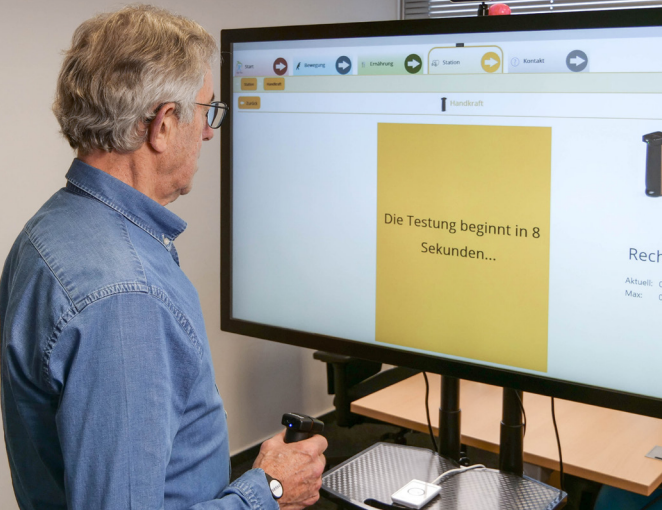




Was ist Ihr Beitrag?

Innerhalb der Studie können Sie ein zum Unterstützungssystem „MotiV“ gehörendes Tablet und eine Mess- und Trainingsstation in einem Zeitraum von mehreren Wochen nutzen. Zu Beginn des ersten Termins bekommen Sie eine ausführliche Einführung in die Nutzung unserer Mess- und Trainingsstation, welche Sie besuchen können, sowie in die Funktionen des Tablets für die Nutzung zuhause. Anschließend führen Sie Trainings und Messungen eigenständig in regelmäßigen Abständen durch.

Warum machen wir das?

Oftmals werden Probleme im Ernährungs- und Bewegungsbereich erst erkannt, wenn schon relevante Einschränkungen vorhanden sind.

Das muss nicht so sein! Wenn frühzeitig erste Probleme in der Mobilität und der Ernährung erkannt werden, kann, zum Beispiel durch gezielte bewegungs- und ernährungstherapeutische Maßnahmen verhindert werden, dass diese zu Beeinträchtigungen in Ihrem Alltag führen.



Carl von Ossietzky
Universität
Oldenburg

Studie zum Thema Ernährung, Bewegung & Technik

Teilnehmer
ab 70 Jahren gesucht



Wer kann teilnehmen?

- Sie sind mindestens 70 Jahre alt.
- Sie sind innerhalb von Oldenburg mobil.
- Sie sind interessiert an Informationen zu Ernährung und Bewegung.



Keine
technische
Vorerfahrung
erforderlich!

Worum geht es?

In einem Forschungsprojekt der Universität Oldenburg wird ein Unterstützungssystem „MotiV“ in Form einer Tabletbasierten App und einer Mess- und Trainingsstation entwickelt. Ziel ist es, älteren Personen zu ermöglichen selbstständig ihren Ernährungs- und Bewegungszustand zu messen und zu verbessern.

Das Unterstützungssystem „MotiV“ befindet sich in der Universität Oldenburg und umfasst moderne Testverfahren zur Beurteilung Ihrer Ernährung, Beweglichkeit und Kraft sowie ein neuartiges Trainingsgerät, das ein individuelles, auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Training ermöglicht.

Unterstützungssystem „MotiV“:

- ist öffentlich zugänglich in der Universität Oldenburg.
- bietet Ihnen Bewegungs- und Ernährungstests.
- enthält Trainingsgeräte zur Verbesserung Ihrer Fitness.
- ermöglicht eine Optimierung Ihrer Ernährung durch ein individuelles Ernährungstagebuch.
- ermöglicht durch die App ein Training zuhause.

Bei Interesse oder für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei uns!

Das Studienteam

studien-efa@uni-oldenburg.de
0441-798 2354

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Studienteam der Nachwuchsgruppe „Ernährung und Funktionalität im Alter“ Department für Versorgungsforschung