>	<u>20 uur</u>
<i>Totaal</i>	<i>132 uur</i>	<i>Totaal</i>	<i>112 uur</i>

Personele kosten per activiteit (gemiddeld)

Vorbereiding	4 uur
Uitvoering	12 uur (4 uur x 3 personen)
<u>Nazorg:</u>	<u>4 uur</u>
<i>Totaal</i>	<i>20 uur</i>
<i>8 activiteiten</i>	<i>160 uur (20 uur x 8 activiteiten)</i>

<i>Totaal personele kosten eerste jaar</i>		<i>vanaf tweede jaar</i>	
Basis	132 uur	Basis	112 uur
<u>Activiteiten samen</u>	<u>160 uur</u>	<u>Activiteiten samen</u>	<u>160 uur</u>
<i>Totaal</i>	<i>292 uur</i>	<i>Totaal</i>	<i>272 uur</i>

Directe kosten: materiaal

Eenmalige kosten voor de materialen: €2.500,-

Onder de eenmalige kosten zijn de volgende materialen opgenomen: draaiboeken, KERNgezond F&F-kist, fittest, de Held, vragenlijst begin- en eindmeting, puntensysteem gezond menu, invulling smaaklessen en andere invullingen, boodschappenlijst.

Jaarlijks terugkerende kosten van de materialen: € 250,-

Er is laag ingezet op de kosten voor materialen voor de uitvoer van de activiteiten. KERNgezond F&F kan alleen succesvol worden uitgevoerd wanneer er betrokkenheid is van lokale partners. Er is dan ook bewust laag ingezet, zodat de uitvoerende partij op zoek gaat naar partners.

Indirecte kosten voor de uitvoerende organisatie

Advisering, coaching en monitoring door interventie-eigenaar € 1.500,-

Deskundigheidsbevordering (training van uitvoerders, inclusief uren)	€ 2.500,-
PR & Communicatie	€ 3.500,-
Jaarlijkse licentiekosten (1 ^{ste} kern waar uitvoering plaatsvindt)	€ 1.500,-
Jaarlijkse licentiekosten (voor 2 ^{de} kern en verder)	€ 1.000,-

Tenslotte zijn er nog een optionele kosten, waar de uitvoerende organisatie van gebruik kan maken indien gewenst. Zie tabel 5 voor de precieze kosten (ex BTW).

Tabel 5 Optionele kosten

Licentie per KG dorp		€ 250,-
Afspraak/bijwonen activiteit	<i>à € 65/uur (ex BTW)</i>	
Per extra persoon KG training		€ 250,-
Extra stickers	<i>per 100 stuks</i>	€ 25,-
Extra posters ambassadeurs	<i>per 10 stuks</i>	€ 25,-
Extra posters partners	<i>per 10 stuks</i>	€ 25,-
Pionnen	<i>per stuk</i>	€ 5,-
Hoedjes	<i>per 10 stuks</i>	€ 5,-
Lijstjes	<i>per stuk</i>	€ 10,-

3. Onderbouwing

Vraagstuk of probleem – max 400 woorden

Voor welk vraagstuk of probleem is de interventie ontwikkeld? Omschrijf aard, omvang, spreiding en eventuele gevolgen.

Overgewicht en obesitas

Aard: In 2023 had 16 procent van de bevolking van 20 jaar of ouder obesitas. Dat is drie keer zoveel als begin jaren tachtig, toen 5 procent obesitas had. Ook het voorkomen van ernstigere vormen van obesitas nam toe, van 1 procent in 1981 naar 4 procent in 2023. Dit blijkt uit de Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor van 1981 tot en met 2023 van het CBS, in samenwerking met het RIVM. (CBS i.s.m. RIVM, 2024)

Omvang: Bijzonder verontrustend is de stijging van overgewicht en obesitas onder kinderen. Uit de Landelijke Groeistudie van TNO blijkt dat sinds 1980 het aantal kinderen in Nederland (tussen de 2 en 21 jaar) met overgewicht alleen maar is toegenomen. Hadden in 1980 nog maar 6% van de kinderen overgewicht, in 1997 was dit opgelopen tot 11% en in 2010 had zelfs 14% van de kinderen in Nederland overgewicht. Uit de gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor CBS i.s.m. RIVM (2017) blijkt dat in 2017 13,1% van de kinderen (4 t/m 11 jaar) overgewicht en 3,3% obesitas had (CBS i.s.m. RIVM, 2017). In 2020 is dit aantal opgelopen naar 13,2% overgewicht bij kinderen (4 t/m 11 jaar). Het aantal kinderen met Obesitas is gedaald van 3,3% in 2017 naar 2,7% in 2020 (CBS i.s.m. RIVM, 2020). In 2023 kampten 12,7% van de kinderen tussen de 4 en 17 jaar met overgewicht. Het aantal kinderen met obesitas is van 2020 tot 2023 toegenomen naar 4,1%. (CBS i.s.m. RIVM 2024)

Gevolgen: Kinderen met overgewicht hebben twee- tot tienmaal zoveel kans om als volwassene overgewicht te ontwikkelen in vergelijking tot leeftijdsgenootjes met een normaal gewicht (Singh, Mulder, Twisk, van Mechelen & Chinapaw, 2008). Hierdoor hebben deze personen ook een grotere kans op het ontwikkelen van hart- en vaatziekten en diabetes type II (Nijboer & van Alst, 2005). Daarnaast hebben dikke kinderen, vooral meisjes, hebben vaak te maken met stigmatisering (Tang-Péronard & Heitmann, 2008).

Oorzaak: De disbalans tussen (te weinig) beweging en (een te hoge) voedingsinname draagt bij aan de ontwikkeling van overgewicht (Dehghan, Akhtar-Danesh & Merchant, 2005). Om overgewicht en obesitas op latere leeftijd te voorkomen, is het belangrijk kinderen al op vroege leeftijd bewust te maken van een gezonde leefstijl (Horodyski, Baker, Coleman, Auld, & Lindau, 2011).

Sociaal emotionele ontwikkeling

Vanuit zowel de overheid en onderwijs is steeds meer aandacht voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. Mensen met overgewicht hebben vaak te maken met stigmatisering en lopen meer kans op psychische en psychosociale problemen zoals eenzaamheid, verdriet en gespannenheid (Jansen, Havermans, Nederkoorn & Roefs, 2008). Kinderen met overgewicht hebben vaak een negatief zelfbeeld, worden gepest en kunnen sociaal geïsoleerd raken (van Wijnen, Boluij, Hoeven-Mulder, Bemelmans, Wendel-Vos, 2009).

Een van de problematieken die onder de sociale emotionele ontwikkeling valt is pesten. Helaas blijkt pesten nog steeds een probleem op onder andere basisscholen. “Meer po- en vo-leerlingen geven aan te worden gepest (Lodewick et al., 2023) In het po geeft 17% van de leerlingen aan gepest te worden en 9% in het vo. LHBTIQ+-leerlingen worden vaker gepest dan andere leerlingen. Scholen moeten ervoor zorgen dat deze leerlingen incidenten durven te melden en dat ze navolging krijgen. Doordat pesten ook buiten school plaatsvindt en steeds vaker online, hebben leraren niet altijd zicht hierop. Desgevraagd gaf onderwijspersoneel in het po aan relatief minder vaak getuige te zijn van pestgedrag, terwijl het aandeel leerlingen dat aangaf gepest te worden, toenam. Doordat pesten ook buiten school en online plaatsvindt, wordt de veilige zone van kinderen steeds kleiner (Broeren, 2023). Dit geeft stress en kinderen komen hierdoor minder tot rust. Ook kan het pesten een negatieve weerslag op de klas hebben. Pesten tast het welbevinden en levensgeluk aan en betrokken kinderen kunnen er tot ver in hun volwassenheid last van houden (Hopman et al., 2022).” (De staat van het Onderwijs, 2024)

Uit onderzoek van Losekama, Goetzky, Kraelinga, Riefb, en Hilbert (2010) blijkt dat pesten een schadelijke invloed heeft op de lichamelijke activiteit bij kinderen. Daarnaast komt een ongezonde leefstijl vaker voor bij kinderen met emotionele- en gedragsproblemen (Gezondeschool.nl, 2015).

Het is daarom van belang dat interventies die zich richten op bewegen, zich ook richten op het verminderen van pestgedrag (Losekama et al, 2010). Gezien het belang van de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen, wordt dit in KERNgezond F&F meegenomen, vertaald als gezond gedrag.

Factoren van invloed – max 400 woorden

LET OP dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor het niveau Goed beschreven.

Welke factoren veroorzaken het vraagstuk of probleem? Welke factoren werken juist beschermend?

Aan te pakken factoren – max 200 woorden

LET OP dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor het niveau Goed beschreven.

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

Verantwoording – max 1000 woorden

LET OP dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor het niveau Goed beschreven.

Maak aannemelijk dat met deze aanpak ook daadwerkelijk de (sub)doelen bij de beschreven doelgroep en eventuele subdoelgroepen bereikt kunnen worden.

Verantwoord hoe de werkzame elementen (of technieken of principes) van deze interventie bijdragen aan het realiseren van de gestelde doelen. Uit de onderbouwing moet blijken dat er gebruik is gemaakt van relevant onderzoek en/of een veranderingsmodel of interventietheorie.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

– max 600 woorden.

Wat is op basis van de procesevaluatie bekend over de uitvoering van de interventie?

Stuur bij het indienen van de interventiebeschrijving de volledige publicatie van de procesevaluatie mee.

Beschrijf hier kort:

- a) *De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave*
- b) *De onderzoeksopzet (periode, methode van onderzoek, doelgroep, aantal respondenten)*
- c) *Een korte samenvatting van de meest relevante resultaten: het bereik van de interventie, de mate waarin activiteiten zijn uitgevoerd zoals bedoeld (programma integriteit), de succes- en faalfactoren, de waardering en ervaring van de uitvoerders én doelgroep**
- d) *Hoe de interventie is of wordt aangepast aan de hand van de resultaten van de procesevaluatie (indien van toepassing)*

**Bij bijvoorbeeld kinderen of mensen met een beperking kunnen ook naasten (ouders, mantelzorgers) worden bevraagd om hun waardering te achterhalen.*

LET OP: Is er sprake van verlengen van de erkenning en is er geen nieuwe procesevaluatie? Voeg in dat geval wel het actuele bereik van de interventie (sinds de laatste erkenning) toe.

4.2 Onderzoek naar de effectiviteit

– max 600 woorden per onderzoek

LET OP dit onderdeel hoeft niet ingevuld te worden voor de niveaus Goed beschreven en Goed onderbouwd.

Wat is op basis van het beschikbare kwantitatief en/of kwalitatief onderzoek bekend over de effecten (werkzaamheid) van de interventie? Beschrijf kort welke onderzoeken zijn gedaan en wat daarvan de uitkomsten waren. Stuur bij het indienen van de interventiebeschrijving de volledige publicatie van iedere genoemd onderzoek mee. NB als er sprake is van meerdere publicaties, maar deze gaan over hetzelfde onderzoek, dan telt dit als één onderzoek.

Beschrijf per onderzoek:

- a) *De titel, auteurs, organisatie en jaar van uitgave*
- b) *De onderzoeksopzet (inclusief meetmomenten, doelgroep, respons/ uitval, de uitkomstmaten, de kwalitatieve en/of kwantitatieve onderzoeksmethoden).*
- c) *Een korte samenvatting van de meest relevante uitkomsten met betrekking tot de mate waarin de interventie is uitgevoerd zoals bedoeld, de gevonden (positieve en negatieve) effecten en de werkzaamheid van de interventie.*

LET OP: Een review, meta-analyse of (inter)nationaal onderzoek naar vergelijkbare interventie(s) kan als tweede onderzoek tellen. Beschrijf in dat geval in hoeverre het doel, de doelgroep, de aanpak en het theoretisch model van toepassing zijn op de Nederlandse situatie en/of de voorliggende interventie.

5. Praktijkvoorbeeld

– optioneel (max 600 woorden)

Beschrijf een praktijkvoorbeeld van de uitvoering van de interventie: hoe was de situatie voor, tijdens en na de interventie?

6. Aangehaalde literatuur

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

Broeren, K. (2023). Pesten op de bso: Hoe los je het op?. *Kinderopvang*, 33 (5), 20-21.

CBS i.s.m. RIVM (2017). Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor. Geraadpleegd op 22 augustus 2018, via <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#methode--node-regionale-verschillen-verschil-wijkcijfers>

CBS i.s.m. RIVM (2020). Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor. Geraadpleegd op 31 maart 2021, via <https://www.staatvenz.nl/kerncijfers/overgewicht-iongeren>

Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) (2024). *Obesitas afgelopen 40 jaar verdrievoudigd*.

Dehghan, M., Akhtar-Danesh, N., & Merchant, A.T. (2005). Childhood obesity, prevalence and prevention. *Nutrition Journal*, 4, 4-24.

Gezondeschool.nl (2015). Waarom aandacht voor Sociaal-emotionele ontwikkeling? Opgevraagd 8 juni 2015, afkomstig van <http://www.gezondeschool.nl/po/werken-aan-gezondheidsthema-s/sociaal-emotionele-ontwikkeling/sociaal-emotionele-ontwikkeling/>

Hopman, M., Harnam, G., De Jonge, H., & Van den Heuvel, L. (2022). In eenzaamheid gepest. Kinderen over hun ervaringen met pesten en (het gebrek aan) hulp bij pesten. De Kinderombudsman.

Horodyski, M.A., Baker, S., Coleman, G., Auld, G., & Lindau, J. (2011). The Healthy Toddlers Trial Protocol: An Intervention to Reduce Risk Factors for Childhood Obesity in Economically and Educationally Disadvantaged Populations. *BMC Public Health*, 11.

Inspectie van het Onderwijs, De staat van het Onderwijs, 2024, 76. Geraadpleegd op 17 december 2024.

Jansen, A., Havermans, R., Nederkoorn, C., & Roefs, A. (2008). Jolly fat or sad fat? Subtyping non-eating disordered overweight and obesity along an affect dimension. *Appetite*, 51, 635-640.

Lodewick, J., Geurts, J., Lucas, K., van den Broek, A., en Ramakers, C. (2023). Veilig op school. Landelijke Veiligheidsmonitor 2021-2022: veiligheidsbeleid en veiligheidsbeleving in het primair en voortgezet onderwijs. ResearchNed.

Losekama, S., Goetzky, B., Kraeling, S., Rieff, W., & Hilbert, A., (2010). Physical Activity in Normal-Weight and Overweight Youth: Associations with Weight Teasing and Self-Efficacy. *Obes Facts*, 3, 239-44.

Nijboer, C., & van Alst, S. (2005). *Overgewicht De gemeente aan zet. Een inventarisatie van gemeentelijke beleidsinstrumenten gericht op het voorkomen van overgewicht*. Woerden: Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering en Ziektepreventie (NIGZ).

RIVM leefstijlmonitor. Geraadpleegd op 17 december 2024, via www.rivm.nl/leefstijlmonitor/gezond-gewicht

Schönbeck, Y., Talma, T., van Dommelen, P., Bakker, B., Buitendijk, S.E., HiraSing, R.A., et al (2012). Increase in Prevalence of Overweight in Dutch Children and Adolescents: A Comparison of Nationwide Growth Studies in 1980, 1997 and 2009. *PLoS ONE*, 6.

Singh, A.S., Mulder, C., Twisk, J.W.R., van Mechelen, M., & Chinapaw, M.J.M. (2008). Tracking of childhood overweight into adulthood: a systematic review of the literature. *Obesity Reviews*, 9, 474-488.

Tang-Peronard, J.L. & Heitmann, B.L. (2008). Stigmatization of obese children and adolescents, the importance of gender. *Obesity Reviews*, 9 (6), 522-534.

Van Bottenburg, M., Elling, A., Hover, P., Brinhof, S., & Romijn, D. (2012). *De maatschappelijke betekenis van topsport*. Departement Bestuurs- en Organisatiewetenschap (USBO), Universiteit Utrecht: Utrecht

Van Wijnen, L.G., Boluij, P.R., Hoeven-Mulder, H.B., Bemelmans, W.J., & Wendel-Vos, G.C. (2009). Weight Status, Psychological health, Suicidal Thoughts, and Suicide Attempts in Dutch Adolescents: Results From the 2003 E-MOVO Project. *Obesity*, 18, 1059-1061.

Vijfde Landelijke Groeistudie (2010). Leiden: TNO