



Gezondere leefstijl door (onbewuste) ervaringen

Simone Ooms



Utrecht
University



Context

- ❖ NWO (KIC 'Access to care in the living environment')
- ❖ Bevorderen van een gezonde leefstijl onder praktijkschool leerlingen (12-18, LVB)
 - ❖ Eetgedrag → WUR
 - ❖ Bewegen → TU/e
 - ❖ Mentaal welzijn → UU
- ❖ Participatief onderzoek
- ❖ Partner consortium
 - ❖ PrO scholen
 - ❖ Gezondheid experts (Voedingscentrum, GGD, Trimbos, etc.)
 - ❖ Interventie experts (Special Heroes, InnoSportLab, Dutch Rose Media, etc.)



Focus van LIFTS

De uitdaging

- Afwegen keuzes m.b.t. gezonde leefstijl ^{1,2}
- Reguliere campagnes / leermethoden sluiten niet aan ^{3,4}

Onze aanpak

- Technologie als kans ^{5,6,7}
- Ontwerpen van (onbewuste) ervaringen om gezonde leefstijl keuzes te bevorderen/ondersteunen

1 Hatton et al. 2018. The mental health of adolescents with and without mild/moderate intellectual disabilities in England: Secondary analysis of a longitudinal cohort study.

2 Inspectie voor de Gezondheidszorg. 2012. Staat van de Gezondheidszorg.

3 de Wit et al. 2023. Effectieve interventies LVB.

4 Ownby et al. 2019. Enhancing the Impact of Mobile Health Literacy Interventions to Reduce Health Disparities.

5 Hassan et al. 2019. How motivational feedback increases user's benefits and continued use: A study on gamification, quantified-self and social networking.

6 Martinez-Millana et al. 2022. Motivating Physical Activity for Individuals with Intellectual Disability through Indoor Bike Cycling and Exergaming.

7 Ministerie van Financiën. 2019. Interdepartementaal beleidsonderzoek Mensen met een licht verstandelijke beperking.

Onderzoek & Ontwerp Proces

In kaart brengen
behoefte &
uitdagingen

Ontdekken van
oplossingsrichtingen

Maken en
evalueren
van een
ervaring

- Bestaand onderzoek
- Interviews
 - Partners
 - Leraren
- Creatieve sessies
 - Leraren
 - Leerlingen

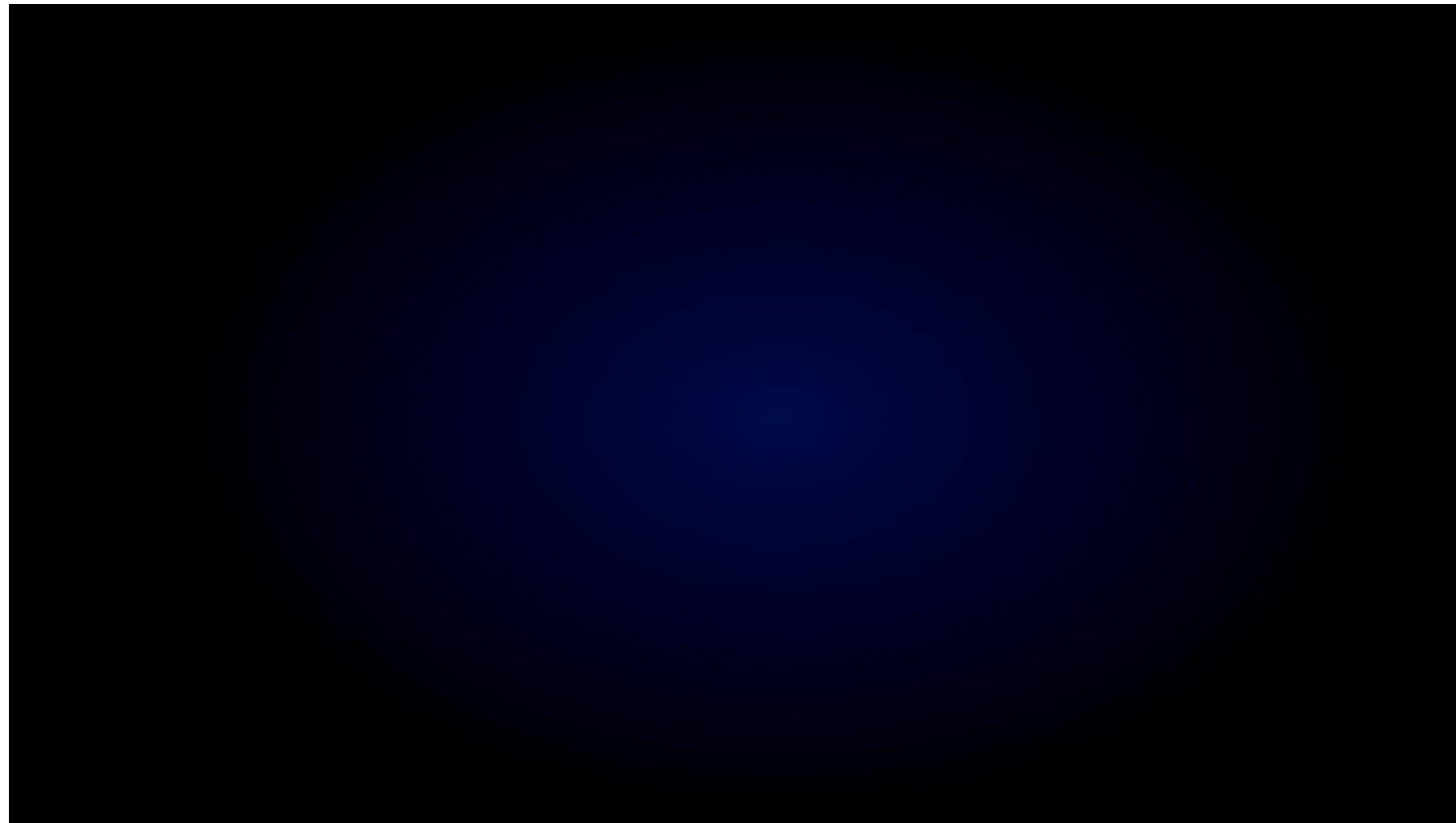
- Bestaand onderzoek
- Bestaande producten / lesmateriaal
- Co-creatie
 - Leraren
 - Leerlingen

- Iteratief
- Samen met:
 - Partners
 - Leraren
 - Leerlingen



Bestaand onderzoek: DEEP

- Virtual Reality spel om angst en verstorend gedrag in de klas te verminderen⁸



Bestaand lesmateriaal: Grow Wizz Kid

- Kweken+ interactief platform om gezonde voeding in onderwijs te integreren⁹



Bestaand product: High-Five

- Wandelen en fietsen naar school motiveren door puntensysteem¹⁰





Gezondere leefstijl door (onbewuste) ervaringen

Inês Ribeiro

Pieter van Gorp

Laura Genga

Yuan Lu

Simone Ooms - s.c.ooms@uu.nl



Utrecht
University

Hanna Hauptmann - Judith Masthoff -
Marloes Kleinjan - Margot Peeters

Madelief Engels

Daniëlla van Uden

Kirsten Verkooijen

Yvonne de Bont

Sanne Raghoobar

Ellen van Kleef

Monique Simons

Monica Mars

Annemarie Wagemakers

Edith Feskens

Spencer Moore