

Testpersonen gesucht zur Bekämpfung von Gebrechlichkeit

16 Länder in Europa, Asien und Australien vereinen ihre Expertise um die Effekte von Gebrechlichkeit einzudämmen und Unterstützung bei Prävention zu bieten.

Im Jänner 2016 startete das Projekt „My Active and Healthy Aging“ (My-AHA). Unter der Leitung der Universität Turin nahm ein Team aus 16 Ländern den Kampf gegen altersbedingte Gebrechlichkeit auf. Dabei steht sowohl die kognitive als auch die physische Gebrechlichkeit im Fokus. Früherkennung und Prävention sollen Unterstützung in der Verringerung von negativen Effekten auf die Qualität des Lebens bringen. In Österreich wird das Projekt durch die Johanniter (www.johanniter.at) unter der Leitung von Mag. Georg Aumayr durchgeführt.

Ziele und Relevanz

Das Hauptziel von My-AHA ist es, das Gebrechlichkeitsrisiko zu reduzieren, in dem physische und kognitive Aktivität, psychologischer Status, soziale Ressourcen, Ernährung, Schlaf und das allgemeine Wohlbefinden unterstützt werden. Ältere Mitmenschen sollen in ihrer Gesundheitskompetenz gestärkt werden und mehr Möglichkeiten bekommen, sich aktiv um ihrer Gesundheit anzunehmen.

My-AHA nutzt dabei aktuellste Analyseverfahren um neue Methoden des Gesundheitsmonitorings und Krankheitsprävention anbieten zu können. Dabei sollen individuelle und personalisierte Empfehlungen, Feedback und Unterstützung geboten werden.

Werden Sie ein Teil davon

Um die Ziele von My-AHA zu erreichen, sucht das Projektteam der Johanniter interessierte Menschen, die sich freiwillig als Testpersonen für die Studien melden. Die Anforderungen sind denkbar einfach. Die Personen sollten über 55 Jahre alt sein und aus einem der folgenden Länder stammen: Österreich, Deutschland, Belgien, Italien, Spanien, Schweden, England, Australien, Japan, Südkorea.

Kontakt: forschung@johanniter.at

Ansatz

Eine internetbasierte Plattform wird bestimmte, mit Gebrechlichkeit assoziierte Risikofaktoren identifizieren. Dies geschieht durch die Auswertung von nicht-stigmatisierenden eingebundenen Sensoren und bereits verfügbaren Daten aus dem Alltag der älteren Mitmenschen. Wird ein Risiko entdeckt, wird My-AHA gezielt Interventionsangebote über die Plattform zur Verfügung stellen. Diese Interventionsangebote sind hinsichtlich ihrer Effizienz wissenschaftlich geprüft und liefern evidenzgeprüfte Unterstützung für ein aktives und gesundes Altern.

Diese Angebote folgen einem integrierten Ansatz um die Nutzer zu motivieren an Übungen teilzunehmen, geistig anregende Spiele zu spielen und die sozialen und realen Netzwerke zu nutzen um eine Langzeitverhaltensänderung zu erreichen und um ein glückliches Altern zu unterstützen.

Mehr Informationen finden Sie unter: www.myactiveageing.eu (EN)

Oder direkt bei den Johannitern:

Johanniter Österreich Ausbildung und Forschung gemeinnützige GmbH

eMail: forschung@johanniter.at

Tel: 01/470 70 30 2224 | Ignaz-Köck Straße 22 - 1210 Wien