

# Procesevaluatie Cool 2B Fit 2024

---

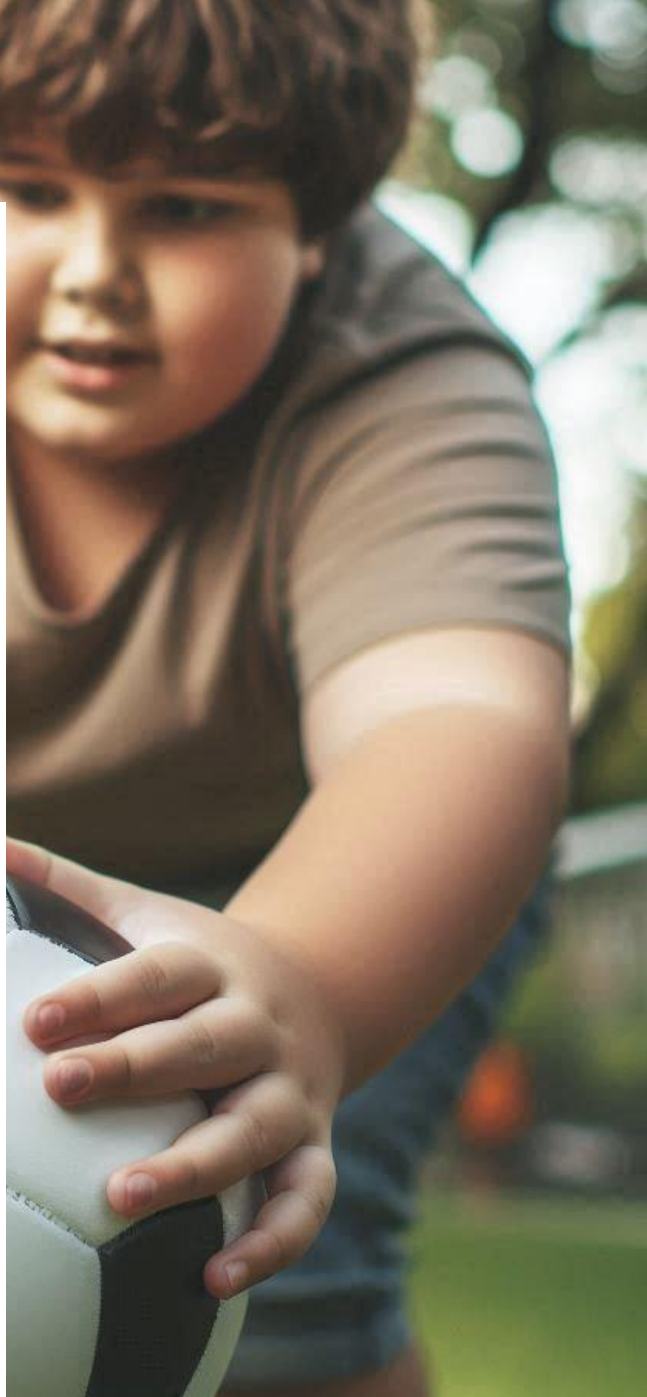


**4 OKTOBER 2024**

---

**Dr. ir. Simone Boerema**

**In opdracht van:**  
Stichting Cool 2B Fit



---

# Inhoud

## Inhoud

Inhoud .....	2
<b>1 Inleiding.....</b>	<b>3</b>
1.1 Procesevaluatie.....	3
1.2 Cool 2B Fit op hoofdlijnen .....	3
<b>2 Uitvoering van Cool 2B Fit.....</b>	<b>5</b>
2.1 Methode .....	5
2.2 Resultaten.....	5
2.3 Conclusies en aanpassingen .....	6
<b>3 Bereik &amp; doelgroep Cool 2B Fit.....</b>	<b>7</b>
3.1 Methode .....	7
3.2 Resultaten.....	7
3.3 Conclusies en (voorgenomen) aanpassingen .....	12
<b>4 Ervaringen met Cool 2B Fit .....</b>	<b>13</b>
4.1 Methode .....	13
4.2 Resultaten.....	13
<b>5 Conclusies en (voorgenomen) aanpassingen .....</b>	<b>20</b>
5.1 Respons verhogen .....	20
5.2 Doorontwikkeling programma op basis van procesevaluatie .....	20
5.3 Overige conclusies en aandachtspunten.....	21
5.4 Overwegingen.....	22
<b>6 Bijlagen.....</b>	<b>23</b>
6.1 Evaluatie vragenlijsten .....	23
<b>Colofon.....</b>	<b>30</b>

---

# 1 Inleiding

## 1.1 Procesevaluatie

Om inzicht te krijgen in het succes van Cool 2B Fit is naast effectonderzoek ook onderzoek naar de uitvoering ervan nodig. Onderzoek naar de uitvoering gebeurt meestal aan de hand van een procesevaluatie.

In deze procesevaluatie is systematisch en gericht onderzoek gedaan naar de uitvoering Cool 2B Fit (hoofdstuk 2), de beoogde doelgroep (hoofdstuk 3) en de ervaringen van uitvoerders en deelnemers van Cool 2B Fit (hoofdstuk 4). Ieder hoofdstuk bestaat uit een beschrijving van de werkwijze, zoals de aanpak, meetinstrumenten, aantal deelnemers en uitvoerders, de resultaten en conclusies en (voorgenomen) aanpassingen na aanleiding van de inzichten.

### Onderzoekperiode

We kijken in deze procesevaluatie naar de **afgelopen 5 jaar**: waarbij de startdatum van deelnemers in de jaren **2019 t/m 2023** ligt.

## 1.2 Cool 2B Fit op hoofdlijnen

Cool 2B Fit is een sportief en leuk leefstijlprogramma voor kinderen die graag een gezonder gewicht willen, samen met hun ouders/verzorgers. Door het volgen van het programma wordt het risico op gezondheidsproblemen van deelnemers verlaagd, nu en in de toekomst. Kinderen voelen zich fitter, hebben een betere conditie en krijgen meer zelfvertrouwen.

Cool 2B Fit is een Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) die draait om themasportlessen en bewegend leren. Het sportprogramma is afwisselend en boeiend, met activiteiten zoals fitness, aerobics en sport en spel. Kinderen worden intensief begeleid naar een lokale sportvereniging, zodat ze structureel meer gaan bewegen.

Naast sporten omvat het programma themasportlessen over voeding, beweging en gedrag, met onderwerpen als zelfbeeld en pesten. Ouders worden nauw betrokken bij het programma. Tijdens ouderavonden krijgen zij voorlichting over voeding, beweegactiviteiten voor het hele gezin en het positief coachen van hun kind.

- Cool 2B Fit is een erkende GLI voor kinderen, beschreven in de database van het RIVM
- Cool 2B Fit is voor kinderen in de leeftijd 8 t/m 13 jaar

### Cool 2B Fit - doorontwikkeling

De zorgprofessionals van de Cool 2B Fit teams zijn betrokken bij de optimalisatie en doorontwikkeling van de interventies middels evaluatieformulieren en mailverkeer. Het evalueren en afnemen van de vragenlijsten bij kinderen en ouders is een vast onderdeel van de interventie Cool 2B Fit. Op deze manier wordt de interventie continu gemonitord en geoptimaliseerd en sluit de interventie aan bij de leefwereld van de doelgroep.

---

Uit deze evaluaties kwamen onder andere redenen naar voren, waarom teams gestopt zijn. Deze redenen zijn de aanleiding geweest om het Cool 2B Fit programma aan te passen. De volgende twee aandachtspunten zijn opgepakt: a) vol krijgen van de groep en b) het lage aantal instroommomenten. In de verbeterde kunnen kinderen wekelijks instromen. Doordat het Cool 2B Fit programma uit een circulair programma van een jaar bestaat. Daarnaast is de groepsgrootte om te kunnen starten aangepast van 8 kinderen naar 3 tot 4 kinderen. Daarnaast werden nog andere redenen genoemd om te stoppen met Cool 2B Fit (zie hieronder). Deze worden verder toegelicht in hoofdstuk 2.

### **Instroom & groepen**

1. Te weinig aanmeldingen om groep vol te krijgen.
2. Deelnemers kunnen maar 1 á 2 x per jaar instromen, deelnemers stonden te lang op wachtlijst. Zowel Teams als ouders / deelnemers gaven aan dat dit een bezwaar was.

### **Financiering**

3. Financiering met gemeente niet rond kunnen krijgen voor gedragsdeskundige.
4. Subsidie van de gemeente stopte.

---

## 2 Uitvoering van Cool 2B Fit

In dit hoofdstuk gaan we in op de volgende vragen:

- Is de interventie uitgevoerd zoals gepland?
- Zo niet, welke onderdelen zijn niet of anders uitgevoerd? Waar komt dat door?

### 2.1 Methode

De stichting Cool 2B fit heeft inzicht gegeven in haar materialen, inclusie inclusiecriteria van teams en haar online monitoringssysteem met (gevalideerde) vragenlijsten voor het monitoren van de uitvoering van Cool 2B Fit. Deze resultaten worden gebruikt voor zowel de voorliggende procesevaluatie als ook de effectevaluatie van Cool 2B Fit<sup>1</sup>.

### 2.2 Resultaten

De Cool 2B Fit interventie wordt uitgevoerd zoals gepland.

#### **Expertise van teams**

Deelnemende teams worden vooraf gescreend door de Stichting Cool 2B Fit om te controleren of ze voldoen aan de opleidingen en voorwaarden, voordat ze de licentie voor het programma krijgen.

#### **Instructie voor teams**

De aanpak van het programma is duidelijk omschreven in een gedetailleerd stappenplan op de website, ondersteund door video's, PowerPoint-presentaties en Webinars. Ook kan gebruik worden gemaakt van de helpdesk. Tijdens de ouder- en kinderbijeenkomsten was een werkmapp leidend, wat zorgde voor een gestructureerde en consistente uitvoering.

Alle teams volgen het voorgeschreven Cool 2B Fit programma, met uitzondering van twee regio's: Aruba en Saba. Daar was het niet mogelijk om het programma een-op-een uit te voeren. Dit is in de periode 2019-2023 in overleg tussen het Stichting Cool 2B Fit bestuur en de betreffende teams naar volle tevredenheid aangepast. Zie hieronder 2.3 Conclusies en aanpassingen.

#### **Monitoring en evaluatie**

Stichting Cool 2B Fit heeft haar meetinstrumenten goed gedocumenteerd in het stappenplan op de website. Vragenlijsten van deelnemers en ouders zijn gedigitaliseerd en worden veilig opgeslagen in een online databestand. Informatie over uitvallers en niet-deelnemers wordt nauwkeurig bijgehouden in het monitoringssysteem op de website.

---

<sup>1</sup> Effectstudie Cool 2B Fit 2019-2023, gepubliceerd oktober 2024

Hieronder volgt een overzicht van alle vragenlijsten, die automatisch (volgens een bepaald schema) worden verstuurd aan ouders:

Vragenlijst	Doel	In te vullen door
Demografische vragenlijst	Procesevaluatie en Effectstudie	Ouders
Vragenlijst Kwaliteit van Leven: PedsQL	Effectstudie	Ouders + Kind, begeleid door ouders
Procesevaluatie na 0,5 jaar ouders	Procesevaluatie en Effectstudie	Ouders + Kind, begeleid door ouders
Procesevaluatie na 1,5 jaar ouders	Procesevaluatie en Effectstudie	Ouders + Kind, begeleid door ouders
Vragenlijst Sport en bewegen 4-18 jaar	Effectstudie	Kind, begeleid door ouders
Vragenlijst Voeding en drinken	Effectstudie	Kind, begeleid door ouders

## 2.3 Conclusies en aanpassingen

Cool 2B Fit laat zich goed uitvoeren volgens de materialen en beschrijvingen. Wel bleek maatwerk nodig voor Aruba en Saba, zoals hieronder beschreven.

### **Kinderfysiotherapeut vervangen door Fysiotherapeut**

Op de eilanden Aruba en Saba zijn geen kinderfysiotherapeuten aanwezig. Het ontbreken van deze expertise is een reden om een team niet te accepteren voor Cool 2B Fit, echter voor deze eilanden heeft het bestuur van Cool 2B Fit in nauw overleg met beide teams de inhoudelijke kundigheid van de kinderfysiotherapeut weten te vervangen. Op Aruba wordt het programma uitgevoerd door het Department of Public Health. Dit team bestaat uit een diëtist, orthopedagoog en een fysiotherapeut. Op Saba wordt het programma uitgevoerd door het Department of Public Health & Sports en is de kinderfysiotherapeut vervangen door een Public Health Nurse.

### **Materialen map**

Op Aruba en Saba is de voertaal niet Nederlands. De materialen map sloot daarom niet aan. In Saba is de voertaal Engelstalig: hier is de materialen map vertaald naar het Engels. In Aruba is de voertaal Papiaments: hier is de materialen map vertaald naar het Papiaments.

# 3 Bereik & doelgroep Cool 2B Fit

In dit hoofdstuk gaan we in op de volgende vragen:

- Hoe vaak en waar wordt Cool 2B Fit uitgevoerd?
- Hoeveel deelnemers heeft de interventie de afgelopen 5 jaar bereikt?
- In hoeverre wordt de beoogde doelgroep bereikt?
- Wat zijn redenen voor eventueel minder bereik?

## 3.1 Methode

Cool 2B Fit heeft een eigen web portaal waarin onder andere gegevens over deelnemers, voortgang en evaluaties systematisch worden bijgehouden. Op basis van deze registraties kijken we naar de uitvoerders en deelnemers.

### Data schoning en classificatie

De redenen voor het stoppen of pauzeren van teams, en redenen voor drop-out of niet starten van deelnemers zijn thematisch gecodeerd door de onderzoeker.

Data schoning is toegepast voor de indicator 'aangeboden programma' (4-8jr versus 8-13jr). Enkele deelnemers (n=33) waren door het behandeld team verkeerd ingevoerd. Deze zijn van 4-8jr handmatig aangepast naar 8-13jr. Dit had geen effect op de aangeboden interventie.

## 3.2 Resultaten

### 3.2.1 Teams

42 teams hebben Cool 2B Fit aangeboden (2019-2023).

Gemiddeld zijn er jaarlijks in 17 teams Cool 2B Fit deelnemers actief.

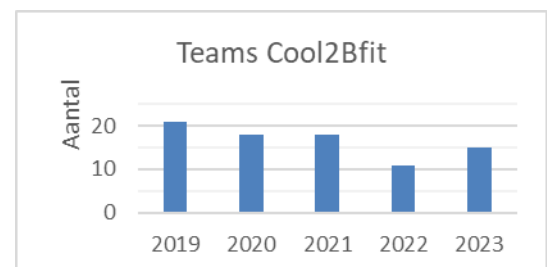
Er waren minder teams met Cool 2B Fit deelnemers gestart in 2022 (Corona pandemie) dan voorgaande jaren.

In 2024 zijn een kleine 35 teams in Nederland

geregistreerd bij Cool 2B Fit. Deze zijn in alle provincies, m.u.v. Utrecht en Groningen. De meeste teams zijn in Overijssel en Gelderland actief. Ook op Aruba en Saba wordt Cool 2B Fit gegeven.

### Corona

De corona jaren hebben duidelijk effect gehad op de uitvoerbaarheid van Cool 2B Fit. Dit is te zien in Tabel 1. In deze tabel is de instroom per jaar per team te zien en valt het op dat vooral in het jaar 2022 een sterke dip is in het aantal deelnemers. Zelfs teams die elk jaar Cool 2B Fit groepen hadden, zoals Gouda, Heemskerk en Kampen, hadden geen groepen in 2022. Corona komt ook als oorzaak uit de analyse van het stoppen van teams en drop-out van individuele deelnemers.



Figuur 1 Aantal Cool 2B Fit teams (2019-2023); n=42.

**Tabel 1 Aantal deelnemers per team, gesplitst naar jaar waarin deelnemers starten.**  
**Daarnaast is ook het stoppen van Teams weergegeven. Zie voor redenen stoppen/pauzeren de tabel op de volgende pagina.**

Teams	2019	2020	2021	2022	2023	2024	Eindtotaal
Aalsmeer (teamID: 89)			5	2	pauze		7
Almelo (teamID: 9)			12	stop	8		20
Almere (teamID: 39)	6						6
Alphen aan den Rijn (teamID: 92)				5	1	stop	6
Apeldoorn (teamID: 31)	31	10					41
Aruba (teamID: 74)			19	10	11		40
Bergen op Zoom (teamID: 70)		6					6
Berkelland (teamID: 22)			2				2
Borger-Odoorn (teamID: 32)	10	7	7	7	11		42
Borne (teamID: 13)		10					10
Breda (teamID: 23)	11						11
Doesburg (teamID: 46)	7	stop					7
Dronten (teamID: 100)					5		5
Elburg / Oldebroek (teamID: 29)	7		7		7		21
Emmeloord (teamID: 84)			8				8
Enschede (teamID: 28)	11				stop		11
Gilze en Rijen (teamID: 49)	9		9				18
Gorinchem (teamID: 93)				9			9
Gouda (teamID: 76)		26	22		10	stop	58
Haaksbergen (teamID: 59)	7	8					15
Haarlem (teamID: 101)					7		7
Heemskerk (teamID: 67)	13	12	9		6		40
Hellendoorn/Nijverdal (teamID: 86)			3	2			5
Hengelo (teamID: 11)	5	stop					5
Hoogeveen (teamID: 80)			3		stop		3
Kampen/ IJsselmuiden (teamID: 51)	11	14	10		11		46
Kerkrade (teamID: 61)	18	15					33
Losser (teamID: 58)	8		1				9
Maasgouw (teamID: 42)	10	11					21
Middelburg (teamID: 57)	9	14	9	7	6		45
Oldenzaal (teamID: 7)		9		9	11		29
Raalte (teamID: 81)			12				12
Rijssen-Holten (teamID: 15)	4	5	6	3			18
Saba (teamID: 97)				10			10
Twenterand (teamID: 17)	7	5			5		17
Vlaardingen (teamID: 45)	10	24					34
Vlissingen (teamID: 94)					10		10
Voorst - Twello (teamID: 82)		11					11
Weststellingwerf - Wolvega (teamID: 26)	10						10
Zandvoort (teamID: 78)		4					4
Zuidplas (teamID: 60)	9						9
Zwolle (teamID: 72)		11	11	9	12		43
<b>Eindtotaal</b>	<b>213</b>	<b>202</b>	<b>155</b>	<b>73</b>	<b>121</b>		<b>764</b>

## Teams die stoppen of pauzeren

In de Tabel 2 is opgesomd welke teams zijn gestopt of hebben aangegeven te pauzeren. De meest voorkomende redenen zijn: 1) **Instroom**: dat ze de groep niet vol krijgen, zodat een nieuwe groep niet kan starten; en 2) **financiering** door gemeenten.

Onderstaande quote van het team Berkelland beschrijft deze problematiek helder. Alle toelichting per team zijn opgenomen in Bijlage 1. Teams – redenen stoppen.

*“We hebben van de gemeente Berkelland een forse subsidie gekregen voor het draaien van de beweeggroep. Echter, de instroom is erg beperkt ondanks alle bekendheid, werving en samenwerking met POH'ers, huisartsen en jeugdartsen.*

*Dit in tegenstelling tot de volwassen GLI: deze groepen blijven continu volstromen. Wellicht als er een landelijk vergoeding komt voor kinder GLI dat er meer animo komt.”*

Tabel 2 Redenen stoppen/pauzeren Teams.

Gemeente	Datum	€			Motivatie deelnemers		Team
		Financiering met gemeente: gedragsdeskundige	Subsidie stopt; convenant stopt	Gedragsdeskundigen zijn uit team gestapt, omdat: Veel randzaken die niet vergoed worden	Te weinig aanmeldingen voor groep	Moeite om groep gemotiveerd te houden	
<b>Gestopt</b>							
Oosterhout	28-10-2019				1		
Drimmelen	28-10-2019				1		
Beilen	5-11-2019		1				
Roosendaal	9-1-2020	1					
Hengelo	16-7-2020				1		
Apeldoorn	4-8-2020		1	1			
Doesburg	9-10-2020				1	1	
Bronckhorst	4-11-2020				1		
Almelo	7-6-2021	1					
Olst Wijhe	1-2-2022						1
Assen	15-12-2022				1		
Losser	30-12-2022				1		
Borculo	13-1-2023				1		
Gouda	3-2-2023				1		
Enschede Oost West	22-3-2023	1					
Alphen aan de Rijn	5-7-2023				1		
Gemeente West Betuwe	18-12-2023				1		
Zandvoort	15-02-2024				1		
<b>Gepauzeerd</b>							
Aalsmeer	2023				1		
<b>Totaal</b>		<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

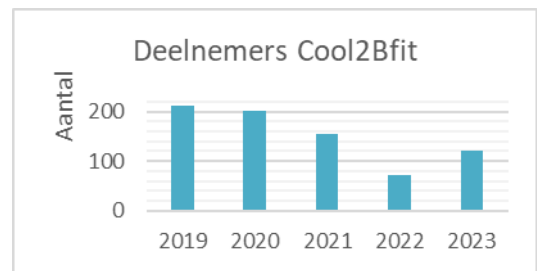
### 3.2.2 Deelnemers

#### Bereik

In de periode 2019-2023 zijn er 764 deelnemers bij Cool 2B Fit geregistreerd om te starten. Gemiddeld 152 deelnemers per jaar. Cool 2B Fit registreert geen individuele groepen.

In deze analyse maken we onderscheid naar *niet-gestart* en *drop-outs*. Een drop-out is een deelnemer die stopt tijdens het Cool 2B Fit programma. Een deelnemer die 'niet-gestart' is, heeft mogelijk alleen het intake gesprek gehad en vervolgt niet het programma. Per 2019 heeft Cool 2B Fit beide vormen van stoppen opgenomen in haar registraties voor deze procesevaluatie.

In de tabel hieronder is te zien dat de percentages drop-outs en niet-gestarte kinderen zijn gedaald over de jaren. In het meest recente jaar (2023) is 4% niet gestart en zijn er 6% drop-outs.



Figuur 2 Deelnemers Cool 2B Fit (2019-2023); n=764.

Tabel 3 Uitval t.o.v. volledig doorlopen programma's. Periode 2019-2023.

	2019	2020	2021	2022	2023	Totaal 2019-2023 (%)	n
Niet gestart	10%	13%	8%	3%	4%	9%	67
Drop out (tijdens programma)	16%	24%	10%	10%	6%	15%	113
Volledig programma	74%	63%	82%	88%	90%	76%	584
<b>Eindtotaal (aantal)</b>	<b>213</b>	<b>202</b>	<b>155</b>	<b>73</b>	<b>121</b>	<b>100%</b>	<b>764</b>

De deelnemers van Cool 2B Fit:

	Alle deelnemers	Niet gestart	Drop-out	Volledig programma gevolgd
Aantal [n]	764	67	113	584
Gender (J;M) [%]	49%; 51%	60%; 40%	43%; 57%	49%; 51%

#### Beschrijving deelnemers die zijn uitgevallen

##### Deelnemers 'niet-gestart'

De 67 deelnemers die niet zijn gestart zijn gemiddeld  $10,7 \pm 2,0$  jaar oud. Niet starters zijn iets vaker jongen (60%) dan meisje (40%). Redenen voor niet starten zijn:

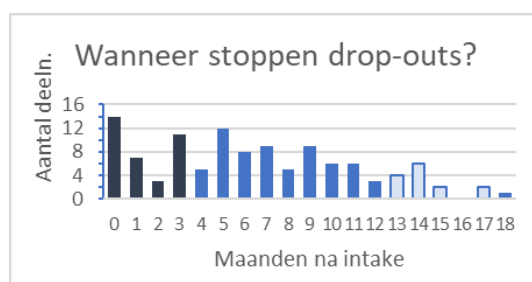
- 18 deelnemers gingen voor een **ander traject**. Waarvan 4 omdat de groep werd uitgesteld; en 3 omdat het team de deelnemer op basis van de exclusiecriteria niet liet starten. Genoemde andere trajecten zijn veelal medische en/of psychologische zorg.
- Bij 14 deelnemers was de **beschikbaarheid** van het kind, de ouder(s)/verzorger(s) of de gezinsomstandigheden reden om niet te kunnen starten. Het past niet naast de andere sporten van het kind (n=5). Het kost te veel tijd naast school (n=2). En voor de ouders waren diverse redenen, zoals werk, reistijd of andere omstandigheden, waardoor het niet mogelijk was om te starten (n=11)
- 8 kinderen wilden liever **zelf sporten** of ouders gaven aan dat de interventie **niet nodig was**.

- Bij 6 kinderen waren na de intake het kind of de ouders niet **gemotiveerd** voor het programma.
- Van 18 kinderen is **onbekend** wat de reden was voor niet starten. Zij zijn niet naar de intake gekomen (n=8) of de reden is niet genoteerd (n=10).
- 1 kind kon niet starten omdat de **verwijzing** voor Cool 2B Fit niet was verstrekt.

### Deelnemers 'drop-outs'

De 113 deelnemers die tijdens de interventie stoppen zijn gemiddeld  $10,5 \pm 1,8$  jaar oud op de startdatum. Drop-outs zijn iets minder vaak jongens (43%) dan meisjes (57%).

We zien dat drop-outs over de gehele periode van de Cool 2B Fit interventie kunnen uitvallen. 0, 3 en 5 maanden na de start zijn er relatief meer drop-outs (zie figuur hiernaast). Dit is in lijn met de opzet van het programma, met evaluatiemomenten op 3 en 6 maanden.



Redenen voor drop-out zijn:

- Bij 46 deelnemers was de **beschikbaarheid** van het kind, de ouder(s)/verzorger(s) of de gezinsomstandigheden reden om te stoppen. Voor de ouders waren diverse redenen, zoals werk, reistijd of andere omstandigheden, waardoor het niet mogelijk was om het programma verder te volgen (n=34). Het past niet naast de andere sporten (n=5) en het kost te veel tijd naast school (n=7).
- Van 31 kinderen waren het kind en/of de ouders niet meer **gemotiveerd**. Vaak worden deze twee in combinatie genoemd: motivatie kind en motivatie ouders. Ook specifieke problemen door de Corona periode werden genoemd, zoals door Corona geen bijeenkomst, conditie verslechterd of geen motivatie meer (weinig contact met groepsgenoten).
- 11 deelnemers gingen voor een **ander traject**. Waarbij ook vaak Corona de oorzaak was (gezondheidsrisico, groep uitgesteld, groep te klein). Genoemde andere trajecten zijn veelal medische en/of psychologische zorg.
- 6 kinderen gingen **zelf sporten** of ouders gaven aan dat de interventie **niet meer nodig was**.
- Van 19 kinderen is **onbekend** wat de reden was voor het stoppen.

---

### 3.3 Conclusies en (voorgenomen) aanpassingen

Cool 2B Fit heeft goed in beeld hoe de teams functioneren en de teams draaien veelal meerdere jaren Cool 2B Fit groepen. Redenen van uitval worden bijgehouden en waar mogelijk toegepast in de doorontwikkeling van het programma, materialen en (technische) ondersteuning.

Verder is te zien dat vooral de beschikbaarheid en motivatie van ouders een belangrijke rol spelen in het kunnen volgen van de interventie. En de Corona periode heeft op vele vlakken invloed gehad op de uitvoerbaarheid en deelname van Cool 2B Fit.

#### **Laag drop-out percentage**

Over evaluatieperiode 2019-2023 heeft Cool 2B Fit gemiddeld 15% drop out gehad. Dit is vergelijkbaar met de resultaten van de Cool 2B Fit procesevaluatie over de jaren 2011 – 2016: “De drop-out in de totale Cool 2B Fit populatie is relatief laag, namelijk 63 van de 427 kinderen (14,8%).” Wel is te zien dat in de meest recente jaren de drop-out is afgenomen. Cool 2B Fit verwacht dat dit het effect is van de steeds verder ontwikkelde ondersteuning, materialen en support waaronder de doorontwikkeling van de website en het professionals-portaal.

#### **(Voorgenomen) aanpassingen**

Teams worden al extra aangespoord actie te ondernemen om deelname bij evaluaties te verhogen (extra e-mails, appgroepen en telefoontjes) en dit blijft prominent onder de aandacht bij Webinars en nieuwsbrieven.

Het programma van Cool 2B Fit is aangepast naar continue instroom. Voorheen werd 1 á 2 keer per jaar gestart met een groep van minimaal 8 kinderen (financiële afweging). Door de continue instroom kan er al worden gestart als er minimaal 4 kinderen zijn. Nieuwe aanmeldingen kunnen na de start wekelijks instromen.

# 4 Ervaringen met Cool 2B Fit

In dit hoofdstuk gaan we in op de volgende vragen:

- Hoe wordt de vorm en inhoud van Cool 2B Fit gewaardeerd door deelnemers en uitvoerders?
- Wat zijn de belangrijkste succes- en faalfactoren volgens de uitvoerder en deelnemers? Denk bijvoorbeeld aan omgevingsfactoren die van invloed zijn op de uitvoering of randvoorwaarden voor de uitvoering (zoals draagvlak, middelen en besluitvorming).

## 4.1 Methode

Deelnemers en ouders worden gevraagd de interventie te evalueren, door op 2 momenten een vragenlijst in te vullen. En ook uitvoerders zijn gevraagd naar hun ervaringen. In deze analyse is de respons van de periode **2019 t/m 1<sup>e</sup> kwartaal 2024** meegenomen in de analyse.

Deelnemers en ouders krijgen de evaluatie vragenlijst voorgelegd op de geplande evaluatiemomenten in het Cool 2B Fit programma: na 0,5 jaar zijn de sportlessen afgerond. Na 1,5 jaar is ook de begeleiding afgerond.

De vragenlijst voor uitvoerders bestaat uit vragen waarop op een 10 puntschaal of een rapportcijfer kan worden gescoord. Respondenten kunnen hun score vaak toelichten in tekst. De thema's die hierin worden behandeld zijn o.a.: implementatie, uitvoering, ondersteuning door Cool 2B Fit, en gaat in op de inhoud van het programma en de aangeboden materialen. Tenslotte wordt gevraagd naar de ervaring met Cool 2B Fit in eigen woorden en is ruimte voor aanvullingen en overige opmerkingen. De vragenlijsten bevragen zowel het proces als effect van de interventie en zijn opgenomen in Bijlage 6.1.3. In dit hoofdstuk worden alleen de procesvragen geanalyseerd.

## 4.2 Resultaten

De respons per doelgroep en evaluatiemoment staat in Tabel 4. Ondanks dat niet alle deelnemers en ouders de vragenlijsten hebben ingevuld, geeft het toch een goed beeld van hun waardering van de verschillende onderdelen van de interventie.

*Tabel 4 Respons evaluatieonderzoek (aantal ingevulde vragenlijsten).*

Respons evaluatie onderzoek	<i>Na sporten</i> 0,5 jaar na start	<i>Eind</i> 1,5 jaar na start
<b>Deelnemers (aantal)</b>	197	146
<b>Ouders (aantal)</b>	198	11
<b>Uitvoerders (aantal)</b>	18	

Per doelgroep zijn de procesvragen weergegeven met de gemiddelde score  $\pm$  1 standaarddeviatie. Zie de tabellen hieronder en de figuren op de volgende pagina.

De figuren van de kinderen en de ouders hebben exact dezelfde volgorde van onderwerpen in ieder figuur en kunnen daardoor gemakkelijk worden vergeleken.

**Tabel 5 Resultaten evaluatievragenlijsten Deelnemers en Ouders.**

	KIND 0,5jr		KIND 1,5jr		OUDER 0,5jr		OUDER 1,5jr	
	gem	stdev	gem	stdev	gem	stdev	gem	stdev
Programma - totaal inhoud Cool 2B Fit (leuk)	7,9	1,8	7,1	1,8				
Programma - sporten (leuk)	8,1	1,8	7,5	1,9				
Programma – sportlessen	7,8	1,9	7,9	1,6				
Programma - 4 individuele afspraken	-	-	6,9	1,7				
Programma - groepsbijeenkomsten voor ouders					7,2	1,4		
Programma - 4 follow-up bijeenkomsten (terugkomdagen)							7,4	1,5
Programma - kwaliteit Coach online							7,3	2,5
Cool 2B Fit – team	8,5	1,4	8,3	1,5	7,2	1,5	8,1	1,1
Programma - voldoende informatie					8,2	1,4	8,1	1,8
Programma - totaal kwaliteit Cool 2B Fit	8,1	1,8	7,7	1,7	7,4	1,8	7,9	1,5
Cool 2B Fit - aanraden aan andere ouders					8,4	1,3	7,8	1,9
Cool 2B Fit - aanraden aan andere ouders (NPS)					41		9	

De uitvoerders hadden andere vraagstellingen. De achtergrond van de uitvoerders was: 10 kinderfysiotherapeuten, 4 diëtisten, 2 coördinatoren, 1 sportinstructeur en 1 psycholoog.

**Tabel 6 Resultaten evaluatievragenlijst Uitvoerders.**

	Professionals	
	gem	stdev
Cool 2B Fit - programma implementeren	7,4	1,8
Cool 2B Fit - informatie op website	8,1	1,7
Cool 2B Fit - helpdesk/back office	7,7	1,0
Team - samenwerking binnen team	8,1	2,1
Kinderen - sporten en bewegen meer	7,8	1,2
Programma - inhoud ouder- en kindbijeenkomsten	7,4	1,0
Programma - kwaliteit beweegkaarten	7,4	0,9
Programma - kwaliteit Coach online	6,3	1,2
Programma - kwaliteit follow-ups	7,4	1,0
Programma - totaal inhoud Cool 2B Fit	7,9	0,9
Programma - totaal kwaliteit Cool 2B Fit	7,9	1,0

### Kind 0,5jr (n=197)



### Kind 1,5jr (n=146)



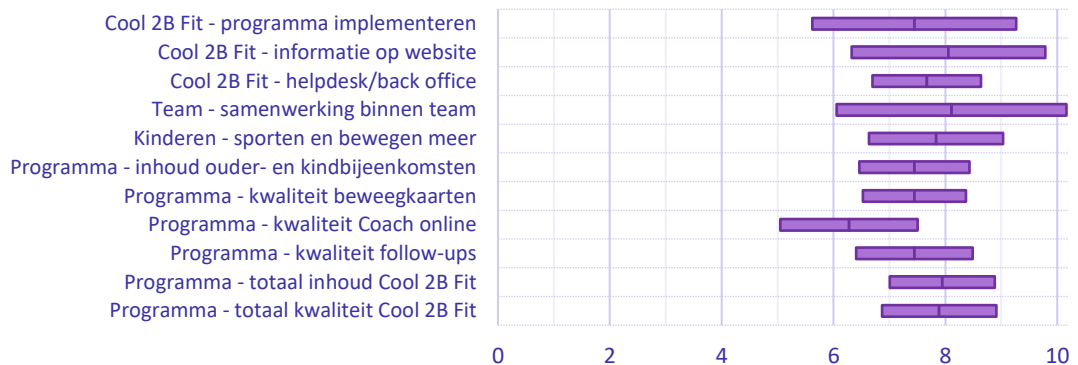
### Ouder 0,5jr (n=198)



### Ouder 1,5jr (n=11)



### Professionals (n=18)



---

## 4.2.1 Deelnemers en ouders

### Deelnemers

Kinderen vinden na afloop van de interventie (1,5jr na de start) de totale inhoud van het programma leuk ( $7,9 \pm 1,8$ ) en zijn ook positief over de kwaliteit van Cool 2B Fit ( $8,1 \pm 1,8$ ). Het minst positief zijn de kinderen over de 4 individuele afspraken ( $6,9 \pm 1,7$ ). En het Cool 2B Fit team wordt het hoogst gescoord ( $8,3 \pm 1,5$ ).

De meest gemaakte opmerkingen van de deelnemers die Cool 2B Fit een voldoende gaven en een opmerking hebben geplaatst, zijn:

- leuk (85x), vaak werd het sporten genoemd
- saai (2x)
- goed (8x)
- leerzaam (13x)
- gezellig (9)

Een greep uit de opmerkingen:

- ik vind het een leuk programma, je leert veel dingen en het team is leuk
- beetje saai als mijn vriendinnetje er niet was
- Heel leuk, heb meer water gedronken en heel goed programma
- Het sporten was wel leuk het wegen en meten vond ik niet leuk
- Hele fijne begeleiders. Het is leuk, maar niet voor mijn leeftijd (14 jaar).
- Goed omdat het sporten leuk was.
- Goed, ik heb meer zelfvertrouwen
- super leuk, echt een aanrader, het geeft je een goede vibe.

De deelnemers die Cool 2B Fit een onvoldoende gaven, zeiden over Cool 2B Fit:

- stom / ik vond het echt niet leuk (2x)
- zwaar / afzien (2x)
- saai (2x)
- leuk (2x)
- Het kan voor wat jongere kinderen helpen denk ik, het was wel leuk.
- Ik had liever met vrienden willen spelen.
- Ik vind het jammer dat alle bijeenkomsten in eerste gedeelte is , zou meer aan hebben dat we in 2 en laatste deel ook bijeenkomsten heb . En ik vind de leeftijd verschil te groot ik ben nu 14 rest is veel jonger.

---

## Ouders

In verband met de lage respons bij 1,5 jaar. Zijn hieronder de gegevens van het 0,5 jaar evaluatie moment verder uitgewerkt.

Ouders zijn ook positief over de interventie. Ze scoren de kwaliteit van het programma  $7,4 \pm 1,8$  een half jaar na de start. En ze zouden het zeker aanraden aan andere ouders ( $8,4 \pm 1,3$ ). De Coach online wordt het laagst gescoord ( $7,3 \pm 2,5$ ).

Ouders die het wel aan andere ouders zouden aanraden (na 0,5jaar) zeggen hierover:

- Een zeer intensief programma met nuttige informatie en tips, waar we veel van geleerd hebben. Sporten was erg intensief
- Een leerzaam programma wat een levensstijlverandering stimuleert, op een leuke manier leren wat gezond is, hoe je gezonde keuzes leert maken, enz enz.
- Ik vond de combinatie van 3 dingen goed, kon wel merken dat het de 1e groep was, kan nog wat meer aan sportkeuzetest gedaan worden.
- Vindt het een goed programma, maar de Corona heeft als stoorzender gewerkt
- Het is goed voor de bewustwording. Het sporten naast cool2bfit is wel erg belangrijk. Voor ons was de locatie erg onpraktisch.
- Fijne sfeer en op het kind gericht.
- Energiek, groepsgevoel en een leuke groep die allemaal aan hetzelfde doel werken.
- Een zeer fijn programma waar duidelijk het kind centraal staat betreft de doelen.
- We hebben er veel van geleerd. Het toepassen gaat niet altijd makkelijk
- Het programma is heel goed, wij hadden de pech dat er heel veel afvallers zijn geweest.
- Ik denk dat het programma goed in elkaar steekt, met goede medewerkers die het onderwerp duidelijk en enthousiast kunnen brengen naar ouders en kinderen toe. Door de duur van het programma en de herhaling, is de kans op resultaat groter. Het blijft lastig omdat je een permanente gedragsverandering / bewustwording wilt bewerkstelligen, en de verleidingen zo groot zijn. Maar ik denk dat er wel wat blijft hangen na dit programma, zowel bij mijn zoon als bij ons :-)
- Soms wat verwarring maar dit kwam vooral door de wisselingen i.v.m de coronamaatregelen
- Persoonlijk, professioneel, liefdevol, uitdagend
- Het helpt om het bewustzijn te vergroten.
- Mijn zoon vond het sporten echt het leukste, de bijeenkomsten vond tie een beetje saai. Ik kreeg niet altijd duidelijk uit wat er met het sporten gedaan was. Heb die info wel gemist. Die keer dat we even mochten kijken vond ik wel heel leuk, omdat je er dan meer bij betrokken bent en ook ziet wat ze doen. Maar mijn zoon is zeker op de goede weg, we zijn er nog niet. Maar door dit programma zijn we wel een stuk bewuster geworden. Als we niet waren begonnen, hadden we ook niets veranderd.

Ouders die het niet aan andere ouders zouden aanraden (na 0,5 jaar) zeggen hierover:

- belastend in privé situatie, zwaar om aan verplichtingen te voldoen.
- teveel aandacht voor kids die niets eten. Te weinig bestaande sporten (voetbal, basketbal etc.)
- sporten geweldig. Bijeenkomsten vielen tegen. Soms wordt om de antwoorden heen gedraaid.
- Ik vond het tegenvallen. Had meer begeleiding verwacht als de doelen niet bereikt worden. Meer motivatie naar de kinderen toe. Alle kinderen vinden een parcours erg leuk maar ze spelen alleen maar dodgebal

- De opzet is mooi, maar de uitvoering minder. Je ziet dat ook terugkomen in de opkomst die steeds verder daalt. Ik had meer hulp verwacht m.b.t. gezond eten. Daar ligt voor ons de grootste uitdaging. Troy maakt een hoop goed. Stacey vind het leuk bij hem, anders was ik echt gestopt met het programma. Dan vind ik die 15 euro zelfs te duur.
- Doordat de communicatie onderling niet altijd goed loopt heb ik het idee dat er veel info mist. Het sportgedeelte is super goed, en voor ons de reden om mee te blijven doen aan het programma
- Vindt het erg rommelig
- Niet echt ons ding. We vinden dat er slecht geluisterd wordt. Te weinig 1 op 1. Kind zowel ouder. Groepsleeftijd is te gevarieerd wat problemen opleveren bij zowel de jongeren (qua uitleg bijeenkomsten) als voor de ouderen die geen rekening houden met jonge kinderen. Vindt jullie vrij makkelijk omgaan met momenten die ingepland worden. Soms is het namelijk zo dat er meer op iemands programma staat. De reacties vind ik wat onpersoonlijk. Andere kant is, snap ook dat jullie grens moeten aangeven anders denk ik dat er veel niet komt opdagen.
- Sporten super leuk maar de rest niet bijzonder eigenlijk zonde van de 15 euro per maand
- Goed programma. Vergt veel inzet, inspanning en motivatie. Is prima te doen, mits je je aan de regels houdt.
- I think it is a good idea, and would like it to be more active in the daily life of the children... with summer programs and year round 2 times a week to the gym.

## Professionals

De professionals scoren de totale inhoud van Cool 2B Fit hoog:  $7,9 \pm 0,9$ . En ook de kwaliteit zijn ze tevreden over ( $7,9 \pm 1,0$ ). De samenwerking in het team kan heel goed gaan, maar heeft ook uitschieters omlaag. Ook de breedte van de reacties op de vraag over implementatie: "Was het programma te implementeren in uw gemeente/ praktijk?" [1: totaal niet – 10: absoluut wel] laat zien dat implementatie heel succesvol kan zijn, maar ook veel teams hier problemen mee hadden. De professionals waren het minst positief over de Coach online ( $6,3 \pm 1,2$ ).

Daar waar professionals op een onderdeel een voldoende gaven zijn een paar opmerkingen toegevoegd:

- Ik vind het een compleet zorgaanbod voor een doelgroep die moeilijk te bereiken is, maar wel groeiende is. Zeer belangrijk om dit te blijven doen met een breed team (=keten)!
- Het is een heel leuk en intensief programma. Voor sommige gezinnen is het soms wel te intensief en te hoge instap. Instroom gedurende het jaar zou mooi zijn voor makkelijkere start van een groep.
- Ik vind het waardevol, kan nog wat interactiever, prettig. zeer fijn de multidisciplinaire aanpak.
- Over het algemeen vind ik het een goed programma, wat aansluit op de behoeften van de praktijk. Echter liepen wij aan tegen het feit dat kinderen niet kunnen instromen en allemaal tegelijk moeten starten. Hierdoor stonden sommige kinderen erg lang op de wachtlijst en dat is bij een doelgroep die al moeite heeft met motivatie erg lastig.

- 
- De beweegkaarten zijn soms lastig te realiseren. Wij zitten dichtbij een wijk waar veel armoede heerst. Dan kunnen ze zich geen skeelers of iets dergelijks veroorloven.
  - Het Cool2BFit programma zit goed in elkaar. Het moeilijkste is de betrokkenheid en motivatie van ouders. Ouders en kinderen zijn positief maar de motivatie door te gaan, ontbreekt nog wel eens.

Daar waar professionals op een onderdeel een onvoldoende gaven (lager dan 6) is gekeken naar de toelichting:

1. **Implementeren** – “Er is gewoon weinig tot geen animo. Met name de samenwerking met de GGD Twente verloopt zeer, zeer moeizaam.”
2. **Coach online** – “Ouders zijn niet vaak geneigd om het in te vullen. Een aantal ouders vullen het geheel niet in. De nadruk ligt in mijn ogen teveel op het gewicht. Een chatfunctie met eigen doelen die besproken zouden kunnen worden lijkt me helpend.”; “Ik krijg de meeste ouders er niet toe aangezet om dit in te vullen...”; en “Voor professionals onduidelijk hoe dit precies werkt, ouders vonden het teveel werk.”.
3. **Informatie voor professionals op de website** – “De site vinden wij (ons team) zeer onoverzichtelijk en een niet-professionele uitstraling hebben. Het lijkt allemaal geknipt en geplakt, documenten moeilijk te vinden, informatie moeilijk te vinden, staat niet logisch ingedeeld.”
4. **Samenwerking binnen het team** – “Ik heb de samenwerking als zeer slecht ervaren. De andere professionals (diëtist/psycholoog) zeiden vaak af voor ouder/kind bijeenkomsten ook op het laatste moment. Moeilijk om dan nog te verschuiven in het programma i.v.m. drukke agenda's van alle professionals.”

---

# 5 Conclusies en (voorgenomen) aanpassingen

Het doorontwikkelen van het programma en de bijbehorende middelen zoals het portaal voor professionals, communicatie- en promotiemateriaal, nieuwe technologieën (webinars i.p.v. fysieke bijeenkomsten) en extra beveiligingen worden continu doorgevoerd. Voor een volledig overzicht wordt verwezen naar het document: Checklist her-erkenning interventie Cool 2B Fit GO/EFF 2024. Hierin wordt in een archief stijl per maand de doorgevoerde wijzigingen genoteerd.

## 5.1 Respons verhogen

Tijdens het opstellen van deze procesevaluatie werd helder dat lang niet alle deelnemers en ouders de evaluatie vragenlijsten hebben ingevuld. Het bleek dat de teams handmatig deze evaluatie moeten aanklikken in het online systeem en dit mogelijk door een groot aantal teams is vergeten. De stichting Cool 2B Fit heeft het portaal voor zorgprofessionals geoptimaliseerd. Vragenlijsten worden automatisch verzonden bij de activering van een deelnemer, zonder extra handelingen. Ook worden vragenlijsten en procesevaluaties na 12 en 24 maanden automatisch verstuurd, waarbij de coördinator een melding ontvangt om evaluaties in te plannen.

Eind 2024 worden de technische mogelijkheden van het portaal verder verbeterd. Dan ontvangen lokale Cool 2B Fit coördinatoren elke 3 maanden automatisch een e-mail wanneer er voor een deelnemer een evaluatie ingepland moet worden. Bovendien krijgen coördinatoren een herinnering wanneer blijkt dat data op de geplande tijdstippen niet zijn ingevuld, zodat tijdig actie kan worden ondernomen.

Ten slotte wordt vanuit positieve benadering, in de Webinars en nieuwsbrieven van Cool 2B Fit aan teams aandacht gegeven aan de meerwaarde en het belang van dataverzameling voor wetenschappelijk onderzoek.

## 5.2 Doorontwikkeling programma op basis van procesevaluatie

Op basis van de resultaten uit alle voorgaande hoofdstukken heeft het bestuur van stichting Cool 2B Fit besloten een aantal aanpassingen te doen aan het programma, die de uitvoerbaarheid en instroom waarschijnlijk vergemakkelijken en bevorderen. Hieronder een overzicht van de aanpassingen die voortkomen uit de procesinformatie

- **Continue instroom**

Het programma van Cool 2B Fit is nu ingericht voor continue instroom (wekelijks) door de intensieve fase (0,5 jaar) en sportfase (0,5 jaar) samen te voegen tot 1 jaar. Voorheen startten we 1 à 2 keer per jaar met een groep van minimaal 8 kinderen, vanwege financiële overwegingen. Met de nieuwe opzet kan het programma al van start gaan met een minimale groep van 4 kinderen.

- **Bewegend leren**

De kinderbijeenkomsten zijn vervangen door themasportlessen. Op deze manier krijgen de

---

deelnemers al bewegend de theorie over een gezonde leefstijl. Uit onderzoek blijkt dat bewegend leren vele malen effectiever is. De kinderen sporten een jaar lang 1x per week waarbij ze de ene week een sportles en de andere week een themasportles aangeboden krijgen. De onderwerpen in de themasportlessen zijn gelijk aan de onderwerpen die tijdens de kinderbijeenkomsten werden besproken.

- **Digitalisering van de werkmap**

De werkmap is vervangen door 42 interactieve mails met passende thuisopdrachten. De onderwerpen zijn gelijk gebleven. De opdrachten kunnen gemonitord worden via het platform door de lokale teams.

- **Innovatie van de beweegactiviteiten**

De beweegkaarten zijn vervangen door leuke beweegspelletjes, zoals bewegend ganzenbord. Dit sluit beter aan bij de beleefwereld van de kinderen en zijn uitvoerbaar voor de doelgroep.

- **Coach online**

De coach online is op basis van de feedback aangepast. Ouders en deelnemers kunnen nu op verzoek de functie AAN of UIT zetten. Niet iedereen voelt zich prettig bij het noteren van gewicht, en daarom is deze optie nu optioneel. Daarnaast is de online coach ook beschikbaar als chatfunctie, zodat op een laagdrempelige manier ondersteuning kan worden geboden.

## 5.3 Overige conclusies en aandachtspunten

### **Samenwerking zorg en sociaal domein**

De feedback van de uitvoerders benadrukt dat een succesvolle implementatie afhankelijk is van de bereidwilligheid van ondersteunende en doorverwijzende organisaties in de regio, zoals gemeenten (voor financiering) en GGD-en (voor doorverwijzing). Daarnaast vereist de samenwerking binnen teams ook veel afstemming. Dit wordt nog nadrukkelijker benoemd op de website en in de intake gesprekken. Maar krijgt ook aandacht in de webinars en nieuwsbrieven.

### **Verwachtingen hoog**

De meeste professionals zijn tevreden met de informatievoorziening. Wel laat de feedback in het algemeen zien dat verwachtingen hoog zijn. In het dagelijks leven zijn digitale diensten vaak erg goed en gebruiksvriendelijk ontwikkeld. Voor Cool 2B Fit is het belangrijk om hun web portaal te blijven door ontwikkelen en informatiestromen te automatiseren wanneer dit het proces kan ondersteunen

### **Centrale Zorgverlener (CZV)**

De gedragsdeskundige is uit het programma gehaald en wordt vervangen door de verplichte Centrale Zorgverlener (CZV) van gemeenten. Het inzetten van CZV is een landelijke ontwikkelingen en voor gemeenten een nieuwe functie. De komende tijd wordt vanuit het programma in de gaten gehouden of dit ook voor Cool 2B Fit werkt.

---

## 5.4 Overwegingen

Per 2024 zijn er doorlopende groepen. Eind 2024 staat er een **Webinar** gepland, waarbij alle geregistreerde teams worden uitgenodigd. Hier zal extra aandacht zijn voor de ervaringen met:

- Effect op groepsdynamiek (deelnemers beginnen ieder op eigen moment – heeft dit effect op de groepsvorming / binding etc?)
- Emailopdrachten – worden deze goed gelezen en gemaakt?

Hoe ervaren de kinderfysiotherapeuten hun expertise op het geven van de thema-sportlessen waarin gezonde voeding een plek heeft.

# 6 Bijlagen

## 6.1 Evaluatie vragenlijsten

### 6.1.1 Kind (1,5 jaar)



#### Evaluatie na anderhalf jaar Cool 2B Fit – Kinderen

Het team van Cool 2B Fit wil zich constant verbeteren en wil daarom graag weten wat jij tot nu toe van Cool 2B Fit vindt. Daarom vragen we jou deze vragenlijst in te vullen. Omcirkel het cijfer welke voor jou het meest passend is voor de beantwoording van de vraag. Er zijn geen foute antwoorden mogelijk. Bij voorbaat dank voor je medewerking.

1. Wat vind je van het Cool 2B Fit programma? (1 = totaal niet leuk, 10 = heel erg leuk)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

2. Wat vind je van het sporten bij Cool 2B Fit? (1 = totaal niet leuk, 10 = heel erg leuk)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

3a. Wat was jouw belangrijkste doel van het afgelopen anderhalf jaar?

- verbetering van conditie
- gezonder leren eten
- meer zelfvertrouwen
- meer sporten
- afvallen
- anders, namelijk.....

3b. Heb je jouw belangrijkste doel van het afgelopen anderhalf jaar gehaald?

(1 = totaal niet, 10 = volledig)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

4. Ben je gezonder gaan eten?

- Nee
- Ja → Meerdere antwoorden zijn mogelijk
  - Ik ben minder gaan snoepen/ snacken
  - Ik drink minder frisdrank
  - Ik ontbijt
  - Ik eet minder grote porties
  - Ik eet meer groente
  - Ik eet meer fruit
  - Ik eet mager beleg op mijn brood
  - Anders:.....

5. Wat vind je van de je conditie? (1 = totaal niet verbeterd, 10 = sterk verbeterd)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

6. Wat vind je van je zelfvertrouwen na het volgen van Cool 2B Fit?

(1= helemaal niet meer zelfvertrouwen gekregen, 10= heel veel zelfvertrouwen gekregen)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

7. Welk rapportcijfer geef jij de vier individuele afspraken?

(1 = zeer slecht, 10 = heel goed)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

8. Welk rapportcijfer geef jij de sportlessen?  
(1 = zeer slecht, 10 = heel goed)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

9. Welk rapportcijfer geef jij het Cool 2B Fit team?  
(1 = zeer slecht, 10 = heel goed)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

10. Welk rapportcijfer geef jij het Cool 2B Fit programma?  
(1 = zeer slecht, 10 = heel goed)

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

11. Kun je in het kort omschrijven wat je van het Cool 2B Fit programma vond?

12. Heb je nog aanvullingen of opmerkingen

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst.  
Het Cool 2B Fit team

## 6.1.2 Ouder (1,5 jaar)



### Evaluatie na anderhalf jaar Cool 2B Fit – Ouders

Het team van Cool 2B Fit wil zich constant verbeteren en daarom willen we graag weten wat u tot nu toe van Cool 2B Fit vindt. Daarom vragen we u deze vragenlijst in te vullen. Omcirkel het cijfer welke voor u het meest passend is voor de beantwoording van de vraag. Er zijn geen foute antwoorden mogelijk. Overal waar de term "ouder" staat wordt ook "verzorger" bedoeld. Bij voorbaat dank voor uw medewerking.

1a. Hebt u van het Cool 2B Fit team voldoende informatie gekregen over het Cool 2B Fit programma?  
(1 = totaal niet, 10 = absoluut wel)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

1b. Hebt u nog iets gemist?

2a. Wat was voor jouw kind het belangrijkste doel van het afgelopen anderhalf jaar?

- verbetering van conditie
- gezonder leren eten
- meer zelfvertrouwen
- meer sporten
- afvallen
- anders, namelijk.....

2b. Heeft hij/ zij het belangrijkste doel van het afgelopen anderhalf jaar gehaald?  
(1 = totaal niet; 10 = volledig)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

3a. In hoeverre is uw kind anders gaan eten dan voordat hij/ zij met Cool 2B Fit meedeed ?  
(1 = totaal niet; 10 = absoluut wel)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

3b. Zo ja, wat is veranderd?

4. Wat vindt u van de conditie van uw kind na het volgen van het programma?  
(1 = totaal niet verbeterd, 10 = sterk verbeterd)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

5a. Wat vindt u van het zelfbeeld van uw kind na het volgen van het Cool 2B Fit programma?  
(1 = totaal niet verbeterd, 10 = sterk verbeterd)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

5b. Zo ja, wat is er veranderd?

6a. Welk rapportcijfer geeft u de Coach online?  
(1= niet zinvol, 10= heel zinvol)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

6b. Toelichting

7. Wel rapportcijfer geeft u de vier follow-up bijeenkomsten (terugkomdagen)?  
(1 = zeer slecht, 10 = zeer goed)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

8. Wel rapportcijfer geeft u het Cool 2B Fit team?  
(1 = zeer slecht, 10 = zeer goed)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

9. Wel rapportcijfer geeft u het Cool 2B Fit programma in zijn geheel?  
(1 = zeer slecht, 10 = zeer goed)

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

10. Raadt u andere ouders van een kind met overgewicht het Cool 2B Fit programma aan?  
(1 = zeer onwaarschijnlijk, 10 = zeer waarschijnlijk )

1   2   3   4   5   6   7   8   9   10

11. Kunt u in het kort omschrijven wat u van het Cool 2B Fit programma vond?

12. Hebt u nog aanvullingen of opmerkingen:

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst. Het Cool 2B Fit team

### 6.1.3 Evaluatievragenlijst Uitvoerders

Code	Vraagstelling	Antwoordopties
vraag_1	1. Was het programma te implementeren in uw gemeente/ praktijk?	1 = totaal niet, 10 = absoluut wel
vraag_1_opm	Toelichting:	
vraag_2	2. In hoeverre kunt u de informatie die u nodig hebt om het programma te kunnen uitvoeren goed vinden op de website voor professionals?	1 = niet goed, 10 = goed
vraag_2_opm	Toelichting:	
vraag_3	3. Welk rapportcijfer zou u de helpdesk/ back office willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_3_opm	Toelichting:	
vraag_4	4. Hoe is de samenwerking binnen het team?	1= helemaal niet goed, 10 = goed
vraag_4_opm	Toelichting:	
vraag_5	5. Sport en bewegen de kinderen in het algemeen meer dan voordat ze meededen aan Cool 2B Fit?	1 = niet, 10 = zeer veel meer
vraag_5_opm	Toelichting:	
vraag_6	6. Welk rapportcijfer zou u inhoud van de ouder- en kindbijeenkomsten willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_6_opm	Onderwerpen die u gemist hebt?:	
vraag_7	7. Welk rapportcijfer zou u de beweegkaarten willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_7_opm	Toelichting:	
vraag_8	8. Welk rapportcijfer zou u de Coach online willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_8_opm	Toelichting:	
vraag_9	9. Welk rapportcijfer zou u de follow-ups willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_9_opm	Toelichting:	
vraag_10	10. Welk rapportcijfer zou de inhoud van het programma Cool 2B Fit willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_10_opm	Toelichting:	
vraag_11	11. Welk rapportcijfer zou u het Cool 2B Fit programma in totaal willen geven?	1 = zeer slecht, 10 = goed
vraag_11_opm	Toelichting:	
vraag_12	12. Kunt u in het kort omschrijven wat u van het Cool 2B Fit programma vond?	
vraag_13	13. Hebt u nog aanvullingen of opmerkingen:	
id	<automatisch>	
professional_id	<automatisch>	
datum_invoer	<datum>	

## Bijlage 1. Teams – redenen stoppen

### Professor LHoir, Monique Wageningse Universiteit (18-01-2024)

Vanuit de GGD zijn we bezig met de ketenaanpakken en ik benoem natuurlijk vaak Cool 2B Fit. Maar wat de mensen uit de praktijk vinden, is dat de groepjes niet snel genoeg vol waren en kinderen te lang moesten wachten. Ik antwoord daar altijd op dat we gaan pleiten voor een doorgaande groepsvorming. M.a.w., de groep gaat door, ook met minder kinderen. Dus meer en beter werven en de groepen steeds door laten gaan, ook als het er even minder zijn. Tijdens de Ramadan misschien niet; als je veel Moslim kinderen in de groep hebt.

Let op! De kolomnamen hieronder zijn ingekort. Volledige kolomnamen staan in Hoofdstuk 3.

Gemeente	Datum stopzetten	Financiering met gemeente:	Subsidie stopt; convenant stopt	Gedragdeskundigen zijn uit team	Te weinig aanmeldingen	Groep motivatie	Cool 2B Fit team uit elkaar	Toelichting
Oosterhout	28-10-2019				1			We hebben heel veel effort gestoken in het opzetten van team Oosterhout en Drimmelen. In Oosterhout lopen we tegen het feit aan dat we te weinig aanmeldingen hebben om een groep te starten, kinderen daardoor te lang moeten wachten voor de start. Ondanks alle PR en moeite vanuit onze kant hebben we na 1,5 jaar besloten dat we eerst weer gaan kijken wat of en hoe we willen doorgaan, maar we vinden de licentie van Cool 2B Fit te duur om weer een jaar te betalen voor iets wat niet van de grond komt.. In Drimmelen is dit eigenlijk hetzelfde, maar hier willen we na gesprek met de gemeente dit nog een kans geven. In Dongen waren we vanwege bovenstaande problemen nog niet aan een team toegekomen. Alle werk is in bovenstaande gemeenten gaan zitten. Het kan zijn dat we na volgend jaar weer bij jullie terug komen omdat het programma ons erg aanspreekt. Maar voor nu willen we alleen de licentie voor Drimmelen voort zetten
Drimmelen	28-10-2019				1			<zie toelichting Oosterhout>
Beilen	5-11-2019		1					Het team klopt, maar het project is afgelopen en zal ook niet herhaald worden. Wij hebben onze licentie al opgezegd en hoeven wat mij betreft niet meer vermeld te worden op de website.
Roosendaal	9-1-2020	1						Helaas moet ik je informeren dat Cool 2B Fit in Roosendaal niet doorgaat na de ZonMw subsidieperiode. Financiering kwam niet rond. We zijn nu aan het kijken voor een afgeslankt aanbod om kinderen in ieder geval in beweging te krijgen en waar mogelijk aan te sluiten met bijeenkomsten voor ouders. Het was voor ons allemaal een intensieve en leerzame periode, waarin een aantal gezinnen echt geholpen zijn. Dank voor je adviezen en hulp de afgelopen jaren.
Hengelo	16-7-2020				1			Na overleg met het team Hengelo zijn we tot de conclusie gekomen dat we de resultaten/prestaties zoals afgesproken in de subsidiebeschikking niet bereiken. Het team zelf is (ook) niet tevreden over hoe het loopt. De resultaten vallen wat tegen, de werving verloopt niet goed, waardoor groepen niet of pas veel later zijn gestart – hiermee worden de vooraf gestelde subsidievoorwaarden niet behaald en dat betekent dus dat we de subsidie moeten terugvorderen. De subsidie voor de 4e groep is afgegeven in februari 2019 en is nog steeds niet(!) gestart. Dat kan natuurlijk niet. Vandaar dat nu ook het punt is gekomen waarop we het formeel moeten afronden.
Apeldoorn	4-8-2020		1	1				Naar aanleiding van het opzeggen van hun medewerking van de psychologen aan het programma Cool 2B Fit, is er afgelopen maand tot onze grote spijt de definitieve beslissing gevallen dat het Team Apeldoorn stopt met het draaien van dit mooie programma. De lopende groepen

										zullen nog tot en met het eind worden begeleid. Vanuit meerdere zorgverleners (dus niet alleen de psychologen) komt terug dat er teveel tijd en organisatie om het programma heen zit om dit programma goed te kunnen laten draaien. Tijd die ook niet vanuit de reguliere zorg kan worden gefinancierd. Evaluatie Cool 2B Fit Hoewel we er allemaal van overtuigd zijn dat de inhoud en doelstelling van de interventie passend is bij de problematiek van obesitas en zeer noodzakelijk, moeten we ook concluderen dat het veel inzet vraagt van alle betrokkenen, er veel tijd gaat zitten in de randzaken als administratie en overlegstructuren en er een te kleine doelgroep wordt bereikt.
Doesburg	9-10-2020				1	1				De werkgroep heeft ervoor gekozen om een andere weg in te slaan. Reden hiervoor is dat er te weinig animo blijkt voor het project vanuit de doelgroep en hun omgeving. We hebben nu bijna twee programma's doorlopen en ondervinden dat ouders en kinderen het lastig vinden om gemotiveerd te blijven, we ervaren veel weerstand en ondervinden dat onze motivatie daarom niet meer juist is. Bij deze wil ik daarom graag onze samenwerking per 1 november 2020 opzeggen. Volgende week zit in nog met de werkgroep bij elkaar om te bespreken hoe we de huidige groep goed gaan afsluiten.
Bronckhorst	4-11-2020				1					Dit betreft Bronckhorst en dat heb ik volgens opgezegd. We krijgen het niet van de grond en hebben na 3 jaar proberen besloten er de stekker uit te trekken
Almelo	7-6-2021	1								Na 1 jaar te zijn gestopt omdat de gemeente Almelo de gedragsdeskundige niet wil betalen kan Almelo toch weer starten dankzij subsidie van Bolletje.
Olst Wijhe	1-2-2022								1	Uit je antwoord begrijp ik dat Team Cool 2B Fit Olst Wijhe niet meer compleet is. N. werkt nu ergens in Deventer, E. werkt in Nijverdal, D. weet ik niet waar die nu werkt, en ik werk nog wel met Cool 2B Fit maar niet in Olst Wijhe momenteel. De fysiotherapeut in Olst is via de praktijk daar bereikbaar, maar zelf dacht ik niet meer. Hooguit de GGD zal nog werken op de bekende locatie....Diëtist
Assen	15-12-2022				1					Bij deze wil ik graag de licentie en team Assen opzeggen. Helaas is het de afgelopen jaren niet gelukt een groep te starten. Ook zien wij dit voor komend jaar niet gebeuren.
Losser	30-12-2022				1					Ze hadden niet voldoende aanmeldingen.
Borculo	13-1-2023				1					Wij hebben ernaar gekeken en de aanpassingen die jullie voorstellen zijn bij ons al gemaakt. We hebben een beweeggroep georganiseerd en proberen hierin de kinderen te laten instromen en begeleiding te bieden vanuit diëtik en sociaal domein. We hebben van de gemeente Berkelland een forse subsidie gekregen voor het draaien van de beweeggroep. Echter, de instroom is erg beperkt ondanks alle bekendheid, werving en samenwerking met POH'ers, huisartsen en jeugdartsen. Dit in tegenstelling tot de volwassenen GLL: deze groepen blijven continu volstromen. Wellicht als er een landelijk vergoeding komt voor kinder GLL dat er meer animo komt. Indien wij niet verder komen dan moeten wij de samenwerking met Cool 2B Fit stopzetten omdat we verder geen inkomsten meer hebben. Dit is erg jammer maar we hebben afgelopen jaren er alles aan gedaan om het project draaiende te krijgen.
Gouda	3-2-2023				1					Eerder vertelde ik dat we verwachtten om begin dit jaar weer een groep te kunnen starten. Uiteindelijk is dat helaas toch niet gelukt om diverse redenen. De belangrijkste reden is dat we onvoldoende aanmeldingen hadden (7), en er daarvan enkele kinderen niet toelaatbaar waren. De startdatum voor deze groep was sinds november 2021 al een aantal keer uitgesteld in verband met te weinig deelnemers. De laatste groep is in mei 2021 gestart. In de laatste 1,5 jaar is het dus niet meer gelukt om een groep vol te krijgen. Inmiddels is er vanuit Gezondheidscentrum <> geen draagvlak meer om Cool 2B Fit verder voort te zetten. We zullen onze rol als kartrekker daarom neerleggen. Er gaat erg veel tijd en energie (en met tijd ook geld) in zitten om genoeg deelnemers aan te trekken, en het levert weinig op. Ook vanuit de rest van het team is besloten om voorlopig niet verder te gaan met Cool 2B Fit. Heel erg zonde, omdat de noodzaak wel duidelijk zichtbaar is.
Enschede Oost West	22-3-2023	1								Opgezegd omdat de gemeente niet bereid was om subsidie te verlenen voor de gedragsdeskundige.
Alphen aan de Rijn	5-7-2023				1					Helaas is het ons niet gelukt om een groep kinderen bij elkaar te krijgen voor ons programma, dus we willen hierbij de licentie voor het Cool 2B Fit programma opzeggen.
Gemeente West Betuwe	18-12-2023				1					Graag zouden wij voor de gemeente West Betuwe het Cool 2B Fit programma opzeggen. We krijgen ondanks vele pogingen de groepen niet vol.
Zandvoort	15-02-2024				1					Het programma slaat niet aan.
<b>Totaal</b>		<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			

---

# Colofon

**Titel van het rapport:** Procesevaluatie Cool 2B Fit 2024

**Auteurs:** Dr. ir. Simone T. Boerema, onafhankelijk onderzoeker

**Datum van publicatie:** 4 oktober 2024.

**Uitgever:** Stichting Cool 2B Fit

**Contactinformatie:** Stichting Cool 2B Fit, [www.cool2bfit.nl](http://www.cool2bfit.nl)

**Projectinformatie:** Dit onderzoek is uitgevoerd in opdracht van de Stichting Cool 2B Fit. De onderzoeker verklaart geen belangen te hebben bij de uitkomsten van dit onderzoek en geen conflicterende belangen te hebben.

**Copyrightinformatie:** Dit rapport is auteursrechtelijk beschermd. Alle rechten voorbehouden. Het is niet toegestaan om delen van dit rapport te kopiëren, verspreiden of op enige andere wijze te gebruiken zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Stichting Cool 2B Fit.

**Versie:** 1.0

## Over de auteur

Dr. ir. Simone Boerema is een wetenschapper met een sterke achtergrond in biomedische Technologie. Ze promoveerde aan de Universiteit Twente, waar ze onderzoek deed naar het meten en verbeteren van sedentair gedrag met behulp van draagbare activiteitsensoren. Haar proefschrift richtte zich op het ontwikkelen van mHealth-interventies om mensen te helpen hun zittende levensstijl te veranderen door middel van real-time feedback en coaching. Sinds 2017 is Simone werkzaam als epidemioloog bij GGD Twente, waar haar aandachtsgebied ligt op het gevalideerd meten van gezondheidsuitkomsten, technische innovaties en data-gedreven werken.

Haar expertise in het analyseren van gezondheidsuitkomsten en het toepassen van innovatieve technologieën maakt haar de geschikte wetenschapper om de procesevaluatie en effectiviteit van deze gecombineerde leefstijlinterventie voor kinderen te evalueren.

**Publicaties:** [Google Scholar](#) | [LinkedIn](#) | [ResearchGate](#) | [ORCID](#)