

## Wo findet die Studie statt?



Deutsches Forschungszentrum für Künstliche Intelligenz GmbH – CPS

Cartesium,  
Enrique-Schmidt-Straße 5, 28359 Bremen



Den Großteil der Studie können Sie von zuhause aus erledigen.



Für einen Termin laden wir Sie ins Cartesium ein. Hier besprechen wir das Vorgehen und wir machen Sie mit der App und dem Umgang mit der Smartwatch vertraut.

## Wie können Sie uns erreichen?



Studienleitung: Dr. Sarah Forberger  
Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS

Bei Interesse oder Fragen rufen Sie unter der folgenden Telefonnummer an oder schreiben Sie eine Email mit Ihren Kontaktdaten. Sollten Sie uns einmal nicht persönlich erreichen, hinterlassen Sie gerne eine Nachricht und wir rufen Sie schnellstmöglich zurück.

 **01577 279 3691**

 **hw8@leibniz-bips.de**

Besuchen Sie uns auch auf unserer Website  
[www.healthyw8.eu/de](http://www.healthyw8.eu/de)

Wir freuen uns auf Sie!



Funded by  
the European Union

# healthyw8

Studie zur Förderung eines  
gesunden Lebensstils



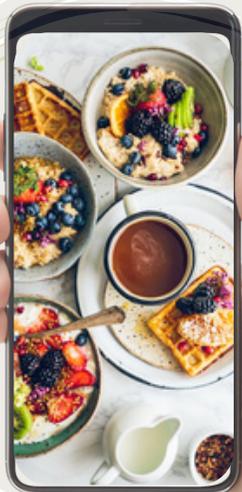
Teilnehmende  
gesucht!



## Was ist HealthyW8?

HealthyW8 ist ein von der Europäischen Kommission gefördertes internationales Projekt. Wir entwickeln und testen gemeinsam mit engagierten Interessierten ein digitales Empfehlungssystem, um das globale Gesundheitsproblem von Übergewicht und Adipositas anzugehen.

In der anstehenden Pilot-Studie erforschen wir, wie digital gestützte Maßnahmen das Ernährungsverhalten, die körperliche Aktivität und die Emotionen beeinflusst, mit dem Ziel, einen gesunden Lebensstil zu fördern.



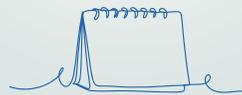
## Wie läuft die Studie ab?



In einem telefonischen Vorgespräch klären wir mit Ihnen die Teilnahmebedingungen.



Beim ersten Treffen füllen Sie einige Fragebögen aus und wir zeigen Ihnen, wie die App und die Smartwatch funktionieren, die Ihnen maßgeschneiderte Tipps zu Ernährung und Bewegung gibt.



Nach 12 Wochen gibt es einen Abschlusstermin, bei dem Sie erneut Fragebögen ausfüllen und die Smartwatch abgeben.

Sie erhalten 40 Euro als Dankeschön für eine Teilnahme an der Studie.

## Wer kann teilnehmen?

Alle ab 18 bis 29 Jahren, die . . .

- Lust haben, für 12 Wochen eine neue App mit Smartwatch zu testen
- ihre Ernährung (weiter) optimieren wollen
- körperlich aktiv(er) werden möchten
- sich vorstellen könnten, eine App zu testen und eine Smartwatch zu tragen



Durch Ihre Teilnahme tun Sie nicht nur sich selbst etwas Gutes, sondern helfen uns auch, die Gesundheit anderer Menschen zu fördern!

