

Onderzoeksartikel

Onderzoek waarin de interventie Shape Venray wordt geëvalueerd middels een procesevaluatie bij zowel deelnemers en uitvoerders waarbij gebruik wordt gemaakt van kwalitatieve dataverzameling

Auteur: Janou op 't Root
Onderwijsinstelling: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
Opleiding: Sportkunde
Uitstroomprofiel: Health Promotion & Performance
1^e beoordelaar: K. Orbon
2^e beoordelaar: K. Edink
Inleverdatum: 21-06-2019

Opdrachtgever: VIA VVV (VVV-Venlo)
Praktijkbegeleider: I. Straetemans



Procesevaluatie leefstijlinterventie Shape Venray

Achtergrond – In dit onderzoeksartikel wordt besproken op welke manier de interventie Shape Venray wordt geëvalueerd door deelnemers en uitvoerders en in welke mate onderdelen als effectief worden ervaren. Shape Venray is een leefstijlprogramma gericht op gewichtsreductie en het creëren van bewust zijn over gezonde voeding en beweging voor jongeren in de leeftijd elf tot zestien jaar met beginnend overgewicht. Het probleem is dat vanaf september 2019 de financiering door ZonMW stopt waardoor VIA VVV genoodzaakt is de interventie op een andere, kostenbesparende manier in te vullen. Daarbij grijpt VIA VVV de kans om ook verbeteringen in het interventieproces door te voeren.

Methode – In semigestructureerde interviews zijn deelnemers (N=10) en uitvoerders (N=4) bevraagd naar de zeven sleutelcomponenten van Linnan en Steckler (2002) en motivationele aspecten van de interventie.

Resultaten – Tien deelnemers werden bevraagd waarvan 70% jongen (N=7) was met mediaan= 11,5, min= 11 en max= 13. Daarnaast werden vier uitvoerders bevraagd waarvan 50% man was (N=2) met mediaan= 41, min= 25 en max= 48. Uit de interviews bleek dat Shape Venray een aantal sterke punten kent, namelijk de faciliteiten, de leskwaliteit en de groepsgrootte. Daarentegen heeft Shape Venray ook een aantal aandachtspunten. Het eerste aandachtspunt is de moeilijk bereikbare doelgroep. Daarnaast bleek de ouderbetrokkenheid erg laag. Ook bleken de voedingslessen té theoretisch voor de doelgroep. Verder waren de leeftijdsverschillen binnen de groep te groot. Tenslotte ontbreken een aantal succesfactoren voor gezondheidsinterventies binnen Shape die door deelnemers van Shape Venray wel als toegevoegde waarden worden gezien (o.a. het gebruik van tastbaar interventiemateriaal, het gebruik van social media en voorbeeldpersonen).

Conclusie – Om de interventie Shape Venray te optimaliseren is het van belang de volgende dimensies te verbeteren: bereik doelgroep, ouderbetrokkenheid, nut van de lessen en benadering van de deelnemers. Ook moet de doelgroep gesplitst worden in twee leeftijdscategorieën. Daarnaast moeten de volgende aspecten toegevoegd worden: fysiek interventiemateriaal, gebruik social media, gebruik voorbeeldpersoon.

INLEIDING

In 2018 kampten 15,8% van de jongeren tussen de twee en vijftientig jaar met overgewicht waarvan 12,8% matig overgewicht en 3% ernstig overgewicht had (CBS, 2019). Ten opzichte van 2000 is het percentage overgewicht bij jongeren gestegen met 3,3% (CBS, 2019). Jongeren met overgewicht hebben meer kans op chronische aandoeningen zoals hart- en vaatziekten en diabetes type II (Volksgezondheidszorg, 2019). Overgewicht blijkt ook invloed te hebben op de psychische gezondheid door pesterijen. Dit veroorzaakt een laag zelfbeeld bij jongeren wat kan leiden tot depressie, angststoornissen of zelfs suïcidegedachten (Wijnen, Boluijt, Hoeven-Mulder, & Wendel-Vos, 2009).

Ook in de gemeente Venray is overgewicht een probleem (GGD Limburg-Noord, 2017). Uit de Gezondheidsmonitor van 2015-2016 bleek ongeveer één op de negen Venraayse jongeren in de leeftijdscategorie dertien tot zestien jaar overgewicht te hebben. Daarbij voldoet 84% van deze jongeren niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (GGD Limburg-Noord, 2017). Ook blijkt 58% van deze jongeren niet iedere dag groenten te eten en maar liefst 85% consumeert niet iedere dag twee stuks fruit (GGD Limburg-Noord, 2017). Daarom heeft VIA VVV in samenwerking met verschillende partners de interventie Shape Venray opgezet (VIA VVV, 2018). Dit is een gecombineerde leefstijlinterventie voor jongeren met beginnend overgewicht die effectief is gebleken met betrekking tot gewichtsreductie (Meetgegevens VIA VVV, 2019). Sinds dit jaar heeft VIA VVV de doelgroep echter uitgebreid en mag iedereen die binnen de leeftijdscategorie van Shape Venray valt en actief aan de slag wil gaan met een gezonde leefstijl deelnemen.

Het probleem is dat de financiering van Shape door ZonMW vanaf September 2019 stopt. Aangezien het probleem van overgewicht wel voort blijft bestaan wil VIA VVV de interventie Shape Venray in een aangepaste vorm blijven aanbieden waarbij ook de kans wordt gegrepen om binnen de interventie zowel kostenbesparende aanpassingen en verbeteringen van het proces door te voeren.

In een gecombineerde leefstijlinterventie worden vaak verschillende methodieken aangeboden. Daarom is het uitvoeren van een procesevaluatie van belang. Dit helpt bij het verkrijgen van inzicht in de relatie tussen verschillende interventieonderdelen, ook laat het inzien welke sleutelcomponenten afzonderlijk effectief blijken (Linnan & Steckler, 2002).

Het doel van dit onderzoek is VIA VVV te adviseren over het optimaliseren van de interventie Shape Venray door middels een procesevaluatie te achterhalen hoe de interventie op het gebied van de sleutelcomponenten van gezondheidsinterventies wordt geëvalueerd door zowel deelnemers en uitvoerders, én in welke mate de onderdelen van Shape als effectief worden ervaren.

THEORETISCH KADER

De interventie – Shape Venray (Peel en Maas, 2017) is een vijftien weken durend leefstijlprogramma gericht op voeding- en beweeggedrag voor jongeren in de leeftijd elf tot zestien jaar die kampen met beginnend overgewicht (BMI vanaf 23). Iedere week vinden er drie contacturen plaats. Op maandag is er een uur sportles waarbij er om de week een bootcamp les is en om de week een fitness les. Daarnaast is er iedere donderdag een uur sportles waarin kennis wordt gemaakt met verschillende sporten in de omgeving. Donderdag is er ook een bijeenkomst met een diëtiste en een leefstijlcoach met als doel bewustzijn creëren over gezonde voeding en beweging en dat deelnemers lekker in hun vel zitten door het verbeteren van hun voeding- en beweeggedrag (VIA VVV, 2019).

Procesevaluatie - Linnan en Steckler (2002) hebben een model ontwikkeld voor procesevaluatie van gezondheidsinterventies bestaande uit zeven sleutelcomponenten, namelijk: reach, context, dose delivered, dose received, fidelity, implementation en recruitment (Linnan & Steckler, 2002).

Studentonderzoeker Stammen heeft bij VIA VVV al onderzoek gedaan naar motivationele factoren die invloed uitoefenen op het aanmeldproces van de interventie Shape bij eerstejaars scholieren (N=22) met een BMI boven de 23 (VIA VVV, 2018). Hieruit bleek sociale invloed van ouders en vrienden de meest belangrijke factor voor deelname aan een leefstijlprogramma. Daarnaast bleek een barrière: 'gebrek aan tijd' te zijn. De aspecten 'conditie verbeteren' en 'gezonder worden' waren de drijfveren tot deelname aan Shape. Echter bleef onbekend welke aspecten van de interventie deelnemers motiveren te blijven komen naar interventie activiteiten waardoor de component 'motivationale aspecten' als extra component toegevoegd is aan onderhavig onderzoek (Stammen, 2017).

Reach - Linnan en Steckler (2002) beschrijven reach als het aantal bereikte personen waarbij het van cruciaal belang is welke subgroepen van de doelgroep daadwerkelijk deelnemen (Linnan & Steckler, 2002). In onderhavig onderzoek wordt reach bepaald door de mate van overgewicht waarbij onderscheid wordt gemaakt tussen gezond gewicht, licht- en ernstig overgewicht. Onderzocht wordt of de gehele doelpopulatie (t.w. kinderen met beginnend overgewicht) wordt bereikt. Daarnaast wordt de reden van deelname aan Shape Venray bevraagd om zo te achterhalen of zij binnen de vastgestelde doelgroep van Shape Venray vallen.

Context - Context verwijst naar de sociale en fysieke omgeving die invloed heeft op het interventieprogramma (Linnan & Steckler, 2002). Met sociale invloed wordt de invloed van belangrijke personen in de omgeving bedoelt. De fysieke omgeving betreft de toegankelijkheid tot faciliteiten zoals materialen en locaties (Linnan & Steckler, 2002).

Sociale omgeving

Ouderbetrokkenheid is een vorm van sociale invloed en volgens het RIVM een belangrijke component voor leefstijlverandering (van der Heide, Chevalier, & Bos, 2014). Ouders bepalen namelijk direct de leefstijl van hun kinderen doordat zij invloed uitoefenen op eetgedrag en opvoedingsstijl waarbij zij een voorbeeldfunctie bezitten (Doak, Visscher, Renders, & Seidell, 2006). Het is bewezen dat leefstijlinterventies effectiever zijn wanneer ouders betrokken worden (van der Heide et al., 2014). Toch blijkt ouderbetrokkenheid in een leefstijlinterventie lastig. De meeste studies die verslag uitbrengen van ouderbetrokkenheid concluderen dat 33- tot 50 procent van de ouders deelneemt aan interventie activiteiten (Langford, Bonell, Jones, & Campbell, 2015). Tenslotte blijkt het voor jongeren die weinig sociale steun van ouders ervaren lastig om thuis interventie activiteiten uit te voeren (Langford et al., 2015). Dit komt vaker voor bij gezinnen met een andere nationaliteit door het ervaren van een taalbarrière, het bezitten van een lager opleidingsniveau en daardoor een verlaagde betrokkenheid (Langford et al., 2015). Ouders worden volgens de beschrijving van Shape nauw betrokken. In onderhavig onderzoek wordt reach bepaald door de mate waarin ouders daadwerkelijk betrokken worden door uitvoerders en de ervaren ouderbetrokkenheid van deelnemers.

Een ander belangrijk sociaal aspect zijn lotgenoten. Dat bleek uit een mixed methods review van Kelleher, Davoren, Harrington, Shiely, Perry, en McHugh (2017). Hierin werden geschikte rekruteringsmogelijkheden en het minimaliseren van uitval voor gezinnen met overgewicht onderzocht. Voor jongeren met overgewicht is het ontmoeten en samen plezier maken met lotgenoten van belang (Kelleher et al., 2017). Zij voelen zich bij hen namelijk meer op hun gemak. Ook voor ouders

is groepsondersteuning van lotgenoten belangrijk omdat zij ervaringen met elkaar kunnen delen (Kelleher et al., 2017). In onderhavig onderzoek wordt reach bepaald door de mate van sociale steun die gegeven en ontvangen wordt door deelnemers onderling.

Fysieke omgeving

De fysieke omgeving wordt gekenmerkt door de toegankelijkheid, beschikbaarheid en waardering van faciliteiten om te kunnen werken aan een gezonde leefstijl en heeft invloed op de interventie effectiviteit (Schermers, Jongert, Chorus, & Verheijden, 2008). Voor jongeren is de aanwezigheid van voorzieningen zoals materialen en bereikbare sportaccommodaties belangrijk (Wendel-Vos, Blokstra, Zwakhals, Wijga, & Tijhuis, 2005). Shape Venray wordt uitgevoerd op verschillende locaties zoals Viecuri Medisch Centrum, Laco sportcentrum en Sportinstituut Verhagen. In onderhavig onderzoek wordt de fysieke omgeving bepaald door de bereikbaarheid van de locaties en de mate van waardering van faciliteiten door deelnemers en uitvoerders.

Dose delivered - Dose delivered bevat de onderdelen van de interventie die worden afgeleverd aan de deelnemers en worden beïnvloed door acties en gedrag van de uitvoerders (Linnan & Steckler, 2002). Linnan & Steckler (2002) meten dose delivered als het aantal lessen uit het curriculum die daadwerkelijk afgeleverd zijn aan deelnemers. Dit kan invloed uitoefenen op de resultaten van deelnemers omdat er lessen missen die essentieel kunnen zijn voor de effectiviteit (Linnan & Steckler, 2002). In onderhavig onderzoek wordt dose delivered bepaald door het aantal lessen dat is uitgevoerd ten opzichte van het vooropgestelde plan waarbij acties en gedrag van uitvoerders meegenomen worden.

Dose received – Dose received betreft de ontvangst van interventie onderdelen bij deelnemers waarbij wordt gedoeld op educatief materiaal (Linnan & Steckler, 2002). Daarnaast kan het ook de mate van blootstelling aan bepaalde informatie zijn zoals het lezen en begrijpen van informatie (Linnan & Steckler, 2002). In een onderzoek van Campbell, Motsinger en Ingram (2000) werd dose received bepaald als de blootstelling aan groente en fruit waarbij deelnemers die tijdens de interventie meer mondelinge informatie hadden gekregen meer groente en fruit bleken te consumeren dan deelnemers die hieraan minder werden blootgesteld (Campbell et al., 2000). In onderhavig onderzoek wordt dose received bepaald door de afmeldingen van deelnemers en redenen waarom zij zich hadden afgemeld (Linnan & Steckler, 2002).

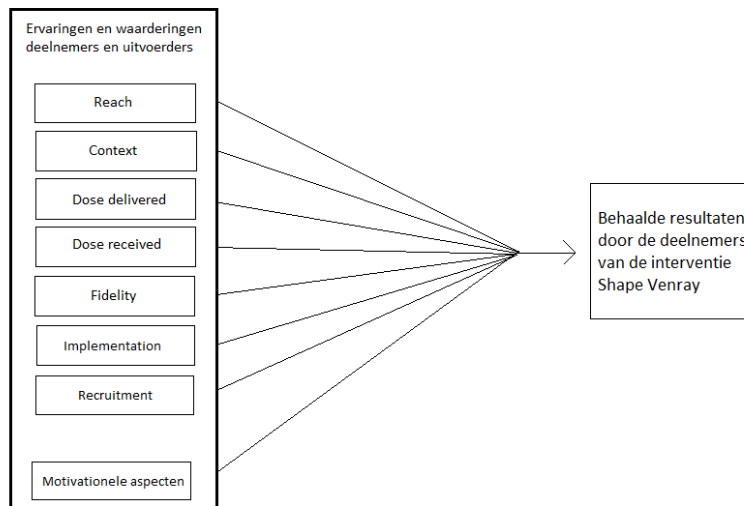
Fidelity - Fidelity verwijst naar de kwaliteit van de interventie implementatie en gaat erover of de interventie is uitgevoerd volgens plan (Linnan & Steckler, 2002). Linnan en Steckler (2002) bepalen deze component meestal door de inzet van een professionele waarnemer. Een ander, goedkoper alternatief is het bevragen van uitvoerders over de uitvoer van onderdelen en in welke mate er kwalitatief goede lessen zijn afgeleverd (Linnan & Steckler, 2002). In onderhavig onderzoek wordt deze methode gekozen. In het handboek Shape Venray is het interventieprogramma uitgewerkt waarin alle voedingslessen beschreven zijn en is een tijdsplanning opgenomen voor de beweeglessen (VIA VVV, 2018). In onderhavig onderzoek wordt fidelity bepaald door de mate waarin onderdelen zoals beschreven in het handboek ook daadwerkelijk zijn uitgevoerd en de leskwaliteit volgens deelnemers en uitvoerders.

Implementation - Implementation is een combinatie van reach, dose delivered, dose received en fidelity (Linnan & Steckler, 2002). Linnan en Steckler (2002) bepalen implementation als de som van de vier componenten waaraan een wegingsfactor (deze is afhankelijk van realistische doelstellingen en verschilt per interventie) gekoppeld wordt om de uiteindelijke implementatiescore te berekenen. In onderhavig kwalitatief onderzoek wordt implementation bepaald als de algemene indruk die deelnemers en uitvoerders hebben van Shape Venray.

Recruitment - Recruitment verwijst naar de procedures die worden gebruikt bij de werving van deelnemers (Linnan & Steckler, 2002). Uit een evaluatie van de rekrutering voor de interventie “Families for health” bleek dat rekrutering voor gezondheidsinterventies als lastig wordt ervaren (Fleming, Kamal, Harrison, Hamborg, Stewart-Brown, Thorogood, & Robertson, 2015). Dit onderzoek betrof een gerandomiseerde, gecontroleerde steekproef waarin de effectiviteit van actieve versus passieve rekrutering bij gezinnen met kinderen met overgewicht in de leeftijd van zes tot elf jaar werd gemeten met N=194. Hierbij leverden actieve werving 43 gerekruteerde gezinnen op terwijl passieve werving 72 gerekruteerde gezinnen opleverden. Daarom wordt aangeraden meervoudige, passieve rekrutering te gebruiken door het informeren van de doelgroep middels flyers, openbare evenementen en mediagebruik op locaties zoals scholen en ziekenhuizen zodat potentiële deelnemers de informatie vaker kunnen bekijken (Fleming et al., 2015). In onderhavig onderzoek wordt recruitment bepaald door de mate van waardering van de gebruikte rekruteringsmethode.

Motivationele aspecten - Om waarderingen en ervaringen van de interventie te achterhalen en zo min mogelijk potentiële uitvallers tijdens de interventie te hebben is het van belang te weten wat deelnemers motiveert om naar de interventieactiviteiten te komen. Uit een review naar belemmeringen en facilitators naar de eerste en voortgezette deelname aan gemeenschapsgerichte leefstijlprogramma's bij gezinnen met overgewicht en zwaarlijvige kinderen bleken verschillende aspecten een rol te spelen bij het wel of niet deelnemen aan bepaalde lessen in een leefstijlinterventie voor jongeren met overgewicht (Kelleher et al., 2017). Door ouders en deelnemers werden praktijklessen zoals kooklessen, supermarktlessen en het visualiseren van portiegroottes gezien als een motiverende factor voor aanwezigheid (Kelleher et al., 2017). Ook bleek uit een mixed methods evaluatieonderzoek van een Gezonde School project in Nijkerk en Wageningen dat uitgevoerd werd door Wageningen Universiteit een ervaren succesfactor dat een vernieuwend element zoals lesmateriaal of een vernieuwend spelelement aanwezig moet zijn in zowel beweeg- als voedingslessen (Bouman & Vaandrager, 2016). Verder is het geven van informatie aan jongeren over gezonde voedingskeuzes belangrijk (Vingerhoeds et al., 2014). Succesvolle methodes zijn bijvoorbeeld gebruik van social media en posters. Daarnaast reageert deze doelgroep goed op voorbeeldpersonen (Vingerhoeds et al., 2014). Tenslotte is het van belang jongeren te laten meedenken en ze te betrekken bij voorlichting en productontwikkeling (Vingerhoeds et al., 2014). In onderhavig onderzoek worden motivationele aspecten bepaald als het wel of niet aanwezig zijn van deze aspecten en de behoeften hieraan.

Conceptueel model – Naar aanleiding van de theorie over de zeven sleutelcomponenten (Linnan & Steckler, 2002) en motivationele aspecten is de volgende hoofdvraag geformuleerd: *‘Hoe worden de procesevaluatie componenten en motivationele aspecten geëvalueerd door deelnemers en uitvoerders van de interventie Shape Venray en hebben deze invloed op resultaten van deelnemers?’*



Figuur 1. Conceptueel model (Linnan & Steckler, 2002)

METHODE

Procedure – Voor deze kwalitatieve procesevaluatie werden respondenten uitgenodigd voor semigestructureerde interviews waarbij bij de tweedelige onderzoekspopulatie de volgende inclusiecriteria gehanteerd werden: jongens en meiden die deelgenomen hebben aan Shape Venray in de leeftijdscategorie elf tot zestien jaar. Zij werden at random via een docent van de Krokodaris (basisschool waar deelnemers zitten) uitgenodigd. Zes deelnemers werden bevraagd en geanalyseerd waarna de dataverzameling en –analyse telkens met twee deelnemers werd uitgebreid tot het verzadigingsaspect bereikt werd bij N=10. De andere groep bestond uit verschillende uitvoerders van Shape Venray. Functies waren bijvoorbeeld een leefstijlcoach, diëtiste, sportdocent, projectleider, bootcampinstructrice, medewerker GGD, manager Laco Sportcentrum en een JOGG-regisseur. Ook zij werden at random benaderd via de projectleider. Er waren echter maar vier uitvoerders bereid deel te nemen aan onderhavig onderzoek (N=4). Ook werden alle interviews bij de deelnemers op dezelfde plek onder dezelfde omstandigheden afgenomen. Bij uitvoerders gebeurde dit op de werkvloer.

Meetinstrumenten - De interviewtopics voor interviews met deelnemers en uitvoerders werden opgesteld aan de hand van de zeven sleutelcomponenten van Linnan en Steckler (2002). Daaraan werd motivationele aspecten als extra component toegevoegd in de interviews met deelnemers (zie bijlage 1 en 2). Daarnaast werd gevraagd naar de relatie tussen de topic en resultaten van deelnemers.

Betrouwbaarheid - Alle interviews zijn afgenomen door dezelfde persoon om research error te beperken. Ook werd subject error zo laag mogelijk gehouden doordat respondenten na afloop van de interventie bevraagd werden en hun mening dus niet meer beïnvloedt kon worden door nieuwe ervaringen tijdens lessen. Tenslotte was de onderzoeker onbekend voor de respondenten waardoor de respondenten ten alle tijden anoniem zijn gebleven. Tenslotte wordt de betrouwbaarheid beïnvloedt door respondententriangulatie.

validiteit – Door gebruik te maken van de procesevaluatie van Linnan en Steckler (2002) werd de interne validiteit gewaarborgd. Ook de face validity werd gewaarborgd door het meetinstrument voor te leggen aan twee studenten sportkunde van de Fontys Hogeschool, de praktijkbegeleider (functie: projectmanager) bij VIA VVV en een deskundige van de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.

Data analyse voor betrouwbaarheid en validiteit – De data is geanalyseerd aan de hand van kwalitatieve deductieve data verzameling (Doorewaard, Kil, & Ven, 2015). Van de interviews werden geluidsopnames gemaakt welke vervolgens werden getranscribeerd en gecodeerd op basis van de dimensies en uiteindelijk in een analyseschema verwerkt (Doorewaard, Kil, & Ven, 2015)

RESULTATEN

Aan beide respondentengroepen zijn de volgende topics voorgelegd: reach, context, dose delivered, dose received, fidelity, implementation en recruitment. Bij de deelnemers werd hieraan motivationele aspecten toegevoegd. Ook is bevraagd in hoeverre iedere component invloed kan hebben op resultaten van deelnemers.

Aan dit kwalitatieve onderzoek hebben tien deelnemers van Shape Venray in de leeftijd elf tot dertien jaar deelgenomen. Hiervan was 70% jongen (N=7) met mediaan= 11,5, min=11 en max= 13. Daarvan hadden drie deelnemers licht overgewicht en zeven deelnemers hadden geen overgewicht. De nationaliteit van de deelnemers was: Syrisch (N=5), Pools (N=2), Marokkaans (N=2), Afrikaans (N=1). De uitvoerders hadden allen de Nederlandse nationaliteit waarvan 50% man was (N=2) met mediaan= 41, min= 25 en max= 48. Functies waren leefstijlcoach, diëtiste, trainer en projectleider.

Reach

Uitvoerders - Alle bevroegde uitvoerders gaven aan dat de doelgroep kinderen met overgewicht lastig bereikbaar was en dat de groep van Shape Venray grotendeels bestond uit kinderen zonder overgewicht. Dit kwam door de weinige aanmeldingen waardoor werd besloten dat alle kinderen die bewustzijn rondom hun leefstijl wilden creëren welkom waren, dit heeft invloed op resultaten van deelnemers:

“dat is in de praktijk elk jaar moeilijk gebleken. De groep die je graag zou willen hebben, is voorzichtig de conclusie dat die zich niet zo snel durven te melden. Er is ook een groep waarvan je denkt: waarom ben je hier? (Uitvoerder 1, leefstijlcoach).”

Deelnemers – Van de deelnemers gaven slechts twee zelf aan licht overgewicht te hebben. Deelnemers deden mee om verschillende redenen. Het merendeel gaf aan mee te doen zodat ze meer konden sporten en daarbij gaf de helft aan graag over een gezonde leefstijl te willen leren. Daarnaast gaven enkelen aan mee te doen voor gewichtsreductie.

“Zodat ik nieuwe vrienden kon maken en ook omdat ik sporten leuk vind. En ook nog omdat ik meer wilde leren over gezond eten want ik was ook wel wat zwaarder (Deelnemer 8).”

Context – sociaal ouderbetrokkenheid

Uitvoerders - De ouderbetrokkenheid was te laag volgens alle uitvoerders. Het merendeel gaf aan dat de ouderbetrokkenheid niet optimaal was terwijl in de beschrijving van Shape ouderbetrokkenheid als een belangrijke factor werd beschouwd. Daarbij had volgens alle uitvoerders ouderbetrokkenheid wel invloed op resultaten.

“Het heeft zeker invloed op de resultaten. In eerste instantie moet het kind natuurlijk zelf willen, maar ouders zijn daarin wel een sturende factor. (Uitvoerder 3, trainer).”

Eén uitvoerder gaf aan dat ouders moeilijk bereikbaar waren, een opmerkelijke reden hiervoor was als volgt:

“Ik denk wel dat geprobeerd is om ouders te betrekken maar dat het bij deze doelgroep heel moeilijk is omdat het vaak buitenlandse kinderen zijn. Daar zie je ook een verschil met Nederlandse kinderen, die ouders waren vaak veel meer betrokken en geïnteresseerd (Uitvoerder 2, diëtiste).”

Deelnemers - Met betrekking tot ouderbetrokkenheid gaven enkelen aan dat ouders één keer waren geweest en het merendeel gaf aan dat ouders soms waren geweest. Het merendeel van de deelnemers gaf aan het fijn te vinden wanneer ouders mee deden met interventie activiteiten, dit moest echter niet te vaak voorkomen. De andere helft gaf aan dat ouders wel meer betrokken zouden moeten worden waarbij het merendeel als reden noemden dat ouders dan zien wat deelnemers doen bij Shape Venray. Tenslotte gaf het merendeel aan dat ouders geïnteresseerd waren in hun deelname aan Shape, enkelen gaven aan dat idee niet te hebben.

“Ja dan kunnen mijn ouders ook nog iets leren en dat helpt hun dan ook weer bij een gezonde leefstijl. Ze zijn wel geïnteresseerd. Ze vragen er altijd naar als ik thuis kom en mijn moeder probeert ook wel gezonder te koken (Deelnemer 10).”

Context – sociaal onderlinge sociale steun

Uitvoerders - Over de mate van sociale steun onder de deelnemers waren de meningen van uitvoerders verdeeld. De helft gaf aan het moeilijk in te kunnen schatten maar het idee te hebben dat er weinig sociale steun aan deelnemers onderling werd geboden. Daarbij gaf één andere uitvoerder aan dat sommige deelnemers respectloos naar hem en naar elkaar waren, maar dat dit ook door de doelgroep kwam.

“Een voorbeeld was dat een jongen naar mij toe kwam en hardop voor de groep zei dat die niet met een andere jongen samen wilde doen omdat die iets niet zo goed kon. Maar ik moet wel zeggen, toen de doelgroep juist was [onderzoeker: uitvoerder doelt hier op de vorige twee trajecten van Shape toen de juiste doelgroep wel bereikt werd], toen was die groep ook veel hechter (Uitvoerder 3, trainer).”

Daarentegen gaf de andere helft van de uitvoerders aan dat deze steun er wel was. Eén uitvoerder gaf aan dat het even duurde voor het op gang kwam en één uitvoerder gaf aan dat er zelfs vriendschappen zijn ontstaan.

“Ik heb wel een voorbeeld van een aantal deelnemers die elkaar niet kenden van te voren en dat zijn nu wel vrienden geworden van elkaar (Uitvoerder 4, projectleider).”

Deelnemers - Met betrekking tot onderlinge sociale steun gaf het merendeel van de deelnemers aan elkaar soms te steunen. Daarbij gaf één deelnemer aan dat sommigen elkaar uitlachten. Enkele deelnemers vonden dat ze elkaar wel altijd steunden. De groepsgrootte was volgens alle deelnemers goed.

“Ja niet iedereen kon goed Nederlands, laatst was er een jongen die had de oefening daardoor niet begrepen en toen gingen sommige kinderen lachen maar sommige gingen hem ook helpen (Deelnemer 9).”

Context – fysiek

Uitvoerders - De bereikbaarheid van de faciliteiten was goed. Alle uitvoerders gaven aan dat de locaties met de fiets makkelijk bereikbaar waren en dat het geen barrière zou moeten vormen voor het behalen van resultaten van deelnemers.

“De locaties waren uitstekend! De ruimte voor de voedings- en leefstijllessen is wat klein soms, maar dat hoeft niet beperkend te zijn (Uitvoerder 1, leefstijlcoach).”

Deelnemers - De bereikbaarheid van de locaties was volgens het merendeel goed. Eén deelnemer vond het te ver fietsen en dat was ook een reden om niet te komen. Daarbij vonden enkele deelnemers de locatie soms lastig te vinden. De faciliteiten en materialen waren volgens alle deelnemers goed.

“Ik vond de plekken goed, doordat er verschillende locaties waren kwam je op verschillende plekken waar ook weer verschillende materialen waren (Deelnemer 9).”

Dose delivered

Uitvoerders - Volgens alle uitvoerders zijn alle lessen doorgegaan en is alle relevante informatie overgebracht. Echter is één voedingsles niet helemaal uitgevoerd omdat deelnemers respectloos gedrag vertoonden. Verder heeft lesuitvoer wel invloed op resultaten.

“Ik heb ook wel eens een groep van twee kinderen gehad. Ja dan geef ik les aan twee kinderen. Dat moet je stimuleren en motiveren dus dan ga ik met twee kinderen aan de slag en krijgen ze meer aandacht (Uitvoerder 3, trainer).”

Deelnemers – Volgens alle deelnemers zijn alle lessen uitgevoerd. Volgens één deelnemer was een les vroegtijdig afgelopen omdat sommige deelnemers niet luisterden en de uitvoerder daarom gestopt was met de les.

“Zo ver ik weet ging alles gewoon door. Behalve een keer toen de juf [onderzoeker: respondent bedoelt uitvoerder] niet meer wilde omdat sommige kinderen niet luisterden, toen was ze gestopt met de les (Deelnemer 1).”

Dose received

Uitvoerders - Deelnemers meldden zich vaak af voor de lessen volgens alle uitvoerders. Veelvoorkomende redenen waren: ziek, toetsen of vergeten. De vele afmeldingen kunnen volgens het merendeel wel invloed hebben op de resultaten.

“Ik denk dat het bij de deelnemers zonder overgewicht niet veel invloed heeft op het resultaat, maar voor degene die dat wel hadden denk ik wel dat het van belang is dat je aanwezig bent. Dan ben je er ook meer mee bezig en meer bewust van je gezonde leefstijl (Uitvoerder 4, projectleider).”

Deelnemers - Alle deelnemers gaven aan zich wel eens afgemeld te hebben voor een bijeenkomst. In tegenstelling tot reacties van de uitvoerders gaf het merendeel aan zich van te voren wel afgemeld te hebben, één deelnemer gaf aan niet te zijn gekomen zonder afmelding. De meest voorkomende reden was ziek zijn.

“Als ik ziek was. Dat was denk ik ongeveer vijf of zes keer maar dan had ik me wel afgemeld. En ook als ik het te ver weg vond dan ging ik dus ook niet (Deelnemer 2).”

Fidelity

Uitvoerders – De helft van de uitvoerders gaf aan dat het handboek Shape Venray leidend was voor de theorielessen maar dat er af en toe bijgestuurd werd.

“In de praktijk ging dat niet altijd omdat de groep misschien anders vroeg maar het is wel leidend geweest (Uitvoerder 1, leefstijlcoach).”

Opvallend was dat de andere helft helemaal niks met het handboek gedaan had. Een uitvoerder had zelfs nog nooit van het handboek gehoord. De ander had het handboek wel gezien maar niet gelezen.

Alle uitvoerders gaven aan dat de leskwaliteit goed was. Iedereen handelde vanuit zijn eigen expertise waardoor er genoeg kennis en ervaring was om deelnemers te begeleiden.

“die was goed want iedereen handelde vanuit zijn eigen expertise ... We hadden bijvoorbeeld een professionele judoleraar, een diëtiste en ik zit zelf ook al jaren in het vak (Uitvoerder 1, leefstijlcoach).”

Deelnemers - Met betrekking tot de kwaliteit gaf het merendeel aan dat de lessen nuttig waren, daarbij gaven zij aan van de voedingslessen geleerd te hebben en de helft van de deelnemers vond de sportlessen nuttig. Enkele deelnemers gaven aan met behulp van Shape te zijn afgevallen.

“Ja ik ben wel met Shape afgevallen. Want ik was best wel zwaar voor mijn leeftijd en nu ben ik op het goede gewicht Ik zou het echt zo nog een keer doen, zo leuk vond ik het (Deelnemer 5).”

Nog eens enkele deelnemers gaven aan de theorielessen saai te vinden.

“Dan zat ik al de hele dag op school en dan kon ik echt niet nog langer daar zitten luisteren (Deelnemer 9).”

Implementation

Uitvoerders - Alle uitvoerders gaven aan dat de doelgroep onjuist was doordat het merendeel een gezond gewicht had waardoor het doel van Shape lastig te bereiken was. De leeftijdsverschillen waren volgens één uitvoerder te groot. De helft gaf aan dat de communicatie tussen de verschillende partijen niet goed verliep waardoor er geen band gecreëerd werd tussen organisatie en deelnemers. Verder gaf de andere helft aan dat ze het doel van Shape erg leuk vonden alleen dat het lastig te bereiken was.

“Met betrekking tot resultaten is Shape niet echt goed gelukt. Sommige zijn wel wat afgevallen hoor, maar ja daarvoor was de doelgroep niet goed dus dan is het sowieso lastig om resultaten te bereiken (Uitvoerder 4, projectleider).”

Deelnemers – het merendeel heeft Shape Venray ervaren als een leuke interventie. Enkel vonden het leerzaam. Daarnaast heeft het merendeel wel eens aan hun vrienden verteld over Shape waarvan ze allen aangeven hun vrienden aan te raden om deel te nemen.

“Omdat het gezond is en sommige mensen sporten niet zoveel en dan kunnen zij door middel van dit programma ook sporten (Deelnemer 1).”

Recruitment

Uitvoerders – Het merendeel vond de rekruteringsmethode niet goed. Door te werven via een workshop op school gaven veel kinderen zich op die Shape beschouwden als een gratis extra sportmoment in plaats van een leefstijlprogramma, dit heeft invloed op resultaten omdat deelnemers zonder overgewicht minder resultaat boeken. Het merendeel is voorstander van doorverwijzingen via de GGD en huisartsen. Hier werd tot op heden echter te weinig rendement mee behaald. De helft gaf aan dat rekrutering via ouders zou moeten gaan.

“Ik denk wel dat er veel meer bij ouders te halen valt. Bijvoorbeeld tijdens ouderavonden op school. Als zij weten wat het inhoud, kunnen zij ook bedenken of het iets voor hun kind is (Uitvoerder 2, diëtiste).”

Deelnemers - Alle deelnemers gaven aan bereikt te zijn door een workshop door uitvoerders van Shape. Alle deelnemers vonden dit een goede manier van deelnemers werven. De meest genoemde reden was de directe benadering en mogelijkheid tot vragen stellen.

“Ze kwamen bij ons op school bij de gymles Dat was wel goed, dan weet je ook meteen wat het is en dat je eraan mee kan doen en dan kan je ook nog vragen stellen (Deelnemer 4).”

Motivationele aspecten

Deelnemers - De helft van de deelnemers gaf aan dat zij vooral gemotiveerd raakten om te starten en te blijven komen naar Shape Venray door de sportlessen. De andere helft gaf aan dat de combinatie van voeding en beweging hen motiveerden. Daarbij gaven enkele deelnemers aan dat de voedingslessen saai waren.

“Bij voeding moest ik alleen maar zitten kijken, dat vond ik niet leuk (Deelnemer 3).”

De deelnemers benoemden verschillende verbeteringsuggesties voor de lessen. Enkelsten noemden dat de leeftijden gesplitst zouden moeten worden in twee categorieën. Eén deelnemer gaf aan dat de groep kleiner zou moeten zijn. Eén andere deelnemer noemde het doen van meer verschillende sporten terwijl één deelnemer juist aangaf dat er vaak van het programma zoals vermeld in het handboek Shape Venray afgeweken werd. Tenslotte gaven twee deelnemers aan de voedingslessen praktischer te willen hebben.

“Misschien iets veranderen aan de voedingslessen zodat het leuker wordt (Deelnemer 6).”

Volgens de deelnemers werden binnen Shape voldoende vernieuwende spelelementen gehanteerd (o.a. kickboksen, tennis, spelletjes, fitnessapparatuur). Anderen gaven aan dat Shape Venray weinig vernieuwende elementen bevatte maar dit wel zouden waarderen. Dat vernieuwende spelelementen invloed heeft op resultaten bleek uit het volgende:

“Voor Shape wisten ik en mijn vrienden nooit zo goed wat we moesten gaan doen en na Shape spelen we bijna elke dag buiten omdat we nieuwe spelletjes kennen die we leuk vinden.”

Alle deelnemers gaven aan het jammer te vinden dat Shape geen tastbaar materiaal aanbood, dit kan invloed hebben op resultaten om de volgende reden:

“Ik zou het persoonlijk heel fijn vinden als ik een boek of poster had want dan kon ik dat thuis bekijken en ook aan mijn ouders geven en dan konden we nog beter op onze leefstijl letten (Deelnemer 10).”

Met betrekking tot het meedenken over de lessen vond het merendeel dat zij inbreng hadden in de les. Enkele deelnemers vonden dat zij geen invloed hierop hadden.

“Jawel, ... We vonden het heel leuk om op het eind van de les te gaan trefballen en dat deden we dan ook wel vaker omdat iedereen dat leuk vond (Deelnemer 4).”

Het inzetten van social media bij het handhaven van een gezonde leefstijl vond het merendeel een waardevolle toevoeging, ook heeft dit invloed op resultaten.

“Bijvoorbeeld een instagram met gezonde voeding tips. ... Dan zie je dat ook en denk je er iets meer over na (Deelnemer 5).”

Tenslotte werd het inzetten van een voorbeeldpersoon of idool door het merendeel beschouwd als een motivationele factor die invloed heeft op resultaten, een veelvoorkomende reden was als volgt:

“Ja dat zou ik super leuk vinden want dan konden we misschien nog iets van hen leren over gezond leven en ik denk dat iedereen dan ook heel goed luistert en mee zou doen met de les (Deelnemer 5).”

Bijvangst

Door meerdere respondenten werd benoemd dat de leeftijdsverschillen te groot waren. Hierdoor ontstonden problemen bij uitvoerder met differentiëren van lessen en raakten deelnemers minder gemotiveerd tijdens het sporten, de volgende uitspraak werd gedaan door een deelnemer met licht overgewicht:

“Het is gewoon niet leuk als je elf of twaalf bent en je moet samen doen met iemand van zestien Dus ik vind dat eigenlijk de kinderen tot twaalf of dertien bij elkaar moeten en die erboven samen. Want we gingen ook boksen en toen moest ik met zo’n grote dus ja dat is gewoon niet eerlijk en dan heb ik eigenlijk al geen zin meer erin (Deelnemer 5).”

DISCUSSIE

Het doel van het onderzoek was VIA VVV te adviseren over het optimaliseren van de interventie Shape door middels een procesevaluatie te achterhalen hoe de interventie op het gebied van de sleutelcomponenten en motivationele aspecten wordt geëvalueerd door zowel deelnemers en uitvoerders, én in welke mate de onderdelen van Shape als effectief worden ervaren. Dat de sleutelcomponenten en motivationele aspecten invloed zouden hebben op de resultaten van deelnemers werd middels kwalitatieve dataverzameling deels bevestigd. De componenten reach, context – ouderbetrokkenheid, context - fysieke omgeving, dose delivered, dose received, recruitment en de motivationele aspecten spelelementen, tastbaar materiaal, social media en gebruik voorbeeldpersoon bleken invloed te hebben op resultaten van deelnemers. Ook kent Shape

Venray een aantal sterke punten, namelijk de fysieke omgeving, de leskwaliteit en de groepsgrootte. Uit de procesevaluatie bleek Shape ook een aantal aandachtspunten te kennen, de componenten reach, context- ouderbetrokkenheid en recruitment zijn niet optimaal. Naar aanleiding van onderhavig onderzoek wordt geconcludeerd dat de dimensies bereik doelgroep, ouderbetrokkenheid, nut van de les, benadering deelnemers en de bijvangst leeftijdscategorieën aandacht nodig hebben om het proces en de resultaten van de interventie Shape te verbeteren. Daarnaast moeten de motivationele aspecten tastbaar interventiemateriaal, social media en inzet voorbeeldpersoon toegevoegd worden om Shape Venray te optimaliseren.

Theoretische beschouwing - Uit de resultaten van onderhavig onderzoek bleek de ouderbetrokkenheid te laag, ook bleken ouders moeilijk bereikbaar. Een mogelijke verklaring hiervoor is dat alle bevroegde deelnemers alloctonen kinderen waren waarvan ouders een taalbarrière ervaren (Langford et al., 2015). Dit komt overeen met de resultaten van het onderzoek van Langford et al. (2015) waaruit bleek dat ouderbetrokkenheid een lastige factor is in een leefstijlinterventie, zeker bij gezinnen met een andere nationaliteit.

Verder bleek uit de resultaten dat alle deelnemers zich hadden aangemeld naar aanleiding van een workshop, een actieve vorm van rekrutering. Dit komt niet overeen met het onderzoek van Fleming et al. (2015) waaruit bleek dat passieve rekrutering voor leefstijlinterventies het meest succesvol is. Voor Shape Venray lijkt actieve rekrutering ook succesvol te zijn.

Met betrekking tot motivationele aspecten bleek uit onderhavig onderzoek dat de voedingslessen te theoretisch waren. Vanuit de theorie van Kelleher et al. (2017) wordt aanbevolen deze doelgroep praktijklessen aan te bieden zoals supermarktlekken, kooklessen en het visualiseren van portiegroottes. Dit is een motiverend element voor aanwezigheid en is dus een aanbeveling voor Shape Venray. Daarnaast bleek uit onderhavig onderzoek dat er binnen Shape Venray vernieuwende spelelementen aanwezig zijn en dat dit ook gewaardeerd werd door deelnemers. Dit bevestigt de theorie van Bouman en Vaandrager (2016). Tenslotte bleek uit een onderzoek van Vingerhoeds et al. (2014) dat de inzet van posters, social media en het gebruik van voorbeeldpersonen gezien werden als succesvolle methodes bij het overbrengen van kennis over gezonde voeding. Dit werd bevestigd in onderhavig onderzoek waaruit bleek dat Shape Venray deze motivationele aspecten nog niet heeft maar dat deelnemers deze toevoegingen wel zouden waarderen.

Methodische beschouwing - Een van de sterke punten van dit onderzoek is de respondententriangulatie. Doordat de topics zijn voorgelegd aan zowel deelnemers als uitvoerders werd de betrouwbaarheid van het onderzoek verhoogd. Daarnaast is gebruik gemaakt van een bestaand en veelgebruikt model voor de procesevaluatie van leefstijlinterventies, namelijk het model van Linnan en Steckler (2002). Op basis van dit model is kwalitatief geoperationaliseerd. Daarbij hebben vier deskundigen de topiclijst beoordeeld, dit heeft invloed op de betrouwbaarheid. Tenslotte hebben uitvoerders de data analyse ingezien en aangegeven Shape Venray hierin te herkennen, dit beïnvloedt de interne validiteit.

Kritisch terugkijkend op het onderzoek wordt geconcludeerd dat het onderzoek ook een aantal zwakke punten bevat. Ten eerste kunnen uitspraken gedaan worden over de externe validiteit. Doordat alleen de doelgroep elf tot dertien jarige bereikt is terwijl de doelgroep van Shape elf tot zestien jaar is, wordt de externe validiteit beïnvloedt. Daarnaast heeft de procesevaluatie plaats gevonden na afloop van de interventie waardoor recall bias heeft kunnen optreden. Ook was er een ondervertegenwoordiging van Nederlandse deelnemers waardoor de resultaten anders kunnen zijn dan dat er ook Nederlandse deelnemers hadden deelgenomen aan het onderzoek (zie interview U3). Deze respondent merkte een verschil in betrokkenheid op tussen Nederlandse en alloctonen ouders. Ook is er de mogelijkheid tot verkeerde interpretatie bij deelnemers doordat zij niet allemaal vloeiend Nederlands spraken. Naar aanleiding van de externe validiteit kan er uitspraak gedaan worden over de mate van

generaliseerbaarheid. Met de verkregen resultaten kunnen namelijk géén uitspraken gedaan worden over andere leefstijlinterventies. Echter kunnen de resultaten wel een aanknopingspunt bieden voor een verbeterde versie van de interventie Shape Venray. Gezien de beperkingen van het onderzoek moet er voorzichtig worden omgegaan met verkregen resultaten.

AANBEVELINGEN

Wetenschappelijke aanbevelingen – Om een complete procesevaluatie van Shape Venray te verkrijgen is vervolgonderzoek noodzakelijk. Dit onderzoek zal de leeftijdscategorie veertien tot zestien jarigen mee moeten nemen om uitspraken te kunnen doen over de gehele doelgroep. Verder heeft de dimensie bereik doelgroep aandacht nodig. Omdat onbekend is gebleven op welke manier deze dimensie verbeterd kan worden, moet vervolgonderzoek zich richten op welke manier kinderen met overgewicht en hun ouders het best bereikt en gestimuleerd kunnen worden deel te nemen aan Shape Venray. Tenslotte bleek de dimensie ouderbetrokkenheid niet optimaal, om dit te kunnen optimaliseren zullen ook de meningen van ouders meegenomen moeten worden in vervolgonderzoek waarbij gefocust wordt op facilitators en barrières voor het deelnemen aan interventie activiteiten waarbij onderscheid gemaakt moet worden tussen Nederlandse en allochtonen gezinnen.

Praktische aanbevelingen – Naar aanleiding van onderhavig onderzoek wordt aanbevolen de inclusiecriteria van Shape Venray vast te stellen op jongeren in de leeftijd elf tot zestien jaar met beginnend overgewicht, afhankelijk van leeftijdscategorie en geslacht (Voedingscentrum, 2019). Ook wordt een splitsing van leeftijdscategorieën aanbevolen zodat deelnemers les op hun eigen niveau krijgen. Verder kan de ouderbetrokkenheid verhoogd worden door ouders bewust te maken van hun voorbeeldfunctie en kennis over een gezonde leefstijl te vergroten. De meest effectieve manier hiervoor is het organiseren van interactieve bijeenkomsten (van der Heide et al., 2014). Daarnaast moeten ouders betrokken worden bij het rekruteren van deelnemers middels docenten tijdens ouderavonden op school, zij kunnen bepalen of hun kind in aanmerking komt voor Shape Venray. De theorielessen moeten praktische gemaakt worden door gebruik te maken van succesvolle methodes zoals praktijklessen over voeding middels supermarktlessen, kooklessen en het visualiseren van portiegroottes (Kelleher et al., 2017). Ook wordt aanbevolen eenvoudig interventiemateriaal te ontwikkelen zoals een poster over gezonde voeding. Tenslotte wordt aanbevolen gebruik te maken van social media waarbij een voorbeeldpersoon ingezet wordt, bijvoorbeeld een speler van VVV-Venlo. Aangezien social media gebruik gratis is en VIA VVV contacten heeft bij VVV-Venlo voor de inzet van spelers is het mogelijk dit kosteloos te organiseren.

REFERENTIES

Bouman, M., & Vaandrager, L. (2016). *Nijkerk en Wageningen samen gezond: Monitor JOGG Scholenproject*. Wageningen University & Research.

Campbell MK, Motsinger BM, Ingram A, et al. The North Carolina Black Churches United for Better Health Project: intervention and process evaluation. *Health Education & Behavior*. 2000;27:241-253.

Centraal Bureau voor de Statistiek. (2019). *Kwart 18- tot 25- jarigen te zwaar*. Geraadpleegd op 13-06-2019 van <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2019/15/kwart-18-tot-25-jarigen-te-zwaar>

Doak, C. M., Visscher, T. L. S., Renders, C. M., & Seidell, J. C. (2006). The prevention of overweight and obesity in children and adolescents: a review of interventions and programmes. *Obesity reviews*, 7(1), 111-136.

Doorewaard, H., Kil, A., & Ven, A. van de. (2015). *Praktijkgericht kwalitatief onderzoek: Een praktische handleiding*. Amsterdam: Boom Lemma uitgevers.

Fleming, J., Kamal, A., Harrison, E., Hamborg, T., Stewart-Brown, S., Thorogood, M., ... & Robertson, W. (2015). Evaluation of recruitment methods for a trial targeting childhood obesity: families for health randomised controlled trial. *Trials*, 16(1), 535.

GGD Limburg-Noord. (2017). *Topfit en zelfverzekerd voelen? Meld je aan voor Shape*. Geraadpleegd op 12-02-2019 van <https://www.ggdlimburgnoord.nl/nieuws/2017/10/Leefstijlprogramma-Shape>

Gilissen, L. J. W. J., van der Meer, I. M., Reinders, M. J., van der Sluis, A., & Woltering, E. J. (2009). *Wat gaan we eten? Groenten! Bevordering van de consumptie van groenten door jongeren van 12-18 jaar: Bijlage 1 Desk Study: determinanten en barrières in de groenteconsumptie. Effectiviteit van interventies*(No. 1109). AFSG.

Kelleher, E., Davoren, M. P., Harrington, J. M., Shiely, F., Perry, I. J., & McHugh, S. M. (2017). Barriers and facilitators to initial and continued attendance at community-based lifestyle programmes among families of overweight and obese children: a systematic review. *Obesity reviews*, 18(2), 183-194.

Langford, R., Bonell, C., Jones, H., & Campbell, R. (2015). Obesity prevention and the Health promoting Schools framework: essential components and barriers to success. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 12(1), 15.

Linnan, A., & Steckler, L. (2002). Process evaluation for public health interventions and research (pp.1-24). San Francisco: Jossey_Bass.

Loketgezondleven. (2017). *Cijfers en feiten overgewicht*. Geraadpleegd op 13-02-2019 van <https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/overgewicht/cijfers-en-feiten-overgewicht>

Peel en Maas. (2017). *Shape van start*. Geraadpleegd op 13-06-2019 van <https://www.peelenmaasvenray.nl/nieuws/nieuws/70536/shape-van-start->

Potts, H. W., & Wardle, J. (2010). Phillippa Lally*, Cornelia HM Van Jaarsveld. *Eur. J. Soc. Psychol*, 40, 998-1009.

Schermers, P., Jongert, M., Chorus, A. M. J., & Verheijden, M. W. (2008). *Inleiding bij de KNGF standaarden Beweginginterventies*. Leiden: TNO

Shape Venray. (2019). *Meetgegevens Shape Venray 2018-2019*. Geraadpleegd op 14-04-2019

Stillman, F. A., Bone, L. R., Rand, C., Levine, D. M., & Becker, D. M. (1993). Heart, body, and soul: A church-based smoking-cessation program for urban African Americans. *Preventive Medicine*, 22, 335-349.

Van der Heide, I., Chevalier, J., & Bos, V. (2014). *Ouderbetrokkenheid in leefstijlinterventies in het onderwijs: Inventarisatie van werkzame elementen van ouderbetrokkenheid en ouderbetrokkenheid in het Nederlandse interventie-aanbod*. Bilthoven: Rijksinstituut Voor Volksgezondheid en Milieu.

VIA VVV. (2018). *Handboek Shape Venray*. Geraadpleegd op 24-04-2019

Vingerhoeds, M., & van der Sluis, A., & Stijnen, D., & Maaskant, A., & Zeinstra, G. (2014). Op weg naar een hogere groente- en fruitconsumptie: barrières en succesfactoren Eerste inventarisatie en verkenning van kennis en kansrijke interventies rondom het verhogen van de groente- en fruitconsumptie. *Wageningen UR Food & Biobased Research*.

Voedingscentrum. (2019). *BMI Jongens en meisjes*. Geraadpleegd op 20-06-2019 van <https://www.voedingscentrum.nl/professionals/kindervoeding-0-4-jaar/babyenkindervoeding/bmi-jongens-en-meisjes.aspx>

VVV-Venlo. (2019). *Partners*. Geraadpleegd op 20-02-2019 van <https://www.vvv-venlo.nl/nl/maatschappelijk/partners>

Wendel-Vos, G. C. W., Blokstra, A., Zwakhals, S. L. N., Wijga, A. H., & Tijhuis, M. A. R. (2005). De fysieke omgeving in relatie tot bewegen en voeding-Onderzoek in het kader van preventie van overgewicht. *RIVM rapport 260301007*.

Wijnen van, GL., Boluijt, PR., Hoeven-Mulder, HB., Bemelmans, WJ., Wendel-Vos, GC. (2009). *Weight status, psychological health, suicidal thoughts and suicidal attempts in Dutch adolescents: results from the 2003 E-MOVO project*.

BIJLAGEN

Bijlage 1: standaard interview uitvoerders

Bijlage 2: standaard interview deelnemers

Bijlage 3: overzicht geïnterviewde deelnemers en uitvoerders

Bijlage 4: transcript interview uitvoerder

Bijlage 5: transcript interview deelnemer

Bijlage 6: analyseschema interviews

Bijlage 1 : standaard Interview uitvoerders

Inleiding

- *Korte uitleg over het onderzoek*
- *Regels met betrekking tot duur en vertrouwelijkheid van het interview*
- *Bij iedere component even uitleggen waar de vragen over gaan*

Persoonskenmerken

- *Geslacht, leeftijd, functie binnen Shape*

Reach

1. Zijn de deelnemers bereikt die u wilden bereiken? Of zie je dat bepaalde groepen zich wel of niet aanmelden (zwaar overgewicht, licht overgewicht)

Context - sociaal

1. In welke mate worden ouders betrokken bij de interventie?
2. Denkt u dat ouderbetrokkenheid een gunstige invloed heeft op de resultaten?
3. Is de mate van ouderbetrokkenheid optimaal momenteel? Zo ja/nee, hoe kan dat?
4. In hoeverre merkt u dat deelnemers elkaar steunen/ helpen tijdens bijv beweglessen?

Context- fysiek

5. Hoe is het met de bereikbaarheid van de faciliteiten van de interventie? Heeft dit invloed op uitvoer van de interventie?
6. Zijn alle materialen aanwezig voor een goede uitvoer van de activiteiten?

Dose delivered

7. Zijn er wel eens lessen uitgevallen? Hoe kan dit? Heeft dit volgens u invloed op de resultaten?

Dose Received

8. Melden deelnemers zich wel eens af? Wat zijn redenen voor afmelding? Heeft dit volgens u invloed op de resultaten?

Fidelity

9. In welke mate worden de voedingslessen uitgevoerd volgens het handboek Shape Venray?
10. In welke mate worden de beweglessen uitgevoerd volgens de planning in het handboek Shape Venray?
11. Worden de materialen die benoemd worden in het Handboek gebruikt?
12. Worden de sportlessen uitgevoerd zoals beschreven in de planning?
13. Hoe was de kwaliteit van de uitvoer van de lessen?

Implementation

14. Als u terugkijkt op de interventie, hoe heeft u die dan ervaren?

Recruitment

15. Wat vindt u van de manier van benaderen van deelnemers? Is deze optimaal?

Afsluiting

- *Bedanken voor de tijd en moeite*
- *Vragen of ze het interessant vinden om het onderzoek te lezen, zo ja → e-mail adres noteren*

Bijlage 2: standaard interview deelnemers

Inleiding

- *Korte uitleg over het onderzoek, aangezien het kinderen zijn niet te moeilijk, open houding*
- *Regels met betrekking tot duur en vertrouwelijkheid van het interview*

Persoonskenmerken

- *Geslacht, leeftijd, afkomst*

Reach

1. Waarom heb je meegedaan aan Shape?

Context - sociaal

2. Zijn jouw ouders wel eens meegegaan naar een bijeenkomst van Shape?
3. Wat vind je ervan als je ouders meedoen met de interventie activiteiten?
4. Zijn jouw ouders geïnteresseerd in wat je doet bij Shape? Steunen zij jou hierin?
5. Zou je willen dat je ouders meer betrokken werden bij de interventie?
6. Heb jij sociale steun ervaren van andere deelnemers? (Helpen jullie elkaar als het moeilijk is)
7. Wat vond je van de groepsgrootte?

Context - fysiek

8. Wat vind je van de plek waar jullie sporten?
9. Hoe zit het met de bereikbaarheid van de faciliteiten?

Dose Delivered

10. Zijn er wel eens lessen uitgevallen van Shape?

Dose received

11. Heb jij je wel eens afgemeld voor Shape? Wat waren redenen hiervoor?

Fidelity

12. Zijn de lessen nuttig voor jou? Denk je dat je dit ook nog kan gebruiken na Shape?

Implementation

13. Als je terugkijkt op de interventie, hoe heb je die dan ervaren?
14. Wat vertel jij aan je vrienden over Shape? Raad je ze aan om ook deel te nemen?

Recruitment

15. Op welke manier ben jij benaderd om mee te doen aan Shape Venray?
16. Wat vind je van deze manier van deelnemers benaderen?

Motivationale aspecten

17. Wat voor soort lessen hebben jou gemotiveerd? (Waren dit sportlessen, voedingslessen of was er een bepaald aspect binnen een les wat je erg leuk vond)
18. Wat kan er volgens jou anders aan de sport- en voedingslessen?
19. Wordt er tijdens de lessen gebruik gemaakt van vernieuwde spelelementen/ materialen?
20. Momenteel heeft Shape geen tastbaar materiaal te bieden (voorbeelden: posters, boekjes, placemat), wat vind jij hiervan?
21. Heb je het gevoel dat je mag meedenken in/ over de lessen?
22. Zou het gebruik van social media jou helpen bij een gezonde leefstijl? Zo ja, hoe dan?

23. Zou jij meer gemotiveerd raken als er een voorbeeldpersoon betrokken zou zijn bij de lessen? Bijvoorbeeld een speler of trainer van VVV-Venlo of de mascotte Koelie?

Afsluiting

- *Bedanken voor tijd en moeite*

Bijlage 3: overzicht geïnterviewde deelnemers en uitvoerders

(Code)naam	Functie	Locatie	Datum	Duur interview
Deelnemer 1 (D1)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	10:34
Deelnemer 2 (D2)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	11:56
Deelnemer 3 (D3)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	9:44
Deelnemer 4 (D4)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	10:05
Deelnemer 5 (D5)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	12:50
Deelnemer 6 (D6)	Leerling	De Krokodaris Venray	14-05-2019	14:29
Deelnemer 7 (D7)	Leerling	De Krokodaris Venray	16-05-2019	16:33
Deelnemer 8 (D8)	Leerling	De Krokodaris Venray	16-05-2019	11:37
Deelnemer 9 (D9)	Leerling	De Krokodaris Venray	20-05-2019	10:11
Deelnemer 10 (D10)	Leerling	De Krokodaris Venray	20-05-2019	09:58
Uitvoerder 1 (U1)	Leefstijlcoach	VieCuri Venlo	13-05-2019	31:48
Uitvoerder 2 (U2)	Diëtiste	Praktijk Oostrum	22-05-2019	28:21
Uitvoerder 3 (U3)	Trainer	Sportinstituut Verhagen Venray	22-05-2019	26:12
Uitvoerder 4 (U4)	Projectleider	VVV-Venlo	21-05-2019	29:52

Bijlage 4: transcript interview uitvoerder

Geslacht: M

Leeftijd: 45 jaar

Functie: Leefstijlcoach Shape

(Code)naam: U1

Interviewer: Janou (J)

Labels

Kleur	Dimensie
Rood	Reach
Blauw	Context
Groen	Dose Delivered
Geel	Dose Received
Roze	Fidelity
Grijs	Implementation
Turquoise	Recruitment
Paars	Bijvangst

J: Wat fijn dat je tijd voor me hebt.

U1: Ja natuurlijk, ik wil je graag helpen. Vind het zelf ook heel leuk dat je dit doet want ik heb Shape een aantal jaar geleden ook helpen opzetten in samenwerking met anderen dan. Dus ik ben benieuwd wat er uit je onderzoek komt.

J: Oh echt, dat wist ik niet. Nou dan ben ik benieuwd wat je ervan gaat vinden. Kun je me eerst vertellen wat jouw functie precies was binnen Shape?

U1: Ja hoor. Vanuit VieCuri Vitaal ben ik de leefstijlcoach dus buiten het stukje voeding en een stukje bewegen was het aan mij om dat in een andere les te koppelen, omdat om te zetten in de praktijk en wat dieper in te gaan op wat is gezonde voeding, hoe ga je daarmee om. Dat sport een belangrijke onderdeel is voor je zelfvertrouwen en dat het een manier is om jezelf te uiten. Dat was het stukje lifestyle, het vertalen van voeding en sport naar de praktijk.

J: Dat waren dus vooral de theorielessen als ik het goed begrijp.

U1: Ja dat was inderdaad allemaal theorie. Dan kom ik ook meteen bij een verbetersuggestie want die lessen waren in het begin té theoretisch, dan hadden ze de hele dag in de klas gezeten en dan zaten ze weer op een stoeltje te luisteren. Dat is heel lastig bij de doelgroep, we hebben geprobeerd het iets dynamischer te maken met opdrachten, dan zie je dat het direct iets beter gaat maar dat is wel iets waar duidelijk de behoefte ligt.

J: Uhuh, en heb jij Shape meerdere jaren ook uitgevoerd?

U1: Uhm ja zoals ik al zei heb ik het destijds samen met anderen opgezet, dat was dan wel in Venlo. Toen heeft Venray dat overgenomen. Maar ik heb het dus meerder jaren gedraaid ook, tot nu toe. Ik denk dat dit de derde keer is.

J: Zijn de deelnemers bereikt die u wilden bereiken? Of zie je dat bepaalde groepen zich wel of niet aanmelden (zwaar overgewicht, licht overgewicht)

Nee, nee dat is in de praktijk elk jaar moeilijk gebleken. De groep die je graag zou willen hebben, dus de kinderen met overgewicht is voorzichtig de conclusie dat die zich niet zo snel durven te melden. Maar natuurlijk is het voor ieder kind goed om te weten wat gezond is en waarmee moet ik rekening houden. Waarom weten we niet want daar is geen onderzoek naar gedaan. Maar die groep is veel kleiner dan die groep die er nu is en die zeggen: oh lekker een extra sportmoment.

- J:** Oké, dus de kinderen die je nu hebt zijn niet de kinderen met overgewicht?
- U1:** Nee inderdaad. En daardoor zie je ook wel dat de les die we willen geven moeilijk is. Want er zijn natuurlijk wel kinderen met overgewicht, of beginnend of die in ieder geval op moeten letten zal ik maar zeggen. En een groep waarvan je denkt: waarom ben je hier? En als die bij elkaar zitten dan kijkt de een naar de ander en ja, dat matcht niet. Die zitten niet in dezelfde modus. En dat hebben we een soort van wel goed bevonden, dat iedereen die bewust wil zijn van zijn gezondheid welkom is. Maar ik denk ook dat het daar mis gaat.
- J:** Want hoe zijn die deelnemers dan benaderd?
- Uhm, via huisarts, via GGD, via school, daar is geworven via flyers in Peel en Maas, ze zijn naar een school geweest vanuit VIA VVV. En vanuit die school zijn heel veel kinderen gaan deelnemen, en daar ging het dus ook mis. Want die hebben zich vaak aangemeld met vriendjes want dan kunnen ze samen sporten. Daar is het misgegaan maar we hebben het toegelaten om eens te kijken van wat doet dat. Dat is achteraf niet goed geweest, zeker niet. Dat heeft invloed op de resultaten van kinderen die wel overgewicht hebben. Want die worden zo minder goed begeleid. De conclusie is in ieder geval dat de doelgroep overgewicht/ beginnend overgewicht gewoon echt moeilijk te bereiken is.
- J:** En waren er dan nog verschillen in overgewicht binnen de groep? Dus waren de deelnemers die wel overgewicht hadden kinderen met licht overgewicht? Of ernstig overgewicht?
- U1:** Ja het waren wel allemaal kinderen met beginnend overgewicht. Er waren geen kinderen met ernstig overgewicht want dat is een programma van VieCuri, coach. Dus die horen ook niet bij Shape.
- J:** Oké, dus het was ook helemaal niet de bedoeling om kinderen met ernstig overgewicht aan te trekken?
- U1:** In het allereerste begin van Shape was het eigenlijk wel de bedoeling, maar ook dat is steeds ter discussie gekomen, want wat is nu eigenlijk de doelgroep van Shape? Maar uiteindelijk willen we nu eigenlijk alleen kinderen met beginnend overgewicht. Daarbij hebben we het ook vaak over de leeftijdscategorie. Nu is er voor gekozen om ook groep 8 mee te laten doen, persoonlijk vond ik dat te jong want tussen 12 en 16 zit gewoon een groot gat maar dat hebben we toch gedaan.
- J:** Oké, en wat was de reden daar dan voor?
- U1:** De reden viel onder het ideaal iedereen die iets aan zijn leefstijl wil doen moet die kans krijgen. Maar dat hadden misschien twee verschillende groepen moeten zijn achteraf gezien.
- J:** Oké, en als we dan kijken naar een ander onderdeel van de interventie, de ouders. Want in de beschrijving staat dat ouders nauw betrokken worden bij Shape. In welke mate worden ouders dan echt betrokken bij Shape?
- U1:** Uhm, ja dat zou en is gebleken dat het meer mag zijn. De conclusie was op een gegeven moment toch van kinderen wonen thuis, zijn sterk afhankelijk van ouders. Wat zij kopen, wat ouders koken enzovoort dus misschien moeten we de ouders een soort van opvoeden of in ieder geval ermee gaan praten over wat het gevolg is voor hun kinderen. Want ouders zijn de spiegel, in het laatste gesprek wat we gehad hebben heb ik aangegeven wat mijn rol zou kunnen zijn dan zou ik heel sterk het grootste deel met de ouders willen doen. Dus ik zou liever les geven aan de ouders dan aan de kinderen zeg maar, over hoe zij nou in praktijk kunnen brengen dat hun kind gezond eet en beweegt.
- J:** Oké, ik snap het. Hoe vaak komen de ouders nu?
- U1:** Ouders komen denk ik 3 keer. Het wordt in de voeding wel iets sterker meegenomen omdat we het wat individueler wilde maken zodat elk kind meer rendement behaalt. Als het een groepsgebeuren is, is niet ieder kind zo assertief om er iets uit te halen. Dus hebben we met

de diëtiste gezegd: als een kind met ouder meer behoefte heeft aan meer begeleiding dan doen we dat met de diëtiste en daar ligt iets meer interactie met ouders. Degene die dat niet willen of nodig hebben of er niet voor kiezen, daar zie je ook dat die iets meer voor dat sport- en beweeggedeelte kiezen en wat dus niet direct de doelgroep van Shape is. Dus dat selecteert zich daar wel in. Maar interactie met de ouders mag zeker meer.

J: Uhuh, denkt u dan ook dat ouderbetrokkenheid een gunstige invloed heeft op de resultaten?

U1: Ja dat denk ik wel, maar dat is gevaarlijk om te zeggen want dat weet je niet zeker. Ik heb wel een idee daarbij maar laat ik zeggen dat op het moment dat ouders veranderen, ouders daarin andere keuzes maken heeft dat ook uitwerking op de kinderen. Dus dat denk ik wel in het algemeen, maar dan zou het een hele andere interventie zijn en dan zou je bij wijze van spreken via de ouders deelnemers moeten werven op een manier van: ouders denk aan je kinderen. Dan wordt je als ouder een beetje terecht gewezen of zo kan dat in ieder geval voelen. Maar ouders spelen zeker een belangrijke rol ja.

J: Is de mate van ouderbetrokkenheid optimaal momenteel? Zo ja/nee, hoe kan dat?

U1: Nee ja zoals ik net eigenlijk al zei vind ik dat het meer kan inderdaad.

J: Oké duidelijk. De kinderen zitten tijdens de interventie in een groep hé, In hoeverre merkt u dat deelnemers elkaar steunen/ helpen binnen die groep tijdens lessen?

U1: Uhm ja dat is inderdaad een groep. Op die leeftijd is dat goed inventariseren op welke manier ze elkaar helpen. Maar je ziet wel meer uit stoer doenerij dat ze elkaar wel aanvullen. Zelf vanuit de leefstijl heb ik vaak het idee na zo'n les van: waar ben ik mee bezig, wat hebben ze eigenlijk opgepikt. Maar aan het einde van het traject merk je dan toch dat ze er iets van opgestoken hebben.

J: Oké, maar merk jij iets van sociale invloed die ze op elkaar uitoefenen?

U1: Ja die is er wel, maar dat duurt even voordat je dat groepsproces op gang krijgt. Want als een beetje de rotte appels eruit zijn dan zie je een hoger rendement want sommige verzieken het voor de rest. En vaak gaan degene die wel willen daar vaak in mee. Ze vullen elkaar in ieder geval wel aan, maar dat is meer op later termijn als ze elkaar beter kennen. Of als er kinderen wegvallen.

J: Vallen er vaak kinderen weg dan?

U1: Ja je ziet aan het begin en het einde van het traject duidelijk een verschil in groepsgrootte ja.

J: Ooh ja, waar ligt dat dan aan?

U1: Ja je vraagt behoorlijk wat discipline van die kinderen want het is na school. Ze hebben soms ook nog verenigingen waar ze lid van zijn, ze willen met vrienden afspreken. Dus de vraag is dan of ze nog willen. In het begin is de motivatie hoog, maar niet iedereen kan het zo lang opbrengen. En er wordt gevraagd is het leuk? En ja we proberen het zo leuk mogelijk te maken maar het is ook vooral leren tijdens deze lessen. De sportlessen die worden als leuk ervaren, het stuk voeding is al iets saaier. En de leefstijl lessen zijn vaak helemaal theoretisch en dan is het leuke ervan af. En dan vergeten ze het belang en de reden waarom ze meedoen.

J: Oké dus de lessen worden als leuk ervaren, maar hoe is het met de bereikbaarheid van de faciliteiten van de interventie?

Ja kijk, in Venray hadden we verschillende locaties waar we de lessen verzorgde, de reden is dat we ze met verschillende sportverenigingen kennis willen laten maken. Om na Shape eventueel een keuze te maken om bij een vereniging te gaan, zodat ze na Shape blijven bewegen. En dat betekent dat je de ene keer zus en de andere keer zo moet, dus naar andere locaties. Daarbij is de communicatie wel heel erg belangrijk dat ze weten waar ze zich moeten melden.

- J:** Maar die verschillende locaties waren wel goed te bereiken? En denk jij dat het invloed heeft op de resultaten?
- U1:** Met de fiets zeker. Openbaar vervoer bijvoorbeeld is helemaal niet nodig, ze kunnen overal met de fiets komen. Dus dat hoeft zeker geen probleem te zijn, ze gaan ook met de fiets naar school. Dit zou dus ook geen invloed moeten hebben op de resultaten.
- J:** Oké en qua faciliteiten, zijn alle materialen aanwezig voor een goede uitvoer van de activiteiten?
- Ja uitstekend zou ik zeggen. Als je kijkt naar de zaal in 't Bruukske, dat is een schitterende accommodatie. Daar hebben ze alle materialen. Als je kijkt naar de judolessen, daar hebben ze een super trainer met een klassieke dojo. Als je kijkt naar de Sprank, daar is een fitness, een zaal voor groepslessen inclusief instructeur. De ruimte voor de leefstijllessen is wat klein soms, maar dat hoeft niet beperkend te zijn, dat is altijd goed geweest. En voor de voedingslessen geldt hetzelfde. Dus ja, de faciliteiten waren echt prima.
- J:** Oké dat is mooi om te horen. Zijn er wel eens lessen uitgevallen?
- U1:** Naar mijn weten niet, nee. Dus ze hebben alle informatie gehad die ze zouden moeten krijgen. Er is zelfs een totaaloverzicht van de hele periode. In de praktijk kan daar vanaf geweken zijn of dat er nog niet duidelijk was waar de lessen plaats gingen vinden omdat we aan het kijken waren naar de behoeften van de kinderen en kunnen we daar op inspelen. Maar alles werd minimaal een week van te voren duidelijk.
- J:** Heb je het dan over het Handboek van Shape?
- U1:** Ja klopt inderdaad.
- J:** Oké, en zijn alle lessen dan ook uitgevoerd volgens het handboek?
- U1:** Ja, in de praktijk ging dat niet altijd omdat de groep misschien anders vroeg maar het is wel leidend geweest. De leefstijllessen hadden verschillende thema's en het handboek was daar de richtlijn van. Voor bootcamp bijvoorbeeld was het afhankelijk van locatie en instructeur dus daar wijk je al een beetje af waarschijnlijk. En de diëtiste had ook duidelijk was ze met de voedingslessen wilde doen volgens het handboek.
- J:** Oké dus dat Handboek zat goed in elkaar?
- U1:** Ja ik denk dat het in de basis in de theorie goed zat maar dat het een uitdaging is om bij de doelgroep rendement te halen.
- J:** Maar staan in het handboek dan wel de goede dingen vermeld voor deze doelgroep?
- U1:** Jawel hoor. Maar ik heb wel eens vaker gedacht van misschien is het goed om er een andere discipline bij te vragen, iemand met een pedagogische achtergrond. Iemand die het denken van de doelgroep helder heeft en dat die bij het samenstellen van de lessen aanwezig is. En ons dan ook informeert over hoe je die kinderen benaderd, wanneer je streng bent en wanneer niet en hoe hou je ze scherp en bij de les. Want iedere leeftijd heeft z'n eigen benadering. Pedagogisch gezien weten wat er bij de doelgroep speelt en hoe je ermee om kunt gaan, ik denk echt dat dat een hele rijke aanvulling is.
- J:** Oké en bedoel je dan tijdens de uitvoer van de lessen? Of meer vooraf?
- U1:** Niet perse bij de uitvoer nee, meer vooraf bedoel ik. Als een soort voorbereiding voor ons op hoe wij omgaan met de kinderen. En zorg dat je interactief bent, op deze manier heb je langer de aandacht. Dit doe je als ze niet luisteren, meer dat soort zaken. Want ja, iedere leeftijdsfase heeft zijn eigen aanpak en de leeftijden van Shape lopen nogal uiteen. En ja, als je geleerd hebt voor het vak diëtiste en je werkt met volwassenen dan weet je niet perse hoe je omgaat met kinderen, voor sportinstructeurs hetzelfde.
- J:** Uhuh ja, goede toevoeging. En als je kijkt naar de algehele kwaliteit van de lessen, hoe was die dan?

- U1: Ja die was goed denk ik want iedereen handelde vanuit zijn eigen expertise, dus daar ontbrak het niet aan. Dus bij de uitvoerders lag het niet. We hadden bijvoorbeeld een professionele judoleraar, een diëtiste en ik zit zelf ook al jaren in het vak. Alleen hangt het soms ook af van wat de deelnemers doen. Als zij niet fatsoenlijk meedoen, ja dan ben je meer tijd bezig met het aanspreken op gedrag in plaats van bezig met de les. Dat gebeurde nu wel af en toe.
- J: **Uhuh, oké. En als je nu terugkijkt over de algehele interventie, hoe heb jij dat dan ervaren?**
- U1: Uhm, dan zie ik het als een wake up call. Ik wil kinderen wel echt iets meegeven. Wat ik al eerder zei: in evaluatie of de herhaling van een eerdere les, als je vraagt wat hebben we geleerd dan hoop ik dat als ze dalk iets ouder zijn ze nog eens terugdenken aan Shape. Dat ben ik niet vergeten of daar heb ik iets aan, dat hoop ik mee te geven. Daarbij vind ik het doel en het idee van Shape top, maar dan moet het wel goed uitgevoerd worden. En ik denk dat dat dit keer in ieder geval mis is gegaan door de verkeerde doelgroep.
- J: **Denk je dat dat nu nog niet bereikt wordt dan?**
- U1: Ik weet het niet zeker, omdat het niet getoetst. Maar dat zou je eigenlijk over vijf jaar moeten toetsen. Dat ze dan is terugkijken op hun deelname. Dat zou ik een goed idee vinden. Het wordt nu denk ik nog niet helemaal bereikt. Dat komt misschien ook doordat je niet met de juiste doelgroep werkt. Kinderen die echt af willen vallen die steken er natuurlijk meer van op dan degene die hier komen om lekker gratis te sporten en dan ook maar naar de theorielessen komen omdat het erbij hoort. Dat vind ik persoonlijk wel heel jammer, maar ja dat is nou eenmaal zo gelopen.
- J: **Ja dat zou zeker interessant zijn. Wat ik persoonlijk ook nog interessant vind is de vraag: melden deelnemers zich wel eens af? Wat zijn redenen voor afmelding?**
- U1: Ja, ze melden zich vooral ook vaak niet af maar ze komen dan niet, haha! Wat ze dan zeggen is vergeten, niet aan gedacht of dat soort dingen. Maar ja, als je echt iets wilt dan vergeet je dat niet zomaar natuurlijk. Maar tuurlijk er zijn ook kinderen die zich wel netjes afmelden. Dat heeft ook te maken met een stukje beleving, interesse en daarvan denk ik ook, hoe gaan we daarmee om? Zou je dat misschien moeten bestraffen of niet. Ik heb ook wel eens iemand de les uitgestuurd omdat die de hele tijd zat te irriteren. En op een gegeven moment kwam die gewoon weer binnen. Dus ik zei wat kom je doen? Zegt die: ja ik ben toch lang genoeg weg geweest. Hoezo ben jij lang genoeg weggeweest zei ik. Ja dat vind ik gewoon. Ja doe ik vind van niet. Ja hoe lang dan? Dus ik zei ja tot ik je kom halen. Dat snapte die niet, dat was gek. Ik had zoiets van jij zit mijn les te verstieren en ik heb je al gewaarschuwd dus nu is het genoeg. Toen zegt die: ja op school mogen we ook gewoon de les uitlopen. Ik zeg: oké op welke school zit jij dan? Ja dat mag gewoon zei die. Raar.. Heel raar. Dus ja, in hoeverre gooi je de discipline omhoog. We zijn natuurlijk geen politieschool maar zonder regels wordt het niks.
- J: **dus als ik het goed begrijp vind jij dat er consequenties aan zouden moeten zitten?**
- U1: Nou ja, ik vind dat je in ieder geval dat je heel duidelijk en consequent moet zijn naar de groep en persoon hierover. Op die manier kan de rest van de groep er ook van leren. Maar dat hoort misschien ook bij het stukje hoe gaan we met de doelgroep om. En als ik weet hoe ik ermee om zou moeten gaan, dan blijft het minder in je hoofd hangen. Dus ik zou die pedagogische blik heel graag erbij hebben. Want ik merkte dat ook bij meerdere collega's, dat het lastig was om te gaan met de doelgroep. Bij sportlessen is dat natuurlijk makkelijker want dan kun je de touwtjes meer laten vieren. Dus ja, het blijft lastig.
- J: **Ja dat begrijp ik. Dat waren mijn vragen al. Bedankt.**
- U1: Ja graag gedaan, ik ben benieuwd naar de uitkomst maar die hoor ik vanzelf wel he.
- J: **Ja zeker, ik ga nog een presentatie geven in juni bij de evaluatie van Shape.**
- U1: Ah kijk aan, top!

Bijlage 5: transcript interview deelnemer

Persoonskenmerken

- Geslacht: V
- Leeftijd: 11
- Afkomst: Marokko (geboren in Nederland)
- (Code)naam: D5
- Interviewer: Janou (J)

Kleur	Dimensie
Blauw	Context
Geel	Dose Received
Roze	Fidelity
Grijs	Implementation
Turquoise	Recruitment
olijfgroen	Motivationale aspecten
Paars	Bijvangst

J: Hoi, welkom. Ga zitten

D5: Hoi, oké is goed.

J: Wat leuk dat je mee wilt doen aan mijn onderzoek

D5: Haha ja.

J: Weet je wat het precies inhoudt?

D5: Uhm nee, ik weet alleen dat het over Shape gaat

J: Ja klopt, aangezien je hebt meegedaan aan Shape afgelopen keer wil ik jou wat vragen stellen over jouw ervaringen met Shape. Dat gebruik ik voor een onderzoek van school en is voor VIA VVV.

D5: Oké is goed.

J: Nou laten we beginnen. Mijn eerste vraag is: Zijn jouw ouders wel eens mee geweest naar een bijeenkomst van Shape?

D5: Ja, ofja hoe bedoel je eigenlijk? Dat ze me gingen brengen of echt mee naar binnen zijn gegaan?

J: Ik bedoel dat ze echt mee zijn gegaan naar de les, dus niet alleen brengen en halen.

D5: Ja ze zijn wel eens mee geweest naar de les, niet vaak hoor.

J: Oké, en wat vond je ervan als je ouders meekwamen?

D5: Ik vind het leuk dat als we aan het sporten zijn dat mijn moeder dan een beetje meekijkt en ook kan zien wat we aan het doen zijn. En dat soort dingen. En mijn moeder vond het zelf ook heel leuk om mee te gaan dus.

J: Oké, wat fijn. Zijn jouw ouders geïnteresseerd in wat je doet bij Shape? Steunen zij jou hierin?

D5: Ja ze waren heel geïnteresseerd in wat ik deed volgens mij.

J: Mooi, zou je misschien willen dat je ouders nog meer betrokken werden bij de interventie?

D5: Uhm, nee dat niet perse, ik vind het wel leuk als ze een of twee keer meekijken maar niet dat ze echt de hele tijd mee gaan want dan wordt het een beetje te veel.

J: Oké, dus je vond het goed op deze manier?

D5: Ja precies, op deze manier was het prima.

J: Oké duidelijk. En als we verder kijken he. Jullie zaten met meerdere deelnemers in een groep, heb jij sociale steun ervaren van andere deelnemers? (Helpen jullie elkaar)

- Uhm, de meeste mensen wel, maar sommige gingen ook onaardige dingen zeggen zoals waarom vraag je zoiets, dat weet je toch wel enzo. Maar de meeste deden wel leuk tegen elkaar en elkaar helpen.
- J:** Oké en wat vond je daar dan van?
- D5:** Ik vond het meestal wel leuk in de groep, maar ook weer niet altijd. Lag ook aan de persoon want sommige deden wel leuk maar niet iedereen.
- J:** En wat vond je van de groepsgrootte? (Zou je het fijner vinden als de groep groter of kleiner zou zijn?)
- D5:** Die was denk ik wel goed zo.
- J:** En de sporten he, die vonden plaats op verschillende plekken in Venray. Hoe vond je de bereikbaarheid van de faciliteiten?
- D5:** Ik vond die niet zo goed. Want de eerste keer toen we naar judo gingen waren we al een beetje aan het zoeken en toen was ik met mijn vader en de tweede keer was echt een ramp en toen kwam ik veel te laat want mijn moeder moest me brengen omdat ik niet wist waar het was en toen moesten we mijn vader bellen enzo dus dat ging helemaal fout toen. En de vorige keer toen we bij een zaal moesten sporten, dat kon ik ook niet zo goed vinden.
- J:** Oké dus de plekken waren moeilijk te vinden?
- D5:** Ja zeker.
- J:** En qua afstanden dan?
- D5:** Oh ja dat was wel goed hoor. Ik woon hier zelf om de hoek dus dat is echt niet ver. En in Venray is alles sowieso niet zo ver van elkaar dus de afstand was het probleem niet. Dus ja ik ging meestal met de fiets. Behalve dus als ik niet wist waar het was, dan gingen mijn ouders me wel brengen maar dat was denk ik twee keer of misschien drie.
- J:** En als je het dan eenmaal gevonden had, wat vond je dan van de plek waar jullie gingen sporten, de materialen, de zaal of dat soort dingen?
- D5:** De plekken zijn wel mooi, altijd in goede zalen enzo en de materialen waren er ook altijd en die waren echt mooi vond ik. Vooral die fitness enzo dus dat is prima.
- J:** Nou dat is fijn om te horen. Maar heb jij je wel eens afgemeld voor Shape?
- D5:** Ja twee keer volgens mij.
- J:** Oké en weet je nog waarom?
- De eerste keer had mijn moeder een afspraak en mijn zus wilde niet mee dus toen moest ik mee van haar en toen had ik wel netjes gevraagd of het goed was als ik niet kwam. De tweede keer moest mijn vader naar Venlo, daar had hij een opening en daar moest ik bij zijn.
- J:** Oké, en had je je dan ook afgemeld ergens?
- D5:** Ja ja, zeker. We hadden een groep chat met iedereen en daar had ik in gezegd dat ik niet kon komen en toen zeiden ze dat het goed was dus ja.
- J:** Goed zo, zo hoort dat natuurlijk ook.
- D5:** Haha ja ik vind dat wel zo netjes.
- J:** Zijn de lessen nuttig geweest voor jou?
- Ja ik ben wel met Shape afgevallen, best veel. Want uhm, ik was best wel zwaar voor mijn leeftijd en nu ben ik op het goede gewicht voor mijn leeftijd en ik daar ben ik wel heel blij mee. En ik heb geleerd dat ik veel water moet drinken en dat ik nu weet waar veel calorieën inzitten en waar wat minder.
- J:** Wauw, wat goed zeg. Echt super knap van je.
- D5:** Haha ja, dankje.
- J:** En heb je nu nog steeds iets aan die lessen van Shape?

- D5: Ja, want wat ik geleerd heb daar denk ik nog vaak aan en daarom wordt ik nu ook niet meer dikker denk ik. En ik vond het sowieso echt super leuk. Ik zou het echt zo nog een keer doen, zo leuk vond ik het.
- J: **Fijn hoor! Maar momenteel heeft Shape geen tastbaar materiaal te bieden (voorbeelden: posters, boekjes, placemat), wat vind jij daarvan?**
- D5: Ja heel jammer. Want ik heb nu heel veel gesport en nu heb ik een boekje gekregen waar ik in kan zien wat ik heb gedaan en dat vind ik leuk en kan ik laten zien aan mijn ouders. Maar van Shape heb ik dat niet en omdat mijn ouders niet zo vaak geweest zijn dan zou ik het leuk vinden als ik ze bijvoorbeeld wel dat boekje of zo kon laten zien en misschien. Dus dat zou wel heel leuk en fijn zijn. En dan kon mijn moeder misschien ook nog er iets van leren.
- J: **Ja begrijpelijk! Maar als je nu terugkijkt op Shape, wat is dan jouw ervaring?**
- D5: Ik vond het super leuk, Shape zelf. Maar ik vond de groep iets minder leuk. Ze praten heel veel en schelden ook veel en dat vind ik niet leuk. De klasgenootjes waar ik bij zat waren wel lief maar de anderen van Raayland, vooral de ouderen, die waren een beetje minder leuk.
- J: **Vond je dan het leeftijdsverschil misschien te groot, tussen jou en de kinderen van het Raayland?**
- D5: Jawel want eentje was 16, en ik ben 11 dus dat verschil was te groot en er waren er ook van 14 en 15. Dus ik vind dat eigenlijk de kinderen tot 12 of 13 bij elkaar moeten en die erboven samen. Want we gingen ook boksen en toen moest ik met zo'n grote dus ja dat is gewoon niet eerlijk en dan heb ik eigenlijk al geen zin meer erin.
- J: **Wat vertel jij aan je vrienden over Shape? Raad je ze aan om ook deel te nemen?**
- D5: Uhm ik zou ze aanraden ook mee te doen en ik heb het ook al vaker gedaan want ik praat erover en zij vinden het nu ook leuk en zouden ook wel mee willen doen.
- J: **Oh wat goed zeg. Nou wie weet in de toekomst .. Want op welke manier ben jij benaderd om mee te doen aan Shape Venray?**
- D5: Via school zei de juf dat er een project was waar wij aan mee mochten doen en toen gingen we gymen en toen kwamen ze van Shape naar gym en deden we samen een les. En toen vond ik het leuk, dus toen heb ik aan mijn ouders gevraagd of ik mee mocht doen en zij vonden het ook heel leuk dus toen ging ik meedoen.
- J: **Oké, en wat vind je van deze manier van deelnemers benaderen?**
- D5: Leuk, heel leuk zelfs want nu kon ik alles zelf vragen en kregen we uitleg. Want meestal als er brieven komen dan snappen mijn ouders het niet zo goed en nu hebben ze het persoonlijk aan mij verteld en kon ik het weer aan hun uitleggen.
- J: **Oké fijn. En als we naar de lessen kijken. Wat voor soort lessen hebben jou dan gemotiveerd? (Waren dit sportlessen, voedingslessen of was er een bepaald aspect binnen een les wat je erg leuk vond)**
- D5: Het kickboksen want daar zit ik zelf op en tennissen vond ik ook super leuk want dat had ik nog nooit gedaan. Verder vond ik fitness heel leuk. De voedingslessen vond ik in het begin heel goed want toen had ik veel geleerd over wat je meer en minder moet eten, je mag een keer per week frisdrank en dat soort dingen dus dat vond ik leerzaam. En ik heb de schijf van vijf geleerd. Maar na een paar keer vond ik het saai want toen leerde we niet meer zoveel omdat er veel mensen doorheen gingen praten en sommige werden eruit gestuurd en toen kon ik het niet meer bijhouden wat er gezegd werd.
- J: **Oh dat is vervelend zeg. Wat kan er volgens jou dan anders aan de sport- en voedingslessen?**
- D5: Shape is prima, maar ik zou dus de leeftijden splitsen. Want het is gewoon niet leuk als je 11 of 12 bent en je moet samen doen met iemand van 16.

- J:** Hmm oke, bedankt voor je input. Wordt er tijdens de lessen gebruik gemaakt van vernieuwde spelelementen/ materialen?
- D5:** Ja materialen wel, ik ben gaan fitnessen en nu kun je een beetje geld betalen en dan kan je daar ook fitnessen dus dat vind ik super leuk want ik had nog nooit gefitnesst. En tennissen had ik nog nooit gedaan dus dat vond ik leuk.
- J:** Oké dus je doet nu zelf ook fitnessen?
- D5:** Ja klopt door Shape ben ik dat gaan doen.
- J:** Oh wauw, wat goed zeg.
- D5:** haha ja ik vond het gewoon super leuk en gezond natuurlijk
- J:** Heb je het gevoel dat je mag meedenken in/ over de lessen?
- D5:** Nee dat niet. Ik had wel eens gevraagd of we iets anders mochten doen bijvoorbeeld en dan mocht dat niet. En als anderen het dan vroegen mocht het soms wel dus dat was niet eerlijk. Ik had het idee dat ze maar naar een paar personen luisterden en dat was ik niet maar dat waren wel meestal dezelfde. En oh ja wat ik ook niet zo leuk vond was dat we bijvoorbeeld dat we best vaak gingen kickboksen en judo ook en fitness ook heel vaak. En ik zou graag wat meer verschillende sporten doen
- J:** Oké, ik weet niet of je social media hebt?
- D5:** Ja heb ik
- J:** Oké dan is mijn volgende vraag: zou het gebruik van social media jou helpen bij een gezonde leefstijl?
- D5:** Uhm ja ik denk een klein beetje. Bijvoorbeeld een instagram met gezonde voeding tips ofzo. Want als je op instagram bijvoorbeeld gaat kijken dan zie je allerlei dingen voorbij komen en als het over voeding ofzo gaat dan zie je dat ook en denk je er misschien iets meer over na bijvoorbeeld. Of over sporten kan ook
- J:** Zou jij meer gemotiveerd raken als er een voorbeeldpersoon betrokken zou zijn bij de lessen?
- D5:** Wat bedoel je daar precies mee, ik snap het niet zo goed.
- J:** Uhm nou bijvoorbeeld een speler of trainer van VVV-Venlo of de mascotte Koelie, wat zou ervan vinden als die eens naar de les kwamen?
- D5:** Ooh zo, ja dat zou ik super leuk vinden want dan konden we misschien nog iets van hen leren over gezond leven en ik denk dat iedereen dan ook heel goed luistert en mee zou doen met de les. Er was wel iemand van VVV een keer, maar ik weet niet meer wie. Volgens mij was het geen speler.
- J:** Oké, top. Nou dat waren mijn vragen al. Heel erg bedankt voor het meewerken
- D5:** Geen probleem

Bijlage 6: analyse schema interviews uitvoerders

U1= uitvoerder 1

U3= uitvoerder 3

U2= uitvoerder 2

U4= uitvoerder 4

Component	Dimensie	U1	U2
Reach	Bereik doelgroep	dat is in de praktijk elk jaar moeilijk gebleken. De groep die je graag zou willen hebben, dus de kinderen met overgewicht is voorzichtig de conclusie dat die zich niet zo snel durven te melden. Want er zijn natuurlijk wel kinderen met overgewicht, of beginnend of die in ieder geval op moeten letten zal ik maar zeggen. Maar er is ook een groep waarvan je denkt: waarom ben je hier? De reden dat deze kinderen mee mochten doen viel onder het ideaal iedereen die iets aan zijn leefstijl wil doen is welkom. De kinderen die wel overgewicht hadden waren wel allemaal kinderen met beginnend overgewicht. Er waren geen kinderen met ernstig overgewicht want dat is een programma van VieCuri.	De eerste twee edities van Shape wel, wel iets te weinig maar degene die er waren, waren wel degene met overgewicht. Nu bij Shape Venray zijn er bijna geen, ja een paar maar het merendeel heeft geen overgewicht. Dus dat was niet goed, de kinderen van de Krokodaris zaten er heel veel bij van: oh ja leuk we gaan sporten. We hebben niks te doen dus laten we meedoen. Maar de rest wat erbij kwam kijken, ja daar hadden ze weinig interesse in. Het is sowieso lastig om echt die goede doelgroep te bereiken hoor
Context	Sociale invloed – Ouderbetrokkenheid	Dat zou en is gebleken dat het meer mag zijn. De conclusie was op een gegeven moment toch van kinderen wonen thuis, zijn sterk afhankelijk van ouders. Wat zij kopen, wat ouders koken enzovoort dus misschien moeten we de ouders een soort van opvoeden of in ieder geval ermee gaan praten over wat het gevolg is voor hun kinderen. Want ouders zijn de spiegel. Ouders komen nu denk ik 3 keer. Het wordt in de voeding wel iets sterker meegenomen omdat we het wat individueler wilde maken zodat elk kind meer rendement behaalt. Als het een groepsgebeuren is, is niet ieder kind zo assertief om er iets uit te halen. Dus hebben we met de diëtiste gezegd: als een kind met ouder meer behoefte heeft aan meer begeleiding dan doen we dat met de diëtiste en daar ligt iets meer interactie met ouders. Ja ik denk dat het invloed heeft op resultaten maar dat is gevaarlijk om te zeggen want dat weet je niet zeker. Ik heb wel een idee daarbij maar laat ik zeggen dat op het moment dat ouders	Weinig, maar het was ook bij deze doelgroep heel lastig om ze te pakken te krijgen. Sommige praten niet goed Nederlands of laten heel makkelijk afspraken aan zich voorbij gaan. Cultureel verschil misschien? Ik denk wel dat we geprobeerd hebben ze te bereiken hoor maar dat het bij deze doelgroep heel moeilijk is. En ik denk ook dat ze zelf heel weinig gekomen zijn als de mogelijkheid er wel was trouwens. Dat is ook moeilijk te verbeteren door de doelgroep omdat het vaak buitenlandse kinderen en ouders zijn. Daar zie je ook een verschil met Nederlandse kinderen, die ouders waren vaak veel meer betrokken en geïnteresseerd in Shape. Deze editie hebben er volgens mij helemaal geen van oorsprong Nederlandse kinderen meegedaan, maar voorgaande keren wel. Ik heb het wel geprobeerd. Ik ben bijvoorbeeld een keer naar de Krokodaris gegaan om individuele gesprekjes te voeren met de kinderen, en ook de ouders geïnformeerd hoe laat ik er zou zijn en waar ze me konden vinden maar volgens mij was er een ouder, de rest heb ik niet

		veranderen, ouders daarin andere keuzes maken heeft dat ook uitwerking op de kinderen. Dus dat denk ik wel in het algemeen. Maar interactie met de ouders mag zeker meer.	gezien. En ik kan ze ook niet allemaal gaan bellen want dat kost te veel tijd en daarbij krijg je ze ook vaak niet te pakken. Maar ik denk dat door de school te betrekken wel al een beetje helpt. Het heeft zeker invloed op resultaten want ouders hebben ook het inzicht nodig bij bijvoorbeeld het inkopen van boodschappen, het stimuleren van hun zoon of dochter. En ze moeten er natuurlijk ook achter staan want anders is het niet te doen voor kinderen op die leeftijd
	Sociale invloed – Onderlinge steun	Ja die is er wel, maar dat duurt even voordat je dat groepsproces op gang krijgt. Want als een beetje de rotte appels eruit zijn dan zie je een hoger rendement want sommige verzieken het voor de rest. En vaak gaan degene die wel willen daar vaak in mee. Ze vullen elkaar in ieder geval wel aan, maar dat is meer op later termijn als ze elkaar beter kennen. Of als er kinderen wegvallen. Maar je ziet wel uit stoer doenerij dat ze elkaar wel aanvullen	Wat ik gemerkt heb is dat niet zoveel. Tijdens de les hebben ze het wel heel druk met elkaar en zijn ze ook heel stoer en ruig en hebben ze praatjes. Maar als je ze individueel spreekt dan komen er toch wel dingen naar voren die ze niet leuk vinden of moeilijk vinden. Dan kun je veel beter gesprekken voeren. Maar ze zijn niet in staat om dat soort dingen in de groep te delen, dat heeft ook met de leeftijd te maken.
	Fysieke omgeving bereikbaarheid	Met de fiets. Openbaar vervoer bijvoorbeeld is helemaal niet nodig, ze kunnen overal met de fiets komen. Dus dat hoeft zeker geen probleem te zijn, ze gaan ook met de fiets naar school. Dit zou dus ook geen invloed moeten hebben op de resultaten. Daarbij is de communicatie wel heel erg belangrijk dat ze weten waar ze zich moeten melden.	Ik ben maar alleen op de Sprank geweest omdat ik daar mijn theorieles had. De sportlessen waren overal dus ik denk dat het soms wel verwarrend kon zijn waar ze elke keer heen moesten. Maar alles was in Venray dus wat afstand betreft denk ik dat het allemaal wel goed te doen was.
	Fysieke omgeving Faciliteiten	Ja uitstekend zou ik zeggen. Als je kijkt naar de zaal in 't Bruukske, dat is een schitterende accommodatie. Daar hebben ze alle materialen. Als je kijkt naar de judolessen, daar hebben ze een super trainer met een klassieke dojo. Als je kijkt naar de Sprank, daar is een fitness, een zaal voor groepslessen inclusief instructeur. De ruimte voor de leefstijllessen is wat klein soms, maar dat hoeft niet beperkend te zijn, dat is altijd goed geweest. En voor de voedingslessen geldt hetzelfde. Dus ja, de faciliteiten waren echt prima	Ja in het algemeen was alles aanwezig. Ik miste alleen soms een goed whiteboard waar ik op kon schrijven en ik moest de materialen elke keer halen en soms wist ik niet waar het was en dat soort dingen. Maar het was wel goed verder.
Dose delivered	Lesuitval	Naar mijn weten niet. Dus ze hebben alle informatie gehad die ze zouden moeten krijgen	Uhm nee, alles is doorgegaan. Ik heb alle informatie aan kunnen bieden.

Dose received	Afmeldingen deelnemers	Ja, ze melden zich vooral ook vaak niet af maar ze komen dan niet, haha! Wat ze dan zeggen is vergeten, niet aan gedacht of dat soort dingen. Maar ja, als je echt iets wilt dan vergeet je dat niet zomaar natuurlijk. Maar natuurlijk er zijn ook kinderen die zich wel netjes afmelden. Dat heeft ook te maken met een stukje beleving, interesse en daarvan denk ik ook, hoe gaan we daarmee om? Zou je dat misschien moeten bestraffen of niet.	Ja zeker. Redenen waren bijvoorbeeld druk met school. Maar wat dan de echte reden is, ja dat weet ik niet. Of iemand bijvoorbeeld ziek was, of geen zin had ofzo. Ik denk wel dat dat invloed heeft op de resultaten ja, want de betrokkenheid wordt dan minder. Ze zijn er niet zo bewust mee bezig dan. En als je meedoet voor de leuk en het kunnen sporten, dan is het natuurlijk niet zo'n ramp. Maar als je echt een doel hebt en je doet mee voor je gewicht, ja dan is het wel belangrijk dat je er bent. Kinderen hebben namelijk veel kennis nog niet die ze wel zouden krijgen van mij.
Fidelity	Gebruik handboek	In de praktijk ging dat niet altijd omdat de groep misschien anders vroeg maar het is wel leidend geweest. De leefstijllessen hadden verschillende thema's en het handboek was daar de richtlijn van. Voor bootcamp bijvoorbeeld was het afhankelijk van locatie en instructeur dus daar wijk je al een beetje af waarschijnlijk. En de diëtiste had ook duidelijk wat ze met de voedingslessen wilde doen volgens het handboek. ik denk dat het in de basis in de theorie goed zat.	Niet precies, ik neem het wel mee maar ik vind dat er veel te veel in een les zit en dat past niet. Dus ik haal er wel onderdelen uit. Ik denk dat die misschien iets anders ingedeeld zou moeten worden want het is gewoon te veel wat er allemaal in staat. En misschien differentiëren naar leeftijden want tussen een 11 jarige en een 16 jarige zit nou eenmaal heel veel verschil. Het bestaande handboek is ook meer gericht op de oudere doelgroep, terwijl bij Shape Venray het grotendeel van de groep onder de 14 was. Maar het is een goede rode draad. Qua materiaal is in mijn les niet alles gebruikt want er staan bijvoorbeeld filmpjes bij en dan bekijk ik die van tevoren en bij sommige dacht ik van ja dat is veel te moeilijk, dus dan zoek ik zelf iets wat er beter bij past. Maar zoals ik al zei: de lessen worden wel gebaseerd op dat handboek.
	Kwaliteit lessen	die was goed denk ik want iedereen handelde vanuit zijn eigen expertise, dus daar ontbrak het niet aan. Dus bij de uitvoerders lag het niet. We hadden bijvoorbeeld een professionele judoleraar, een diëtiste en ik zit zelf ook al jaren in het vak	Ja, die was wel goed volgens mij. Ik heb de lessen dus ook aangepast op de doelgroep. En verder waren het allemaal professionals dus ik geloof dat het met de kwaliteit van de lessen wel goed zat
Implementatie	Algehele ervaring	Uhm, dan zie ik het als een wake up call. Daarbij vind ik het doel en het idee van Shape top, maar dan moet het wel goed uitgevoerd worden.	Ik vind Shape echt een leuk programma, anders zou ik natuurlijk niet meedoen. De eerste twee edities was het ook leuk en ging het goed. Maar dit keer vond ik het echt een stuk minder.
Recruitment	Benadering deelnemers	Uhm, via huisarts, via GGD, via school, daar is geworven via flyers in Peel en Maas, ze zijn naar een school geweest vanuit VIA VVV. En vanuit die school zijn heel veel kinderen gaan deelnemen, en daar ging het dus ook mis. Want die hebben zich vaak aangemeld met vriendjes want dan kunnen ze samen sporten. Daar is het misgegaan maar we hebben het toegelaten om eens te kijken van wat doet dat.	Ja bij Shape Venray was die dus zeker niet goed. Ik denk dat het verhaal van wat Shape inhoud niet goed is overgebracht bij de Krokodaris. Er is leuk een workshop gegeven over beweging maar niet over wat erbij komt kijken en dat het eigenlijk alleen is voor diegene met overgewicht. Want volgens mij zijn ze gewoon bij de gymles geweest. Door langs te gaan op school hebben kinderen zich aangemeld, maar het waren de verkeerde

		Dat is achteraf niet goed geweest, zeker niet. Dat heeft invloed op de resultaten van kinderen die wel overgewicht hebben. Want die worden zo minder goed begeleid. De conclusie is in ieder geval dat de doelgroep overgewicht/ beginnend overgewicht gewoon echt moeilijk te bereiken is.	kinderen. Het waren niet degene met overgewicht die zich aangemeld hadden. Volgens mij hebben ze dat gedaan omdat ze geen groep bij elkaar konden krijgen. Daarnaast is ook de GGD benaderd om kinderen door te verwijzen maar volgens mij is er vanuit de GGD niemand gekomen dit keer. Ook social media is ingezet maar daardoor hebben ook niet de juiste kinderen zich aangemeld. En bij de gemeente Peel en Maas is er iets uitgezet bij de huisarts. Doorverwijzingen van huisartsen en GGD 'en vind ik trouwens wel heel goed, maar het gebeurt veel te weinig. Ik denk wel dat er veel meer bij ouders te halen valt. Bijvoorbeeld tijdens ouderavonden op school. Als zij weten wat het inhoud, kunnen zij ook bedenken of het iets voor hun kind is.
Bijvangst	Houding deelnemers	Ik heb wel eens iemand de les uitgestuurd omdat die de hele tijd zat te irriteren. En op een gegeven moment kwam die gewoon weer binnen. Dus ik zei wat kom je doen? Zegt die: ja ik ben toch lang genoeg weg geweest. Hoezo ben jij lang genoeg weggeweest zei ik. Ja dat vind ik gewoon. Ja doe ik vind van niet. Ja hoe lang dan? Dus ik zei ja tot ik je kom halen. Dat snapte die niet, dat was gek. Ik had zoiets van jij zit mijn les te verstieren en ik heb je al gewaarschuwd dus nu is het genoeg. Toen zegt die: ja op school mogen we ook gewoon de les uitlopen. Ik zeg: oké op welke school zit jij dan? Ja dat mag gewoon zei die. Raar.. Heel raar. Dus ja, in hoeverre gooi je de discipline omhoog. We zijn natuurlijk geen politieschool maar zonder regels wordt het niks. Ik heb wel eens vaker gedacht van misschien is het goed om er een andere discipline bij te vragen, iemand met een pedagogische achtergrond. Iemand die het denken van de doelgroep helder heeft en dat die bij het samenstellen van de lessen aanwezig is. En ons dan ook informeert over hoe je die kinderen benaderd, wanneer je streng bent en wanneer niet en hoe hou je ze scherp en bij de les. Want iedere leeftijd heeft z'n eigen benadering. Pedagogisch gezien weten wat er bij de doelgroep speelt en hoe je ermee om kunt gaan, ik denk echt dat dat een hele rijke aanvulling is. Niet perse bij de uitvoer, meer vooraf bedoel ik. Als een soort voorbereiding voor ons op hoe wij omgaan met de	Ik heb trouwens wel een keer gehad dat ze echt niet luisterden en met van alles bezig waren behalve waar ik voor kwam en toen heb ik wel gezegd van: het is aan jullie, voor mij hoeft dit niet. Als jullie zoiets hebben van wij willen dit niet meer dan kom ik de volgende keer gewoon niet want dit heeft geen zin. En toen is dat ook wel teruggekoppeld en toen waren er toch weer kinderen die wel wilden komen dus toen hebben we het iets meer individueel gemaakt. Dus voor degene die wel wilde die kregen dat individueel begeleiding. Maar daardoor is wel wat stof voor sommige verloren gegaan, die ze niet gekregen hebben. Maar ja, dan moeten ze maar gewoon luisteren de volgende keer.

		kinderen. En zorg dat je interactief bent, op deze manier heb je langer de aandacht. Dit doe je als ze niet luisteren, meer dat soort zaken. Want ja, iedere leeftijdsfase heeft zijn eigen aanpak en de leeftijden van Shape lopen nogal uiteen. En ja, als je geleerd hebt voor het vak diëtiste en je werkt met volwassenen dan weet je niet perse hoe je omgaat met kinderen, voor sportinstructeurs hetzelfde. De leskwaliteit hangt soms ook af van wat de deelnemers doen. Als zij niet fatsoenlijk meedoen, ja dan ben je meer tijd bezig met het aanspreken op gedrag in plaats van bezig met de les. Dat gebeurde nu wel af en toe	
	Leeftijdscategorieën	Daarbij hebben we het ook vaak over de leeftijdscategorie. Nu is er voor gekozen om ook groep 8 mee te laten doen, persoonlijk vond ik dat te jong want tussen 12 en 16 zit gewoon een groot gat maar dat hebben we toch gedaan.	De doelgroep was niet fijn om mee te werken. Ik denk dat er wel teveel verschillen in leeftijd zaten. Het was van groep 7 tot en met de tweede klas denk ik. Dat verschil was veel te groot dus op een gegeven moment heb ik geprobeerd de groep te splitsen zodat ik 11/12 jarige bij elkaar had en de ouderen want die behandel je toch anders. Ik denk wel dat kinderen vanaf 11 jaar mee kunnen doen, maar dan heb je wel een iets andere insteek nodig als bij de groep vanaf 13 jaar zeg maar.
	Organisatie		Verder vond ik de organisatie voorgaande edities ook beter als deze keer bij Shape Venray. Dat komt doordat er toen een andere projectleider en projectorganisatie was, die is nu veranderd. De eerste keren was er beter contact, meer interactie met elkaar en ook meer een band tussen de deelnemers en de organisatie, dat miste ik nu wel.

Component	Dimensie	U3	U4
Reach	Bereik doelgroep	De eerste edities wel, de laatste niet. De laatste editie waren er echt veel kinderen die niet bij de doelgroep horen want ze hadden geen overgewicht. Volgens mij hebben ze die erbij gepakt om maar meer deelnemers te krijgen. Aan de ene kant snap ik dat want je wilt gewoon het programma vol krijgen, maar aan de andere kant ook weer niet want je hebt een doel waar je mee bezig bent en dat doel moet je niet verliezen. Shape is niet voor niks opgezet natuurlijk. Ik denk ook dat het niet prettig is voor de kinderen met overgewicht	Deels wel maar niet helemaal. Van de 19 waren er denk ik een stuk of 5 of 6 met een beetje overgewicht. Maar het grootste gedeelte had helemaal geen overgewicht. Omdat we vorige jaren zo weinig deelnemers hadden heeft VIA VVV er dit jaar voor gekozen om iedereen deel te laten nemen want ze wilde het project promoten en toch deelnemers werven want de financiën zijn er wel voor dat aantal deelnemers. Dus vandaar dat andere kinderen die misschien geen overgewicht hadden maar wel fitter wilde worden ook mee mochten

		als er kinderen bij zijn die geen overgewicht hebben. En ik vond het ook echt lijken alsof er echt kinderen bijzaten die maar gewoon meededen omdat ze dan gratis konden sporten, dat gevoel had ik echt heel sterk. En dat is gewoon niet het doel van Shape dus dat vond ik heel jammer.	doen. Maar er was denk ik toch wel ongeveer 50% met beginnend overgewicht of gewoon overgewicht. Dus wat dat betreft zijn er wel wat kinderen uit de doelgroep bereikt
Context	Sociale omgeving - ouderbetrokkenheid	Uhm, als ik naar mijn lessen kijk heb ik geen ouders gezien maar wat mij betreft is het te weinig. Het heeft zeker invloed op de resultaten, zeker weten. In eerste instantie moet het kind natuurlijk zelf willen, maar ouders zijn daarin wel een sturende factor. Ook dat ze hun kind aanmoedigen. En op het gebied van voeding moeten ouders vaak bijgespijkerd worden want zij zijn degene die koken voor hun kinderen.	Ja ze komen wel bij de openingsbijeenkomst en bij de afsluiting zijn ze ook wel aanwezig. Maar ook niet allemaal trouwens. En ik heb ze wel wekelijks gemailld met de planning van die week maar verder heb ik geen contact met ze gehad, ze zijn ook niet komen kijken. Dus ja, ik vind het eigenlijk te weinig. Ik denk wel dat het invloed heeft op de kinderen ja want je ziet bijvoorbeeld dat kinderen geld van hun ouders meekrijgen om vervolgens snoep uit de automaat te gaan halen tijdens Shape, ja dat is natuurlijk niet de bedoeling van een leefstijlproject en als ze echt zouden weten wat Shape nou inhoudt dan zouden ze dat waarschijnlijk ook niet doen. Dus daar zie je dat ouders totaal niet betrokken zijn. En ik denk dat als we hun informeren over voeding en dat soort dingen en ze meer betrekken dat we ook meer bewustzijn creëren bij hen. Want een kind kan geen gezonde leefstijl aannemen als er thuis alleen maar ongezond wordt gegeten en als ze gestimuleerd worden om snoep te kopen. Dus ja, het heeft zeker invloed op de resultaten. Het zou misschien ook een idee zijn om af en toe een ouder-kind beweeg les te geven of zoiets. Dan creëer je ook meer betrokkenheid.
	Sociale omgeving – sociale invloed	Steun is er totaal niet, zoals ik al zei waren er sommige echt respectloos. En niet alleen naar mij, maar ook naar elkaar. Een voorbeeld was dat een jongen naar mij toe komt en hardop voor de groep zei dat die niet met een andere jongen samen wilde doen omdat die het niet kon, die jongen werd gewoon straal voor de gek gehouden. Ja dan moet je niet bij mij zijn. Maar ik moet wel zeggen, toen de doelgroep juist was, dus in vorige edities, toen was die groep ook veel hechter. Nu ze kinderen zonder overgewicht ook mee hebben laten doen, is die groep veel minder hecht. Je ziet ook tijdens de les dat kinderen met overgewicht naar andere kinderen met overgewicht trekken en dat degene die maar meedoen omdat	Ze helpen elkaar wel eens in de les als iemand het niet zo goed kan. Maar niet iedereen natuurlijk. Iedereen doet dat in een andere mate, maar dat kan je ook niet verwachten bij de leeftijd denk ik, vooral bij de jongeren is dat nog moeilijk. Ik heb wel een voorbeeld van een aantal deelnemers die elkaar niet kenden van te voren en dat zijn nu wel vrienden geworden van elkaar dus dat is wel leuk. Volgens mij spreken ze elkaar nu nog steeds. Maar het verschilt dus ook per leeftijd

		het leuk is ook bij elkaar gaan zitten. Dan krijg je echt twee groepen. Je ziet dat het dan lastig is met het wel of niet accepteren van elkaar, en dat is echt jammer. Daarom zou ik streven naar minder deelnemers, maar wel deelnemers uit de doelgroep waardoor je echt een hechte groep krijgt die elkaar wel steunen en helpe	
	Fysieke omgeving - bereikbaarheid	Ik merkte hier dat ze het soms lastig vonden om het te vinden. Maar aan de andere kant heeft dat ook met inzet te maken. Ze komen allemaal binnen met een iPhone, dus dan kunnen ze ook de weg vinden. En ik denk niet dat dat invloed heeft op de resultaten, want als je echt iets aan je gewicht wilt doen dan doe je je best om hier te komen. En het is allemaal in Venray, dus afstanden zijn te overbruggen met de fiets	Uhm dat is verschillend. In principe is alles in Venray op fietsafstand alleen er zijn ook kinderen die op de middelbare school zitten. Eentje zit bijvoorbeeld in Boxmeer op school, dus voor hem is het lastig omdat die soms tot 16:00 les heeft en dan om 16:30 in Venray moet zijn dus dat is moeilijk. Maar degene van de basisschool moeten het sowieso makkelijk kunnen bereiken en die waren meestal ook wel op tijd hoor. Dus ik denk zeker dat het geen probleem moet zijn.
	Fysieke omgeving - faciliteiten	Ja zoals je hier ziet heb ik hier alles, een judozaal waar ik ook andere soorten vechtsport geef. En daar achter is nog een kleine gym. Daarnaast heb ik hier nog een fysio die een kamer huurt en daar achter heb ik twee kleedlokalen. Dus qua materiaal en faciliteiten heb ik hier alles wat er nodig is. En zover ik weet was op de andere locaties ook alles aanwezig, ik heb ze er nooit over horen klagen in ieder geval.	Ja die waren wel echt goed. Zeker als we ergens een gastles hadden, dan verzorgde diegene alle materialen en de les enzo dus dat was heel leuk ook. En bij Lako was al het materiaal aanwezig voor de uitvoer van onze lessen. Dus dat was helemaal goed.
Dose Delivered	Lesuitvoer	Nee, alles is doorgegaan. Ik heb ook wel eens een groep van twee kinderen gehad. Ja dan geef ik les aan twee kinderen. Ik vind namelijk dat zij dat verdienen. Het is belangrijk voor degene die er wel zijn, die hebben daar gewoon het recht op. En dat moet je stimuleren en motiveren dus dan ga ik met twee kinderen aan de slag en krijgen ze meer aandacht	Nee alles is doorgegaan maar wanneer dat niet zo zou zijn zou dat wel invloed kunnen hebben op de resultaten ja.
Dose Received	Afmeldingen	Redenen weet ik niet zo goed. Er is altijd een begeleider bij en die had de controle over de groep. Dus ik kreeg het wel door hoeveel kinderen er waren maar de redenen waarom hoefde ik niet te horen. Ik kreeg wel vaak mee dat kinderen zich ook gewoon niet afmeldden maar dan niet komen	Ja heel vaak zelfs, of ze melden zich gewoon niet af en komen niet Die van de middelbare school hadden vaak als reden toetsen of proefwerkweek maar die melden zich vaak wel af. Die van de basisschool kwamen gewoon niet opdagen, dus ja de reden daarvoor weet ik dan ook niet zo goed. Waarschijnlijk gewoon geen zin ofzo. Of ze zeiden wel eens dat ze ziek waren maar ik twijfel of dat dan echt zo is maar goed. Ik denk dat het bij deelnemers zonder overgewicht niet veel invloed heeft op het resultaat omdat ze vaak geen overgewicht hadden, maar voor degene die

			dat wel hadden denk ik wel dat het van belang is dat je aanwezig bent. Dan ben je er ook meer mee bezig en meer bewust van je gezonde leefstijl.
Fidelity	Gebruik Handboek	Handboek? Ik heb nog nooit een handboek van Shape gezien.. Waar vind ik dat? Staat het op internet ofzo? Ik heb echt geen idee. Maar daarbij, weet ik heel eerlijk gezegd niks over de voedingslessen. Ik heb in totaal acht lessen powerkick en judo gegeven, dat is alles wat ik je mee kan geven.	Uhm ik heb het handboek wel gezien, maar het nooit gelezen eigenlijk. Dat komt ook omdat ik de lessen zelf niet uitvoer. De diëtiste en de trainer gebruikten het volgens mij wel.
	Kwaliteit lessen	Ja die was goed. Ik ben zelf judoleraar en geef ook andere lessen in de vechtsport dus die kon ik zeker goed overbrengen naar de kinderen.	Ja ik vond die wel goed. Ben bij alle lessen aanwezig geweest en het overzicht gehouden dus ik kon het wel goed zien allemaal. Maar ja, alle lessen werden door professionals gegeven dus die weten waar ze mee bezig zijn. Ook de gastlessen vond ik super, bijvoorbeeld de judolessen waren erg leuk.
Implementat ion	Algehele ervaring	Maar het doel van Shape is fantastisch echt waar, maar het bereiken van dat doel en de juiste doelgroep is zo moeilijk.	Ja ik vond het voor mezelf heel leuk. Sommige hebben er vrienden aan over gehouden. En ze hebben wel dingen geleerd qua respect bijvoorbeeld, dat was ook bij sommige best wel nodig dus dat soort dingen vond ik leuk om mee te maken. Met betrekking op resultaten is Shape niet echt goed gelukt. Sommige zijn wel wat afgevallen hoor, maar ja daarvoor was de doelgroep niet goed dus dan is het sowieso lastig om resultaten te bereiken. Qua bewustzijn zijn er wel wat kleine stappen gemaakt bij de meeste denk ik. Ze zijn bijvoorbeeld meer bewust van groente- en fruitconsumptie. Dus daar is zeker iets gebeurd, maar het zijn wel jonge kinderen dus hele grote stappen kun je daar nog niet mee zetten.
Recruitment	Werving deelnemers	Ja via school hoe dat nu is gegaan vind ik niet goed. Iedereen kan zich maar opgeven. Maar ik denk wel dat het sowieso ontzettend moeilijk is. Maar ik denk wel dat huisartsen kunnen ondersteunen. En GGD 'en kunnen ook kinderen stimuleren, al is het maar informeren. En heel belangrijk, ouders betrekken. Want zij kunnen voor hun kind ook bepalen of het goed is of niet om aan zoiets deel te nemen. Die hebben natuurlijk een hele grote invloed en verantwoordelijkheid in een gezonde leefstijl. Dus ook folders meegeven aan ouders	Ik ben erbij geweest bij het werven op de Krokodaris. Daar is duidelijk gezegd wat het inhield, bijvoorbeeld dat je je in kon schrijven als je fitter wilt worden of af wilt vallen. Maar ze hebben ook gezegd dat je mee mag doen als je gewoon lekker wilt sporten. Dus ik denk dat het daardoor wel een beetje mis is gegaan eigenlijk. Maar ja ik denk wel dat je meer had bereikt als er alleen maar kinderen met overgewicht waren geweest, maar dan zouden ze wel gemotiveerd moeten zijn en niet opgegeven moeten worden door hun ouders want dan werkt het niet denk ik. En dan

			met kleine groepjes want dan heb je allemaal hetzelfde doel dus dat was beter geweest.
Bijvangst	Houding deelnemers	Op dit moment waren daar ook nog verstorende factoren aanwezig, met sommige deelnemers heb ik zelfs nog wel eens een conflict gehad doordat ze een grote mond hadden, liepen uit te dagen en echt respectloos waren. En ja bij mij komen ze judoën, en daarbij staat respect ook nog eens hoog in het vaandel dus dan zijn ze echt aan het verkeerde adres. Toen heb ik ze echt weg gestuurd en dat waren degene zonder overgewicht dus dat vond ik ook wel opvallend. Ik denk dus ook echt dat je dat niet moet combineren, kinderen met en zonder overgewicht. Tenzij ze het van te voren heel duidelijk communiceren, maar dat is volgens mij niet gebeurd. Het is ook gewoon niet leuk als je een kind met overgewicht bij een kind zonder overgewicht zet. Dat motiveert natuurlijk niet voor degene met overgewicht. En ik sta daar niet voor respectloze kinderen die gratis willen sporten.	De diëtiste heeft wel een keer gezegd dat ze stopte met de les omdat de kinderen gewoon echt respectloos waren en niet luisterden. Dus dat was ook wel terecht want het was ook echt zo. Maar veel van deze kinderen zijn niet echt gemotiveerd. Ze kwamen alleen omdat ze wisten dat de voedingslessen erbij hoorden als ze zich inschreven voor Shape. Maar eigenlijk kwamen zij alleen voor de sportlessen, voor de lol. Dus voor hen had dat waarschijnlijk niet veel uitgemaakt. Het nadeel van werken met professionals is dat het geen docenten zijn die voor een klas staan dus ze weten wel veel van het vakgebied maar niet hoe je lesgeeft en het overbrengt naar de doelgroep. Daar zou misschien nog een verbeterpuntje kunnen zitten.
	Doelgroep	Het is het geen goede combinatie om kinderen met en zonder overgewicht bij elkaar te zetten want dat stimuleert niet en dat komt het doel van Shape ook niet ten goede. Dat heb ik al een keer aangegeven. Er was een meisje in de eerste editie en die kwam de tweede editie weer. En die was volgens mij zeven of acht kilo afgevallen en dat zag je ook goed aan haar. Dat was echt zo mooi om te zien. Toen was ik een keer bij een evaluatie en toen waren ze aan het brainstormen hoe we die doelgroep konden bereiken. Toen heb ik gezegd je zou eens iemand moeten interviewen. Daar gingen ze toen niet op in bij VVV want dat was allemaal lastig en zouden deelnemers toch niet willen. Naja prima, toen heb ik het zelf aan haar gevraagd en toen zei ze dat ze dat super tof zou vinden. Want dit meisje is gewoon een voorbeeld. Dus er gaat iets mis in de communicatie of in de organisatie.. Of dat ze het niet willen bij VVV, ik weet het niet. Maar dat vind ik echt sonde, dat is een gemiste kans. Want op die manier als andere kinderen dat zien, willen ze misschien ook mee doen. En dat meisje was er hartstikke trots op	Dat was ook wel een dingetje, want die van 16 die wilde bijvoorbeeld niet elke keer trefballen, dat vonden ze kinderachtig. Terwijl die jongere kinderen dat fantastisch vonden. Dus dan krijg je ook wel een beetje tegengas. Soms hebben we dan gesplitst zodat ze apart iets konden doen. Je kunt kinderen van 11 en 16 gewoon niet over een kam scheren.

		dus dat is zo jammer. Want ik denk ook dat dat het grootste probleem is bij Shape, de doelgroep.	
--	--	--	--

Bijlage 7: analyse schema interviews deelnemers

D1= deelnemer 1

D2= deelnemer 2

D3= deelnemer 3

D4= deelnemer 4

D5= deelnemer 5

D6= deelnemer 6

D7= deelnemer 7

D8= deelnemer 8

D9= deelnemer 9

D10= deelnemer 10

Component	Dimensie	D1	D2
Reach	Bereik doelgroep	Uhm, omdat we dan gingen sporten na school en dat leek me super leuk. En mijn vrienden deden ook mee. Ik at ook niet super gezond dus ik dacht dat ik dan van Shape ook nog iets zou kunnen leren. Maar vooral omdat ik het leuk vond eigenlijk.	Ja ik vond het gewoon leuk eigenlijk. ik vind sporten super leuk en dit was een manier om nog meer te kunnen sporten dus vooral daarom
Context	Sociale omgeving- Ouderbetrokkenheid	Mijn ouders zijn niet mee geweest. Ik weet niet of ik dat fijn vind als ze meegaan want mijn ouders zijn niet geweest, maar het lijkt me wel. ze vroegen me na Shape wel wat ik gedaan had enzo. En ze hebben me ook wel aangemoedigd om mee te doen aan het programma	Alleen mijn papa en mijn broer is ook wel eens mee geweest maar niet vaak eigenlijk hoor. Ja ik vond het wel leuk omdat ik dan kon zeggen wat ik gedaan had en dat ze dat dan ook zelf konden zien. Ze waren er alleen bij de eerste keer volgens mij en de laatste keer ook. Maar meer hoeft ook niet, waarom weet ik niet.
	Sociale omgeving- onderlinge steun	Ja steun was er wel. Maar ook weer niet iedereen, sommige wel maar wel vooral als je elkaar al langer kent want er waren ook kinderen bij die ik niet kon dus in het begin doe je dat dan nog niet	Ja soms, dat deden we door te zeggen wat diegene moest doen en elkaar aanmoedigen soms
	Groeps- grootte	We waren denk ik met ongeveer 10 tot 15, ik weet het niet meer precies. Ik vond het wel gezellig zo dus het was goed. Ik heb er geen last van gehad ofzo	Ik vond het te groot want er waren denk ik 18 deelnemers en ik zou liever een kleiner groepje hebben. Ik vond het gewoon veel te druk nu eigenlijk
	Fysieke omgeving - bereikbaarheid	soms moest je wel echt ver fietsen. Bijvoorbeeld bij tennissen was denk ik 20 minuten ongeveer. Maar verder judo was binnen 5 minuten fietsen en Lako was ook dichtbij. Ik kon er wel met de fiets heen allemaal	Uhm ja soms wist ik dus niet waar het was en dat was wel moeilijk. Sommige plekken waren wel goed te bereiken met de fiets, maar sommige plekken ook niet. En dan ging ik ook niet want dat vond ik te ver weg
	Fysieke omgeving – faciliteiten	De locaties waren goed. Alle materialen waren er, dus ik vond het goed zo	Nee dat niet, de plekken waren goed behalve dat het soms onduidelijk was waar ik moest zijn want dan kon ik het niet vinden. Maar meestal vroeg ik

			het dan aan anderen waar we heen moesten en dan gingen we soms samen
Dose delivered	Lesuitvoer	Uhm zo ver ik weet ging alles gewoon door ja. Behalve een keer toen de juf niet meer wilde omdat sommige kinderen niet luisterden, toen was ze gestopt met de les	Nee volgens mij niet
Dose Received	Afmeldingen	Ik denk twee keer. Een keer met het kerstdiner hier op school, en de laatste keer toen we die film konden zien was ik er ook niet bij want ik wilde wel gaan maar opeens begon het te regenen en te donderen en ik voelde me ook niet zo lekker. Maar ik had me wel afgemeld van te voren	Als ik ziek was wel ja. Dat was denk ik ongeveer vijf of zes keer maar dan had ik me wel afgemeld. En ook als ik het te ver weg vond dan ging ik dus ook niet.
Fidelity	Nut van de les	Ik heb geleerd dat je niet zomaar moet stoppen, je moet gewoon door blijven gaan enzo. En vroeger at ik best wel veel uit de kast en nu wat minder. Dus ik ben er wel iets meer mee bezig allemaal ik denk er nog wel eens aan terug als ik aan het sporten ben en geen zin meer heb ofzo, of als ik zin heb in iets lekkers	ik vond het wel nuttig. Want ik heb geleerd dat je gezonder moet eten en dat je bijvoorbeeld minder frisdrank moet drinken want daar zit heel veel suiker in en dat is niet goed voor je. En dat probeer ik nu ook wel iets minder te doen maar soms vind ik het toch wel lekker
Implementatie	Algehele ervaring	ik vond het vooral heel leuk en ook wel een beetje leerzaam. Ik vertel vooral aan anderen dat ik het leuk vond en ik zou ze ook wel aanraden om deel te nemen omdat het gezond is en sommige mensen sporten niet zoveel en dan kunnen zij door middel van dit programma ook sporten	ik vond het leuk. En eigenlijk ook wel leerzaam Ik heb eigenlijk niet aan mijn vrienden verteld hierover. Maar ik zou ze denk ik wel aanraden om mee te doen
Recruitment	Benadering	Uhm ze kwamen hier op school van VVV. Ze kwamen naar ons toe en toen kregen we een blaadje en zeiden ze of we mee wilden doen Ik vond dat goed. Ik vind het fijn als ze naar mij toe komen	ze kwamen hier op school toen we gym hadden en toen gingen ze een les doen met ons en daarna kregen we volgens mij ook nog een brief mee. Ik vond het best wel leuk en interessant dus daarom heb ik me ook aangemeld.
Motivationele aspecten	Motiverende leselementen	Ik vond eigenlijk heel veel leuk, ook de theorielessen. Alleen soms vond ik het teveel theorie maar ik vond het wel leuk. ik vond het ook wel leerzaam want ik zei net ook al dat ik er nog wel eens aan terug denk dus ik heb er ook wel van geleerd eigenlijk	fitness vind ik leuk om op de loopband te rennen en daardoor raakte ik ook wel meer gemotiveerd. De voedingslessen vond ik wel leuk maar dan waren we wel met te kleine groepen omdat sommige mensen die les al hadden gedaan en dan gingen we opsplitsen en bleven we nog met een hele kleine groep over dus dan was er ook een minder grote groep en dat vond ik wel heel fijn want dan kon je beter luisteren ook
	Verbetersuggestie	Ik kan niks bedenken	Uhm ik denk eigenlijk wel wat minder mensen want ik vond het vaak gewoon te druk met z'n alle waardoor je ook minder aandacht hebt

	Vernieuwde spelelementen	Jawel, bij de fitness. dat zijn een soort blokken die je kan opstapelen en dan kan je erop springen. Dat vond ik leuk en dat had ik nog nooit gezien	Denk het eigenlijk niet
	Tastbaar materiaal	Ik zou dat wel fijn vinden als het er wel zou zijn want dan wist ik nog beter wat je allemaal moet doen en dan kon ik er nog eens naar kijken enzo	jammer want ik zou het leuk vinden om aan mijn ouders te laten zien wat ik geleerd had en dat zij dat dan misschien ook kunnen leren. Dat zou ik fijn vinden
	Inbreng in de les	Soms als er iemand ergens pijn had en de les niet kon doen dan moest diegene iets anders doen dan werd het wel veranderd voor die persoon en dat mocht gewoon	Jawel, ik kon het wel zeggen als ik iets niet zo leuk vond of als het wel leuk was. Want we vonden het heel leuk om op het eind van de les te gaan trefballen en dat deden we dan ook wel vaker omdat iedereen dat leuk vond
	Social media	ik denk dat het bij sommige wel en bij sommige niet kan helpen. Want de ene kan het nuttig gebruiken voor de leefstijl en de ander niet want sommige mensen gaan daardoor alleen maar achter de laptop/ telefoon/ tablet zitten en gaan niet meer bewegen.	Ik denk niet dat het helpt bij een gezonde leefstijl omdat ze dan meer bezig zijn met spelen of youtube kijken in plaats van andere dingen
	Voorbeeldpersoon	Ja dat zou ik heel leuk vinden. Want soms kwam er wel iemand van VVV en dat vonden we leuk maar dat was nog niet eens een speler	Ja dat lijkt me wel leuk, ik weet niet of het helpt bij motiveren maar ik denk van wel

Component	Dimensie	D3	D4
Reach	Bereik doelgroep	Ja ik vind sporten altijd super leuk dus ik doe altijd mee als het kan. Dus toen ik hoorde van Shape was ik eigenlijk meteen enthousiast. Ik wist wel dat het een leefstijlprogramma was maar dat was niet de reden voor mij om mee te doen, ik ben ook helemaal niet te dik. Maar het leek me wel leuk en leerzaam	Nou ik vond het sporten super leuk en daarbij eet ik niet altijd heel gezond dus ik dacht dat ik hier misschien iets van kon leren. Maar ik deed ook mee omdat er al een aantal van mijn vrienden ook mee gingen doen
Context	Sociale omgeving- Ouderbetrokkenheid	Ja mijn vader is wel eens mee geweest maar niet vaak hoor ik vond dat echt super leuk als die meeging omdat ik dan zie dat mijn vader naar mij kijkt en dat hij trots op me is enzo. mijn vader was wel heel blij dat ik meedeed en vond het super leuk en hij was ook heel trots zei hij tegen me. ik vertel hem al alles over Shape dus hij weet eigenlijk alles al en heeft het ook een paar keer gezien dus ik vond het goed zo, hij hoeft niet vaker mee.	Mijn ouders zijn er wel geweest bij de eerste en de laatste les. ik vond het wel goed want dan kunnen ze zien wat we doen en dat vond ik leuk. Ik wil ze niet overal bij hebben, ik vond het goed zo.

	Sociale omgeving- onderlinge steun	Als we bijvoorbeeld trefbal gingen spelen dan gingen we een jongen helpen want hij was altijd heel bang en dan gingen we de bal aan hem geven, dus ja steun was er wel.	Ja dat deden we wel. Door bijvoorbeeld als iemand een antwoord niet weet hem te helpen of als iemand geen groepje had mocht die bij ons erbij
	Groeps- grootte	Die was goed zo, groot genoeg. Ik denk dat er ongeveer 18 of 19 kinderen waren	Nee gewoon normaal ik denk ongeveer 20 kinderen. Dat vond ik goed
	Fysieke omgeving - bereikbaar- heid	Dat was wel oké. De lessen waren wel vaak op dezelfde locatie maar soms moest je ergens anders heen maar dat kon gewoon met de fiets dus ik vond het goed.	Ja ik vond het wel goed te doen met de fiets
	Fysieke omgeving – faciliteiten	Goed, Maar dat was allemaal goed vond ik, echt mooie plekken	Ja we sporten op goede locaties en overal was alles aanwezig wat we nodig hadden volgens mij dus ik vond het prima
Dose delivered	Lesuitvoer	Uhm nee alle lessen zijn doorgegaan.	Nee nee, alles is doorgegaan wel
Dose Received	Afmeldinge n	Omdat ik toen ziek was. Maar ik had me wel gewoon afgemeld. Dat was volgens mij ook maar een keertje	Ja ik heb me twee keer afgemeld omdat ik mijn sleutel kwijt was en mijn vader was werken dus niemand kon me erheen brengen de tweede keer was ik ziek. Maar ik had me wel afgemeld.
Fidelity	Nut van de les	Ja heel nuttig. Ik heb geleerd verschillende sporten samen te doen, en samen lachen vond ik ook leuk. En de voedingslessen vond ik soms leuk.	De sportlessen waren leuk maar niet echt leerzaam. Ik denk dat ik alleen iets aan de voedingslessen heb gehad misschien omdat je nu beter nadenkt als je iets ongezonds ziet maar ik ben daarvan ook weer dingen vergeten omdat ik het een beetje saai vond want je moest dan de hele tijd luisteren enzo.
Implementat ion	Algehele ervaring	Ik vond het wel leerzaam eigenlijk. Ik zou vrienden ook aanraden om deel te nemen omdat het gewoon super leuk is	Uhm goed, ik vond het gewoon goed. Ik vertel mijn vrienden eigenlijk niet zoveel. Ik zou ze niet aanraden om mee te doen omdat ze zeiden dat ze het saai vonden en we krijgen op school ook al gym dus ik vind het niet echt nodig.
Recruit Ment	Benadering	Ze kwamen bij de gym een keer en toen gingen ze een les geven en konden we ons inschrijven dus ik had dat gedaan. Ik vond het heel goed op deze manier en ik zou het niet anders doen. Want ik had nog nooit gehoord van Shape tot ze het hier kwamen vertellen	Ze kwamen bij ons op school bij de gymles en toen kwamen ze vertellen en deden ze ook een les met ons. Dat was wel goed, dan weet je ook meteen wat het is en dat je eraan mee kan doen en dan kan je ook nog vragen stellen

Motivationel e aspecten	Motiverende leselementen	Sportlessen wel echt. Ik vond het heel leuk altijd maar ik kon ook mijn energie kwijt. Bij voeding moest ik alleen maar zitten kijken, dat vond ik niet leuk	Ik vond de bootcamp heel leuk en de fitness lessen ook, en de judo lessen. De voedingslessen vond ik goed maar niet zo interessant
	Verbetersuggestie	Ik denk dat we nog meer verschillende sporten zouden moeten doen want we deden heel vaak hetzelfde. En bij de voedingslessen zou ik iets meer praktijk willen doen in plaats van alleen maar luisteren	Ik zou het niet weten eerlijk gezegd.
	Vernieuwende spelelementen	Ja bij de fitness had ik sommige apparaten nog nooit gebruikt en dat vond ik leuk om die allemaal uit te proberen	Ik heb wel heel veel nieuwe spelletjes geleerd bij Shape. Voor Shape wisten ik en mijn vrienden nooit zo goed wat we moesten gaan doen en na Shape spelen we bijna elke dag buiten omdat we nieuwe spelletjes kennen die we leuk vinden
	Tastbaar materiaal	Ik zou dat heel fijn vinden. Maar ook een boekje met alle foto's van ons zou ik heel leuk vinden als aandenken en dat je er dan ook vaker aan terugdenkt en misschien ook terug denkt aan wat je toen geleerd hebt dus ik zou dat wel graag willen.	Ja ik zou dat leuk vinden omdat ik er dan gebruik van kan maken.
	Inbreng in de les	Jawel, ik vond van wel eigenlijk. We vonden trefbal bijvoorbeeld heel leuk en dan sloten we daar de les mee af vaak	Jawel ik denk het wel maar ik vond alle sportlessen leuk dus ik hoefde niet echt iets te zeggen ofzo.
	Social media	Misschien soms wel want soms zie je mensen sporten en dan denk ja oh dat ga ik ook doen. Maar soms ook niet omdat je van social media ook weer juist lui wordt en het kan heel verslavend zijn waardoor je minder gaat bewegen.	Ja ik denk het wel
	Voorbeeldpersoon	Ja een voetballer zou ik wel heel leuk vinden	Ja ik zou dat heel leuk vinden en denk ook wel dat het werkt omdat dat echt een voorbeeld voor veel mensen is.

Component	Dimensie	D5	D6
Reach	Bereik doelgroep	Het leek me een leuk programma, en voor Shape was ik ook wel iets dikker als ik nu ben want ik was eigenlijk een beetje te zwaar voor mijn leeftijd en dat vond ik niet leuk dus daarom had ik me ook opgegeven	Uhm vooral omdat ik het leuk vond om meer te sporten.
Context	Sociale omgeving-	Ja ze zijn wel eens mee geweest naar de les, niet vaak . Ik vind het leuk dat als we aan het sporten zijn dat mijn moeder dan een	Ja mijn ouders zijn wel eens geweest Ik vond dat echt heel leuk omdat zij dan konden zien wat ik aan het doen was. Ze waren ook wel

	Ouderbetrokkenheid	beetje meekijkt en ook kan zien wat we aan het doen zijn. En dat soort dingen. En mijn moeder vond het zelf ook heel leuk om mee te gaan dus. ze waren heel geïnteresseerd in wat ik deed volgens mij ik vind het wel leuk als ze een of twee keer meekijken maar niet dat ze echt de hele tijd mee gaan want dan wordt het een beetje te veel	geïnteresseerd in Shape en ik zou wel willen ze meer mee mochten doen. Omdat het fijn is als je ouders ook meekijken bij wat je doet en dat ze dan trots zijn. Dat vind ik gewoon leuk
	Sociale omgeving- onderlinge steun	de meeste mensen wel, maar sommige gingen ook onaardige dingen zeggen zoals waarom vraag je zoiets, dat weet je toch wel enzo. Maar de meeste deden wel leuk tegen elkaar en elkaar helpen. Ik vond het meestal wel leuk in de groep, maar ook weer niet altijd. Lag ook aan de persoon want sommige deden wel leuk maar niet iedereen	Ja vooral met sportlessen deden we elkaar helpen als iemand niet zo goed was. als iemand het niet snapte dan probeerde we het uit te leggen wat die moest doen of iemand anders deed het voor ofzo.
	Groeps-Grootte	Die was denk ik wel goed zo	Die was normaal, gewoon goed
	Fysieke omgeving – bereikbaarheid	Dat was wel goed hoor. Ik woon hier zelf om de hoek dus dat is echt niet ver. En in Venray is alles sowieso niet zo ver van elkaar dus de afstand was het probleem niet. Dus ja ik ging meestal met de fiets. Behalve dus als ik niet wist waar het was, dan gingen mijn ouders me wel brengen maar dat was denk ik twee keer of misschien drie. Ik vond het soms alleen moeilijk te vinden.	Ja ik vond dat prima, was niet te ver weg ofzo. Ik ging er gewoon met de fiets heen
	Fysieke omgeving – faciliteiten	De plekken zijn wel mooi, altijd in goede zalen enzo en de materialen waren er ook altijd en die waren echt mooi vond ik. Vooral die fitness enzo dus dat is prima.	Die waren ook goed vond ik, alles was mooi en goed materiaal
Dose delivered	Lesuitvoer	Alles is doorgegaan	Ja dat wel
Dose Received	Afmeldingen	Ja twee keer volgens mij. De eerste keer had mijn moeder een afspraak en mijn zus wilde niet mee dus toen moest ik mee van haar en toen had ik wel netjes gevraagd of het goed was als ik niet kwam. De tweede keer moest mijn vader naar Venlo, daar had hij een opening en daar moest ik bij zijnWe hadden een groep chat met iedereen en daar had ik in gezegd dat ik niet kon komen en toen zeiden ze dat het goed was.	Ja omdat ik een keer naar de tandarts moest. En nog twee andere keren maar ik weet niet meer waarom. Ik had me niet afgemeld maar was gewoon niet gegaan

Fidelity	Nut van de les	Ja ik ben wel met Shape afgevallen, best veel. Want uhm, ik was best wel zwaar voor mijn leeftijd en nu ben ik op het goede gewicht voor mijn leeftijd en ik daar ben ik wel heel blij mee. En ik heb geleerd dat ik veel water moet drinken en dat ik nu weet waar veel calorieën inzitten en waar wat minder. wat ik geleerd heb daar denk ik nog vaak aan en daarom wordt ik nu ook niet meer dikker denk ik. En ik vond het sowieso echt super leuk.	Nee ik vond het eigenlijk niet nuttig. Misschien een beetje maar het enige wat ik heb onthouden is dat je meer groente moet eten. Maar ik vond de voedingslessen ook niet zo leuk, een beetje saai. ik denk er wel eens aan maar ben er verder niet zo mee bezig eigenlijk
Implementatie	Algehele ervaring	Ik zou het echt zo nog een keer doen, zo leuk vond ik het. Maar ik vond de groep iets minder leuk. Ze praten heel veel en schelden ook veel en dat vind ik niet leuk. De klasgenootjes waar ik bij zat waren wel lief maar de anderen van Raayland, vooral de ouders, die waren een beetje minder leuk. ik zou mijn vrienden ook aanraden mee te doen en ik heb het ook al vaker gedaan want ik praat erover en zij vinden het nu ook leuk en zouden ook wel mee willen doen	Wel leuk opzich. Vooral de sportlessen, maar niet echt leerzaam want ik heb dus niet zo goed opgelet bij de voedingslessen. Ja ik vertel vooral over de sportlessen omdat ik het leuk vond om te sporten dus daarom raad ik ze ook aan mee te doen.
Recruitment	Benadering	Via school zei de juf dat er een project was waar wij aan mee mochten doen en toen gingen we gymen en toen kwamen ze van Shape naar gym en deden we samen een les. En toen vond ik het leuk, dus toen heb ik aan mijn ouders gevraagd of ik mee mocht doen en zij vonden het ook heel leuk dus toen ging ik meedoen. Dat vond ik heel leuk want nu kon ik alles zelf vragen en kregen we uitleg. Want meestal als er brieven komen dan snappen mijn ouders het niet zo goed en nu hebben ze het persoonlijk aan mij verteld en kon ik het weer aan hun uitleggen	Uhm op school, ze waren langsgekomen met z'n twee. Ik vond dat wel goed zo want we werden direct benaderd.
Motivationele aspecten	Motiverende leselementen	Het kickboksen want daar zit ik zelf op en tennissen vond ik ook super leuk want dat had ik nog nooit gedaan. Verder vond ik fitness heel leuk. De voedingslessen vond ik in het begin heel goed want toen had ik veel geleerd over wat je meer en minder moet eten, je mag een keer per week frisdrank en dat soort dingen dus dat vond ik leerzaam. En ik heb de schijf van vijf geleerd.	Ja de sportlessen en dan vooral tennis. Daardoor raakte ik ook meer gemotiveerd. De voedingslessen vond ik dus wel saai maar ik denk wel leerzaam als ik mee had gedaan
	Verbetersuggestie	ik zou dus de leeftijden splitsen. Want het is gewoon niet leuk als je 11 of 12 bent en je moet samen doen met iemand van 16 en ik ben 11 dus dat verschil was te groot en er waren er ook van 14 en	Dat weet ik niet zo goed maar misschien iets veranderen aan de voedingslessen zodat het leuker wordt

		15. Dus ik vind dat eigenlijk de kinderen tot 12 of 13 bij elkaar moeten en die erboven samen. Want we gingen ook boksen en toen moest ik met zo'n grote dus ja dat is gewoon niet eerlijk en dan heb ik eigenlijk al geen zin meer erin.	
	Vernieuwende spelelementen	Ja materialen wel, ik ben gaan fitnessen en nu kun je een beetje geld betalen en dan kan je daar ook fitnessen dus dat vind ik super leuk want ik had nog nooit gefitnest. En tennissen had ik nog nooit gedaan.	Ja, judo had ik nog nooit gedaan bijvoorbeeld dus ik vond het wel leuk dat dat er was
	Tastbaar materiaal	Want ik heb nu heel veel gesport en nu heb ik een boekje gekregen waar ik in kan zien wat ik heb gedaan en dat vind ik leuk en kan ik laten zien aan mijn ouders. Maar van Shape heb ik dat niet en omdat mijn ouders niet zo vaak geweest zijn dan zou ik het leuk vinden als ik ze bijvoorbeeld wel dat boekje of zo kon laten zien en misschien. Dus dat zou wel heel leuk en fijn zijn. En dan kon mijn moeder misschien ook nog er iets van leren	Ja wel jammer eigenlijk. Dan kon ik het nog nakijken en misschien zou ik er dan meer aan hebben want nu vond ik het eigenlijk een beetje saai en heb ik ook niet zo goed opgelet
	Inbreng in de les	Nee dat niet. Ik had wel eens gevraagd of we iets anders mochten doen bijvoorbeeld en dan mocht dat niet	Nee niet echt. De lessen waren vooraf al bepaald meestal
	Social media	Uhm ja ik denk een klein beetje. Bijvoorbeeld een instagram met gezonde voeding tips ofzo. Want als je op instagram bijvoorbeeld gaat kijken dan zie je allerlei dingen voorbij komen en als het over voeding ofzo gaat dan zie je dat ook en denk je er misschien iets meer over na bijvoorbeeld. Of over sporten kan ook	Ja wel jammer eigenlijk. Dan kon ik het nog nakijken en misschien zou ik er dan meer aan hebben want nu vond ik het eigenlijk een beetje saai en heb ik ook niet zo goed opgelet
	Voorbeeldpersoon	ja dat zou ik super leuk vinden want dan konden we misschien nog iets van hen leren over gezond leven en ik denk dat iedereen dan ook heel goed luistert en mee zou doen met de les.	Weet ik eigenlijk niet zo goed. Maar voor mij persoonlijk zou het kunnen helpen
Bijvangst	Houding deelnemers	Omdat er veel mensen doorheen gingen praten en sommige werden eruit gestuurd en toen kon ik het niet meer bijhouden wat er gezegd werd	-

Component	Dimensie	D7	D8
------------------	-----------------	-----------	-----------

Reach	Bereik doelgroep	Dat was omdat het me wel goed leek om daarover te leren en meer kinderen uit mijn klas deden ook mee	Zodat ik nieuwe vrienden kon maken en ook omdat ik sporten leuk vind. En ook nog omdat ik meer wilde leren over gezond eten want ik was ook wel wat zwaarder. Dus eigenlijk wel om meerdere redenen.
Context	Sociale omgeving- Ouderbetrokkenheid	Mijn ouders zijn een keertje geweest. Ik vond dat niet fijn omdat ik me dan niet zo goed kan concentreren. Mijn ouders vroegen ook nooit echt wat ik gedaan had ofzo. Maar ik zou ook niet willen dat ze vaker kwamen.	Ja de eerste keer zijn mijn ouders meegegaan. Ik vond het wel fijn dat ze me gingen omdat ik nieuwe vrienden heb gemaakt en dan zagen ze dat en ook dat ik met andere kinderen ging sporten. Ze vonden het heel leuk dat ik dat deed. Ze zouden nog wel iets vaker mee mogen van mij.
	Sociale omgeving- onderlinge steun	Jawel, soms zeiden we wel eens dingen voor. En laatst was er iemand heel boos en toen moest ik hem helpen om weer wat rustiger te worden dus de sfeer is wel goed op zich	Soms wel en soms niet. Sommige kinderen in onze groep konden bijvoorbeeld niet zo goed Nederlands, dus dan gingen we het vertalen. Er was bijvoorbeeld een Poolse jongen die het niet zo goed kon verstaan en andere Poolse meisjes gingen hem dan helpen.
	Groeps-grootte	Ik vond de groep wel goed zo.	Die was wel goed denk ik
	Fysieke omgeving - bereikbaarheid	Ja wel goed, ik ging er met de fiets heen. En ik ben een of twee keer met de auto gebracht door mijn ouders omdat ik het dan wel te ver vond om te fietsen	Ik vond het goed te doen met de fiets. Dus geen problemen mee gehad
	Fysieke omgeving – faciliteiten	Prima, mooie locaties en goed materiaal dus ja ik was er wel blij mee	Ik vond de plekken wel mooi, alles was aanwezig wat we nodig hadden.
Dose delivered	Lesuitvoer	Oh nee, alle lessen zijn doorgegaan	Ja, alle lessen zijn doorgegaan
Dose Received	Afmeldingen	ik was wel eens ziek, Ik denk misschien twee keer	Uhm ja wel eens ziek gemeld, een aantal keren. Maar ik had me dan wel afgemeld van te voren.
Fidelity	Nut van de les	ik heb wel wat geleerd, bijvoorbeeld hoe je moet judoën. En van de voedingslessen weet ik wel iets beter wat je kan eten en wat je beter niet kan eten. Maar die voedingslessen vond ik soms wel saai want dan moest je heel lang stil zitten.	Ja ik heb heel veel geleerd. Bijvoorbeeld hoe ik kan bootcampen zelf, trainen in de fitness. En van de voedingslessen heb ik geleerd dat ik niet te veel moet snoepen en dat cola niet gezond is. En ook dat ik gewoon moet opletten met ongezond eten. Dat ik beter dat kan vervangen met fruit of groente. Ik probeer er nu ook op te letten want ik moet ook wel opletten dat ik niet te zwaar wordt en dat weet ik ook. Maar na Shape beweeg ik al veel meer en ben ik ook wel een klein beetje afgevallen dus daar ben ik blij mee.

Implementatie	Algehele ervaring	Ik vond het vooral leuk. Ja ik heb wel eens iets verteld maar mijn vrienden gamen allemaal dus die vinden dat toch niet leuk, dus daarom hoef ik ze ook niet aan te raden om mee te doen. Behalve eentje, die vind sport wel leuk dus hij zou misschien mee willen doen maar dat weet ik niet.	Het was leuk en het was ook leerzaam. Want ik was wel iets dikker en nu ben ik wat afgevallen door Shape dus daar ben ik trots op ik heb ook wel echt iets geleerd. Ik zou mijn vrienden wel aanraden om mee te doen want we sporten er heel veel en je kan er echt dingen van leren over eten bij de voedingslessen
Recruit Ment	Benadering	Via school want ze kwamen hier langs om erover te vertellen en bij gym kregen we een les dus daar wist ik het door. Ik vond het wel goed eigenlijk omdat we zo direct werden aangesproken	Door school, we hadden een brief gekregen en bij de gym kwamen er twee mannen die gingen praten over Shape. Ik vond het goed want een vriend van mij wilde gaan inschrijven en toen ging ik dat ook doen want we waren eigenlijk allebei wel een beetje dikker
Motivationele aspecten	Motiverende leselementen	De voedingslessen vond ik een beetje leuk, maar ook niet heel leuk omdat heel veel kinderen niet opletten en daardoor kon ik dat ook niet zo goed eigenlijk	Ik vond vooral tennis heel leuk, voetbal en bootcamp vond ik ook leuk. De voedingslessen vond ik goed en ik heb veel geleerd dus dat was heel fijn.
	Verbetersuggestie	Niks eigenlijk, ik vond het goed	Uhm ik denk misschien dat je de leeftijden moet splitsen want nu waren er kinderen van 11 en ook van 16 en dat verschil merkte je wel tijdens de sportlessen vooral want die kinderen van 16 zijn veel groter en sterker dan ons en dat is niet eerlijk
	Vernieuwende spelelementen	Ja maar ik weet niet meer zo goed wat het was. Volgens mij was het bij de fitness want sommige apparaten kende ik nog niet	Ja ik heb tennis geleerd en we hebben ook boksen geleerd dus dat vond ik heel leuk
	Tastbaar materiaal	Ik vind dat wel jammer. Anders zou ik het thuis kunnen later zien en dan zijn ze misschien ook meer geïnteresseerd erin	Ik zou het wel nuttig vinden want ik zou er wel eens naar kijken en als ik het boekje dan zou zien dan zou het me ook herinneren aan Shape en wat ik geleerd heb
	Inbreng in de les	Nee, niet echt. De lessen waren vooraf gewoon ingedeeld en zo deden we het ook.	Nee alles was goed dus ik hoefde dat voor mijn gevoel ook niet te doen
	Social media	Ja het kan wel door facebook bijvoorbeeld op facebook dingen staan die niet gezond zijn of dingen die wel gezond zijn en daar kun je dan wel van leren.	Uhm ja misschien, bijvoorbeeld door video's over voeding en koken. En ook hoe je goed kan eten en hoe je je leefstijl kan veranderen
	Voorbeeldpersoon	Nee denk ik niet, ik ken ze persoonlijk eigenlijk ook niet en heb niet zoveel met voetbal dus eigenlijk geeft het voor mij persoonlijk niks extra's. Maar voor anderen zou het misschien wel kunnen werken hoor.	Uh het zou leuk zijn want we zouden zeker van hem kunnen leren hoe wij ook zo gezond kunnen leven zeg maar. Dus ja ik denk van wel

Bijvangst	Houding deelnemers	dat niet iedereen zo goed mee deed. maar ze luisterden gewoon niet en sommige waren ook helemaal niet aardig tegen elkaar, maar dat was niet bij iedereen zo	-
-----------	--------------------	--	---

Component	Dimensie	D9	D10
Reach	Bereik doelgroep	Uhm dat was omdat ik meer bezig wilde zijn met gezond eten en bewegen dus daarom vooral.	Ik vond gezond eten en bewegen best belangrijk dus daarom wilde ik er meer mee bezig zijn
Context	Sociale omgeving- Ouderbetrokkenheid	alleen bij één bijeenkomst waren mijn ouders er. Ik vond he wel fijn ja want dan konden ze zelf zien wat we aan het doen waren. Mijn ouders waren niet heel geïnteresseerd volgens mij. Ze vroegen het wel soms maar niet vaak. Ze zouden wel meer betrokken mogen worden want dan zouden ze ook meer geïnteresseerd zijn misschien	Uhm ja een keertje, bij die eindbijeenkomst zijn ze meegegaan. Maar verder tijdens Shape niet nee. Ja dat vind ik heel erg fijn, want dan kunnen mijn ouders ook nog iets leren en dat helpt hun dan ook weer bij een gezonde leefstijl dus ik denk wel dat het leuk en goed zou zijn als ze mee zouden doen. Ja zeker ze zijn wel geïnteresseerd. Ze vragen er altijd naar als ik thuis kom enzo en mijn moeder probeert ook wel gezonder te koken omdat ik altijd vertel wat ik geleerd heb
	Sociale omgeving- onderlinge steun	Ja soms want niet iedereen kon goed Nederlands, en laatst was er een jongen die had de oefening daardoor niet begrepen en toen gingen sommige kinderen lachen maar sommige gingen hem ook helpen	Soms wel, maar meestal deed iedereen dat alleen bij zijn eigen vrienden/ vriendinnen. Maar ik vond niet dat we echt een groep waren.
	Groeps- grootte	Gewoon goed, ik vond het wel oké.	We waren met genoeg vond ik. Ik vond het misschien wel te veel want als er iets minder zijn dan is er ook meer aandacht voor iedereen
	Fysieke omgeving - bereikbaarheid	Ja heel goed vond ik, gewoon op de fiets was er makkelijk te komen	Uhm, soms wist ik niet zo goed waar ik moest zijn maar dan kon ik het wel opzoeken op mijn telefoon. Het was wel goed te doen met de fiets dus ja
	Fysieke omgeving – faciliteiten	Ik vond de plekken goed, doordat er verschillende locaties waren kwam je op verschillende plekken waar ook weer verschillende materialen waren dus dat was goed	Goed, die waren wel mooi en alles was er aanwezig
Dose delivered	Lesuitvoer	Ja alles is uitgevoerd	Ja dat wel ja

Dose Received	Afmeldingen	Uhm volgens mij twee keer. De eerste keer was ik geblesseerd en een keer had ik op die dag een belangrijke inhaalwedstrijd van het voetballen. Maar ik had me wel afgemeld.	Ja volgens mij een keertje. Toen was ik ziek, maar toen had ik me wel van te voren al afgemeld. Verder ben ik er wel geweest
Fidelity	Nut van de les	Ja dat wel, vooral van de sportlessen, maar ook wel van de voedingslessen. Maar die waren soms wel saai vond ik want dan zat ik al de hele dag op school en dan kon ik echt niet nog langer daar zitten luisteren	Ja zeker. Ik heb vooral geleerd dat je gezond moet eten en veel water moet drinken. En dat groente en fruit eten ook goed voor je is en hoeveel je er dan van moet eten bijvoorbeeld. En ook dat bewegen belangrijk is als je af wilt vallen maar ook dat bewegen best leuk kan zijn. Want eerst deed ik dat eigenlijk niet zo vaak maar nu wil ik wel vaker bewegen. En door Shape ben ik ook wel een beetje afgevallen.
Implementatie	Algehele ervaring	Ik vond het gezellig, leuk en sportief. En toch ook wel leerzaam eigenlijk. Ik vertel meestal dat het heel leuk en leerzaam tegelijk is. Ik zou ze wel aanraden om mee te doen omdat je verschillende sporten kan doen en iedereen vind wat anders leuk dus dan kan iedereen doen wat die leuk vind	Uhm, ik ben ook wel een beetje afgevallen dus daar ben ik best wel blij mee en ik heb er ook van geleerd. Ja soms zeg ik wel eens dat het leuk was enzo. Zij weten ook dat ik van Shape wel ben afgevallen dus ik raad het ze zeker aan alleen zijn zij allemaal heel dun dus ik denk niet dat ze eraan mee gaan doen. Ja misschien omdat ze het leuk vinden maar niet om af te vallen
Recruitment	Benadering	Twee mensen waren hier op school een gymles geven en toen kregen we inschrijfformulieren en konden we meedoen. Heel slim dat ze kwamen lesgeven en zo het aan ons overbrachten	Uhm ze kwamen hier op school dus daar wist ik het van. Uhm ze kwamen hier op school dus daar wist ik het van
Motivationele aspecten	Motiverende elementen	Ik vond boksen, tennis en voetbal het leukst. Voedingslessen vond ik wel goed maar soms waren er wel discussies enzo en dan duurde de lessen heel lang en raakten we de draad kwijt. Maar ik heb er wel iets van geleerd. Bijvoorbeeld over eiwitten, vetten en hoe je het beste kan eten. Hoe je maaltijden kan indelen heb ik ook geleerd.	Ik vond vooral de sportlessen heel leuk en dan vooral fitness. Maar ik heb ook wel veel geleerd van de voedingslessen alleen vond ik die soms wel een beetje saai, maar ja ik leerde er wel iets van
	Verbetersuggestie	Meer fitness op de apparaten. Dat vond ik heel leuk en op het programma stond ook dat we maandag zouden fitnessen maar dat deden we niet altijd en dan gingen we iets anders doen en dat vond ik jammer. Dat kwam wel eens vaker voor. Want we zouden meerdere keren fitness doen maar dat was maar twee keer.	Uhm, ik vond de voedingslessen een beetje saai dus die misschien iets anders?
	Vernieuwende spelelementen	Uhm nee niet echt volgens mij. Ik zou het wel leuk vinden om iets nieuws te proberen.	Nee volgens mij niet echt

	Tastbaar materiaal	Ik zou een boekje over voeding vooral fijn vinden want dat kan ik thuis gebruiken en misschien als er recepten in staan is dat ook handig voor mijn ouders.	Ja ik zou dat persoonlijk heel fijn vinden als ik een boek of poster had want dan kon ik dat thuis bekijken en ook aan mijn ouders geven en dan konden we nog beter op onze leefstijl letten zeg maar
	Inbreng in de les	Jawel, maar de les was wel van tevoren bepaald. Maar we mochten wel iets zeggen	Ja ik denk dat je het wel kan zeggen tegen de trainers enzo maar ik heb dat eigenlijk nooit gedaan omdat ik het niet nodig vond om het te zeggen
	Social media	Uhm ja misschien kan het helpen, ik zou er wel op kijken bijvoorbeeld op instagram kan je iets in je verhaal plaatsen of voedingstips ofzo. Dat zou ik wel leuk en fijn vinden	Ja want ik gebruik instagram best wel veel en ik zou dat ook wel kunnen gebruiken voor een gezonde leefstijl en ik denk dat vooral meisjes dat ook wel zouden doen. Jongens misschien iets minder
	Voorbeeldpersoon	Ja lijkt me super leuk want ik ben best wel een voetbalfan dus ik zie die spelers wel als een voorbeeld voor gezond leven.	Ja dat zou echt super leuk zijn en zij kunnen ons dan ook vertellen over gezond leven want zij doen dat natuurlijk ook heel erg.
Bijvangst	Houding deelnemers	Soms luisterden kinderen niet en dan moest de leraar wel ingrijpen. En soms moesten we dan langer blijven	want nu luisterden niet altijd iedereen, vooral niet bij de voedingslessen

