

Studienteam:

Prof. Dr. Paul Gellert

Projektleitung

Sandra Mümken

Physiotherapeutin, Projektkoordination

Christine Haeger

Physiotherapeutin, Projektkoordination

Ruth Priesching

Studienassistentin



Das Studienteam in Zeiten von Corona während einer Videokonferenz:

oben: Prof. Dr. Paul Gellert, Sandra Mümken
unten: Christine Haeger, Ruth Priesching

Weitere Infos:



030 450 529 225



Oder schreiben Sie uns eine E-Mail
mobil-im-havelland@charite.de



Weitere Informationen finden Sie
auch auf unserer Internetseite
www.mobil-im-havelland.de

Projektpartner:



Mobil im Havelland

Studie zu Bewegung und
Mobilität von Menschen
ab 75 Jahren im Havelland

Charité – Universitätsmedizin Berlin
Institut für Medizinische Soziologie und
Rehabilitationswissenschaft
Charitéplatz 1
10117 Berlin

Quelle Icons: <https://de.freepik.com/vektoren/geschaeft> Geschäft Vektor erstellt von freepik - de.freepik.com

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium
für Bildung
und Forschung

ID: 01GY1803



Worum geht es in der Studie?

Wir untersuchen die persönlichen, sozialen und regionalen Ressourcen, die für eine selbstständige Mobilität im höheren Alter wichtig sind.

Außerdem interessiert es uns, ob eine mobilitätsfördernde Maßnahme diese verbessern kann.

Wie läuft die Studie ab?

In den **ersten 3 Monaten**

- 3 Fragebögen zu Gesundheit, Bewegung und Region während eines Gespräches bei Ihnen zu Hause
- objektive GPS-Messung bei außerhäuslichen Aktivitäten und kurzes Bewegungstagebuch (3x eine Woche)
- Gesprächs-/Informationsangebote zur Mobilitätsförderung je nach zufälliger Gruppenzuordnung

In den **nachfolgenden 9 Monaten**

- zwei kurze Telefonate

Alle Befragungen werden von erfahrem, wissenschaftlichen Personal durchgeführt und unterliegen strengen Hygienerichtlinien. Zudem ist das Studienpersonal gegen Covid-19 geimpft.

Wer kann teilnehmen?

Sind Sie...

- 75 Jahre oder älter
- wohnhaft im Havelland
- weitestgehend selbstständig mobil (auch mit Hilfsmitteln wie Rollator, Gehstock oder Hilfe Dritter)
- interessiert an einem Gespräch über Ihre Gesundheit und Ihre Region?



... dann möchten wir Sie herzlich einladen, an unserer Studie teilzunehmen!

Was passiert mit den Daten?

Ihre Daten werden datenschutzkonform erhoben und ausgewertet.

Die Ergebnisse werden anonymisiert in wissenschaftlichen Zeitschriften und in anderen Medien veröffentlicht.

Ihre Vorteile bei der Teilnahme

- Erfahrungsgewinn über Ihre eigene Mobilität
- Sie unterstützen ein junges Forschungsteam aus der Region Berlin/Havelland
- die Ergebnisse helfen dabei, die Präventionsforschung weiter voranzubringen

„Bewegung hilft“

Studien zeigen: regelmäßige Bewegung hilft Mobilität, Lebensqualität und seelische Gesundheit zu verbessern — es ist nie zu spät, damit anzufangen.