

# Cool 2B Fit is een effectieve kinder-GLI

Cool 2B Fit is november 2024 her-beoordeeld als een **effectieve Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)** op de interventiedatabase Gezond en Actief Leven van het RIVM.

De professoren van het RIVM zijn positief over **Cool 2B Fit** vanwege de actieve betrokkenheid van de interventie-eigenaren en de goede betrokkenheid van ouders.

Cool 2B Fit is goed onderbouwd, met theoretische concepten die nog steeds relevant zijn. De procesevaluatie wordt als sterk beschouwd, vooral door de goede afstemming met eindgebruikers. Tevens is het werkblad duidelijk beschreven, wat wijst op goede controle over het product. Daarnaast wordt het monitoren en door ontwikkelen van het programma als een belangrijke kracht gezien.

## Conclusie onderzoek – effect studie Cool 2B Fit:

Uit het onderzoek blijkt dat deelnemers na het programma (significant):

- gezonder gewicht hebben
- conditie verbeterd is
- verbetering van kwaliteit van leven
- minder snoep en snacks eten

[Boerema, S. \(oktober 2024\). Effectstudie Cool 2B Fit 2024.](#)

## Conclusie onderzoek – proces evaluatie Cool 2B Fit

	Deelnemers	Ouders	Professionals
Programma leuk	7,9 (± 1,8)		
Kwaliteit positief	8,1 (± 1,8)	7,4 (± 1,8)	7,9 (± 1,0)
Individuele afspraken	6,9 (± 1,7)		
Team cool 2B Fit score	8,3 (± 1,5)		
Raden anderen aan		8,4 (± 1,3)	
Coach online		7,3 (± 2,5)	6,3 (± 1,2)

[Boerema, S. \(oktober 2024\). Procesevaluaties Cool 2B Fit 2024.](#)