

# ALIKO-STUDIE

Ontwikkeling van de vragenlijsten

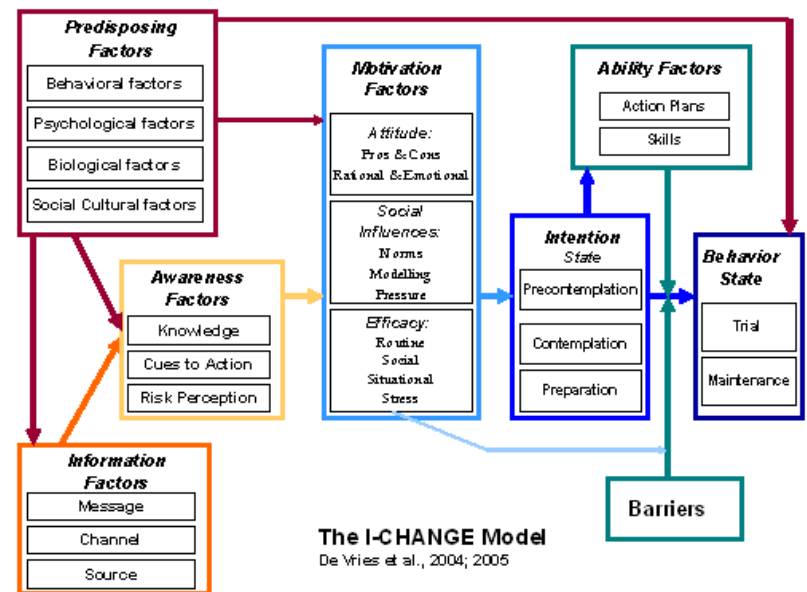
&

De succesfactoren van gecombineerde  
leefstijl interventies

Dominique Maan  
Nadia van Dee

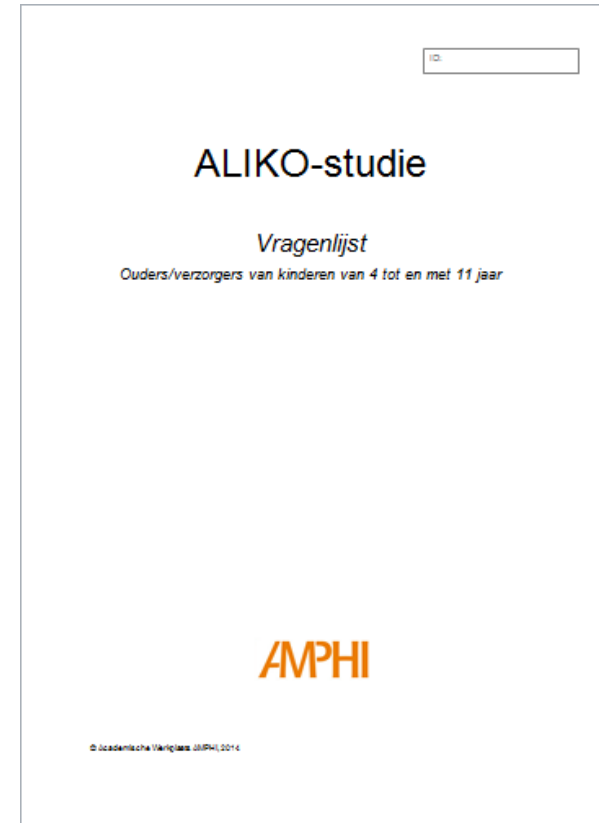
# Methode

- Literatuuronderzoek
  - Missende dimensies
  - Bestaande gevalideerde/betrouwbare vragenlijsten
- Keuzes in overleg gemaakt



# Toegevoegde dimensies

- Attitude
- Sociale invloed
- Eigen effectiviteit
- Motivatie
- Kwaliteit van leven
- Opvoedstijl
  
- 3 versies van de vragenlijst



The image shows the cover of a questionnaire titled 'ALIKO-studie'. At the top right, there is a small rectangular box labeled 'ID.'. The main title 'ALIKO-studie' is centered in a bold, black font. Below it, the subtitle 'Vragenlijst' is centered in a smaller, italicized font. Underneath the subtitle, the text 'Ouders/verzorgers van kinderen van 4 tot en met 11 jaar' is centered in a small, black font. At the bottom center, the logo 'AMPHI' is displayed in a bold, orange font. In the bottom left corner, there is a small copyright notice: '© Academische Vereniging AMPHI 2014'.

# Deelnemers studie

Interventie:	Locatie:
Actie	Nijmegen
Beweeg-je-fit	Hatert
Beweeg-je-fit	Lindenholt
Beweeg-je-fit	Nijmegen- West
Door Dik en Dun	Culemborg
Door Dik en Dun	Lienden
Door Dik en Dun	Tiel
GO! Gezond Onderweg	Arnhem: Malburgen
Lekker in je LIJF	Huissen
KOALA	Oosterhout

# Vervolg

- Nulmeting
- Vervolgmetingen
- Uitspraak over effectiviteit en doelmatigheid
- Gegevens vergelijken met Kindermonitor



# Loket gezond leven

- Beschrijving
- Vergelijking
- Succesfactoren

## Titel interventie

Werkblad beschrijving interventie  
voor 'Goed Beschreven'

Maart 2013, versie 1.0

Gebruik de [HANDLEIDING](#) bij dit werkblad

Voor meer informatie

[centrumgezondleven@ivm.nl](mailto:centrumgezondleven@ivm.nl)

[www.movisie.nl/effectievsocialeinterventies](http://www.movisie.nl/effectievsocialeinterventies)

[www.effectiefactief.nl](http://www.effectiefactief.nl)  
[effectiefactief.nl/nl](http://effectiefactief.nl/nl)

# Beschrijving

- Doelgroep(en)
- Doelen
- Aanpak
- Ontwikkeling
- Uitvoering
- Kosten
- Evaluatie

# Beschrijving

## Bijlage 7: Beschrijving Door Dik en Dun Lienden

**Probleem:**  
Overgewicht

**Doelgroep:**  
Kinderen van 3-12 jaar met overgewicht of obesitas.

**Intermediaire doelgroepen:**  
Ouders van de kinderen die gaan deelnemen aan de interventie.

**Inclusie criteria:**

- Gemotiveerd zijn.
- Geen gedragsproblematiek
- Er moeten voldoende mogelijkheden/investering binnen het gezin zijn om DDD te volgen
- Overgewicht (soms wordt een kind met obesitas ook toegelaten maar bij voorkeur niet).

**Doelgroep wordt geworven door:**  
Verwijzing voor deelname programma wordt gedaan door JGZ-arts, of kinderarts, of verpleegkundige of huisarts. Soms ook door diëtisten of scholen wel moet er dan nog een verwijzing komen van een JGZ-arts of huisarts.

**Doel:**

**Hoofdoel:**

1. het bewerkstelligen van gewichtstabilisatie of -vermindering bij kinderen;
2. het vergroten van kennis, inzicht en vaardigheden gericht op een gezond beweeg- en voedingspatroon bij kinderen én ouders;
3. het vergroten van het zelfvertrouwen en de zelfwaardering van kinderen;
4. het verbeteren van de conditie en kracht van kinderen.

**Subdoelen:**

-

**Aanpak:**

**Opzet van de interventie:**  
DDD bestaat uit drie fases: de voorbereidingsfase, de behandelingsfase (4 maanden) en de nazorgfase (7 maanden). Het programma duurt tot 1,5 jaar na de intake.

In de voorbereidingsfase krijgen potentiële deelnemers informatie over het behandelprogramma en wordt het inschrijfformulier ingevuld. De behandelingsfase duurt 4 maanden en bestaat uit 16 groepsbijeenkomsten voor de kinderen en 7 bijeenkomsten voor de ouders.

**Locatie en uitvoerders:**

De diëtist, psycholoog/pedagoog en fysiotherapeut/sportinstructeur vormen samen het behandelteam van DDD.

**Inhoud van de interventie:**

Fase	Week	Discipline	Ouders/kind	Onderwerp
Intakefase	0	Diëtist en psycholoog	Ouders en kind	Intake
	0	Diëtist	Ouders en kind	Voedingsadvies
	0	fysiotherapeut		Conditietest, screening
Behandelingsfase	1 t/m 15	Sportinstructeur/fysiotherapeut	Kinderen	Beweegprogramma

	1	Psycholoog	Ouders	Actiepunten + ABC-scheme + overleg
	3	Diëtist	Ouders	Gezonde voeding (supermarktbezoek)
	5	Psycholoog en diëtist	Ouders	Voeding en opvoeding
	6	Diëtist	Kind en ouders	Evaluatie
	6	Fysiotherapeut	Kind	Evaluatie
	7	Psycholoog	Ouders	Beloningssysteem en opvoedstijlen en nee-zeggen
	9	Psycholoog	Ouders	Hoe verder, intermitterend belonen, evaluatie
	11	Diëtist	Ouders	Feestjes en verjaardagen
	16	Diëtist	Kind en ouders	evaluatie
	16	Fysiotherapeut	Kind en ouders	Evaluatie
Nazorgfase (na 6 weken)	22	Diëtist	Kind en ouders	Evaluatie
	28	Diëtist	Kind en ouders	Evaluatie
	28	Fysiotherapeut	Kind en ouders	Evaluatie
	34	Diëtist	Kind en ouders	Evaluatie
	40	Diëtist	Kind en ouders	Evaluatie
	46	Diëtist/fysiotherapeut	Kind en ouders	Evaluatie
Begeleiding, indien noodzakelijk voor gedragsbehoed				

**De voorbereidingsfase:**

- De potentiële deelnemers krijgen informatie over het behandelprogramma en het inschrijfformulier wordt ingevuld.

**De behandelingsfase:**

- De thema's die aan bod komen tijdens de bijeenkomsten voor de kinderen zijn: doel en motivatie, voedingsinformatie, smaakontwikkeling en gezond eten, sporten is leuk en goed voor je lijf, wanneer kom je in de verleiding en hoe los je dit op, vergroten van zelfvertrouwen en zelfwaardering en het ontwikkelen van een eigen plan met leefregels in het gezin.
- De onderwerpen die aan bod komen tijdens de bijeenkomsten voor de ouders zijn: het stellen van grenzen, hoe bied ik mijn kind steun, eigen voorbeeldfunctie en kennis over gezonde voeding.
- Daarnaast sporten de kinderen in deze fase 3 maanden minimaal één keer per week onder begeleiding van de fysiotherapeut, afhankelijk van het felt of ze al een sport beoefenen (1x sportclub + 1x sport DDD of t/delljke stop sportclub + 2x sport DDD).
- Als aanvulling op de groepsbijeenkomsten vindt tweemaal een individuele evaluatie plaats met kind en ouders. Tijdens deze evaluatie vindt lichamelijk onderzoek plaats (gewicht, lengte, fitheid), wordt het voedingsadvies geëvalueerd en de voortgang besproken.

**De nazorgfase:**

- De Diëtist consulteert het kind en de ouders in 5 gesprekken in een periode van 8 maanden. Ook de fysiotherapeut zal tweemaal in deze periode aanwezig zijn om de fitheid en conditie van het kind te testen. In deze fase ligt de nadruk op het voorkomen van terugval en het verstrekken van het nieuw aangeleerd gedrag.

**Ontwikkelingscoördinator/leider/betrokkenheid doelgroep:**

Ontwikkeld door diëtiste Berdien van Wezel, in samenwerking met een personal trainer, een kinderfysiotherapeut, een orthopedagoog en een psycholoog.

**Uitvoering:**



# Vergelijking

Dimensie	Succesfactor	Actie	Beweeg-je-fit	Door Dik en Dun	GO! Gezond Onderweg	KOALA	Lekker in je LIJF
Gewicht	Doel is BMI daling, geen gewichtsverlies	V	V	V	V	V	3
Kwaliteit van leven	Verbetering in kwaliteit van leven <sup>1</sup>	V	V	V	V	V	3
Bewegen	Sportactiviteiten in gesloten groepen met kinderen met overgewicht	V	V	V	X	V	3
	Sporttraining op maat	V	V	V	V	V	3
	Toename lichamelijke activiteit door alledaagse activiteiten <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3
	Verminderen van zittend gedrag (tv kijken/gamen) <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3
Voeding	Geen streng dieet laag in calorieën	V	V	V	V	V	3
	Vermindering inname gezoete dranken <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3
	Vermindering inname fastfood <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3
Gedrag	Interventie aanpassen aan individuele familie	*	*	*	*	*	3
	Kracht van het kind aanmoedigen, niet focussen op ongunstig gedrag	V	V	V	V	V	3
Overig	Aanwezigheid van >75% <sup>1</sup>	V	V	V	V	V	3
	Interventie ook gericht op ouders	V	V	V	V	V	3
	Ouder bekrachtigen hun kind positief <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3
	Gebruik van contracten	*	*	V	V	*	3
	Duur interventie 6-12 maanden <sup>2</sup>	V	V	X	X	V	3
	Motivatatie en bereidheid om voedings- en beweeggewoonte te veranderen <sup>1</sup>	*	*	*	*	*	3



AMPHI

Hogeschool  van Arnhem en Nijmegen

VRAGEN?

---

Dominique Maan  
Nadia van Dee