

ACTIVEFORHEALTH.EU

Beleidsaanbevelingen voor actievere en inclusieve gemeenschappen in Europa

Werkpakket 4, Leverbaar: 4.2

Hoofdrol: SportDrenthe

Gefinancierd door de Europese Unie. De geuite meningen en opvattingen zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en weerspiegelen niet noodzakelijkerwijs die van de Europese Unie of het Europees Agentschap voor Onderwijs en Cultuur (EACEA). Noch de Europese Unie, noch de EACEA kunnen hiervoor verantwoordelijk worden gehouden.

Co-funded by the European Union

Inhoud:

Samenvatting 4

1. Waarom Europa een dagelijks actieve omgeving nodig heeft 7
2. Van bewijs tot praktijk: Wat EHLA deed 10
3. Wat EHLA heeft geleerd: Van uitkomsten naar beleid 13

4. Beleidsprincipe 1 - Maak beweging onderdeel van het dagelijks leven 15
5. Beleidsprincipe 2 - Bereik iedereen16
6. Beleidsprincipe 3- Maak scholen een ankerpunt voor actieve gemeenschappen 17
7. Beleidsprincipe 4 - Deel de ambitie, lokaliseer de oplossing 19
8. Beleidsprincipe 5 - Investeer in mensen, coördinatie en veranderingscapaciteit21
9. Beleidsprincipe 6 - Technologie moet zijn plaats verdienen22
10. Beleidsprincipe 7 - Verbind beweging met bredere ontwikkeling23
11. Beleidsprincipe 8 - Bouw op voor de lange termijn 24

12. EHLA-beleidsaanbevelingen door belanghebbenden 29
13. Van pilot naar beleid: de EHLA-implementatieroutekaart32
14. Drie landen, drie beleidslessen35
15. Voorbij de kindertijd; Wat EHLA verantwoordelijk kan zeggen37
16. Meten wat ertoe doet 39
17. De oproep tot actie van de EHLA42

Maak actief leven de gemakkelijke, normale en inclusieve keuze — elke dag, voor iedereen.

Gefinancierd door de Europese Unie. De geuite meningen en opvattingen zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en weerspiegelen niet noodzakelijkerwijs die van de Europese Unie of het Europees Agentschap voor Onderwijs en Cultuur (EACEA). Noch de Europese Unie, noch de EACEA kunnen hiervoor verantwoordelijk worden gehouden.

Documentstatus

Veld	Final 1.0
Leverbaar	D4.2 — Witboek: beleidsaanbevelingen
Doel	Geconsolideerd openbaar Witboek — definitieve redactionele beoordeling
Hoofdbegunstigde	SportDrenthe
Werkpakket	WP4
Verspreiding	PU — Publiek
Project	Europese Healthy Lifestyle Actions (EHLA), Project ID 101184145
Status	Geconsolideerde beleidsaanbevelingen die in wezen zijn goedgekeurd door het EHLA-consortium.

Bewijs en deelname die het White Paper informeren

EHLA was op verschillende niveaus participatief. De evaluatie van de Active Day verzamelde perspectieven van kinderen, leraren/coaches en ouders, waarbij de nadruk per land verschilde. De lokale implementatie betrof ook scholen, community coaches, gemeenten en projectpartners. Partnerreflectie, waaronder het EHLA Outcomes-proces en webinars, voegde implementatielessen toe over coördinatie, leiderschap, praktische tools, digitale ondersteuning en duurzaamheid.

Samenvatting

Europa heeft geen nieuwe campagne nodig die mensen simpelweg vertelt meer te bewegen. De beleidsuitdaging is het creëren van de voorwaarden waarin beweging mogelijk, aantrekkelijk, inclusief en normaal wordt in het dagelijks leven.

EHLA verbond onderzoek, praktische tools, capaciteitsopbouw en implementatie in de praktijk. D3.1 stelde de evidence-based principes uiteen: gelijkheid en inclusie, gedragsverandering, ondersteunende omgevingen, stakeholderactie en RE-AIM. D3.2 onderzocht hoe een digitaal hulpmiddel participatie en communicatie kan ondersteunen, terwijl D3.3 zich richtte op de mensen en organisatorische capaciteit die nodig zijn om verandering te realiseren. D4.1 en de landenpilots lieten vervolgens zien hoe deze ideeën werkten wanneer ze werden aangepast aan echte situaties. De EHLA-uitkomsten voegen een laatste laag toe: wat de implementatie heeft geholpen, wat wrijving creëerde en wat er daarna zou moeten veranderen.

De belangrijkste opbrengst van EHLA is daarom niet één enkele interventie. Het is een manier van werken: een gedeelde ambitie creëren, lokaal eigenaarschap opbouwen, de mensen die verandering moeten realiseren uitrusten, zich aanpassen aan de context, leren tijdens de implementatie en succesvolle praktijken inbedden voordat tijdelijke projectondersteuning eindigt.

Stop met het zien van lichamelijke activiteit als een extra activiteit. Begin het in het dagelijks leven te integreren.

Dit White Paper vertaalt dat leren naar beleid. Het betoogt dat overheidsinstanties verder moeten gaan dan geïsoleerde projecten en actieve ecosystemen moeten creëren rond scholen, gezinnen, gemeenschappen, sport, gezondheidszorg, jeugddiensten, mobiliteit en openbare ruimte.

Bijgewerkte D4.1-integratie (Definitieve redactionele versie 0.6): De vier aanbevelingen in eerdere werkpakketten — begin met bestaande sterke punten, pas lokaal aan, investeer in mensen en verbonden omgevingen, en plan voortzetting vanaf het begin — worden vertaald naar concrete beleidsinstrumenten in Sectie 11A. Het White Paper behoudt zijn tien overkoepelende beleidsboodschappen.

Tien beleidsboodschappen

1. **Maak beweging onderdeel van het dagelijks leven.** Het beleid voor lichamelijke activiteit moet de dagelijkse omgeving en routines vormgeven, en niet alleen aparte sport- of trainingssessies financieren.

2. **Maak van scholen een anker voor actieve gemeenschappen.** Scholen bereiken bijna elk kind. Gebruik dat universele bereik en verbind vervolgens bewust school, familie, buurt, sport, gezondheid en openbare ruimte.

3. **Ontwerp voor degenen die het meest waarschijnlijk gemist worden**. Gelijkheid is geen toevoeging. Geslacht, handicap, inkomen, zelfvertrouwen, cultuur, toegang en veiligheid moeten het ontwerp vanaf het begin beïnvloeden.

4. **Deel de ambitie — lokaliseer de oplossing**. Draag principes en resultaten over, niet starre programma's. Wat werkt in één land of organisatie moet worden aangepast voordat het wordt aangenomen.

5. **Maak actief leven een gezamenlijke verantwoordelijkheid.** Onderwijs, sport, gezondheid, jeugd, sociaal beleid, mobiliteit en ruimtelijke ordening moeten waar nodig de verantwoordelijkheid en middelen delen.

6. **Stel op elke school een coördinator Dynamische Schooldag aan**. Verandering vraagt om duidelijk belegd eigenaarschap. Elke school zou een coördinator moeten aanwijzen met mandaat, tijd en ondersteuning om mensen te verbinden en de uitvoering in beweging te houden.

7. Investeer in de mensen die beleid werkelijkheid maken. Leraren, coaches, jeugdwerkers en gemeenschapsprofessionals hebben praktische hulpmiddelen, training, lotgenotenondersteuning, tijd en zelfvertrouwen nodig — niet nog een document op zichzelf.

8. **Gebruik lichamelijke activiteit als platform voor bredere ontwikkeling**. Beweging kan leren, welzijn, sociale verbinding, zelfvertrouwen, waarden en levensvaardigheden ondersteunen wanneer deze doelen bewust in de uitvoering zijn opgenomen.

9. **Gebruik technologie alleen wanneer deze een barrière wegneemt.** Digitale tools moeten menselijke relaties en implementatie ondersteunen. Als een tool verwarring, werklast of afhankelijkheid veroorzaakt, vereenvoudig, herontwerp of verwijder het.

10. **Financier de overgang van pilot- naar reguliere praktijk.** Duurzaamheid begint op dag één: rollen, leiderschap, beleid, budgetten, monitoring en organisatorische routines moeten worden opgesteld voordat de projectfinanciering eindigt.

De beleidsverandering die EHLA voorstelt

Van	Naar
Campagnes die individuen vragen te veranderen	Omgevingen die actieve keuzes makkelijker maken
Kortdurende activiteiten	Actieve dagelijkse routines en systemen
Een uniforme aanpak voor iedereen	Gedeelde principes met lokale aanpassing
Eigendom in de sportsector	Sectoroverstijgende verantwoordelijkheid
Een project dat afhankelijk is van één enthousiasteling	Gedeeld eigenaarschap met duidelijk aangewezen coördinatie
Digitale tools als doel	Technologie als optionele facilitator
Alleen deelname telt	Bereik, ervaring, kansengelijkheid, kwaliteit en onderhoud
Financiering van pilots	Financiering van de uitvoering, embedding en voortzetting

1. Waarom Europa actieve dagelijkse omgevingen nodig heeft

Lichamelijke inactiviteit is niet alleen een kwestie van individuele motivatie. Mogelijkheden om te bewegen worden bepaald door schoolroutines, gezinsomstandigheden, buurten, vervoer, openbare ruimte, betaalbaarheid, toegankelijkheid, zelfvertrouwen en sociale normen. Beleid beïnvloedt daarom of een actieve keuze een realistische keuze is.

EHLA benadert lichamelijke activiteit als een systeemuitdaging. De richtlijn combineert gelijkheid en inclusie, gedragsveranderend denken, ondersteunende omgevingen, stakeholderactie en monitoring. D3.3 voegt een tweede laag toe: organisaties hebben de capaciteit nodig om goede intenties om te zetten in routinematige praktijk. Dit vereist leiderschap, voorvechters, communicatie, training, middelen, coördinatie en institutionalisering.

> **Goed beleid creëert toestemming. Goede uitvoering creëert praktijk. Duurzaamheid vereist beide.**

1.1 Equity is een ontwerpvraag

Universele voorzieningen leveren niet automatisch een rechtvaardig voordeel op. Een programma kan voor iedereen open zijn en toch moeilijk toegankelijk zijn voor gezinnen die te maken hebben met kosten-, vervoers-, handicap-, taal-, culturele, veiligheids- of vertrouwensbarrières. Overheidsinstanties moeten zich daarom niet alleen afvragen of er een activiteit bestaat, maar ook wie deelneemt, wie zich welkom voelt, wie profiteert en wie afwezig blijft.

1.2 Van bewustzijn naar omstandigheden

Communicatie kan bewustwording vergroten en deelname uitnodigen, maar bewustzijn alleen kan structurele barrières niet overwinnen. Het capaciteitsopbouwwerk van EHLA legt de nadruk op positieve, doelgroepsspecifieke

Co-funded by the European Union

en tweerichtingscommunicatie, maar laat ook zien dat communicatie het beste werkt wanneer het wijst op een kans die echt toegankelijk, gastvrij en goed georganiseerd is.

1.3 Een levensloopperspectief — met eerlijke grenzen

De formele D4.2-beschrijving verwijst naar betrokkenheid van de kindertijd tot op hogere leeftijd. Het sterkste directe projectbewijs van EHLA is kindgericht, vooral rond basisschoolleeftijd. D3.3 vangt desondanks praktisch leren bij oudere volwassenen, inclusief het belang van passende activiteiten, sociale verbinding, toegankelijkheid, functionele voordelen en integratie met gemeenschaps- en zorgstructuren. Dit White Paper gebruikt daarom waar relevant een levensloopbeleidslens, terwijl het duidelijk onderscheid maakt tussen bredere capaciteitsopbouwlessen en het op kinderen gerichte EHLA-pilotbewijs.

Levensfase	Beleidsvertaling	EHLA-bewijsstatus
Kinderen (ongeveer 6–12 jaar)	Gebruik scholen als universele ankers; integreer beweging in leren, spel, reizen en gemeenschapsbanden; betrek gezinnen en lokale diensten.	Sterkste directe EHLA-basis: D3.1 en de drie WP4-pilotlocaties.
Jongeren / adolescenten	Behouden inclusieve, plezierige kansen; verbinden school, jeugdwerk en sport; autonomie, verbondenheid, zelfvertrouwen en levensvaardigheden versterken.	Bredere EHLA-begeleiding en capaciteitsopbouwende leer; geen toegewijde WP4-pilotpopulatie.
Volwassenen	Maak activiteiten gemakkelijker via gemeenschapsomgevingen, openbare ruimte, actief reizen, werkplekken en gezinsroutines; verminder kosten en toegangsbarrières.	Beleidsextrapolatie vanuit EHLA-systeemprincipes; beperkte directe pilotsbewijzen.
Oudere volwassenen	Geef prioriteit aan toegankelijke en passende activiteiten, sociale verbinding, zelfvertrouwen, functionele onafhankelijkheid, vervoersoplossingen en verbindingen met gezondheids- en gemeenschapsdiensten.	Ondersteund door D3.3 oefenrichtlijnen; niet direct getest in de WP4 kindergerichte pilots.

Uit D2.1: Waarom deze interventies zijn geselecteerd

Het State of the Art Analysis Report (D2.1, 2025) geeft EHLA een gedocumenteerd selectieproces, in plaats van een retrospectieve rechtvaardiging voor de pilots. Partners catalogiseerden innovatieve kandidatenmaatregelen via een gemeenschappelijk sjabloon dat doelgroepen, leveringsomgevingen, kosten, inclusie, barrières en haalbaarheid omvat. Genomineerde partnervertegenwoordigers beoordeelden de maatstaven vervolgens op toepasbaarheid, innovatie, barrières en praktische bruikbaarheid, met een extra voorkeursscore voor tiebreaking (D2.1, pp. 10–12).

De drie hoogst gerangschikte metingen waren Finnish Schools on the Move (10,93), BASE (9,07) en Parchi in movimento (8,655). Deze cijfers zijn partnerbeoordelingsscores, geen schattingen van de impact van de interventie. Hun beleidswaarde is dat praktische haalbaarheid en barrières naast innovatie werden meegenomen. De daaropvolgende nationale implementaties moeten daarom worden begrepen als lokaal aangepaste uitingen van de geselecteerde benaderingen, niet als identieke replicatie (D2.1, p. 13; D4.1).

D2.1 plaatst het werk ook binnen het EU-kader voor monitoring van lichamelijke activiteit voor gezondheidsbevorderende lichamelijke activiteit. Het meldt dat het gemiddelde aandeel van 23 beleidsindicatoren dat door EU-lidstaten werd bereikt, steeg van 64,7% in 2015 tot 81,8% in 2024, terwijl onvoldoende activiteit wijdverspreid bleef. Deze cijfers betreffen respectievelijk beleidsuitvoering en activiteiten op bevolkingsniveau; ze mogen niet worden gelezen als een oorzakelijke evaluatie van EHLA (D2.1, pp. 4–6, gebaseerd op monitoring door de WHO/Europese Commissie).

Een praktische beleidsconclusie volgt: beoordeel interventies van kandidaten aan de hand van de setting, inclusiebarrières, personeelscapaciteit en waarschijnlijke continuïteit voordat wordt besloten wat overgedragen moet worden. EHLA raadt aan om beproefde principes en implementatiekennis over te dragen in plaats van een vast programma te exporteren zonder lokale aanpassing.

2. Van bewijs tot praktijk: Wat EHLA deed

EHLA werd ontworpen als een brug van kennis naar implementatie. WP2 identificeerde veelbelovende praktijken en maakte kennisuitwisseling mogelijk. WP3 vertaalde leren naar de richtlijn, digitale bronnen en een capaciteitsopbouwprogramma. WP4 ging vervolgens over naar praktische implementatie en bewustwording via de EHLA Active Day.

D3.3 beschrijft deze reis expliciet als de overgang van onderzoek en uitwisseling naar personeelscapaciteit en vervolgens naar de dagelijkse praktijk. De centrale bijdrage aan D4.2 is belangrijk: een interventie wordt niet duurzaam alleen omdat deze evidence-based is. Organisaties moeten in staat zijn deze te adopteren, aan te passen, te voorzien en onderdeel te maken van normale operaties.

> **De beleidsvraag van EHLA is niet alleen: 'Wat werkt?' Het is ook 'Wat heeft een organisatie nodig om hier te kunnen werken — en om te blijven werken?'**

2.1 Van theorie naar praktijk: wat de pilots testten

De pilots testten de Richtlijn niet als één vaste interventie. Ze testten of de kernprincipes ervan konden worden vertaald naar werkbare lokale praktijk. De onderstaande tabel maakt die verbinding expliciet. D3.2 is opgenomen als een implementatietool in plaats van als theoretisch kader: de beoogde waarde was het ondersteunen van communicatie-, participatie- en procesdata, terwijl de latere uitkomsten laten zien dat digitale ondersteuning alleen waarde toevoegt wanneer het eenvoudig en nuttig is in de praktijk.

EHLA-principe / uitdaging	Wat gebeurde er tijdens de implementatie	Beleidsimplicatie
Ondersteunende omgevingen: beweging moet in de dagelijkse setting worden ingebouwd.	Nederland: vier basisscholen maakten gebruik van de Dynamische Schooldag en actief leren; leraren kregen training en praktische hulpmiddelen; ongeveer 900 kinderen werden bereikt.	Beschouw actief leren als een implementatie voor de hele school, niet als een optionele extra klaslokaal. Financier ondersteuning en coördinatie van leraren.
Lokale aanpassing: gemeenschappelijke principes moeten passen bij de context.	Italië: Parchi in Movimento verbond scholen, openbare parken, buurtbussen en de gemeente Verona; meer dan 600 kinderen namen deel.	Gemeenten kunnen openbare ruimte omvormen tot een actief leefobject door onderwijs, gezin en gemeenschapsvoorzieningen te verbinden.
Lichamelijke activiteit kan bredere ontwikkeling ondersteunen wanneer deze bewust wordt ontworpen.	Turkije: naschoolse sport werd gecombineerd met kinderbescherming / waarden en levensvaardigheden; 676 en 808 programma-deelnames werden over twee termijnen gerapporteerd.	Coaches voorzien van gestructureerde materialen en training; Evalueer ontwikkelingsresultaten zorgvuldig en maak onderscheid tussen deelname en impact.
Implementatiewetenschap: verandering vereist capaciteit, kansen, motivatie en organisatorische ondersteuning.	In EHLA legden de partnerreflecties de nadruk op coördinatie, gefaseerde introductie, praktische materialen, leiderschap en langdurige follow-up.	Financieringscapaciteit — mensen, tijd, training en eigenaarschap — naast activiteiten.

Richtlijn / hulpmiddel	Wat EHLA voorstelde	Wat de pilots/uitkomsten lieten zien	Beleidsimplicatie
D3.1: Gelijkheid en inclusie	Ontwerp voor ongelijke barrières en monitor wie wordt bereikt.	Universele omgevingen zoals scholen vergroten het bereik, maar lokale barrières vereisen nog steeds aanpassing.	Gebruik universele platforms + gerichte barrières verwijderen; monitor wie er ontbreekt.
D3.1: COM-B / gedragsverandering	Capaciteit, kansen en motivatie zijn allemaal belangrijk.	Training, praktische materialen, ondersteunende routines en plezierige ervaringen hielpen bij de implementatie.	Financier professionele capaciteit en ondersteunende omgevingen, niet alleen bewustwording.
D3.1: Ondersteunende omgevingen	Maak actieve keuzes makkelijker in alledaagse situaties.	Beweging werkte via leren, parken/gemeenschap en georganiseerde sport in plaats van één standaardactiviteit.	Ontwerp beweging in gewone omgevingen en routines.
D3.1: RE-AIM	Beoordeel bereik, effectiviteit, adoptie, implementatie en onderhoud.	De participatiecijfers waren nuttig, maar verklaarden niet adoptie, werkdruk, digitale wrijving of duurzaamheid.	Evalueer de kwaliteit van de implementatie, gelijkheid en onderhoud, evenals participatie.
D3.2: Digitale ondersteuning	Gebruik de app voor communicatie, uitdagingen en procesondersteuning.	De uitkomsten rapporteerden tijd, kosten en verwarring en beperkte toegevoegde waarde in de praktijk.	Technologie moet zijn plaats verdienen: alleen het testen, vereenvoudigen en behouden wat een echt probleem oplost.
D3.3: Capaciteitsopbouw	Leiderschap, voorvechters, training, middelen en institutionalisering maken verandering mogelijk.	Coördinatie, stapsgewijze introductie, bruikbare materialen en brede betrokkenheid kwamen	Capaciteit voor uitvoeringscapaciteit en duidelijk aangewezen coördinatie naast activiteiten.

		herhaaldelijk naar voren als succesfactoren.	

2.2 Drie decors, één ambitie

Land	Primaire setting	EHLA-uitdrukking	Beleidslens
Nederland	Basisscholen	Dynamische Schooldag / actief leren	Beweging × Onderwijs
Italië	Scholen, parken en gemeenschap	Parchi in Movimento	Beweging × Gemeenschap
Turkije	Georganiseerde sport / kinderontwikkeling	Sport + waarden / levensvaardigheden	Beweging × Persoonlijke Ontwikkeling

Deze benaderingen zijn bewust verschillend. Hun waarde voor beleid ligt juist in dat verschil: EHLA ontdekte geen enkele Europese activiteit om te kopiëren. Het toonde het belang aan van gemeenschappelijke principes gecombineerd met lokaal ontwerp.

2.3 Capaciteitsopbouw was geen nevenactiviteit

D3.3 positioneert capaciteitsopbouw als een mechanisme voor duurzaamheid. Het identificeert een duidelijke visie, leiderschapssteun, voorvechters, communicatie, training, middelen, institutionalisering, monitoring en versterking als voorwaarden voor organisatorische verandering. Het raadt ook aan om substantiële veranderingen te faseren, coördinatie toe te wijzen, verantwoordelijkheden in normale rollen en budgetten te integreren, en peer support op te bouwen zodat geen enkele professional het 'alleen hoeft uit te zoeken'.

3. Wat EHLA heeft geleerd: Van uitkomsten naar beleid

De EHLA Outcomes-notities voegen een belangrijke laag toe aan de formele deliverables: implementatiereflectie. Ze vangen wat partners hebben waargenomen terwijl ze probeerden het project in echte organisaties te laten werken. Deze observaties mogen niet allemaal als wetenschappelijke bevindingen worden gepresenteerd. Het zijn implementatielessen — en dat maakt ze zeer relevant voor een beleidswhitepaper.

- Lokale verschillen zijn normaal; samenwerking blijft waardevol. Landen en organisaties verschillen. Europese toegevoegde waarde komt voort uit leren over die verschillen heen, niet door ze te elimineren.
- Coördinatie is een voorwaarde voor implementatie. De uitkomsten identificeren coördinatie expliciet als een belangrijke succesfactor. D3.3 benadrukt onafhankelijk de noodzaak van toegewezen coördinatie, leiderschap en kampioenen.
- Enthousiasme doet ertoe — maar systemen moeten enthousiasme overleven. Kinderen, leraren en ouders kunnen momentum creëren, maar blijvende verandering vereist rollen, beleid en eigenaarschap van de organisatie.
- Actief leren moet worden geïntroduceerd als een veranderingsproces. De uitkomsten pleiten voor stapsgewijze implementatie in het tempo van scholen en leraren. D3.3 raadt op vergelijkbare wijze aan om substantiële veranderingen gefaseerd te maken en personeel te ondersteunen via training, feedback en vroege successen.
- Praktische materialen maken verandering makkelijker. De Turkse kaarten en Nederlandse dozen illustreren een breder punt: professionals nemen verandering gemakkelijker aan wanneer ideeën worden vertaald naar bruikbare hulpmiddelen.
- Een actieve schooldag is groter dan gym. Beweging kan worden geïntegreerd in leren, pauzes, spel, reizen, buitenactiviteiten en schoolcultuur. Het moet een aanvulling zijn op kwalitatieve gym, niet worden gereduceerd tot de gymles.
- Leiderschap en brede instemming zijn van belang. Schoolbesturen, directieleden, leraren, ouders en kinderen beïnvloeden allemaal of een ambitie een normale praktijk wordt.

- Actief schoolbeleid moet aansluiten op het bredere overheidsbeleid. Sportbeleid alleen is onvoldoende. Onderwijs, gezondheid, jeugd, mobiliteit en lokaal ruimtelijk beleid vormen allemaal de mogelijkheden om te bewegen.

- Langdurige opvolging is essentieel. EHLA-uitkomsten vragen expliciet om voortzetting. D3.3 laat zien hoe verandering geïnstitutionaliseerd kan worden door plannen, functies, budgetten, routines en continue capaciteitsopbouw.
- Digitale tools zijn niet automatisch nuttig. Het project heeft vastgesteld dat de EHLA-app in de praktijk tijd, kosten en verwarring veroorzaakte. Dit moet als waardevolle leerervaring worden beschouwd: technologie moet een implementatieprobleem oplossen, niet een ander probleem worden om te implementeren.



Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions
Co-funded by the European Union

4. Beleidsprincipe 1 — Maak beweging onderdeel van het dagelijks leven

Een fysiek actieve samenleving kan niet alleen door sportprogramma's worden gecreëerd. Mensen brengen het grootste deel van hun tijd door in gewone omgevingen: scholen, straten, werkplekken, huizen, buurten en openbare ruimtes. Beleid zou daarom de mogelijkheden om binnen die omgevingen te bewegen moeten vergroten.

Voor kinderen is de sterkste EHLA-uitdrukking van dit principe de actieve schooldag. Dit betekent meer dan alleen gym en meer dan af en toe energiegevenden. Beweging kan worden geïntegreerd in academisch leren, pauzes, spel, buitenonderwijs, actief reizen en de fysieke en sociale omgeving van de school.

Voeg geen beweging alleen toe aan het schema. Bouw beweging in in de manier waarop de dag werkt.

Beleidsmaatregelen

- Bekijk school- en gemeenteroutines voor vermijdbare zittende tijd.
- Ondersteun fysiek actief leren naast kwalitatief goede lichamelijke opvoeding.
- Neem actief reizen, spel en buitenonderwijs op in school- en gemeentelijke strategieën.
- Gebruik bestaande instellingen en routines voordat je parallelle programma's maakt.
- Verbind actief schoolbeleid met gezondheids-, jeugd-, sport-, mobiliteits- en ruimtelijk beleid.

5. Beleidsprincipe 2 — Bereik iedereen

De sterkste kans op gelijkheid van EHLA is universele omgevingen. School is vooral belangrijk omdat het kinderen bereikt die misschien nooit een sportclub of gestructureerd activiteitenprogramma zullen binnenkomen. Maar universele reikwijdte moet gecombineerd worden met inclusief ontwerp.

De kennisuitwisselingslessen van D3.3 benadrukken het belang van lage drempels: gratis of betaalbare voorzieningen, vertrouwde en toegankelijke omgevingen, eenvoudige registratie en praktische oplossingen voor vervoer of apparatuur. Voor ouderen komt hetzelfde principe in een andere vorm voor: passende intensiteit, geruststelling, sociale verbinding en verbindingen met vertrouwde gemeenschaps- of zorgstructuren.

Beleidsmaatregelen

- Neem doelstellingen voor kansengelijkheid en indicatoren op in de financieringscriteria.
- Ontwerp met minder actieve en onderbediende groepen, niet alleen voor hen.
- Houd deelname waar mogelijk goedkoop of gratis en zorg voor apparatuur wanneer nodig.
- Gebruik veilige, vertrouwde en toegankelijke omgevingen.
- Houd in de gaten wie er ontbreekt en pas de aflevering daarop aan.

6. Beleidsprincipe 3 — Maak scholen anker voor actieve gemeenschappen

Scholen bieden een uitzonderlijk platform voor openbaar beleid omdat ze kinderen van verschillende sociale achtergronden bereiken. De Nederlandse ervaring van EHLA laat zien hoe beweging in het leren kan worden opgenomen in plaats van als een apart programma te worden toegevoegd. Italië laat zien hoe schoolbetrokkenheid doorgangen kan openen naar gezin en gemeenschap.

De beleidskans is daarom groter dan 'meer gym'. Een school kan een anker worden in een actief lokaal ecosysteem — verbonden met gezinnen, sport, openbare ruimte, gezondheid, jeugdzorg en gemeentelijk beleid.

EHLA-aanbeveling: een coördinator Dynamische Schooldag op elke school

De EHLA Outcomes stelt één coördinator voor Actieve Schooldagen per school en suggereert dat deze rol niet automatisch bij de docent lichamelijke opvoeding moet liggen. Dit is een sterk beleidsidee omdat de actieve schooldag de hele organisatie betreft, niet één vak. D3.3 ondersteunt het onderliggende mechanisme: coördinatie toewijzen, een veranderteam creëren, tijd beschermen en voorkomen dat het werk de informele passie van één persoon blijft.

Voor de definitieve D4.2 zou EHLA kunnen aanbevelen dat nationaal of regionaal onderwijsbeleid elke school aanmoedigt een benoemde Active School Day-coördinator of een gelijkwaardige functie te identificeren, aangepast aan nationale schoolsystemen. Dit vereist niet per se een nieuwe functie. Coördinatie kan binnen een bestaande rol vallen — bijvoorbeeld een leraar, schoolgezondheidsleider, welzijnscoördinator, senior leider of ander personeelslid — mits de persoon een duidelijk mandaat heeft, beschermde tijd, toegang tot leiderschap en de mogelijkheid om collega's en externe partners te verbinden. De rol moet het systeem coördineren, niet alle activiteiten persoonlijk uitvoeren.

Beleidsmaatregelen

- Ontwikkel schoolbrede benaderingen in plaats van geïsoleerde activiteiten.
- Geef de schoolleiding expliciete verantwoordelijkheid voor de ambitie.
- Identificeer een benoemde coördinator met tijd en mandaat.
- Betrek leraren, leerlingen, ouders en schoolbestuur bij het ontwerp en de beoordeling.

- Verbind de school met partners in de gemeenschap van sport, gezondheid, jongeren en buurt.

De Coördinator van de Actieve School Dag: minimale beleidsstandaard

Elke school zou een Coördinator Actieve Schooldag moeten aanwijzen. Dit kan een aangewezen bestaand personeelslid zijn in plaats van een nieuwe functietitel. De schoolleiding moet een schriftelijk mandaat bieden, beschermde coördinatietijd, toegang tot professionele ontwikkeling en een duidelijke verbinding met gemeentelijke of gemeenschapspartners. De coördinator ondersteunt leraren, koppelt schoolroutines aan lichamelijke opvoeding, actieve pauzes en trajecten, pakt inclusiebarrières aan, monitort deelname en rapporteert voortgang. De aanbeveling betreft een functie die past bij verschillende nationale bestuursstructuren; het schrijft niet één arbeidsmodel voor.

Implementatietest: Is een benoemde persoon verantwoordelijk? Heeft hij of zij tijd en bevoegdheid? Kunnen medewerkers en families hen vinden? Zijn er afgesproken routines, samenwerkingen en reikwijdheden? Zo niet, dan bestaat de coördinator alleen op papier.

7. Beleidsprincipe 4 — Deel de ambitie, lokaliseer de oplossing

De drie nationale benaderingen van EHLA verschilden aanzienlijk, maar werkten vanuit gemeenschappelijke doelstellingen en principes. De bevindingen van D3.3 over kennisuitwisseling komen tot dezelfde conclusie vanuit een andere richting: succesvolle overdracht vereist culturele aanpassing en lokale feedback.

Overdraagbaarheid mag daarom niet worden verward met replicatie. Openbare administraties kunnen de bestemming definiëren — inclusie, dagelijkse beweging, kwaliteit, duurzaamheid — zonder elke activiteit voor te schrijven.

Houd de kern. Verander de vorm.

Beleidsmaatregelen

- Samen creëren met de mensen die de actie zullen uitvoeren en ervaren.
- Definieer gemeenschappelijke principes en beoogde uitkomsten voordat je activiteiten kiest.
- Piloot wisselde lokaal van benadering voordat hij schaalde.
- Maak aanpassing mogelijk aan cultuur, infrastructuur, institutionele rollen en middelen.
- Creëer gestructureerd leren tussen organisaties en landen.

A coordinator in every school

01 Secure leadership mandate

A clear responsibility and authority to convene staff.

02 Connect partners

Link school, families, municipality and local sport.

03 Equip professionals

Provide tools, training and peer support.

04 Embed daily routines

Integrate movement into learning, breaks and travel.

05 Monitor inclusion and reach

Notice who participates and who is missing.

06 Protect continuity

Build the role into normal plans and budgets.

A named function • mandate • time • training • support

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions

Co-funded by the European Union

8. Beleidsprincipe 5 — Investeer in mensen, coördinatie en verandercapaciteit

De implementatie hangt af van mensen. D3.3 is hier bijzonder sterk: verandering vereist een overtuigende visie, zichtbaar leiderschap, voorvechters, transparante communicatie, praktische training, middelen, ondersteuningssystemen, vroege overwinningen en institutionalisering.

Dit versterkt de aanbeveling van Concept 0.1 om 'te investeren in mensen, niet alleen in programma's'. De beleidsimplicatie is breder: het financieren van lichamelijke activiteit zonder de capaciteit voor financiering van de uitvoering is onvolledig.

Wat zouden overheidsinstanties moeten financieren

- Met naam coördinatie op school-, gemeente- of programmaniveau.
- Professionele ontwikkeling in actief leren, inclusieve uitvoering en gedragsverandering.
- Praktische startmaterialen en aanpasbare bronnen.
- Peer-learning netwerken en praktijkgemeenschappen.
- Beschermde implementatietijd voor professionals.
- Uitwisseling en mentoring van lokale kennis tussen ervaren en nieuwe locaties.
- Ondersteuning voor verandermanagement waarbij nieuwe routines hele organisaties beïnvloeden.

D3.3 waarschuwt ook tegen persoonlijkheidsafhankelijke verandering. Kennis en verantwoordelijkheid moeten worden verdeeld zodat personeelsverloop of het vertrek van één kampioen het initiatief niet beëindigt.

9. Beleidsprincipe 6 — Technologie moet zijn plaats verdienen

D3.3 beschrijft het potentieel van apps, online gemeenschappen, tracking en digitale communicatie, terwijl het waarschuwt voor nieuwigheid om het zelf. D3.1 positioneerde de Active for Health-app ook als een onderdeel van een bredere implementatietoolkit. De beoogde rol van digitale ondersteuning was daarom legitiem: het faciliteren van communicatie, coördinatie en betrokkenheid waar het waarde toevoegde.

Tijdens de werking van de EHLA Active Day werd een voorzichtiger implementatieperspectief toegevoegd. Reflecties tussen projectpartners meldden dat het gebruik van de EHLA-app tijdrovend en verwarrend kon zijn en dat de toegevoegde waarde beperkt was in de omgevingen waarin deze werd geïmplementeerd. Deze observaties moeten niet worden gelezen als een formele evaluatie van de effectiviteit van de eindgebruiker van de app. De implementatievoorwaarden waren zelf suboptimaal, wat waarschijnlijk invloed had op de opname en gebruikerservaring. De passende beleidsles is daarom voorwaardelijk: digitale tools moeten onder realistische omstandigheden worden getest, goed ondersteund en beoordeeld worden op of ze barrières verminderen of extra barrières creëren.

> **Digitaal is niet automatisch innovatief. Een tool is alleen innovatief wanneer het de ervaring, reikwijdte, kwaliteit of efficiëntie van de interventie verbetert.**

Beleidsmaatregelen

- Begin met de gebruiker en het implementatieprobleem, niet met de technologie.
- Proef digitale tools met een kleine groep voordat je ze centraal stelt in de levering.
- Bied basis technische ondersteuning en bescherm de gegevensprivacy.
- Vermijd digitale afhankelijkheid waarbij dezelfde functie eenvoudiger kan worden uitgevoerd.
- Meet of het hulpmiddel de werklast en uitsluiting vermindert of verhoogt.
- Houd menselijke relaties, professioneel oordeel en programmakwaliteit centraal staande.

10. Beleidsprincipe 7 — Verbind beweging met bredere ontwikkeling

Lichamelijke activiteit heeft op zichzelf waarde, maar EHLA laat ook zien waarom het een platform kan zijn voor bredere ontwikkeling. In Nederland verbond actief leren beweging met onderwijs. In Italië verbond activiteit school, gezin en gemeenschap. In Turkije werd sport gecombineerd met waarden voor onderwijs, welzijn en levensvaardigheden.

Dit betekent niet dat elk programma voor lichamelijke activiteit elk mogelijk resultaat moet claimen. Het betekent dat beleid beweging bewust kan verbinden met complementaire doelstellingen waar het ontwerp deze ondersteunt.

Beleidsmaatregelen

- Stem de doelstellingen van het programma af op de setting: leren op scholen, verbinding in gemeenschappen, levensvaardigheden in jeugdsport.
- Train professionals voor de bredere ontwikkelingsrol die van hen wordt verwacht.
- Gebruik positieve, inclusieve ervaringen in plaats van alleen prestatiemodellen.
- Vermijd het overclaimen van niet-gemeten uitkomsten.
- Gebruik kwalitatieve feedback en implementatiebewijs naast kwantitatieve indicatoren.

11. Beleidsprincipe 8 — Bouw op voor de lange termijn

Pilotprojecten zijn nuttig wanneer ze leren genereren. Ze zijn verspilling wanneer veelbelovende praktijk verdwijnt zodra de tijdelijke financiering eindigt. Zowel de EHLA-uitkomsten als D3.3 maken duurzaamheid tot een centraal aandachtspunt.

D3.3 raadt aan om verandering te institutionaliseren via jaarplannen, functiebeschrijvingen, terugkerende budgetlijnen, standaardroutines, onboarding en continue professionele ontwikkeling. Dit is precies de overgang die D4.2 beleidsmakers zou moeten vragen te ondersteunen.

> **Een pilot bewijst mogelijkheid. Beleid moet continuïteit creëren.**

Beleidsmaatregelen

- Vereist een duurzaamheidspad aan het begin van gefinancierde pilots.
- Integreer succesvolle componenten in jaarplannen, rollen en organisatorische routines.
- Maak terugkerende budgetlijnen voor coördinatie, training en essentiële materialen.
- Neem de verwachtingen van actief wonen mee bij de onboarding en professionele ontwikkeling.
- Controleer het onderhoud 6–12 maanden na de implementatie en daarna.
- Gebruik bewijs van implementatie en gelijkheid — niet alleen enthousiasme — bij het beslissen wat er op schaal gaat.

11a. Het vertalen van de bijgewerkte D4.1-aanbevelingen naar beleid

Het D4.1 Awareness Campaign-rapport bevat een expliciete set aanbevelingen (Hoofdstuk 8, pp. 29–31). Deze vervangen niet de tien beleidsboodschappen van dit White Paper. Ze versterken hun implementatiebasis. D4.1 documenteert wat de partners aanbevelen na drie lokaal aangepaste pilots; D4.2 specificeert welke beleids- en financieringsbeslissingen die lessen overdraagbaar en duurzaam kunnen maken.

11a1 Begin met duidelijke doelstellingen en bestaande lokale sterke punten

D4.1 vraagt uitvoerders om te beginnen met een gedeelde ambitie, te onderzoeken wat er al is, hiaten te identificeren en bestaande structuren te verbeteren in plaats van automatisch parallelle programma's op te bouwen. Italië biedt een bijzonder duidelijk voorbeeld: EHLA verbond scholen met het gevestigde Parchi in Movimento-initiatief en de openbare parken van Verona. De beleidsimplicatie is dat een lokale beoordeling van middelen en barrières vereist is voordat publieke financiering een nieuwe interventie voor lichamelijke activiteit ondersteunt. Gemeenten en onderwijsautoriteiten zouden bestaande voorzieningen, beschikbare ruimtes, vertrouwde organisaties en achtergestelde groepen moeten identificeren; zij moeten vervolgens rechtvaardigen of de juiste reactie is om voorzieningen te versterken, te verbinden, aan te passen of te creëren.

Voorgesteld beleidsinstrument: een korte "lokale evaluatie van actieve omgeving" in gemeentelijke plannen en samenwerkingsovereenkomsten op scholen, met expliciete doelstellingen, basiskansen, gelijkheidskloof en verantwoorde partners.

11a2 Overdracht van effectieve componenten, geen vaste nationale programma's

D2.3 aanbeveling 8.2 en het hoofdstuk Europese toegevoegde waarde benadrukken dat de drie nationale interventies bouwstenen zijn, geen kant-en-klare modellen voor exacte replicatie. De Nederlandse actieve leerbenadering, de Italiaanse school–parkverbinding en Turkse sport- en waardenmaterialen vertegenwoordigen verschillende mechanismen die kunnen worden aangepast aan andere omgevingen. De beleidsimplicatie is het financieren van adaptatie en gestructureerd peer learning, terwijl gedeelde doelstellingen worden gespecificeerd en inclusie, implementatiekwaliteit en evaluatie worden beschermd.

Voorgesteld beleidsinstrument: kleine aanpassingssubsidies of intergemeentelijke leerpartnerschappen waarbij aanvragers moeten aangeven welk EHLA-principe zij overdragen, wat aangepast moet worden, wie erbij betrokken is en hoe de wijziging zal worden beoordeeld. [D4.1, §§8.2, 9.1–9.2; pp. 29–33.]

11a3 Uitrusten van implementatoren en verbinden de omgevingen van het kind

D2.3 aanbeveling 8.3 koppelt professionele capaciteit aan de omgeving van een kind. In Nederland werden leraren ondersteund met een korte praktische workshop, kant-en-klare Beweegbox-materialen en lokale aanmoediging. In Italië was schoolparticipatie gekoppeld aan gezins- en openbare ruimtemogelijkheden. In Turkije gebruikten coaches gestructureerde materialen om sport te verbinden met waarden en gezonde leefstijlthema's. De beleidsimplicatie is dat investeringen in activiteiten alleen onvoldoende zijn: financieren training, materialen, coördinatie en samenwerking tussen de organisaties.

Voorgesteld beleidsinstrument: een minimaal implementatie-ondersteuningspakket voor scholen en gemeenschapsaanbieders, bestaande uit benoemde verantwoordelijkheid (die binnen een bestaande rol kan vallen), beschermde tijd, toegankelijke materialen, een praktische introductie en een verbinding met lokale partners. [D4.1, §§3.3, 4.1–4.3, 8.3; pp. 12, 15–20, 30.]

11a4 Maak voortzetting vanaf het begin tot een financieringsvoorwaarde

D2.3-aanbeveling 8.4 stelt expliciet dat duurzaamheid niet mag worden uitgesteld tot de pilot is afgerond. Lokaal eigendom, coördinatie, middelen, evaluatie en voortzetting moeten deel uitmaken van het initiële ontwerp. Dit versterkt de capaciteitsopbouw van D3.3 en de tiende beleidsboodschap van het White Paper. Een publieke subsidie zou daarom een plausibele route moeten vereisen van extern ondersteunde pilot naar dagelijkse praktijk, zonder ervan uit te gaan dat alle activiteiten ongewijzigd moeten doorgaan.

Voorgesteld beleidsinstrument: een proportioneel voortzettingsplan in de aanvraagfase, gevolgd door een onderhoudsbeoordeling van zes of twaalf maanden waarin adoptie, werkdruk, inclusie, routinematige integratie, verantwoordelijkheden en budget wordt beoordeeld. [D4.1, §8.4; pp. 30–31; D3.3 Capaciteitsopbouwprogramma.]

11a5 De vier beslissingen die beleidsmakers nu kunnen nemen

- **Kaart voordat je financiert —**
  Gemeente / onderwijsautoriteit. Binnen 30 dagen roep scholen, sport-, gezondheids- en gemeenschapspartners bijeen om bestaande bezittingen en achtergestelde groepen in kaart te brengen.

- **Geef de mensen middelen —**
  Schoolleider / aanbieder / financier. Noem een coördinator of bestaande rol met een mandaat; stem akkoord met een korte training en een praktisch hulpmiddelpakket.

- **Aanpassing mogelijk maken —**
  Regionaal/nationaal programmamanager. Nodig voorstellen uit die een EHLA-principe overnemen, niet een voorgeschreven programma; vereisen een lokale redenering.

- **Planonderhoud —**
  Financieringsinstantie / institutionele leider. Spreek verantwoordelijkheden overeen, beoordeel indicatoren en een beslissing over voortzetting voordat de pilot begint.

Dit zijn voorgestelde beleidsmaatregelen die zijn afgeleid van de bijgewerkte D4.1-aanbevelingen, niet op maatregelen die al zijn ingevoerd of onafhankelijk als effectief bewezen. Hun haalbaarheid en de implicaties van middelen moeten worden besproken met de relevante administraties.

11a6 Traceerbaarheid van bewijs tot beleid

Nederland | Ondersteunende schoolroutines

Uitdaging: beweging stond vaak los van het dagelijks onderwijs. Ervaring: actief leren op vier basisscholen, met lerarenopleiding en de Beweegbox; perspectieven van leerling, leraar en ouders werden verzameld. Aanbeveling: actief leren inbedden via schoolbrede plannen en praktische ondersteuning van leraren. [D4.1, §§3.3, 4.1, 8.3; pp. 12, 15–16, 30.]

Italië | School-naar-gemeenschap brug

Uitdaging: schoolactiviteiten gaan niet automatisch buiten schooltijd door. Ervaring: scholen introduceerden kinderen met een bestaand openbaar parkprogramma samen met gemeentelijke en gemeenschapspartners. Aanbeveling: gebruik openbare ruimte als een actieve woonvoorziening en financier de verbindingen tussen school, gezin en gemeenschap. [D4.1, §§4.2, 8.1–8.3; p17–19, 29–30.]

Turkije | Sport als een bredere leeromgeving

Uitdaging: waarden en welzijnsdoelstellingen vertalen naar bruikbare sportsessies. Ervaring: coaches gebruikten kaarten en spelmateriaal in naschoolse sport; de laatste ouderenquête had 36 geldige antwoorden en een responspercentage van 2,5%. Aanbeveling: bied gestructureerde coachbronnen en beoordeel ontwikkelingsclaims zorgvuldig, zonder beperkte feedback als representatief te behandelen. [D4.1, §4.3; p. 20.]

12. EHLA-beleidsaanbevelingen door belanghebbenden

Europese en nationale beleidsmakers

Stel samenhangende sectoroverschrijdende doelstellingen vast; ondersteun actief school- en actief-gemeenschapsbeleid; maak gelijkheid, implementatiecapaciteit en duurzaamheid expliciet in financiering; moedig duidelijk aangewezen coördinatie aan; financier leren en voortzetten evenals pilots.

Gemeenten en regionale autoriteiten

Optreden als coördinator op het gebied van onderwijs, sport, gezondheid, jeugd, mobiliteit en ruimtelijke planning; barrières en middelen in kaart brengen; toegankelijke openbare ruimte beschermen; scholen verbinden met gemeenschapsmogelijkheden; lokale coördinatoren en langetermijnbudgetten ondersteunen.

Scholen en onderwijsautoriteiten

Beweging behandelen als onderdeel van de hele schooldag en leeromgeving; kwalitatief goede gym beschermen terwijl de beweging verder gaat dan gym; coördinatie aanstellen; personeel trainen; leerlingen en ouders betrekken; de uitvoering in een tempo dat de school kan opnemen, gefaseerd.

Sportorganisaties

Toegankelijke en gastvrije mogelijkheden bieden; contact maken met scholen en gemeenschappen; coaches ontwikkelen in communicatie, inclusie en bredere jeugdontwikkeling; routes aanbieden voor kinderen die zich niet identificeren met competitieve sport.

Gezondheids- en jeugdzorgorganisaties

Beweging erkennen als onderdeel van preventie en welzijn; helpen barrières identificeren; gezinnen doorverwijzen en verbinden met geschikte lokale kansen; samenwerken stroomopwaarts met scholen en gemeenten in plaats van alleen met individuen.

Gezinnen, kinderen en gemeenschappen

Programma's en schoolbenaderingen co-ontwerpen; barrières identificeren en wat deelname plezierig maakt; bijdragen aan feedback en verbetering; helpen schoolactiviteiten te verbinden met dagelijkse familie- en gemeenschapsroutines.

Financiers en programmamakers

coördinatie van fondsen, training en implementatieondersteuning; realistische duurzaamheidsplannen vereisen; het opleggen van technologie zonder aantoonbare waarde vermijden; lokale aanpassing mogelijk maken terwijl kernprincipes worden beschermd.

From pilot to lasting policy

01 PREPARE

Agree objectives; map needs and existing strengths.

OUTPUT: baseline and shared mandate

02 DESIGN

Co-create accessible activities; assign coordinator.

OUTPUT: local implementation plan

03 LEARN

Test, listen, adapt; monitor reach and workload.

OUTPUT: improvement decisions

04 EMBED

Allocate budget; train staff; secure partnerships.

OUTPUT: permanent routines and ownership

A practical sequence for schools, municipalities and partners

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions

Co-funded by the European Union

13. Van Pilot naar Beleid: De EHLA-implementatieroutekaart

Vijf prioritaire acties voor de eerste 90 dagen

Prioriteitsactie	Primaire verantwoordelijke actor	Praktische eerste stap
Naamsbezit	School / gemeente / programmaleider	Wijs een coördinator toe binnen een bestaande of nieuwe rol en stem overeen met mandaat, tijd en rapportagelijn.
Kaart het lokale systeem in kaart	Gemeente met scholen/gemeenschapspartners	Maak een kaart van één pagina van bestaande initiatieven, barrières, onderbediende groepen en relevante afdelingen/organisaties.
Eens over één gedeeld resultaat	Lokale coalitie / leiderschap	Kies één meetbare prioriteit (bijvoorbeeld meer beweging tijdens de schooldag of betere toegang voor een achtergestelde groep).
Equip implementers	Schoolleiders, sport-/gemeenschapsorganisaties, financiers	Selecteer of maak een kleine praktische startset en plan de eerste training/peer-learning sessie.
Voortzetting van het plan vóór de lancering	Financier + uitvoerende organisatie	Identificeer welke rol, budgetlijn of routine de actie kan dragen na de pilotfinanciering en stel een beoordelingsdatum vast.

Deze acties zijn bewust bescheiden. De ervaring van EHLA suggereert dat vroege duidelijkheid over eigendom, context, ondersteuning en voortzetting nuttiger is dan het lanceren van een groot programma voordat het lokale systeem klaar is.

1. Begrijp —

Breng lokale activiteitenpatronen, ongelijkheden, omgevingen, middelen, organisatorische paraatheid en barrières in kaart. Luister voordat je ontwerpt.

2. Bouw de coalitie —

Zorg voor leiderschapscommitment en creëer een leidende groep die bestaat uit uitvoerders en beoogde gebruikers.

3. Stel de gedeelde ambitie —

Definieer wat er moet veranderen en waarom. Koppel het aan doelen op onderwijs, gezondheid, gemeenschap en organisatie.

4. Ontwerp lokaal —

Kies op bewijs gebaseerde componenten die passen bij lokale routines, middelen en cultuur. Bepaal wat constant moet blijven en wat zich kan aanpassen.

5. Bereid mensen en omgevingen voor —

Stel coördinatie in, train professionals, zorg voor praktische materialen, pas schema's aan en verwijder barrières.

6. Begin beheersbaar en leer —

Fase wezenlijke veranderingen aan. Creëer vroege overwinningen, verzamel feedback en pas aan zonder de kernambitie te verliezen.

7. Evalueer wat belangrijk is —

Beoordeel bereik, gelijkheid, ervaring, adoptie, implementatiekwaliteit, resultaten en onbedoelde effecten — inclusief het nut van digitale tools.

8. Institutionaliseren —

Verwerk succesvolle praktijk in plannen, rollen, budgetten, routines, onboarding en professionele ontwikkeling.

9. Schaal met ondersteuning —

Breid geleidelijk uit, met het behouden van training, coördinatie en leren tussen locaties.

10. Herzien en vernieuwen —

Controleer het onderhoud nadat de financiering is afgelopen en blijf leren naarmate personeel, gemeenschappen en omstandigheden veranderen.

Three countries. One ambition.

NETHERLANDS

Movement × Education

Dynamic School Day and active learning; four primary schools; approximately 900 children.

POLICY LESSON Make movement a whole-school routine.

ITALY

Movement × Community

Parchi in Movimento links schools, parks, families and local partners; more than 600 children.

POLICY LESSON Connect school activity to public space.

TÜRKIYE

Movement × Development

After-school sport with values and life skills; 676 and 808 unique children in respective terms.

POLICY LESSON Combine physical activity with intentional developmental goals.

Shared principles • distinct national implementation settings

Co-funded by the European Union

14. Drie landen — drie beleidslessen

14.1 Nederland — Beweging × Onderwijs

De Nederlandse pilot gebruikte de Dynamische Schooldag en actief leren in vier basisscholen en bereikte ongeveer 900 kinderen. De implementatie-ervaring benadrukt het belang van het stap voor stap introduceren van actief leren, het respecteren van het tempo en het vertrouwen van leraren en het bieden van praktische materialen.

Beleidsles: actief leren is geen truc in de klas. Het is een proces van organisatorische verandering. Onderwijsbeleid moet de implementatie van de hele school, lerarenontwikkeling, praktische hulpmiddelen en duidelijk aangewezen coördinatie ondersteunen.

14.2 Italië — Beweging × Gemeenschap

Parchi in Movimento verbond scholen met openbare parken, gemeenschapscoaches en gemeentelijke structuren en betrok meer dan 600 kinderen. D3.3 gebruikt Verona ook als voorbeeld voor communicatie, toegankelijkheid, samenwerking tussen meerdere belanghebbenden en beleidsafstemming.

Beleidsles: openbare ruimte wordt een gezondheidsinstrument wanneer gemeenten deze bewust verbinden met scholen, gezinnen, communicatie en maatschappelijke organisaties. Gratis of lage barrière toegang maakt deel uit van de interventie, niet slechts een promotiedetail.

14.3 Turkije — Beweging × Persoonlijke Ontwikkeling

De Turkse interventie combineerde sport en lichamelijke activiteit met Sportcultuur en Waardenonderwijs. Het gebruik van gestructureerde kaarten en praktische materialen is op zichzelf al een praktische les: waarden en thema's rond een gezonde levensstijl worden voor coaches gemakkelijker te gebruiken wanneer ze worden vertaald naar concrete sessiematerialen.

Beleidsles: georganiseerde sport kan een plek zijn voor bredere ontwikkeling van kinderen wanneer coaches goed voorbereid zijn en de ontwikkelingsdoelen bewust zijn. Positieve feedback van ouders is bemoedigend, maar het lage

responspercentage betekent dat deze resultaten indicatoreel moeten blijven in plaats van representatief.

Movement across the life course

CHILDREN

Active learning, play, active journeys, family links.

EVIDENCE: Direct EHLA pilot basis

ADOLESCENTS

Choice, belonging, youth work and accessible sport.

EVIDENCE: Broader EHLA guidance

ADULTS

Workplaces, active travel, neighbourhood opportunity.

EVIDENCE: Policy extrapolation

OLDER ADULTS

Accessible activity, social connection, independence.

EVIDENCE: D3.3 capacity-building guidance

Policy translation with transparent evidence limits

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions

Co-funded by the European Union

15. Voorbij de kindertijd: Wat EHLA verantwoordelijk kan zeggen

De takenbeschrijving van D4.2 vraagt om beleidsaanbevelingen van het kind tot de oudere leeftijd. EHLA zou aan die ambitie moeten voldoen zonder te doen alsof het pilotbewijs over de hele levensloop even sterk is.

D3.3 biedt nuttige praktijkgerichte richtlijnen voor ouderen: intensiteit en activiteitstype afstemmen; sociale verbinding onderdeel maken van het ontwerp; zorgen voor angst, transport en gezondheidsbarrières; functionele voordelen zoals onafhankelijkheid benadrukken; en gemeenschapsprogramma's verbinden met gezondheidszorg en vertrouwde lokale instellingen.

Deze lessen ondersteunen een breder EHLA-beleidsprincipe: actief wonen beleid moet levensgevoelig zijn. De mechanismen — toegankelijke omgevingen, sociale ondersteuning, vertrouwde professionals, lage barrières, lokaal eigendom en continuïteit — blijven relevant, maar de uitvoering moet worden aangepast aan leeftijd, capaciteit, motivatie en context.

Eén beleidsambitie kan de hele levensduur overspannen. De interventie zou dat niet moeten doen.

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions Co-funded by the European Union

Measure what matters

REACH

Who takes part? Who is missing? Equity breakdown.

EFFECTIVENESS

Enjoyment, wellbeing and meaningful outcomes.

ADOPTION

Which schools and partners adopt the approach?

IMPLEMENTATION

Quality, adaptation, resources and staff workload.

MAINTENANCE

Which routines and budgets remain after the pilot?

RE-AIM-informed learning beyond headline participation totals

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions

Co-funded by the European Union

16. Meten Wat Belangrijk Is

Beleidsmakers hebben meer nodig dan alleen het aantal deelname. EHLA beveelt een pragmatische evaluatiebenadering aan, geïnspireerd door RE-AIM: Reach, Effectiveness, Adoption, Implementation and Maintenance. D3.3 voegt een organisatorisch perspectief toe: monitoring moet ook helpen bij het managen van veranderingen, het aantonen van vroege successen en het identificeren waar personeel ondersteuning nodig heeft.

Vraag	Wat te onderzoeken	Voorbeelden
Wie hebben we bereikt?	Bereik en gelijkheid	Geslacht, sociaaleconomische groepen, handicap, lokale gebieden, minder actieve groepen
Wat hebben mensen meegemaakt?	Acceptatie en betrokkenheid	Plezier, zelfvertrouwen, erbij horen, vermeende relevantie
Wat is er veranderd?	Uitkomstsignalen	Beweging, leren, welzijn, sociale verbinding, functionele uitkomsten waar relevant
Wie heeft het geadopteerd?	Organisatorische adoptie	Scholen, teams, afdelingen, gemeenschapsorganisaties
Werd het goed uitgevoerd?	Implementatie	Training, coördinatorenrol, werkdruk, materialen, aanpassingen, barrières
Heeft technologie geholpen?	Digitale toegevoegde waarde	Bruikbaarheid, verwarring, werklast, inclusie, datakwaliteit
Duurde het lang?	Onderhoud	Voortzetting, personeelsverloop, veerkracht, routines, beleid, budgetten na 6–12 maanden

Een centrale vraag over gelijkheid moet elke fase begeleiden: wie profiteert er nog niet, en wat moet er veranderen?

Geselecteerde beleids- en projectreferenties

EHLA (2025). D2.1 State of the Art Analysis Report, v1.0. Overtreffen Sportsystemen. In het bijzonder pp. 4–6, 10–13, 18–27.

EHLA. D3.1 Richtlijn; D3.2 Mobiele applicatie – Actief voor Gezondheid; D3.3 Capaciteitsopbouwprogramma; D4.1 Bewustwordingscampagne; EHLA-uitkomsten. Raadpleeg de projectresultaten voor methodologie en details op landniveau.

Wereldgezondheidsorganisatie (2018). Wereldwijd actieplan voor lichamelijke activiteit 2018–2030: Meer actieve mensen voor een gezondere wereld. https://www.who.int/initiatives/gappa/action-plan

Wereldgezondheidsorganisatie (2020). WHO-richtlijnen voor lichamelijke activiteit en zittend gedrag. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

Europese Commissie (2008). EU-richtlijnen voor lichamelijke activiteit. https://health.ec.europa.eu/publications/eu-physical-activity-guidelines_en

Raad van de Europese Unie (2013). Aanbeveling van de Raad over het bevorderen van gezondheidsbevorderende lichamelijke activiteit in verschillende sectoren. https://health.ec.europa.eu/publications/council-recommendation-promoting-health-enhancing-physical-activity-across-sectors_en

WHO Regionaal Kantoor voor Europa en de Europese Commissie (2024). Gezondheidsbevorderende lichamelijke activiteit in de Europese Unie, 2024. Besproken in EHLA D2.1, pp. 4–6.

Make active living normal

STOP FUNDING ONLY ISOLATED ACTIVITIES.

START BUILDING ACTIVE EVERYDAY SYSTEMS.

DESIGN

Remove cost, access, safety and confidence barriers.

COORDINATE

Designate an Active School Day Coordinator in every school.

EQUIP

Give professionals time, tools and support.

SUSTAIN

Embed routines, shared ownership, monitoring and budgets.

A European call to action for durable, inclusive environments

EHLA • D4.2 • FINAL 1.0

Project ID: 101184145 Europese Healthy Lifestyle Actions

Co-funded by the European Union

17. De oproep tot actie van de EHLA

17.1 Hoe de input van belanghebbenden wordt weerspiegeld in de aanbevelingen

De aanbevelingen hierin baseren zich op drie soorten input van belanghebbenden die al binnen EHLA zijn gedocumenteerd: (1) evaluatiefeedback van kinderen, leraren/coaches en ouders in het Active Day-werk; (2) implementatie-ervaring van scholen, community coaches, gemeentelijke samenwerkingen en projectpartners; en (3) reflectie van het consortium die wordt vastgelegd via EHLA Outcomes en projectleeractiviteiten, inclusief webinars.

Deze input is zichtbaar in concrete wijzigingen in de beleidsaanbevelingen. Ervaring met leraren en implementaties ondersteunt de nadruk op praktische hulpmiddelen en gefaseerde veranderingen; lokale partnerschapservaring ondersteunt intersectorale coördinatie en aanpassing; ouder/kind-perspectieven versterken toegankelijkheid en positieve ervaring; en partnerreflectie versterkt de aanbevelingen over coördinatie, duurzaamheid en voorzichtig gebruik van digitale hulpmiddelen.

EHLA begon met een praktische uitdaging: hoe kan kennis over gezonde, actieve levensstijlen actie worden op de plekken waar mensen wonen, leren, spelen en contact maken?

De projectervaring wijst weg van de zoektocht naar één perfecte interventie. Blijvende verandering komt van systemen die actief leven makkelijker maken: scholen die beweging in de dag integreren; openbare ruimtes die deelname uitnodigen; sport die de hele persoon ontwikkelt; professionals die de vaardigheden en tools hebben om te handelen; en openbare administraties die sectoren verbinden in plaats van lichamelijke activiteit als de verantwoordelijkheid van iemand anders te behandelen.

De volgende stap is niet weer een campagne die mensen opdraagt te bewegen. De volgende stap is om beweging makkelijker te maken om te kiezen — en moeilijker voor systemen om te negeren.

Co-funded by the European Union

EHLA roept daarom de publieke autoriteiten op om over te stappen van tijdelijke activiteiten naar blijvende actieve omgevingen: de ambitie delen, inclusie ontwerpen, de oplossing lokaliseren, de verandering coördineren, professionals uitrusten, technologie alleen gebruiken waar deze waarde toevoegen, meten wat belangrijk is en voortzetting financieren.

Elke stap telt. Elke belanghebbende doet ertoe. En elke beleidskeuze kan helpen om actief leven normaler, inclusiever en duurzamer te maken.