

Projekt „My-AHA“ zur Vorbeugung und Reduktion der Altersgebrechlichkeit sucht StudienteilnehmerInnen!

Die Johanniter suchen Menschen ab 60 Jahren für die Unterstützung in einer Studie zur Gebrechlichkeitsvorbeugung.

Für die Testphase des Projekts My-AHA (Mein aktives und gesundes Altern) werden noch Freiwillige gesucht, die die Entwicklungen testen. Alle Entwicklungen zielen darauf ab, den Verlauf von Gebrechlichkeit zu stoppen oder zumindest zu reduzieren. Hierfür stellen die Johanniter und das Projektteam gezielte, angepasste Interventionen zur Verfügung, die den Menschen helfen sollen, ihre Gesundheit zu erhalten. My-AHA bietet eine Betreuung und eine Beobachtung nach aktuellen wissenschaftlichen Standards, die auch für den Besuch beim Hausarzt genutzt werden können. Alle Daten, die im Projekt erhoben werden, stehen den Teilnehmern vollständig zur Verfügung und können mit den eigenen Ärzten besprochen werden.

Um den Zugang zu dieser Technologie zu ermöglichen, wird ein Smartphone mit Gyroskop und Android als Betriebssystem benötigt. Zusätzlich werden Optionen vorgestellt, die sich die Teilnehmer aussuchen können und bei Interesse genutzt werden können. Für Personen, die Interesse haben, aber kein geeignetes Smartphone besitzen, kann für die Dauer des Projekts ein Smartphone zur Verfügung gestellt werden.

Die Testungen starten ab Jänner 2018 und werden 18 Monate durchgeführt. Für Teilnehmer, die die Testungen vollständig begleiten, besteht die Möglichkeit, das Smartphone zu behalten.

Die Testungen bestehen aus fünf Terminen, die über 18 Monate verteilt sind und jeweils etwa 2 ½ Stunden dauern. Dazwischen können alle Funktionen des Systems nach Lust und Laune genutzt werden.

Was steht zur Verfügung?

Ein eigenes Gedächtnistrainingsprogramm

Gratis Teilnahme an Bewegungsprogrammen und Veranstaltungen im Rahmen von My-AHA (Ausflüge, Wandergruppen etc.)

Eine digitale Plattform zum Austausch und Kennenlernen der anderen Teilnehmer

Ernährungsprogramm

Spiele zur Verbesserung der Reaktionszeit

Balanceübungen für zuhause

Gruppentrainings für die generelle Fitness und Stabilität

MitarbeiterInnen der Johanniter Österreich Ausbildung und Forschung gemeinnützige GmbH betreuen die Teilnehmer und stehen für Einschulungen und Rückfragen bezüglich der Technologie zur Verfügung.

Genauere Informationen zum Projekt finden sie auf der Webseite unter:

<http://www.activeageing.unito.it/>

Für Rückfragen wenden sie sich bitte an:

Mag. Georg Aumayr
Leiter Forschung

1210 Wien, Ignaz-Köck-Straße 22
T: +43 1 4707030-2222

E: forschung@johanniter.at