



**Universität
Basel**

Departement für
Sport, Bewegung und Gesundheit

Universität Basel
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit
Grosse Allee 6
CH-4052 Basel
✉: now-dsbg@unibas.ch

Basel, Kasım 2025

now! – Hayatına hareket kat adlı araştırma projesi kapsamında sağlık kontrolüne katılım daveti

Sevgili ebeveynler, sevgili çocuklar ve gençler,

Sizi, Basel Üniversitesi Spor, Egzersiz ve Sağlık Bölümü'nde yürütülen araştırma projemize katılmaya davet ediyoruz. *now!* adlı bilimsel projemizin bir parçası olarak, çocukların ve gençlerin sağlığını 1,5 yıl boyunca gözlemlemeyi ve daha iyi anlamayı amaçlıyoruz.

Spor bilimi ölçüm yöntemleri hakkında bilgi edinmenin yanı sıra, çocuğunuzun fiziksel sağlığı ve gelişimi hakkında ayrıntılı bir değerlendirme ve geri bildirim alacaksınız. Çocuğunuzun katılımı ayrıca Basel-Stadt Kantonu Spor Dairesi'nin fiziksel aktiviteyi teşvik eden programlarını çocukların ihtiyaçlarına daha iyi uyarlamasına katkı sağlayacaktır.

Neden katılmalısınız?

Sağlık kontrolü, çocuğunuzun fiziksel gelişimini, kondisyonunu ve genel sağlığını profesyonel olarak değerlendirmek için değerli bir fırsattır. Her ölçüm oturumundan sonra, sonuçların yer aldığı kişisel bir geri bildirim raporu alacaksınız.

Çalışmanın işleyişi:

Çalışma, 1,5 yıl içinde üç ölçüm oturumundan oluşmaktadır. Her randevu yaklaşık 2,5 saat sürer ve aşağıdakileri içerir:

- Büyüme ve vücut bileşimi ölçümleri (örneğin kas kütlesi, vücut yağı)
- Kuvvet ve dayanıklılık testleri
- Dürtü kontrolünü değerlendirmek için bilgisayar tabanlı bir test
- Kardiyovasküler kontrol (örneğin nabız, kan basıncı, EKG)
- Damar sağlığı ölçümleri
- Refah, fiziksel aktivite ve uyku ile ilgili anketler

Kimler katılabilir?

Sağlıklı olan ve vücut ağırlığı daha yüksek (BMI'nin %90 persentilinin üzerinde) 12–14 yaş arası çocuklar ve gençler davet edilmektedir.

Önemli bilgiler:

Tüm incelemeler gönüllüdür, ücretsizdir ve eğitimli uzman personel tarafından gerçekleştirilir. Veriler gizlilik kurallarına uygun olarak korunacak ve yalnızca anonim şekilde analiz edilecektir.

Çocuğunuz bu çalışmaya katılarak doğrudan bir fayda elde etmeyecektir. Ancak, spor bilimi ölçüm yöntemleri hakkında değerli bilgiler edinecek ve çocuğunuzun fiziksel gelişimi ile sağlığına dair kapsamlı bir değerlendirme alacaksınız. Ayrıca, Basel-Stadt'taki fiziksel aktivite teşvik programlarının geliştirilmesine katkıda bulunmuş olacaksınız.



Universität
Basel

Departement für
Sport, Bewegung und Gesundheit

Universität Basel
Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit
Grosse Allee 6
CH-4052 Basel
✉: now-dsbg@unibas.ch

Çok dilli bilgiler:

Proje hakkında daha fazla bilgiye ve bu bilgilendirme mektubunun çevirilerine aşağıdaki QR kodu aracılığıyla ulaşabilirsiniz:



Kayıt:

İlginiz varsa, lütfen bizimle now-dsbg@unibas.ch e-posta adresi üzerinden veya +41 61 207 47 66 numaralı telefondan iletişime geçin.

İlginiz veya sorularınız için bizimle iletişime geçmenizi memnuniyetle karşılarız.

Saygılarımızla,

Dr. Ralf Roth ve tüm now! ekibi

Uyarı:

Bu mektup yapay zekâ (AI) tarafından otomatik olarak çevrilmiştir. Resmî yorumlama için lütfen orijinal Almanca sürüme başvurun.