

Reach out and touch? : improving reach and use of an Internet-delivered lifestyle intervention

Citation for published version (APA):

Schneider, F. E. K. (2014). *Reach out and touch? : improving reach and use of an Internet-delivered lifestyle intervention*. Uitgeverij BOXPress. <https://doi.org/10.26481/dis.20140131fs>

Document status and date:

Published: 01/01/2014

DOI:

[10.26481/dis.20140131fs](https://doi.org/10.26481/dis.20140131fs)

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.

Reach out and touch?

Improving reach and use of an Internet-delivered lifestyle intervention

1. Om de impact van internetinterventies op de volksgezondheid te vergroten, is het van belang om naast het bereik ook aandacht te besteden aan het eerste, aanhoudend en herhaald gebruik van deze interventies. *(Dit proefschrift)*
2. Interventiegebruik wordt voornamelijk voorspeld door gebruikerskarakteristieken en niet zozeer door de gebruikte disseminatiestrategie. *(Dit proefschrift)*
3. Het betrekken van zowel experts als potentiële gebruikers bij de fase van interventieontwikkeling is essentieel, hoewel het niet onvermijdelijk leidt tot een hoge mate van herhaald interventiegebruik. *(Dit proefschrift)*
4. Eerste, aanhoudend en herhaald gebruik van interventies dienen, ook al zijn ze nauw met elkaar verbonden, beschouwd te worden als afzonderlijke gedragingen die bepaald worden door unieke cognitieve en affectieve determinanten. *(Dit proefschrift)*
5. Het bepalen van een afkappunt voor het bereik van internetinterventies is niet alleen van belang om het succes van de disseminatiestrategie te kunnen bepalen, maar ook om te kunnen bepalen wanneer het bereik van deze interventies verzadigd is.
6. Het hebben van een positieve intentie om de leefstijl te veranderen, heeft niet automatisch een positieve intentie om een leefstijlinterventie te gebruiken tot gevolg.
7. De gelijkenissen tussen promovendi en interventiegebruikers zijn groot; een eerste bezoek in de wereld van wetenschap biedt geen garanties voor afronding van het traject en periodieke prompts zijn dan ook noodzakelijk om tot een succesvol einde te komen.
8. De keerzijde van het internet is dat het gemak van de toegankelijkheid ook tot gevolg heeft dat het vertrek zonder al te veel moeite zal verlopen.
9. We are more heavily invested in the theories of failure than we are in the theories of success (Bandura, 1998).
10. Ordnung ist das halbe Leben - aber die andere Hälfte ist schöner (Duits gezegde).