De Gezonde Basisschool van de Toekomst

Nina Bartelink, PhD Candidate
Patricia van Assema, Maria Jansen,
Hans Savelberg, Stef Kremers
Department of Health Promotion
Maastricht University
n.bartelink@maastrichtuniversity.nl

Maastricht University

Visie (1)

- Integreren van gezondheid en welzijn in de school
- Gebaseerd op ‘Gezonde School’ principe
- Niet één activiteit maar een **systeemverandering** in de school (sociale en fysieke omgeving, educatie, beleid, praktijken ouders en leraren)
- Omslag in school bewerkstellingen door middel van twee grote veranderingen:
  - Lunch
  - Gestructureerd tussenschools aanbod met bewegen en cultuur

Visie (2)

- Creëren van **momentum** voor nog meer **gezondheidsbevorderende veranderingen**
- Iedere school heeft zijn eigen dynamiek, **eigen context**
- **Bottom-up:** participatie van leraren, ouders én kinderen cruciaal!

CONTEXT MATTERS

Start

- 4 scholen
- Implementatie: November 2015
- Groot samenwerkingsverband

De twee grote veranderingen

	Voeding-Beweegschool	Beweegschool	Controleschool
Schooltijden	15.30/15.45	15.00	15.00
Voeding	Leerlingen eten gratis gezonde lunch & tussendoortje op school (30 min)	Leerlingen eten eigen lunch thuis of op school (15min)	Leerlingen eten eigen lunch thuis of op school (15min)
Beweging	Pauze: 60 min vrij spel + georganiseerde sport, spel & cultuur	Pauze: 60 min vrij spel + georganiseerde sport, spel & cultuur	Pauze: 15-30 min vrij spel

Overige gezondheids-bevorderende veranderingen

de gezonde basisschool van de toekomst

Waterconsumptie stimuleren (waterbidons, waterbeleid)

Beweegtussendoortjes tijdens de lesdag

Educatieve lunch

Extra gymlessen / zwemlessen

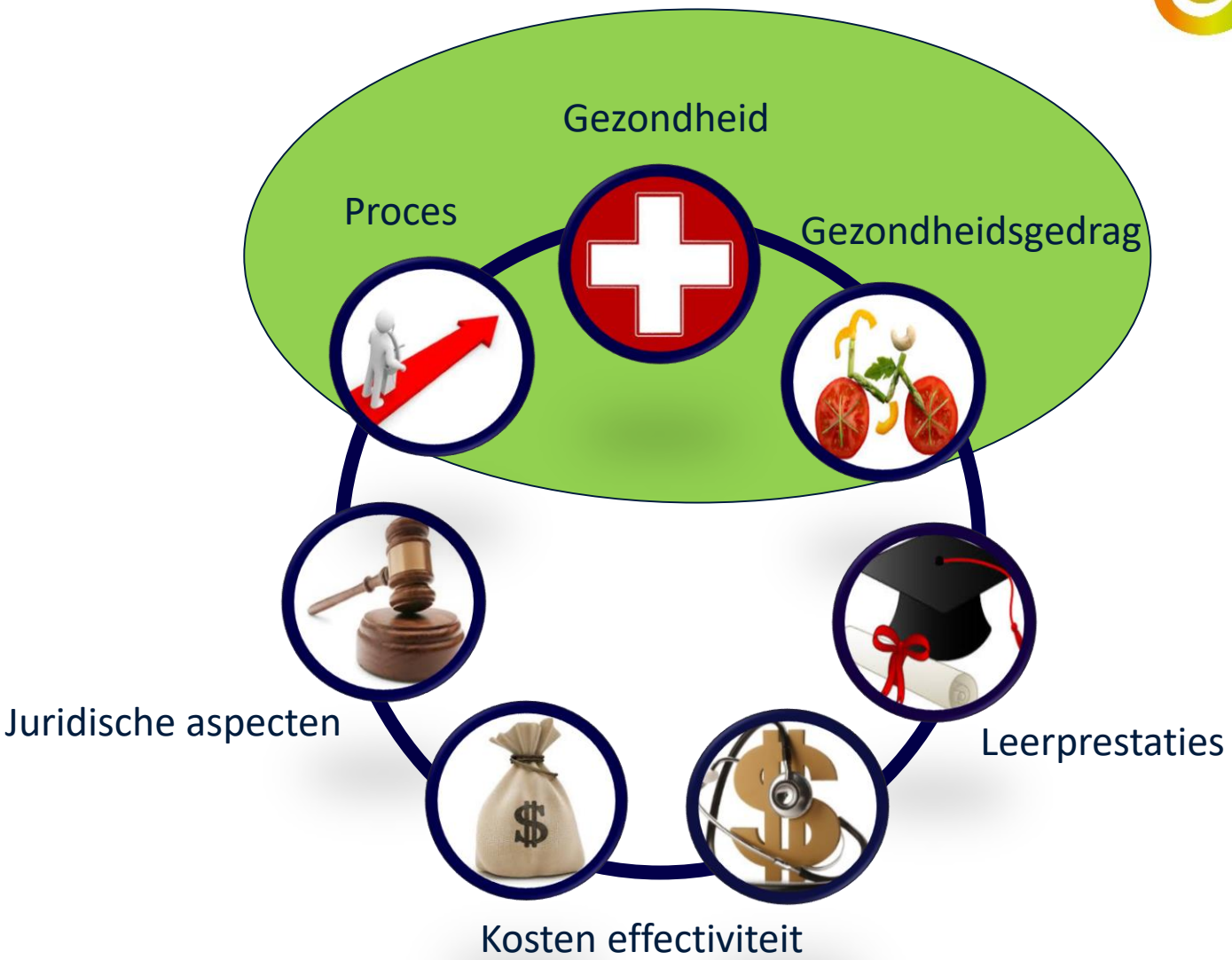
Schooltuintjes

Actief transport stimuleren

Traktatiebeleid aanpassen

Maastricht University

Onderzoek



Maastricht University

Mijn deel binnen het onderzoek

- **Meer dan alleen evaluatie**
- **Ondersteuning** bieden aan de scholen voor het veranderingsproces (bijv. fruitmand, monitoring, feedback)
- Focus op iedere specifieke **school context**

Contextual action-oriented research approach (CARA)

International Journal of
Environmental Research and Public Health

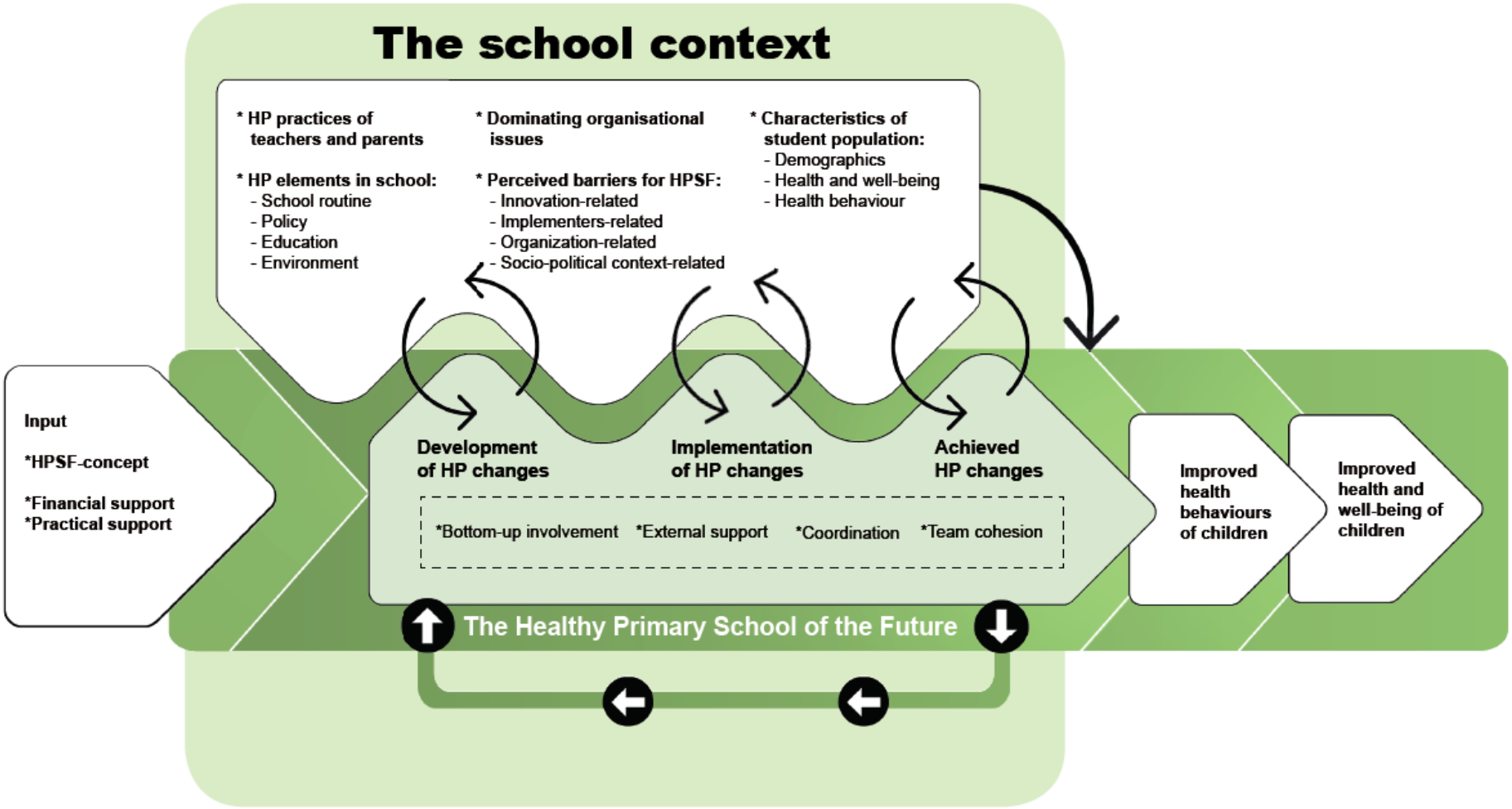
MDPI

Protocol

The Healthy Primary School of the Future: A Contextual Action-Oriented Research Approach

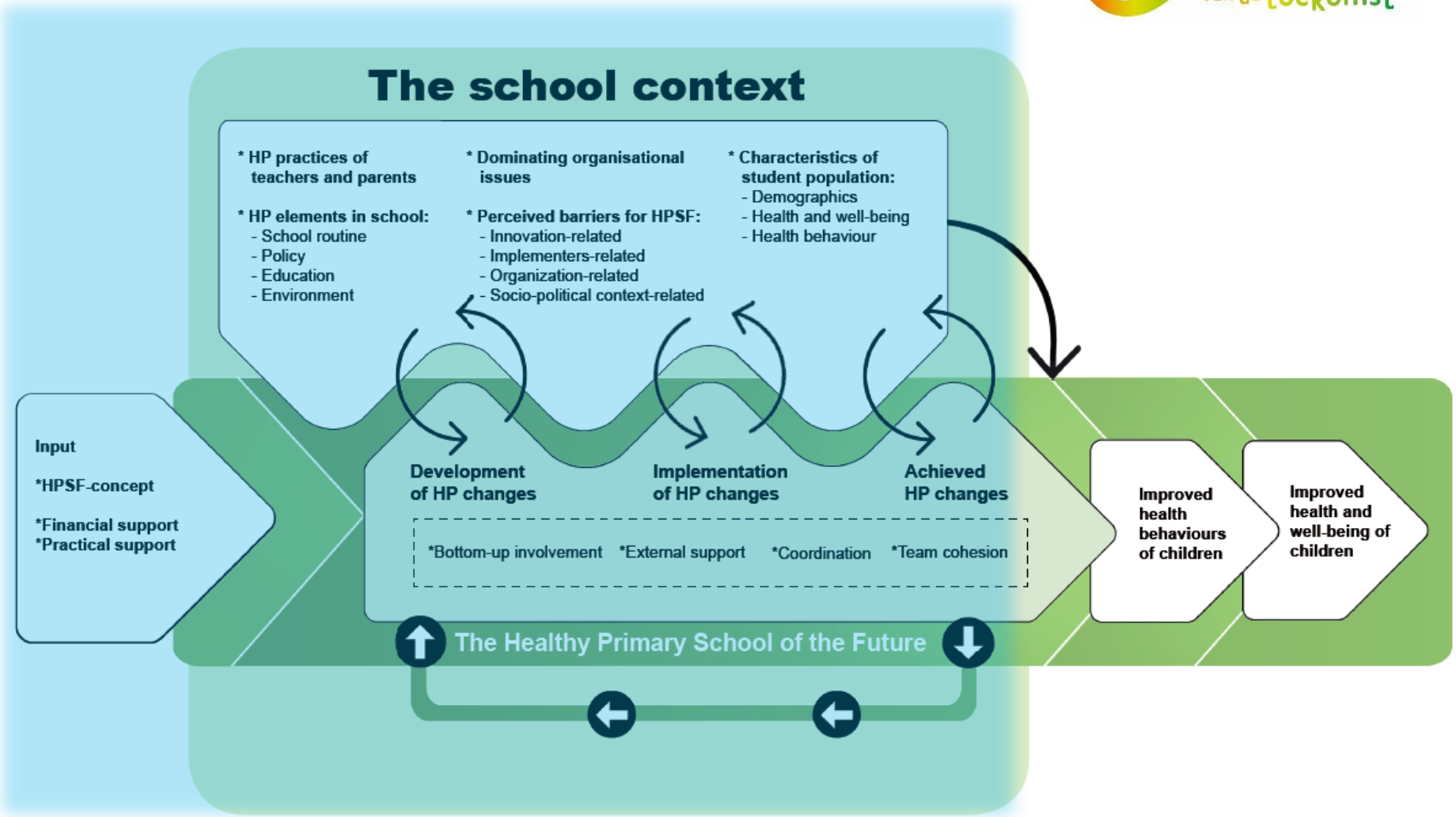
Nina H. M. Bartelink [1,2,3,*], Patricia van Assema [1,2], Maria W. J. Jansen [3,4], Hans H. C. M. Savelberg [5], Maartje Willeboordse [6] and Stef P. J. Kremers [2]

Theoretisch model



Evaluatie van het proces

de gezonde basisschool van de toekomst



Maastricht University

Methode

Mixed methods

- Interviews
- Observaties
- Vragenlijsten
- Document analyse van notulen

In kaart brengen van de aspecten uit theoretisch model

Vijf belangrijkste leerpunten (1)

1. Een ‘gezonde school’ creëren had tijd nodig, waarbij ‘bottom-up’ betrokkenheid cruciaal was.

2. Regelmatig contact was nodig om elkaar te leren kennen en om verwachtingen te bespreken.

3. ‘Top-down’ kennis en externe praktische ondersteuning was nodig om een omslag (disruption) te realiseren in de school.

Vijf belangrijkste leerpunten (2)

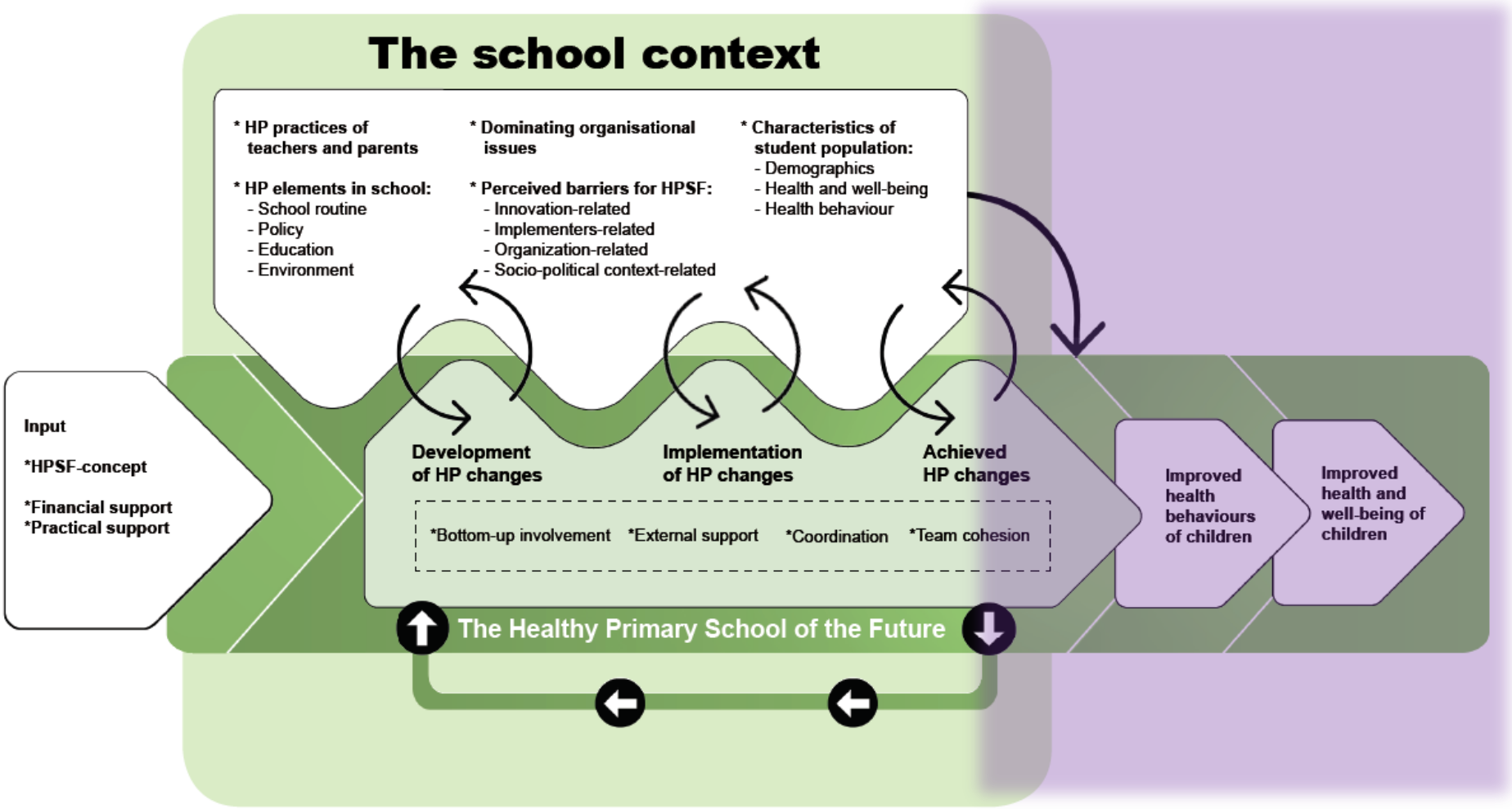
4. Een omslag (disruption) was zeer bruikbaar voor het invoeren van andere gerelateerde gezondheidsbevorderende aanpassingen in school.

5. Om veranderingen te realiseren en aan te passen aan de school context was continue feedback nodig tussen alle betrokkenen.

Bartelink N, van Assema P, Jansen M, Savelberg H, Moore G, Hawkins J, & Kremers S. *Process evaluation of the Healthy Primary School of the Future: The key learning points*. Under review.

Evaluatie van de effecten na 2 jaar

de gezonde basisschool van de toekomst



Maastricht University

Methode

Metingen

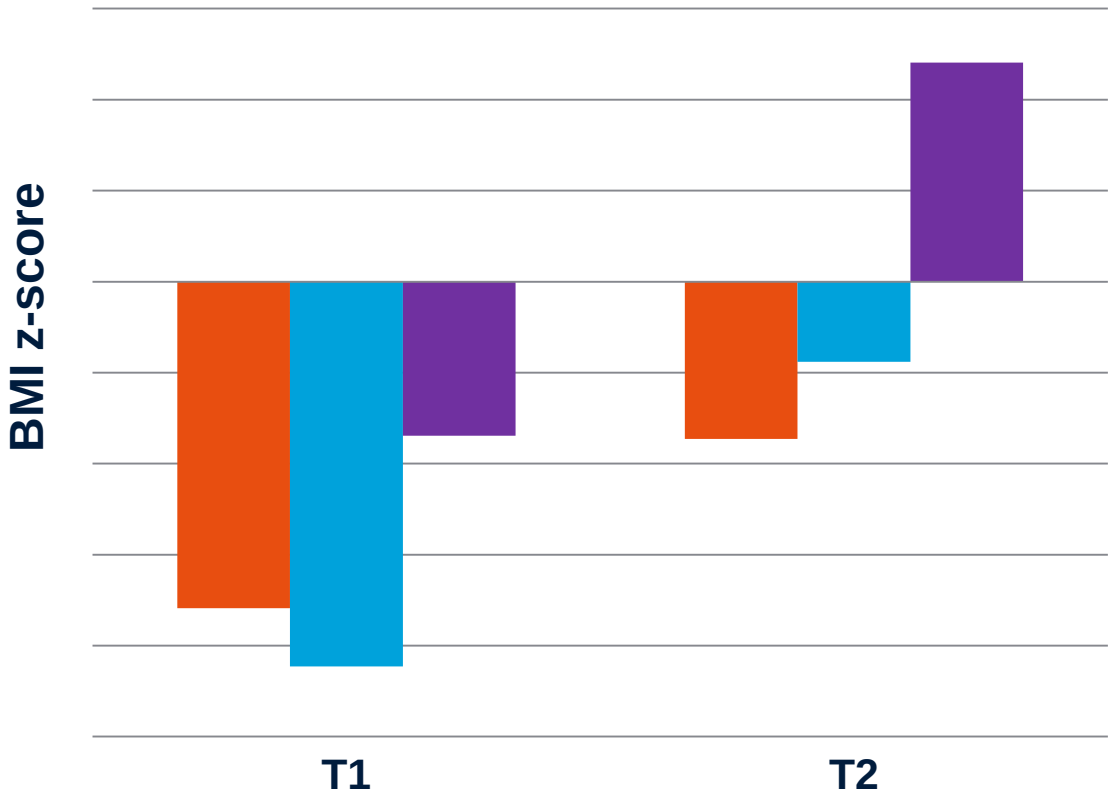
- Anthropometrie-metingen (lengte, gewicht)
- Beweegmeters
- Vragenlijsten

Deelnemers onderzoek

- Ongeveer 60% van alle kinderen.
- Selectie: kinderen die bij T0 al in groep 1 of hoger zaten
- N= 1676

Resultaten: BMIz

Geobserveerde gemiddelden



Oranje: Voeding-Beweegscholen
Blauw: Beweegscholen
Paars: Controle scholen

Resultaten: BMIz

Na correctie voor confounders, in vergelijking met controlescholen:

- Klein maar significant effect voor zowel:
  - Voeding-Beweegscholen
  - Beweegscholen

- Geen significant verschil tussen subgroepen: geslacht, leeftijd, SES, wel/niet overgewicht.

Resultaten: Beweeggedrag

Voeding-Beweegscholen vs controle scholen

Beweegmeters

↓ Zitten

↑ Lichte PA (wandelen)

Ouderdata

↓ Tijd sedentair (computer, TV)

↓ Tijd in PA

Beweegscholen vs controle scholen

Geen significante verschillen

Resultaten: Voedingsgedrag

de gezonde basisschool van de toekomst

Voeding-Beweegscholen vs controle scholen

↑ Gezond voedingsgedrag (water, groente, fruit)
↓ Ongezond voedingsgedrag (zoete dranken, snacks)

↑ Water drinken op school

Lunch:

↑ Groente
↑ Zuivel producten
↓ Granen
↓ Boter

Maastricht University

Conclusie effectevaluatie

- Positieve effecten in beide typen GBvdT
- Meerwaarde om te focussen op zowel voeding als beweging, dan alleen een focus op bewegen.

Effectevaluatie gericht op BMI:
Bartelink N, van Assema P, Kremers S, Savelberg H, Oosterhoff M, Willeboordse M, van Schayck O, Winkens B, & Jansen M. *Can the Healthy Primary School of the Future offer perspective in the on-going obesity epidemic in young children? – a quasi-experimental study.* Under review.

Effectevaluatie gericht op voedings- en beweeggedrag:
Bartelink N, van Assema P, Kremers S, Savelberg H, Oosterhoff M, Willeboordse M, van Schayck O, Winkens B, & Jansen M. *One- and two-year effects of the Healthy Primary School of the Future on children's dietary and physical activity behaviours: a quasi-experimental study*. Under review.

Hoe nu verder? Onderzoek

Nog twee deelstudies, focus op:
Voor wie en onder welke omstandigheden zijn de effecten het grootst?

<u>Deelstudie 1:</u>
- Welke omstandigheden: Wat is de invloed van de school context op de effecten?

<u>Deelstudie 2:</u>
- **Voor wie** zijn de effecten op gedrag het grootst?
- Zijn de effecten ook in de **thuisomgeving** te zien?

Deze zomer proefschrift afronden!

Hoe nu verder? Praktijk

In de vier betrokken scholen:

- Gesprekken en sessies met ouders in iedere school

Daarnaast ook:

- Veel regionale en landelijke interesse
- Doorontwikkeling in Noord-limburg: ‘Lekker in je vel’

https://l1.nl/l1mburg-centraal-basisschoolleerlingen-hebben-baat-bij-meer-bewegen-en-gezonder-eten-147832/

Contactgegevens:
Nina Bartelink
n.bartelink@maastrichtuniversity.nl
Tel: +31 433882401
www.gezondebasisschoolvandetoekomst.nl

Maastricht University