

Vil du høre mere?

Ønsker du yderligere information om projektet – eller vil du gerne høre mere og være med, enten som passager, pilot eller plejepersonale – så kontakt gerne gruppen bag projektet:

Christina Bjørk Petersen (Lektor, ph.d) er projektleder på *Når Bevægelse Bevæger* og har e-mail chrp@sdu.dk og telefonnummer 6550 7746.

Andreas Jørgensen (videnskabelig assistent, cand.scient) er projektmedarbejder på *Når Bevægelse Bevæger* og har e-mail ajor@sdu.dk og har telefonnummer 6555 7718.



Når Bevægelse Bevæger

Er du en del af Cykling uden alder? –enten som *passager* eller *pilot*? Eller udbydes Cykling uden alder der hvor du arbejder? Så vil vi gerne invitere dig med i forskningsprojektet *Når Bevægelse Bevæger*. Her undersøger vi, hvilken betydning det har for den enkelte - mentalt, socialt og fysiologisk - når man gennem et cyklende fællesskab bevæges gennem andre eller selv bevæger andre.

I denne folder kan du læse mere om projektet.



Hvad er *Når Bevægelse Bevæger*?

Når Bevægelse Bevæger er et forskningsprojekt, der undersøger, hvad det betyder fysiologisk, mentalt og socialt for *passagerer*, der ikke selv kan bevæge sig, at blive bevæget gennem andre.

Vi undersøger også, hvad det betyder for *piloter*, både fysiologisk og mentalt, at bevæge andre, og hvad det betyder for *plejepersonale*, når bevægelseshæmmede indgår i fællesskaber med fokus på fysisk aktivitet og bevægelse.

Projektet tager udgangspunkt i Cykling uden alders eksisterende initiativ, som har til formål at skabe livskvalitet, fællesskab og glæde for personer, der bevæger andre og bevæges gennem andre.

Hvornår?

Undersøgelsen finder sted i forår/sommer 2021. Det præcise tidspunkt for undersøgelsen aftales med deltagerne.

Hvem kan deltage i projektet?

Nye passagerer på korte planlagte cykelture og piloter inviteres til at deltage i undersøgelsen.

Som passager i projektet, skal du deltage i minimum 6-8 cykelture over en periode på minimum 3 måneders og besvare spørgeskema både før og efter opstart af deltagelse i cykelturene.

Hvad består undersøgelsen af?

Før opstart og efter 3 måneder: Spørgeskema og fysisk test

To gange vil vi bede dig besvare et spørgeskema om sundhed og trivsel – 1) før den første cykeltur og 2) efter ca. 3 måneder. Hvis du er passager, vil vi desuden udføre nogle simple test (bl.a. balance, styrke). Test og spørgeskema gennemføres af forskerne fra projektgruppen.

Under cykelturen: Måling af puls og 'humør-barometer'.

Under cykelturen vil du blive udstyret med et pulsur og bedt om at besvare et kort spørgsmål om livsglæde. På enkelte ture cykler forskerne med og vil spørge ind din oplevelse af cykelturen.

Samtykke og fortrolighed

Før du beslutter, om du vil deltage, vil du modtage yderligere information om projektet ligesom du vil blive bedt om at underskrive en samtykkeerklæring. Det er frivilligt at deltage i projektet og du kan når som helst og uden grund, trække samtykke tilbage.

De indsamlede informationer vil kun blive brugt til forskning. Formidling af forskningsresultater vil ske i anonymiseret form. Vi sørger for at opbevare dem sikkert, så det kun er de relevante forskere på Statens Institut for Folkesundhed, SDU, der har adgang til dem. Oplysningerne blive slettet senest fem år efter afslutning af projektet.