

# Stichting diaB-TV

## **Onderzoeksverslag en beroepsproduct Innovatieopdracht LOM4**

Haagse Hogeschool

Voeding en Diëtetiek

José Tunc, 19106300

VD-INNOVATIE-21 TOETS04

Gelegenheid 1

12-02-2024

## Samenvatting

**Probleemanalyse:** Tijdens dit onderzoek wordt onderzocht hoe de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen van pilot Vet Slim, vergroot kan worden. Uiteindelijk wordt er een brochure opgesteld met adviezen, die ingezet kan worden door diaB-TV. Door middel van deze brochure wordt uiteindelijk bijgedragen aan een gezonde(re) leefstijl voor de ouders en hun kinderen.

**Methoden:** Er zijn zes semi gestructureerde interviews afgenomen bij één onderzoeker en vijf ouders. Daarnaast is een online enquête verspreid onder ouders. Aan de hand van deze kwalitatieve methoden is onderzocht welke informatie de ouders willen ontvangen en op welke manier. Ook is nagegaan hoe kennis en vaardigheden het beste kunnen worden toegepast en welke barrières er daarbij spelen.

**Resultaten:** Uit de interviews en enquêtes komt naar voren dat ouders behoefte hebben aan informatie over het stimuleren van de gezonde keus bij hun kind, over diabetes en over gevolgen van een (on)gezonde leefstijl. Daarnaast ontvangen ze graag nieuwe opties voor recepten. Dit ontvangen ze het liefst via de mail, op de schoolwebsite (in de vorm van video's) of via een interactieve voorlichting. Een activiteit voor ouder en kind samen kan helpen kennis toe te passen. Daarbij ontvangen de ouders graag aandachtspunten en adviezen uit de lessen. Taal, geld en tijd zijn de vaakst genoemde barrières.

**Conclusie:** Om ouderbetrokkenheid te vergroten, kunnen de ouders het beste op een interactieve manier betrokken worden waarbij nieuwe informatie gedeeld wordt en visueel ondersteund wordt. De overdracht van deze informatie kan zowel op een digitale als mondelinge manier plaatsvinden. Het aanbieden van activiteiten voor ouder en kind samen kan helpen bij het toepassen van kennis. Belangrijk is dat rekening wordt gehouden met de betaalbaarheid en het taalniveau van de activiteit, om het toegankelijk te maken van iedere ouder.

**Beroepsproduct:** Aan de hand van de resultaten zijn adviezen opgesteld in een brochure. DiaB-TV kan deze adviezen gaan toepassen om een hogere ouderbetrokkenheid te bereiken. Daarbij is het doel ouders en kinderen op weg te helpen naar een gezonde(re) leefstijl. Onderzoek naar ouderbetrokkenheid is nog niet eerder gedaan door diaB-TV, en draagt daarom bij aan de innovatieve waarde van de praktijk.

## Inhoud

Probleemanalyse	4
Onderzoeksmethoden	7
Onderzoekdoelen- en vragen	7
Onderzoekspopulatie	7
Data verzameling en procedure	8
Data analyse	10
Resultaten	11
Interview onderzoeker EducationLab	11
Interviews met ouders	11
Online enquêtes	12
Conclusie	13
Discussie	14
Validiteit en betrouwbaarheid	14
Resultaten interpreteren	14
Suggesties voor vervolgonderzoek	14
Huidig onderzoek in context plaatsen van al bestaand onderzoek	15
Waarde van het onderzoek en het beroepsproduct voor de praktijk	15
Totstandkoming beroepsproduct	16
Programma van Eisen	16
Feedback opdrachtgever	17
Vervolgstappen	20
Literatuurlijst	22
Bijlagen	25

## Probleemanalyse

In Den Haag heeft één op de vijf kinderen overgewicht. Dit is een groter gedeelte dan in de rest van Nederland (GGD Haaglanden, z.d.). In 2019 was het percentage overgewicht bij kinderen (2 t/m 15 jaar) 21.3% (Post & van Gestel, 2021).

Landelijk zijn er al meerdere interventies en lesprogramma's uitgevoerd ter preventie van overgewicht en het veranderen van de eet- en beweeggewoonten van kinderen. Zo is er bijvoorbeeld een interventieprogramma uitgevoerd op acht basisscholen, gedurende twee schooljaren. Met het lesprogramma werd er gericht op het verbeteren van het eetpatroon van de kinderen, gezonde voeding, sporten en een cursus voor gewichtsbeheersing. Onder andere de BMI werd gemeten aan het begin van het programma en een jaar verder. De BMI scores van de groep die meedeed werden vergeleken met scores van een school die niet meedeed aan de interventie (Hamelink-Baksteen et al., 2008).

Ook is er een evaluatiestudie uitgevoerd door de Universiteit van Wageningen, om het effect van de interventie EU-Schoolfruit te onderzoeken bij kinderen op de basisschool (7-12 jaar). EU-Schoolfruit is een interventie die kinderen stimuleert om samen groente en fruit te eten in de klas. Daarbij werden er smaaklessen gegeven aan de kinderen, waarbij er in werd gegaan op de onderwerpen; koken, voedselveerdigheden, voedselproductie, gezond eten en smaak (Verdonschot et al., 2018-2019).

Daarnaast zijn er landelijk veel onderzoeken gedaan naar hoe ouders het beste betrokken kunnen worden bij de lessen van de interventies/lesprogramma's voor kinderen over gezonde leefstijl.

In de onderzoeken die hieronder worden besproken, worden manieren genoemd hoe ouders het beste effectief betrokken kunnen worden bij interventies over gezonde voeding en beweging voor kinderen. Ook oorzaken voor een lage ouderbetrokkenheid komen ter sprake.

Vanuit Universiteit Utrecht is er een onderzoek uitgevoerd, waarbij er gekeken werd naar ouderbetrokkenheid van kinderen op de basisschool bij het preventie programma: IK Lekker fit?! (Gotink, 2013). Uit dit onderzoek bleek dat ouders niet genoeg betrokken waren bij het preventie programma voor de kinderen. Een veelvoorkomende oorzaak hiervoor was de taalbarrière van sommige ouders. Docenten gaven aan dat het moeilijk was hen te betrekken bij het programma. Geadviseerd werd om activiteiten voor kind en ouder samen te organiseren en aanpassingen te maken waarbij er rekening wordt gehouden met de taalbarrière van deze groep ouders (Gotink, 2013).

Gebleken is dan ook dat een lage SES en laaggeterdheid ervoor kunnen zorgen dat ouders niet deelnemen aan interventie programma's. Uit onderzoek over voorgaande interventies komt naar voren dat het daarom belangrijk is om voorlichtingsmateriaal gemakkelijk en toegankelijk te maken, zodat het eenvoudig te begrijpen is. Op deze manier kunnen kwetsbare groepen ouders ook betrokken worden bij de interventie (Karssen, 2020).

Daarnaast komt in meerdere onderzoeken naar voren dat de focus moet worden gelegd op de opvoedvaardigheden van de ouders, om uiteindelijk een gezonde leefstijl voor zowel de ouders als het kind te bereiken. Ook blijkt uit verschillende onderzoeken dat een interactieve en creatieve manier van voorlichting geven aan ouders het meest effectief is.

Zo blijkt uit een literatuurstudie van het RIVM over ouderbetrokkenheid in leefstijlinterventies in het onderwijs (2014) dat het van belang is om bewustwording te creëren bij ouders over hun voorbeeldfunctie voor hun kinderen. Daarbij komt naar voren dat de kennis van de ouders ook een grote invloed heeft op de leefstijl van hun kinderen. Deze studie geeft aan dat het zou helpen om ouders op een interactieve manier te betrekken. Verder komt naar voren dat aan het stellen van regels, opvoedvaardigheden en attitude veranderingen nu weinig aandacht wordt besteed (van der Heide et al., 2014).

Een ander rapport beschrijft dat het betrekken van moeders op een creatieve manier het meest effectief is; door middel van onder andere beeld- en videomateriaal en spellen. Daarnaast is er vanuit deze moeders in dit project veel vraag over voeding en opvoeding. Daarbij blijkt culturele achtergrond invloed te hebben op het eetgedrag van ouders en hun kinderen (Wolffers et al., 2012).

Aansluitend op het vorige onderzoek, blijkt uit een Delphi-onderzoek dat ouders vaak problemen ondervinden tijdens hun opvoeding. Ze hebben moeite met het stellen van regels en het consistent zijn in hun afspraken die ze maken met hun kinderen (Ruiter et al., 2017).

Uit een blog vanuit een themabijeenkomst met professionals blijkt dat ouderbetrokkenheid over het algemeen laag is bij interventie programma's. Hier wordt aangegeven dat het belangrijk is om aandacht te besteden aan de behoeften van de ouders. Daarnaast is het van belang dat er focus wordt gelegd op plezier tussen ouder en kind. Naast het belang van plezier tussen ouder en kind, blijkt het inzetten van sleutelfiguren zeer effectief te zijn bij het voorlichten van de ouders. Een sleutelfiguur zou bijvoorbeeld een leerkracht kunnen zijn op de basisschool (Karssen, 2020).

Tot slot beschrijft een onderzoek naar perspectieven van betrokken actoren op JUMP-in oudervoortlichting (2008) dat ouders een grote rol spelen in de eet- en beweeggewoonten van kinderen. Hieruit blijkt dan ook dat het belangrijk is om een goede leefomgeving voor kinderen te creëren. De JUMP-in voortlichting richt zich op gezonde voeding en beweging, het belang hiervan en hoe ouders hun kinderen hierbij kunnen stimuleren. In het model van Golan en Weizman, over gezinsgerichte aanpak voor de behandeling van obesitas bij kinderen, ligt de nadruk op het verbeteren van de leefomgeving, voedingsvaardigheden en ouderschapsvaardigheden (de Winter, 2008). Net zoals in eerder genoemde onderzoeken, ligt de focus hier dus weer op het opvoeden en de kennis over voeding van de ouders.

Uit onderzoeken gericht op het toepassen van de kennis/vaardigheden vanuit de interventielessen door de ouders thuis, blijkt weer dat ouders vaak de benodigde kennis missen om deze kennis daadwerkelijk thuis toe te passen. Ook barrières zoals een tekort aan geld en tijd werden genoemd (Haagsman & Toemere, 2017). In onderzoek van het EducationLab naar 'effectief afstandsonderwijs' (2020) komt naar voren dat een makkelijke en toegankelijke manier van communiceren naar ouders erg belangrijk is. Het sturen van korte berichtjes (sms'jes) waarin de taal wordt aangepast naar het niveau van de ouders, kan helpen. Daarbij is het van belang om rekening te houden met opleidingsniveau, inkomen en culturele achtergrond van de ouders (Aarts et al., 2020).

Tijdens dit praktijkonderzoek gaat onderzocht worden hoe de ouderbetrokkenheid bij de lessen van de pilot Vet Slim vergroot kan worden. Deze lessen zijn gericht op gezonde leefstijl en preventie van welvaartsziekten, in het speciaal van diabetes type 2. Het project 'Vet Slim' is opgericht vanuit de organisatie DiaB-TV. DiaB-TV is opgericht om kinderen op de basisschool van groep 7 en 8, maar ook leerlingen uit de brugklas van het praktijkonderwijs, voor te lichten over een gezonde leefstijl en welvaartsziekten. DiaB-TV bestaat uit een groep mensen die diabetes type 2 zelf of in hun omgeving ondervonden heeft, daarom vonden zij het erg belangrijk om iets tegen diabetes type 2 te ondernemen.

Vanuit de opdrachtgever is de vraag hoe de ouders meer betrokken kunnen worden bij de lessen die nu aan de kinderen worden gegeven op de scholen. Wat bekend is, is dat de ouders tijdens voorgaande pilots van de lesprogramma's net zoveel bij deze lessen betrokken werden, als bij andere vakken van de kinderen. Waarschijnlijk is er dus maar weinig betrokkenheid van de ouders bij deze lessen.

Ouders hebben veel invloed op de eet- en beweeggewoonten van hun kinderen. Zij kunnen hun kinderen stimuleren gezond te leven (de Winter, 2008). Uit ander onderzoek blijkt ook dat de opvoeding van ouders veel invloed heeft op het eetgedrag van kinderen (Voedingscentrum, z.d.). Daarom is het van belang dat er onderzocht wordt op welke manier ouders betrokken kunnen raken bij de lessen voor de kinderen, en hoe zij vervolgens de kennis en vaardigheden ook daadwerkelijk toe kunnen passen thuis.

De brochure met adviezen die uiteindelijk opgesteld gaat worden, geeft de opdrachtgever inzicht in manieren hoe de ouderbetrokkenheid en toepassing van kennis/vaardigheden door de ouders vanuit de lessen vergroot kan worden. Op deze manier worden de lessen vanuit de pilot Vet Slim effectiever, omdat de stof vanuit de lessen wordt toegepast door de ouders thuis. De doelstelling van dit onderzoek is dan ook om ouders en kinderen op weg te helpen naar een gezonde(re) leefstijl, door middel van het vergroten van de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen.

## Onderzoeksmethoden

### Onderzoekdoelen- en vragen

Het doel van dit onderzoek is om ouders op weg te helpen naar een gezonde(re) leefstijl voor hen en hun kinderen. Dit kan bereikt worden door middel van het vergroten van de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen voor de kinderen. Hoe de ouderbetrokkenheid vergroot kan worden, gaat onderzocht worden in het praktijkonderzoek. De hoofdvraag die hierbij aansluit is: Op welke manieren kan de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen vergroot worden?

De volgende deelvragen sluiten hierbij aan:

- Welke informatie zouden de ouders graag willen ontvangen wat betreft een gezonde leefstijl?
- Op welke manieren willen de ouders deze informatie graag ontvangen?
- Welke manieren kunnen ervoor zorgen dat de ouders de kennis/vaardigheden vanuit de gezonde leefstijl lessen thuis gaan toepassen?
- Wat zijn mogelijke barrières voor de ouders om de kennis/vaardigheden vanuit de gezonde leefstijl lessen toe te passen thuis?

### Onderzoekspopulatie

Tot de doelgroep behoren ouders van basisschoolkinderen en het praktijkonderwijs 1<sup>e</sup> klas in Den Haag (en omstreken). Door middel van het verspreiden van een enquête en het afnemen van individuele interviews zijn er resultaten verkregen. De gegevens uit de enquêtes van ouders van basisschoolkinderen van groep 7 en 8, zijn meegenomen in de resultaten. Ouders vanuit deze groepen hebben de enquêtes ingevuld, omdat de lessen van het lesprogramma Vet Slim gegeven worden in groep 7 en 8 op verschillende basisscholen. Door de resultaten van deze groep ouders mee te nemen, wordt er een passend antwoord verkregen, op de vraag hoe ouderbetrokkenheid vergroot kan worden bij de gezonde leefstijl lessen.

Voor de individuele interviews zijn er ouders geïnterviewd met verschillende (culturele) achtergronden. De ouders waren ieder ouder van een kind op de basisschool of het praktijkonderwijs. Echter waren dit ouders van kinderen in verschillende groepen op de basisschool, dus niet alleen groep 7 en 8. Gedurende het onderzoek bleek het namelijk ingewikkeld te zijn om aan ouders te komen waarbij een individueel interview afgenomen kon worden. Vandaar dat de inclusiecriteria wat breder zijn genomen dan bij de gegevensverwerking van de enquêtes.

De ouders zijn gekozen als doelgroep, omdat ouders over het algemeen veel invloed hebben op het eetgedrag van kinderen. Dit blijkt dan ook uit onderzoek van Universiteit Gent (2013-2014), naar het effect van gewoontes in het gezin op het eetgedrag en voedingspatroon van het kind. Uit dit onderzoek komt naar voren dat het van belang is dat de ouders zelf voldoende kennis en vaardigheden hebben, om dit zo over te kunnen brengen naar hun kinderen. Het uiteindelijke beroepsproduct (poster met de adviezen) draagt dan ook bij aan het stimuleren van een gezonde leefstijl voor de ouders en kinderen. Dit staat in lijn met de doelstelling van dit onderzoek.

## Data verzameling en procedure

De data in dit onderzoek zijn verzameld door middel van kwalitatief onderzoek. Er is field research uitgevoerd door het afnemen van individuele interviews en het verspreiden van een online enquête. De semigestructureerde interviews zijn afgenomen bij 1 onderzoeker en 5 ouders (zie bijlage 1). De online enquête is verspreid onder het platform van ouders van de basisscholen en is ingevuld door 21 personen (zie bijlage 8).

Allereerst is er een semigestructureerd interview afgenomen bij een onderzoeker van een al bestaand onderzoek van 'EducationLab'. Bij dit onderzoek is de 'Toolkit betrekken van Ouders' opgesteld (Breuer et al., 2021). Door online op zoek te gaan naar onderzoekers van al bestaande onderzoeken op het gebied van ouderbetrokkenheid, is deze onderzoeker benaderd. Degene is gemaild om vervolgens een afspraak via Teams in te plannen. Het al bestaande onderzoek ging in op hoe ouders het beste betrokken kunnen worden bij het onderwijs van hun kind.

Van tevoren zijn de uitkomsten van de Toolkit over het betrekken van ouders goed doorgenomen, waarna de semi gestructureerde interview vragen zijn opgesteld (zie bijlage 4). De vragen gingen in op de adviezen om ouderbetrokkenheid te vergroten, die uit het onderzoek naar voren kwamen. Ook is er naar de eigen ervaring van de onderzoeker gevraagd op het gebied van ouderbetrokkenheid op de basisschool. Af en toe is er specifiek naar een advies gevraagd, om hier verder op in te gaan. Er is bijvoorbeeld nagegaan wat de meest passende vorm van communicatie is naar de ouders, vanuit het advies dat er juiste communicatie naar de ouders moet worden toegepast.

Verder zijn er semigestructureerde interviews afgenomen bij ouders van zowel basisschoolkinderen als kinderen van het praktijkonderwijs in de eerste klas. Aan de hand van het doel van het onderzoek en de onderzoeksvragen zijn de vragen voor dit semigestructureerde interview opgesteld (zie bijlage 6). Er is daarbij inspiratie opgedaan uit het interview met de onderzoeker. Als hulpmiddel is het stappenplan van 'Scribbr' gebruikt, voor het opstellen van vragen voor een semigestructureerd interview en het uitvoeren ervan (Merkus, 2021).

De vragen van het interview zijn onderverdeeld onder de kopjes: 'algemeen', 'ouderbetrokkenheid' en 'gezonde leefstijl lessen project Vet Slim'. Onder het kopje algemeen is de vraag gesteld of de geïnterviewde persoon zichzelf even kort kan voorstellen en op welke school en in welke groep zijn/haar kind zit. Vervolgens zijn er vragen gesteld die meer ingaan op de algemene ouderbetrokkenheid bij het kind op school. Dus bijvoorbeeld hoe de ouder nu betrokken wordt bij het leerproces van het kind en of hij/zij dat voldoende vindt. Tot slot zijn de lessen over gezonde leefstijl vanuit het project Vet Slim geïntroduceerd, als de geïnterviewde hier nog niet bekend mee was. Er is nagevraagd hoe de ouder het liefst betrokken zou willen worden bij de gezonde leefstijl lessen. Ook is nagevraagd welke informatie en op welke manier de ouder dit wilt ontvangen op het gebied van gezonde leefstijl. Daarnaast is nagegaan wat de ouder zou helpen om de tips vanuit de lessen thuis toe te passen en wat mogelijke barrières hiervoor zijn. Door het stellen van deze vragen tijdens de interviews, is antwoord verkregen op alle onderzoeksvragen die eerder zijn opgesteld.



De ouders zijn op verschillende manieren benaderd voor het afnemen van het interview. Door middel van het inzetten van het netwerk vanuit stage, zijn twee vormingswerkers geïnterviewd van organisatie 16-22. Deze organisatie zit in het gebouw waar diaB-TV ook actief is. De andere 3 ouders zijn benaderd via de meesters van de groepen waar les is gegeven vanuit project Vet Slim. De meesters van groep 7 van de Kameleon in Den Haag en van de eerste klas van het ISW Naaldwijk (praktijkcollege) hebben een oproepje geplaatst. Vanuit daar zijn aanmeldingen gekomen van ouders die mee wilden doen met het interview. Vervolgens zijn de interviews via telefonisch contact ingepland.

Het inplannen en opnemen van de zes interviews is over een tijdbestek van twee maanden gegaan. De interviews zijn opgenomen via spraakrecorder op de telefoon of via Teams. Hiervan zijn transcripten gemaakt (zie bijlage 1).

Daarnaast is er een online enquête verspreid. Door het vergelijken van al bestaande enquêtes met betrekking tot ouderbetrokkenheid, zijn de huidige vragen opgesteld voor deze online enquête. Daarnaast zijn is het stappenplan en zijn de tips voor het opstellen van een online enquête van 'SurveyMonkey' gebruikt (SurveyMonkey, z.d.). De enquête is gemaakt in Google Formulieren. Voorafgaand aan het verspreiden van de enquête is feedback gevraagd aan de opdrachtgever. Deze feedback is verwerkt in de definitieve enquête.

De enquête begint met wat algemene vragen, over het kind en de achtergrond van de ouder. Vervolgens gaan de vragen verder in op de betrokkenheid van de ouder rondom de gezonde leefstijl lessen van het project Vet Slim. Er wordt gevraagd aan de ouders hoe ze op dit moment betrokken worden bij deze lessen en hoe ze het liefst betrokken willen worden. Verder wordt er net zoals bij de interviews ingegaan op de informatie die de ouder graag wilt ontvangen en op welke manier. Ook wordt er nagevraagd op welke manier(en) de ouders de tips vanuit de lessen het beste thuis toe kunnen passen en of er barrières zijn hiervoor. Net zoals bij de interviews, is door de verzamelde data van de enquêtes, antwoord verkregen op alle onderzoeksvragen.

De enquête is verspreid door de opdrachtgever door het delen van een link op Facebook en LinkedIn. Daarnaast is de enquête verspreid door de docenten van de klassen waar les is gegeven op de Kameleon in Den Haag en het ISW Naaldwijk.

## Data analyse

De vijf semi gestructureerde interviews met de ouders zijn allereerst getranscribeerd (zie bijlage 1). Daarna zijn deze interviews gecodeerd. Er zijn tabellen gemaakt waarin het open, axiaal en selectief coderen is meegenomen (zie bijlage 2). Aan de hand hiervan zijn de gegevens gestructureerd en is de belangrijkste informatie naar boven gekomen uit de interviews. Als hulpmiddel voor het coderen is de uitleg op 'Scribbr' gebruikt over het coderen van kwalitatieve interviews (Dingemanse, 2017). Van het interview met de onderzoeker is een uitgebreide samenvatting gemaakt (zie bijlage 3).

De data die is verzameld vanuit de online enquête, zijn met elkaar vergeleken. Aan de hand hiervan zijn de belangrijkste resultaten naar voren gekomen.

De belangrijkste gegevens van zowel de interviews als de online enquête, zijn gebruikt voor het beantwoorden van de hoofdonderzoeksvraag.

## Resultaten

### Interview onderzoeker EducationLab

De onderzoeker van EducationLab gaf aan dat het creëren van een basiscontact met de ouders van belang is, wanneer je hen wilt bereiken. Voor een groot deel van de ouders zal een schoolapp goed werken. In het interview kwam naar voren dat dit echter niet goed werkt voor de ouder waarbij taalbarrière een rol speelt. Vooral voor deze ouders is het belangrijk om hen op een persoonlijke manier te benaderen. "Bijvoorbeeld het aanspreken van mensen op het schoolplein, of tijdens een tien-minuten gesprek".

Daarbij vertelde de onderzoeker dat persoonlijke sms'jes naar de ouders zeer effectief bleken te zijn. De sms'jes worden gericht op het kind zelf en op algemene informatie in de vorm van wist je datjes voor de ouder.

Daarbij zou het inzetten van meerdere organisaties, helpen, om informatie over te brengen naar de ouders. De onderzoeker gaf aan dat het inzetten van een huisarts of diëtist bijvoorbeeld, goed zou kunnen werken tijdens een gezondheidsinterventie.

In het interview kwam verder naar voren dat het uitvoeren van leuke en interactieve opdrachten/activiteiten voor ouder en kind samen, kan helpen om kennis te vergroten bij zowel ouder als kind. Daarbij zou dit ook helpen voor het toepassen van kennis thuis. Daarnaast is het van belang dat deze opdrachten, activiteiten of spelletjes interactief en leuk zijn. Naast taal, noemde de onderzoeker dat geld en het toepassen van kennis vaak barrières zijn voor sommige ouders.

### Interviews met ouders

Tijdens de interviews geven de ouders verschillende antwoorden op de vraag welke informatie zij het liefst zouden willen ontvangen wat betreft een gezonde leefstijl. Vaker komt naar voren dat ze graag tips/adviezen ontvangen over hoe ze hun kind kunnen stimuleren uit zichzelf de gezonde keus te maken. Ook opties voor broodbeleg en recept ideeën voor vegetarische maaltijden worden genoemd als wens aan informatie. Daarbij geeft één moeder aan dat het erg zou helpen als er meer uitleg komt over diabetes, in de vorm van video's of een korte begrippenlijst. Verder noemt een andere moeder dat ze het erg belangrijk vindt dat er naast informatie over fysieke gezondheid ook informatie over mentale gezondheid wordt gedeeld tijdens de lessen: "Ik vind dat deze onderwerpen ook allemaal bruggetjes met elkaar hebben".

De manier waarop de ouders graag deze informatie willen ontvangen, verschilt per persoon. De mail wordt vaker genoemd als fijne optie om informatie te ontvangen. Ook noemt één moeder dat de schoolwebsite een goede manier zou zijn om bijvoorbeeld de video's/andere informatie op te delen. Het mondeling toelichten van informatie wordt verder ook genoemd als effectieve methode, waarbij dit wordt gedaan door een externe partij. Dus niet door de school zelf. Tot slot noemt een andere moeder dat het zou helpen om informatie over te brengen via een vragenlijst, die wordt meegenomen naar huis voor de ouder door het kind.

De ouders geven ieder weer verschillende manieren aan wat voor hen werkt voor het toepassen van kennis en vaardigheden thuis. Een activiteit die ouder en kind samen uit kunnen voeren, wordt meerdere keren genoemd. Een moeder vertelt: "En ik denk ook laten helpen met koken. Bij mij thuis vinden ze het heel erg leuk om samen dingen te maken. En ik denk dat dat toch wel helpt om gezondere keuzes te maken". Ook opdrachten voor thuis worden als optie genoemd. Daarbij zou het ook helpen als de aandachtspunten vanuit de gezonde leefstijl lessen worden gedeeld met de ouders. Een moeder noemt nog dat ze graag een lijstje met adviezen voor thuis ontvangt.

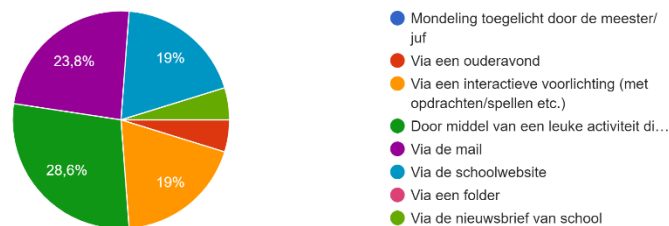
Om kennis/vaardigheden thuis toe te passen, worden geld, tijd en vooroordelen over gezonde voeding als mogelijke barrières genoemd tijdens de interviews. Ook taal wordt genoemd als barrière voor ouders om informatie te begrijpen.

### Online enquêtes

Op de vraag aan de ouders welke informatie wat betreft een gezonde leefstijl ze nog graag willen ontvangen, zijn veel verschillende antwoorden gekomen. Een aantal onderwerpen worden het vaakst genoemd. Zo willen de ouders graag weten wat de gevolgen zijn op de lange termijn voor je gezondheid van een (on)gezonde leefstijl. Ook het stimuleren van de gezonde keus bij kinderen wordt opnieuw meerdere keren genoemd. Ouders zouden daarnaast graag ideeën voor recepten ontvangen voor avondmaaltijden die niet veel tijd in beslag nemen. Daarbij vinden de ouders het ook belangrijk dat deze recepten gezond en betaalbaar zijn. Gezonde alternatieven voor onder andere broodbeleg en tussendoortjes, wordt verder genoemd als wens aan informatie. Over het onderwerp diabetes zelf willen de ouders ook graag meer weten. Ze zouden graag informatie ontvangen over wat het precies is en hoe je het kunt herkennen en voorkomen.

Deze informatie zouden de ouders het liefste willen ontvangen via een interactieve voorlichting, via een leuke activiteit voor ouder en kind samen, via de schoolwebsite of via de mail.

Vorige vraag → Op welke manier zou u deze informatie willen ontvangen?  
21 antwoorden



*Diagram 1: overzicht resultaten 'op welke manier informatie ontvangen' vanuit de online enquêtes*

Om kennis thuis toe te passen, zou het de ouders erg helpen om een opdracht/spel uit te voeren waarbij ze gezond boodschappen kunnen doen samen met hun kind. In deze opdracht moeten ze er ook achter kunnen komen welke producten goedkoop en juist niet goedkoop zijn. Vervolgens geven de ouders aan dat het hen leuk lijkt om een makkelijk en gezond recept samen met hun kinderen te maken. Zo geeft een ouder aan: "Een opdracht of spel die ik samen kan doen met mijn kind, bijv. gezonde boodschappen voor een makkelijke en goedkope maaltijd". Een samenvatting van de les of een lijstje met adviezen zou de ouders ook helpen om kennis toe te kunnen passen thuis. Tot slot zouden video's die geplaatst worden op de schoolwebsite helpen, met daarin uitleg over diabetes en de belangrijkste informatie uit de gezonde leefstijl lessen.

Tijd wordt het vaakst als barrière genoemd in de enquêtes, om de kennis toe te kunnen passen thuis. Daarnaast worden de factoren geld en kennis als barrière genoemd.

## Conclusie

Door de verkregen resultaten uit het onderzoek kan er antwoord worden gegeven op de onderzoeksvraag: Op welke manieren kan de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen vergroot worden? Het doel van het onderzoek is om ouders en hun kinderen op weg te helpen naar een gezonde(re) leefstijl, aan de hand van het vergroten van de ouderbetrokkenheid bij de gezonde leefstijl lessen.

Er kan geconcludeerd worden dat de ouders het beste betrokken kunnen worden op een interactieve manier, waarbij er nieuwe informatie gedeeld wordt en dit visueel ondersteund wordt. Daarbij heeft een lijst met aandachtspunten en adviezen vanuit de les via de mail, de voorkeur van de ouders om hiervan op de hoogte gebracht te worden. De ouders hebben behoefte aan informatie over; het stimuleren van de gezonde keus voor hun kind, opties voor recepten en informatie over diabetes en lange termijn gevolgen van een (on)gezonde leefstijl. De overdracht van deze informatie kan zowel op een digitale als mondelinge manier. Middels informatieve video's op de schoolwebsite of een interactieve voorlichting blijkt een passende manier te zijn. Het toepassen van de opgedane kennis kan het beste gedaan worden door het aanbieden van leuke activiteiten/opdrachten voor ouder en kind samen. Hierbij moet rekening gehouden worden met de betaalbaarheid en het taalniveau van de activiteiten/opdrachten, zodat het voor iedereen toegankelijk is.

## Discussie

### Validiteit en betrouwbaarheid

Tijdens het onderzoek zijn semi gestructureerde interviews uitgevoerd. De resultaten die verkregen zijn uit deze interviews zijn echter niet volledig generaliseerbaar. Dit zorgt voor een lagere externe validiteit. Dit komt doordat er selectie bias is opgetreden in het onderzoek. De personen die geïnterviewd zijn geven namelijk niet allemaal een goed beeld van de onderzoekspopulatie waar op werd gericht tijdens het onderzoek. Er zijn twee vormingswerkers van 16-22 geïnterviewd, omdat zij al veel kennis hebben over gezonde eet- en leefgewoonten en al erg betrokken zijn bij hun kinderen, kan dit een vertekend beeld geven van de totale doelgroep. Daarnaast is er een moeder van een dochter uit groep 7 van basisschool de Kameleon geïnterviewd, omdat zij actief was in de medezeggenschapsraad van de school was zij al heel erg betrokken bij alle zaken rondom school. Dit kan wederom een vertekend beeld geven, aangezien dit onderzoek inging op ouders die nog niet (volledig) betrokken waren bij de gezonde leefstijl lessen van pilot Vet Slim.

Wel zijn de onderzoeksmethoden van dit onderzoek betrouwbaar. Wanneer dit onderzoek op dezelfde manier zou worden uitgevoerd in het vervolg, is het zeer waarschijnlijk dat de resultaten hetzelfde zullen zijn.

### Resultaten interpreteren

De resultaten uit dit onderzoek hangen grotendeels samen met de uitkomsten uit de probleemanalyse. In de probleemanalyse zijn namelijk veel onderzoeken besproken waarbij ouders vraag hadden naar onderwerpen rondom opvoeding en voeding. Uit dit onderzoek komen er ook vragen van de ouders naar voren over zowel opvoeding als voeding gerelateerde onderwerpen. Zo hebben de ouders behoefte aan adviezen over hoe ze hun kind kunnen stimuleren de gezonde keus te maken. Dit gaat in op opvoeding. Daarnaast ontvangen ze graag nieuwe opties voor recepten. Ook willen ze graag informatie over de gevolgen voor je gezondheid van een (on)gezonde leefstijl. Wat specifiek in dit onderzoek naar voren kwam, is de wens van de ouders aan informatie over diabetes type 2.

### Suggesties voor vervolgonderzoek

Om in het vervolg de beperkingen wat betreft de onderzochte groep tegen te gaan, moet er vroeg van tevoren een passende methode gezocht worden hoe de ouders het beste bereikt kunnen worden. Het bereiken van de ouders verliep namelijk erg moeizaam tijdens dit onderzoek, waardoor ik maar drie ouders uit twee klassen waar les is gegeven, heb kunnen interviewen. Door het uitvoeren van vervolgonderzoek, waarbij onderzocht gaat worden met welke methode(n) de ouders het beste bereikt kunnen worden, kan er een groep ouders worden geïnterviewd die representatiever is voor de gehele doelgroep. Dit zorgt vervolgens weer voor een hogere externe validiteit.

Een andere suggestie voor vervolgonderzoek zou dus kunnen zijn om de wensen en behoeften van de ouders te onderzoeken, met betrekking tot hun wens aan nieuwe informatie rondom diabetes type 2 en andere welvaartsziekten.

## Huidig onderzoek in context plaatsen van al bestaand onderzoek

In 2012 is er een onderzoek gedaan naar een project, opgezet door het VUmc en de Hartstichting (Wolffers et al., 2012). Het doel van dit project was om de ouderbetrokkenheid op Islamitische basisscholen te vergroten, wat betreft een gezonde leefstijl. Tijdens dit project zijn de moeders met elkaar in gesprek gegaan en hebben op deze manier knelpunten en oplossingen hiervoor inzichtelijk gemaakt wat betreft een gezonde leefstijl. Tijdens de bijeenkomsten die werden georganiseerd werden verschillende onderwerpen besproken, naar de wensen/behoefte van de moeders. Deze methode om ouderbetrokkenheid te stimuleren, verschilt van de methode in dit huidige onderzoek. Er is kwalitatief onderzoek uitgevoerd bij de ouders, echter zijn ouders niet met elkaar in gesprek gegaan. Het organiseren van een bijeenkomst of focusgroep waarbij meerdere ouders op hetzelfde moment aanwezig waren, bleek echter lastig uitvoerbaar te zijn tijdens dit huidige onderzoek.

Het inzetten van beeld- en videomateriaal en spellen werkte goed om de moeders gemakkelijk te bereiken en ze op een leuke manier bewust te laten worden van bepaalde onderwerpen. Daarnaast hadden ze vooral vragen over voeding en opvoeding gerelateerde onderwerpen. Dit komt overeen met het huidige onderzoek. Uit het onderzoek is namelijk gebleken dat een interactieve voorlichting bijvoorbeeld, een passende manier is om nieuwe informatie over te brengen op de ouders. Ook blijkt uit het huidige onderzoek, dat ouders vraag hebben over opvoeding gerelateerde onderwerpen; het stimuleren van de gezonde keus bij hun kind, daarnaast ook onderwerpen over voeding; recept opties en gevolgen van een (on)gezonde leefstijl.

Uit het onderzoek op de Islamitische basisscholen blijkt verder dat culturele achtergrond invloed heeft op de eetgewoonten van kinderen. Deze uitkomst verschilt met het huidige onderzoek. Verschillen in culturele achtergronden zijn niet meegenomen in de onderzoeksmethoden van het huidige onderzoek. Hier zijn geen vragen over gesteld in de interviews en online enquête. Omdat de interview vragenlijst en enquête vragenlijst wellicht anders te uitgebreid werden (teveel verschillende onderwerpen), is gericht op het opstellen van vragen enkel over ouderbetrokkenheid in het algemeen en bij de gezonde leefstijl lessen van pilot Vet Slim.

## Waarde van het onderzoek en het beroepsproduct voor de praktijk

De brochure met adviezen die is opgesteld naar aanleiding van het uitgevoerde onderzoek, geeft de opdrachtgever nieuwe inzichten over het vergroten van de ouderbetrokkenheid bij de lessen die gegeven worden. De brochure kan gebruikt worden voor verder onderzoek vanuit diaB-TV. De adviezen kunnen gespecificeerd en praktisch gemaakt worden, waarna ze worden ingezet bij de doelgroep. Dit kan gedaan worden door de studenten die in het volgende project werkzaam zijn bij diaB-TV. Voor een diëtist kunnen de adviezen nieuwe inzichten bieden over de inhoud van voeding gerelateerde onderwerpen tijdens bijvoorbeeld georganiseerde bijeenkomsten. Dit kan bijvoorbeeld relevant zijn voor diëtisten die nauw samenwerken met (basis)scholen, om daar een gezonde leefomgeving en leefstijl voor kinderen te stimuleren.

Het beroepsproduct draagt bij aan de mate van innovativiteit voor de praktijk. Er is vanuit diaB-TV namelijk nog niet eerder onderzoek gedaan naar hoe ouderbetrokkenheid vergroot kan worden bij het lesprogramma van pilot Vet Slim. De adviezen die door het onderzoek naar voren zijn gekomen, zijn dus vernieuwend en kunnen in een vervolg project door diaB-TV goed ingezet worden in de praktijk. Uiteindelijk draagt het product dus bij aan de doelstelling van het uitgevoerde onderzoek; ouders en kinderen op weg helpen naar een gezonde(re) leefstijl. Dit staat in lijn met de doelstellingen van diaB-TV.

## Totstandkoming beroepsproduct

### Programma van Eisen

Aan de hand van het uitgevoerde onderzoek en een inventarisatie bij de opdrachtgever is het programma van eisen opgesteld voor het beroepsproduct:

*Tabel 1: Programma van Eisen*

<b>Programma van Eisen</b>
1. Het product voldoet aan de wensen en behoeften van de doelgroep.
2. Het product past bij de doelstellingen van diaB-TV.
3. De adviezen die op de brochure komen te staan zijn specifiek en duidelijk, zodat er voor een vervolg project verder gebruik van gemaakt kan worden.
4. Het product gaat in op de verschillende aspecten van ouderbetrokkenheid. Dus de wensen/behoeften qua informatie worden duidelijk uit de adviezen en de manier waarop dit overgebracht moet worden. Ook eventuele barrières worden in kaart gebracht.
5. Het product is voorzien van een duidelijk stappenplan om de ouderbetrokkenheid te vergroten onder de doelgroep.

Voor het ontwerpen van het beroepsproduct (brochure met adviezen) is gebruik gemaakt van Canva (zie bijlage 12). Hiervoor is gekozen, om op deze manier de adviezen aantrekkelijk te weergeven, ondersteund met quotes van de geïnterviewden en relevante bronnen. Op deze manier is de tekst visueel ondersteund, doordat er gebruik is gemaakt van afbeeldingen.

De presentatie over deze brochure heeft plaatsgevonden op 9 februari. Hier was de opdrachtgever bij aanwezig, daarnaast was er ook een vormingswerker aanwezig van de organisatie 16-22. De presentatie over het product is ondersteund met een PowerPoint presentatie (zie bijlage 9).



## Feedback opdrachtgever

Er is feedback gegeven door de opdrachtgever op het concept beroepsproduct. Deze feedback is meegenomen in het definitieve product. Hieronder is de feedback weergeven:

*Tabel 2: feedback opdrachtgever op concept beroepsproduct*

Onderdeel van het product (oude versie)	Feedback opdrachtgever	Onderdeel van het product (nieuwe versie)
Punt 3 van 'informatie overdragen' in de brochure, gaat over de vraag van de ouders naar meer uitleg over diabetes (wat is het en hoe herken je het?).	De opdrachtgever gaf aan dat hij deze vraag van de ouders wat breder zou beschrijven. Ook gaf hij aan dat er specifiek diabetes type 2 genoemd moet worden waar het over gaat. Hij zou dit punt beschrijven als; uitleg over een ongezonde leefstijl, waarbij er wordt verteld dat diabetes type 2 een gevolg is van een ongezonde leefstijl.	Bij punt 3 is een kleine aanpassing gemaakt; uitleg over wat diabetes <u>type 2</u> is, hoe je het herkent en de oorzaken ervan. Het stukje over oorzaken is nieuw toegevoegd. Het stukje over de gevolgen van een ongezonde leefstijl (bijvoorbeeld diabetes type 2), is verwerkt in punt 4: 'gevolgen gezondheid op de lange termijn van een (on)gezonde leefstijl'.
Als tip is er genoemd om ouders recepten mee naar huis te geven en die vervolgens samen met hun kinderen te bereiden. Dit is zo genoemd, er van uit gaande dat ouders het wellicht mee kunnen nemen na een voorlichting die ze hebben gehad.	De opdrachtgever gaf aan dat ik deze tip kan omdraaien: de kinderen nemen de recepten mee naar huis in plaats van de ouders. De lessen van de pilot Vet Slim worden gegeven in de basisschool klassen, dus het is waarschijnlijk effectiever om de kinderen het recept mee naar huis te geven.	De tip is omgedraaid door ervan te maken; 'geef kinderen recepten mee naar huis zodat ze die samen met hun ouders kunnen bereiden'.
Bij het stukje 'tips voor informatieoverdracht & toepassen van kennis' zijn er een aantal ideeën voor workshops genoemd en een passend moment om een interactieve voorlichting te geven aan de ouders.	De opdrachtgever gaf aan dat er nog een stukje tekst in de brochure verwerkt kan worden waarin wordt aangegeven waar de workshops en voorlichtingen worden gegeven en door wie.	Er is onder de tips voor informatieoverdracht & toepassen van kennis een stukje toegevoegd. Deze workshops en voorlichtingen kunnen zowel door diaB-TV als door een sleutelfiguur worden gegeven. Een sleutelfiguur kan dan bijvoorbeeld een docent zijn. De locatie kan verschillen, bijvoorbeeld op de scholen zelf of in een buurthuis waar ouders aanwezig zijn. Een buurthuis is vaak een plek waar zowel jong als oud samenkomt. Dit zou daarom een passende plek zijn voor de ouders en kinderen om vanuit diaB-TV workshops te

		organiseren of een voorlichting te geven.
Tijd is een barrière die vaak werd genoemd. Het kan dan bijvoorbeeld gaan over het bereiden van een gezonde maaltijd, dat redelijk veel tijd kost. Daarom is in de brochure genoemd om adviezen met betrekking tot sneller en gemakkelijk gezond koken op te stellen.	De opdrachtgever gaf aan dat het wellicht niet de beste methode is om snel te koken. Hij gaf aan dat uitgebreid koken en wat langer de tijd samen nemen erg zinvol is voor lichaam en geest.	Omdat tijd vaak als barrière genoemd werd heb ik het advies iets aangepast. Het is aangepast naar; adviezen waarin naar voren komt dat gezond koken niet veel tijd hoeft te kosten. Daarnaast is er wel benoemd dat af en toe wat langer de tijd nemen om te koken en samen te eten wel positieve effecten kan hebben, dit is onderbouwd met een bron. Ook dit is genoemd, om ouders er zo bewust van te maken dat het niet altijd goed is om snel of in haast wellicht, maaltijden te bereiden en te eten.
Taal is ook als barrière genoemd. De adviezen daarbij zijn genoemd als; gebruik B1 woorden & maak informatie visueel.	De opdrachtgever gaf aan dat het goed is om allereerst na te gaan welke niet Nederlandse talen de ouders spreken. Er zijn namelijk ouders die de Nederlandse taal niet volledig beheersen en ouders die helemaal geen Nederlands spreken. Om aan te kunnen sluiten bij de gehele doelgroep, is het dus goed om na te gaan welke talen er gesproken worden, om op die manier verder te kijken naar oplossingen.	Dit feedback puntje is meegenomen bij de adviezen voor de barrière 'taal'. Dus omschreven is; het gebruik maken van B1 woorden, informatie visueel maken & nagaan welke niet Nederlandse talen er worden gesproken om goed aan te kunnen sluiten bij de gehele doelgroep.
In deze huidige versie is nog niks over culturele achtergronden meegenomen. Over dit onderdeel is niet veel uitgekomen bij de resultaten. Dit komt omdat er ook niet gericht is op het aansluiten bij culturele achtergronden, tijdens het stellen van de vragen in de interviews en enquêtes. Er is vooral gericht op alles rondom het onderwerp ouderbetrokkenheid bij de lessen op school.	De opdrachtgever geeft het advies om ook een stukje over verschillende culturele achtergronden mee te nemen in de brochure. Het aansluiten bij deze (multiculturele) doelgroep gebeurt het beste als je ook aansluit op hun achtergronden.	Deze feedback is verwerkt als een tip. Tip: Belangrijk is om ook recepten aan te bieden die aansluiten bij de culturele achtergronden van de doelgroep.

<p>In de huidige versie van de brochure is nog niks genoemd over het sturen van herinneringen naar de ouders, om hen zo op de hoogte te brengen van bepaalde informatie die gedeeld wordt via verschillende methoden.</p>	<p>De opdrachtgever gaf aan dat er in de brochure ook een tip kan worden genoemd over 'het sturen van herinneringen naar de ouders'. Als er informatie, bijvoorbeeld over diabetes type 2, wordt overgedragen via een informatieve video op de schoolwebsite, is het handig als de ouders hiervan op de hoogte zijn door hen herinneringen te sturen.</p>	<p>Deze feedback is verwerkt in de brochure. De tip; Stuur ouders herinneringen over de informatie die gedeeld is via welke kanalen door middel van bijvoorbeeld een sms of een mail, is verwerkt in de brochure.</p>
---	---	---

## Vervolgstappen

In onderstaande tabel zijn alle vervolgstappen genoemd om het product in te zetten binnen de organisatie. Met daarbij door wie dit gedaan wordt, op welke manier en het doel van de stap:

*Tabel 3: vervolgstappen om het product in te zetten binnen de organisatie*

<b>Soort vervolgstap</b>	<b>Door wie en op welke manier</b>	<b>Doel</b>
Adviezen uitwerken voor de ouders over het stimuleren van de gezonde keus voor hun kind.	Studenten van de nieuwe groep van diaB-TV kunnen aan de slag gaan met het uitwerken van deze adviezen. Ze kunnen hierbij nog verder onderzoek doen over wat precies knelpunten zijn en wat de ouders goed zou helpen.	Meerdere ouders gaven aan het lastig te vinden hun kind te stimuleren om uit zichzelf te gezonde keus te maken. Door middel van het opstellen van deze adviezen worden ouders geholpen. Dit helpt de kinderen vervolgens op weg naar een gezonde(re) leefstijl.
Het uitwerken van recepten voor avondmaaltijden + tussendoortjes.	Studenten van de nieuwe groep van diaB-TV kunnen aan de slag gaan met het uitwerken van nieuwe opties voor recepten. Het is hierbij belangrijk om rekening te houden met verschillende aspecten. Zo moeten de recepten gezond, gemakkelijk en betaalbaar zijn. Ook moet er aan worden gesloten op de (culturele) achtergronden van de doelgroep.	Met het opstellen van nieuwe recepten zijn de ouders geholpen. Zij kunnen op deze manier meer inspiratie en inzichten op doen voor het koken van avondmaaltijden en bereiden van tussendoortjes voor hun kinderen.
Het maken van informatieve video's voor de schoolwebsite van de basisscholen.	Studenten kunnen nieuwe video's gaan maken. Deze video's zijn informatief en kunnen bijvoorbeeld uitleg geven over diabetes type 2 of de gevolgen van een (on)gezonde leefstijl. Daarnaast kunnen er video's worden gemaakt over de aandachtspunten en adviezen uit de gezonde leefstijl lessen.	Door middel van het delen van deze video's kunnen ouders nieuwe kennis opdoen. Dit helpt hen om een gezonde(re) leefstijl toe te passen bij hen thuis.
Het sturen van herinneringen naar de ouders over de informatie die is gedeeld.	Studenten kunnen onderzoeken welke manier van het versturen van herinneringen het beste aansluit bij de doelgroep en daardoor het meest effectief is. Vervolgens het versturen van de herinneringen middels deze passende methode.	Door middel van het sturen van herinneringen worden de ouders goed op de hoogte gehouden van nieuwe informatie die is gedeeld via verschillende kanalen. Op deze manier missen de ouders geen informatie en bezitten zij over alle informatie om een

		gezonde(re) leefstijl toe te kunnen passen bij hen thuis.
Het ontwikkelen van de activiteiten/opdrachten (voor kind en ouder samen) en voorlichtingen.	Studenten kunnen deze activiteiten/opdrachten en voorlichtingen gaan ontwikkelen en organiseren. Deze activiteiten/opdrachten en voorlichtingen dragen bij aan het opdoen van nieuwe kennis door ouder en kind, op een leuke en interactieve manier. De activiteiten en voorlichtingen kunnen zowel voor ouder en kind thuis zijn als georganiseerd worden op locatie (basisschool/buurthuis etc.). Rekening moet worden gehouden met dat de activiteiten en voorlichtingen voor iedere ouder toegankelijk zijn.	Door middel van het opzetten van activiteiten en voorlichtingen en deze vervolgens te organiseren, doen ouders en kinderen nieuwe kennis op, op een leuke en interactieve manier. Deze vormen van kennis opdoen helpen hen om de kennis toe te kunnen passen thuis.
Een planning maken welke activiteiten en voorlichtingen er op verschillende locaties gegeven worden en door wie + het verspreiden van uitnodigingen hiervoor.	De studenten kunnen een overzicht/planning maken van de momenten waarop er welke activiteit/voorlichting gegeven gaat worden. Door wie dit gegeven gaat worden wordt ook in de planning verwerkt. De studenten zouden zelf deze activiteiten en voorlichtingen kunnen geven. Ook sleutelfiguren zoals leerkrachten kunnen bijvoorbeeld een voorlichting in de klas geven. Echter kan het benaderen van een professional zoals huisarts of diëtist ook een goed idee zijn. Studenten gaan daarnaast aan de slag met het verspreiden van uitnodigingen, door middel van het maken van een flyer bijvoorbeeld.	Door het maken van een planning wordt overzicht gecreëerd. De ouders en kinderen kunnen zo weer op de hoogte gebracht worden van deze geplande activiteiten door middel van het verspreiden van uitnodigingen. Hoe meer ouders en kinderen aanwezig zijn tijdens de geplande activiteiten, hoe effectiever de activiteit is. Op deze manier wordt namelijk een grote groep bereikt, die nieuwe kennis op kan doen.
Uitzoeken welke talen er naast Nederlands het meest gesproken worden door de doelgroep.	Verder onderzoek doen naar de talen die er naast Nederlands gesproken worden en hoe hierbij aangesloten kan worden. Door middel van het inzetten van een tolk? Of het vertalen van informatie naar de desbetreffende taal? Etc.	Door het aansluiten bij de verschillende talen die er gesproken worden, wordt er een grotere groep ouders bereikt.

## Literatuurlijst

- *Betrekken van ouders.* (z.d.). EducationLab. Geraadpleegd op 12 januari 2024, van <https://education-lab.nl/wp-content/uploads/2021/04/Betrekken-van-ouders.pdf>
- *Dadels en McDonalds - Moeders op Islamitische basisscholen over (on)gezond eten en bewegen.* (2012). Geraadpleegd op 13 december 2023, van <https://research.vumc.nl/ws/files/269537/300005.pdf>
- *Effect van gewoontes in het gezin op het eetgedrag en voedingspatroon van het kind.* (z.d.). Geraadpleegd op 12 januari 2024, van [https://libstore.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/164/081/RUG01-002164081\\_2014\\_0001\\_AC.pdf](https://libstore.ugent.be/fulltxt/RUG01/002/164/081/RUG01-002164081_2014_0001_AC.pdf)
- *Effectief afstandsonderwijs.* (2020, december). EducationLab. Geraadpleegd op 8 januari 2024, van [https://education-lab.nl/wp-content/uploads/2021/01/publication\\_effectief\\_afstandsonderwijs.pdf](https://education-lab.nl/wp-content/uploads/2021/01/publication_effectief_afstandsonderwijs.pdf)
- *Evaluatie EU Schoolfruit- en groenteprogramma 2018-2019.* (2020, mei). Geraadpleegd op 20 november 2023, van <https://library.wur.nl/WebQuery/wurpubs/fulltext/521459>
- *Explorerend Needs Assessment Analyse naar de Gezonde Voedingslijn Voorschool en Primair Onderwijs HAGG.* (2017). Geraadpleegd op 8 januari 2024, van <https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/28485>
- *Hoe betrek je ouders bij gezondheidsinterventies?* (2020, 3 maart). *RADBLOG.* Geraadpleegd op 6 december 2023, van <https://rad-blog.com/2020/03/31/hoe-betrek-je-ouders-bij-gezondheidsinterventies/>
- *Investeren in een gezonde leefstijl voor ieder kind in Den Haag.* (z.d.). Geraadpleegd op 20 november 2023, van [https://denhaag.raadsinformatie.nl/document/8541048/1/RIS304939\\_De\\_gezonde\\_bas](https://denhaag.raadsinformatie.nl/document/8541048/1/RIS304939_De_gezonde_bas)

[isschool\\_van\\_de\\_toekomst\\_in\\_Den\\_Haag\\_Bijlage\\_2#:~:text=In%20Den%20Haag%20heeft%201,Aanpak%20Gezond%20Gewicht%20\(HAGG\).](#)

- *Invloed van opvoeding op eetgedrag van kinderen.* (2022, april). Voedingscentrum. Geraadpleegd op 8 januari 2024, van <https://webshop.voedingscentrum.nl/wp-content/uploads/2022/04/Invloed-van-opvoeding-op-eetgedrag-kinderen.pdf>
- *JUMP-IN oudervoortlichting onder de loep.* (2008). Geraadpleegd op 14 december 2023, van <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/3716/080817%20Thesis%20def%20versie.pdf?sequence=1>
- *Online enquêtes.* (z.d.). SurveyMonkey. Geraadpleegd op 15 januari 2024, van <https://nl.surveymonkey.com/mp/how-to-create-surveys/>
- *Ontwikkeling van twee opvoedinterventies ter bevordering van gezond gewicht bij kinderen.* (2017, 15 november). Geraadpleegd op 13 december 2023, van <https://link.springer.com/article/10.1007/s12508-017-0090-1>
- *Ouderbetrokkenheid binnen IK Lekker fit?!* (2013, juni). Geraadpleegd op 29 november 2023, van <https://studenttheses.uu.nl/bitstream/handle/20.500.12932/13722/Masterthesis%20Gotink%2c%20LE-3215342.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- *Ouderbetrokkenheid in leefstijlinterventies in het onderwijs.* (2014). Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu. Geraadpleegd op 6 december 2023, van <https://rivm.openrepository.com/bitstream/handle/10029/557059/131009001.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

- *Preventie en reductie van overgewicht bij kinderen in het basisonderwijs.* (2008, januari). Geraadpleegd op 20 november 2023, van <https://link.springer.com/article/10.1007/BF03086988>
- *Semigestructureerd of half-gestructureerd interview | Voorbeeld.* (2021, 8 september). Scribbr. Geraadpleegd op 15 januari 2024, van <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/semigestructureerd-interview/>
- *Stappenplan om interviews te coderen | Uitleg & voorbeelden.* (2017, 14 maart). Scribbr. Geraadpleegd op 18 januari 2024, van <https://www.scribbr.nl/onderzoeksmethoden/coderen-interview/>



## Bijlagen

### 1. Transcripties van de interviews met ouders



Transcriptie%20inter  
view%20met%20mev  
Transcriptie%20inter  
view%20met%20Yasr  
Transcriptie%20van%  
20interview%20met%  
Transcriptie%20van%  
20interview%20met%  
Transcriptie%20van%  
20interview%20met%

### 2. Gecodeerde interviews



Gecodeerd%20intervi  
ew%20met%20Fieke.  
Gecodeerd%20intervi  
ew%20met%20Garciz  
Gecodeerd%20intervi  
ew%20met%20Rensk  
Gecodeerd%20intervi  
ew%20met%20Yamir  
Gecodeerd%20intervi  
ew%20met%20Yasmi

### 3. Samenvatting interview met onderzoeker EducationLab



Samenvatting%20va  
n%20interview%20m

### 4. Vragenlijst voor interview met onderzoeker EducationLab



Vragen%20interview  
%20met%20onderzoer

### 5. Toestemmingsformulier voor opname van interview met onderzoeker EducationLab



Toestemmingsformul  
ier opname van interv

### 6. Vragenlijst voor interviews met ouders



Interview%20vragen  
%20voor%20ouders.c

### 7. Link naar online enquête

<https://forms.gle/StTtKSKLvGbAgKLS9>

### 8. Excel bestand met antwoorden van de ingevulde enquêtes



Ouderbetrokkenheid  
%20vragenlijst%20(A

### 9. PowerPoint van presentatie van beroepsproduct



Presentatie%20produ  
ct%20stage%20diaB-

## 10. Foto presentatie aan opdrachtgever en belanghebbenden



Op vrijdag 9 februari heb ik de presentatie over het beroepsproduct (brochure met adviezen) gegeven aan mijn opdrachtgever. Er was ook een vormingswerker van de organisatie 16-22 aanwezig. Tijdens de presentatie was er ruimte om vragen te stellen vanuit de opdrachtgever en vormingswerker. Na afloop van de presentatie heb ik feedback gekregen van mijn opdrachtgever. Hij gaf aan erg tevreden te zijn met het product en verder te kunnen met de adviezen in het volgende project.

## 11. PowerPoint presentaties van de lessen die zijn gegeven op basisschool de Kameleon in Den Haag



PowerPoint%20les%  
201%20introductie.pptx



PowerPoint%20les%  
202%20supermarktver



PowerPoint%20les%  
203%20slaap%5eJ%2

## 12. Beroepsproduct brochure met adviezen



Brochure met  
adviezen (product sta

Dit is de oude versie van de brochure met adviezen (beroepsproduct voor de feedback van de opdrachtgever)



Brochure met  
adviezen (nieuwe vers

Dit is de definitieve en nieuwe versie van de brochure met adviezen (beroepsproduct met feedback verwerkt van de opdrachtgever)

- Aan de hand van het programma van eisen en de belangrijkste uitkomsten van de interviews en de enquêtes zijn de adviezen voor diaB-TV opgesteld in de brochure.

□

### 13. Ingevuld evaluatieformulier door praktijkbegeleider



EVALUATIE%20BERO  
EPSPRODUCT%20IO%