

Obesity prevention using the Internet : development and evaluation of a video- and text-based version of a computer-tailored intervention

Citation for published version (APA):

Walthouwer, M. J. L. (2015). *Obesity prevention using the Internet : development and evaluation of a video- and text-based version of a computer-tailored intervention*. Maastricht University.

Document status and date:

Published: 01/01/2015

Document Version:

Publisher's PDF, also known as Version of record

Please check the document version of this publication:

- A submitted manuscript is the version of the article upon submission and before peer-review. There can be important differences between the submitted version and the official published version of record. People interested in the research are advised to contact the author for the final version of the publication, or visit the DOI to the publisher's website.
- The final author version and the galley proof are versions of the publication after peer review.
- The final published version features the final layout of the paper including the volume, issue and page numbers.

[Link to publication](#)

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal.

If the publication is distributed under the terms of Article 25fa of the Dutch Copyright Act, indicated by the "Taverne" license above, please follow below link for the End User Agreement:

www.umlib.nl/taverne-license

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us at:

repository@maastrichtuniversity.nl

providing details and we will investigate your claim.

Download date: 20 Apr. 2021

Obesity prevention using the Internet

Development and evaluation of a video- and text-based version of a computer-tailored intervention

1. Het verstrekken van advies-op-maat over gewichtsmanagement aan de hand van online videoboodschappen is effectiever dan het gebruik van enkel tekstboodschappen | Dit proefschrift
2. Advies-op-maat internetinterventies zijn even effectief voor mensen met een laag en hoog opleidingsniveau | Dit proefschrift
3. Het is essentieel om mensen eerst bewust te maken van hun eigen eetgedrag alvorens ze te kunnen motiveren om met mate te eten | Dit proefschrift
4. Het gebruik van advies-op-maat internetinterventies kan worden verbeterd door het versterken van gevoelens van verbondenheid met het programma | Dit proefschrift
5. mHealth applicaties zijn veelbelovend, maar niet de oplossing om het gebruik van internetinterventies te vergroten
6. Naast het evalueren van complete leefstijlinterventies is het essentieel om meer onderzoek uit te voeren naar de effectiviteit van afzonderlijke gedragsveranderingstechnieken
7. Elke effectevaluatie dient gepaard te gaan met een grondige procesevaluatie om effecten adequaat te kunnen interpreteren en toekomstige interventies te kunnen verbeteren
8. Grootschalige implementatie van de video advies-op-maat internetinterventie is een kostenefficiënte manier om bij te dragen aan de preventie van obesitas | Valorisatie addendum
9. Het is vaak niet de boodschap zelf die de reactie van een persoon bepaalt, maar de wijze waarop de boodschap wordt gebracht | Richard Koestner