

Anfrage zur Teilnahme an Forschung:

Überprüfung der Wirksamkeit des Bewegungsprogramms now! – Gesundheitscheck für Jugendliche (Kontrollgruppe)

Liebe/r Jugendliche/r

Wir fragen dich hiermit an, ob du bereit wärst, an unserem Forschungsvorhaben teilzunehmen.

Die Teilnahme ist freiwillig. Alle Daten, die in diesem Projekt erhoben werden, unterliegen strengen Datenschutzvorschriften und werden nur verschlüsselt erhoben. Das heisst, niemand kann die erhobenen Daten mit Deinem Namen in Verbindung bringen. Das Forschungsvorhaben wird vom Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel durchgeführt. Bei Interesse informieren wir Dich gerne über die Ergebnisse aus unseren Untersuchungen.

In einem Gespräch erklären wir Dir die wichtigsten Punkte und beantworten gerne all Deine Fragen. Damit Du Dir bereits jetzt ein Bild machen kannst, hier das Wichtigste.

Was wird gemacht und warum?

- Bewegung und dabei Spass mit Gleichaltrigen zu haben, soll in unserem now!-Projekt im Training gefördert werden. Damit wir unser Ziel überprüfen können, brauchen wir auch Jugendliche, die nicht am now!-Projekt teilnehmen. Deshalb wollen wir wissen, wie sich deine Bewegung, Fitness und Gesundheit über 1.5 Jahre entwickelt, ohne gezielt beim now!-Projekt teilzunehmen.
- Dazu testen wir bei dir zu drei verschiedenen Zeitpunkten deine körperliche Leistungsfähigkeit wie Kraft, Ausdauer und Aufmerksamkeit und untersuchen deine körperliche Verfassung, z.B. Blutgefässe, Gewicht, Grösse oder den Blutdruck.
- An den Messungen kann jeder teilnehmen. Die Messungen dauern ungefähr 2 Stunden.

Warum gerade Du?

- Du bist vom Sportamt aufgrund deiner Ergebnisse beim Sportcheck im letzten Jahr zu diesem Projekt eingeladen worden.
- Du bist interessiert in einer individuellen Messung zu erfahren, wie deine aktuelle Leistungsfähigkeit aussieht und wie sie sich innerhalb eines Jahres entwickelt.

Was kommt auf Dich zu?

- Wir messen drei Mal bei uns im Labor deine Grösse, Dein Gewicht und die Kraft deiner Muskulatur. Die Messungen dauern ungefähr 2 Stunden.
- Ausserdem schauen wir bei weiteren Tests, wie viel Kraft und Ausdauer Du hast. Den Kraft- und Ausdauer-Test machen auch die Spieler des FC Basel bei uns im Labor, Du bist also einmal ein bisschen Profisportler.
- Weiter machen wir Bilder von deinen Augen und schauen die Blutgefässe an und fragen dich verschiedene Fragen zu deinem Schlaf, wie es Dir geht und ob Du manchmal gestresst bist. Alle Messungen zusammen dauern ungefähr 2 Stunden.
- Ausser, dass es anstrengend werden kann, du vielleicht ins Schwitzen kommst und an nächsten Tag etwas müde Muskeln hast, gibt es kein Risiko.

Musst Du mitmachen?

- Deine Teilnahme ist freiwillig. Nur wenn Du und deine Eltern einverstanden sind, kannst Du mitmachen und an den Messungen teilnehmen.
- Wenn Du keine Lust mehr hast, kannst Du jederzeit aufhören ohne uns zu sagen wieso.

Was nützt es Dir, wenn Du an der Studie teilnimmst?

- Alle, die bereit sind teilzunehmen, werden bei uns drei Mal zu den Untersuchungen eingeladen. Somit bekommst Du einen Gesundheitscheck und Auskunft zu Deiner körperlichen Leistungsfähigkeit und Gesundheit und wie sie dein Körper im Wachstum entwickelt.
- Wenn Du an allen drei Messzeitpunkten teilnimmst, bekommst Du als Dank eine kleine Aufwandsentschädigung. Diese Aufwandsentschädigung ist ein Dank für deine Zeit und hat nichts mit Deinen Ergebnissen zu tun. Du kannst wählen zwischen:
 - 50 Franken
 - Tickets für ein Spiel des FC Basel
 - einem Saisonabo für ein Gartenbad in Basel-Stadt

An wen kannst Du Dich wenden?

Du darfst jederzeit Fragen zur Studienteilnahme stellen. Auch bei Unsicherheiten oder Notfällen, die während der Durchführung oder danach auftreten, wende Dich bitte an:

Dr. Ralf Roth,
Bewegungs- und Trainingswissenschaft, Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit,
Grosse Allee 6, 4052 Basel,
ralf.roth@unibas.ch, +41 (0)61 207 47 38