Better4u

Odwiedź naszą stronę internetową lub nasz kanał na Instagramie, aby dowiedzieć się więcej:

www.better4u.eu
@better4u_eu

Weź udział w badaniu BETTER4ALL!

Czas trwania badania:

6-miesięczna interwencja dotycząca stylu życia, + 6-miesięczne monitorowanie (follow-up).

Naukowcy z finansowanego przez UE projektu BETTER4U zapraszają do udziału w badaniu BETTER4ALL. Testuje ono nowe, spersonalizowane podejście do kontroli wagi, które łączy wsparcie stylu życia z zaawansowaną nauką, sztuczną inteligencją (AI) i narzędziami do monitorowania w czasie rzeczywistym. Dołączając do badania, uzyskasz spersonalizowane informacje na temat swojego zdrowia i predyspozycji genetycznych, pomagając jednocześnie badaczom w opracowywaniu skuteczniejszych i bardziej zrównoważonych strategii kontroli masy ciała w Europie.

Jakie są korzyści z dołączenia?

1. Dowiesz się więcej o swoim zdrowiu i skorzystasz z profesjonalnej porady, która pomoże Ci w kontrolowaniu wagi.
2. Otrzymasz bezpłatnie:
    - Badanie kontrolne
    - Pomiar masy i składu ciała
    - Ocenę ryzyka genetycznego dla otyłości.
1. Będziesz śledzić swoje postępy za pomocą smartwatcha i aplikacji mobilnej.

Dane kontaktowe zespołu badawczego

Imię i nazwisko badacza/badaczki:
Paulina Krzywicka
✉ pkrzywicka1@swps.edu.pl
Zofia Szczuka
✉ zszczuka@swps.edu.pl

Dlaczego Twój udział jest ważny:

- **Otyłość to złożona choroba** – uwarunkowana biologią, genetyką, stylem życia i środowiskiem.
- **Nie ma rozwiązań uniwersalnych** – każdy jest inny, dlatego BETTER4U opracowuje spersonalizowane podejście.
- **Twój udział ma znaczenie** - Twój wkład będzie miał bezpośredni wpływ na nowe rozwiązania w zakresie przyszłej prewencji otyłości.

Finansowane przez Unię Europejską

UK Research and Innovation

Project funded by
Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation
Federal Department of Economic Affairs, Education and Research EAER
State Secretariat for Education, Research and Innovation SERI

Better4u

Odwiedź naszą stronę internetową lub nasz kanał na Instagramie, aby dowiedzieć się więcej:

www.better4u.eu
@better4u_eu

O BETTER4U

BETTER4U to międzynarodowy projekt badawczy finansowany przez Unię Europejską (2023-2027). W projekcie uczestniczy 28 partnerów z 21 krajów.
Misją **BETTER4U** jest opracowywanie spersonalizowanych, zrównoważonych interwencji w celu zapobiegania oraz radzenia sobie z nadwagą i otyłością w Europie. BETTER4U wspiera nasze zrozumienie przyczyn leżących u podłoża otyłości i ich wzajemnych oddziaływań. Umożliwia osobom badanym otrzymywanie spersonalizowanych informacji i wykracza poza uniwersalne podejście do otyłości, pomagając we wdrażaniu spersonalizowanych zmian w stylu życia, dostosowanych do indywidualnych potrzeb.

Kto może wziąć udział?

Możesz wziąć udział, jeśli:

- Jesteś osobą w wieku od 18 do 65 lat
- Jesteś osobą z nadwagą lub otyłością (BMI ≥ 25 kg/m2)
- Posiadasz telefon z systemem **Android**
- Masz łatwość w posługiwaniu się technologiami (aplikacja + smartwatch)
- Mieszkasz we Wrocławiu/w okolicy Wrocławia, do którego możesz przyjecha

Nie kwalifikujesz się, jeśli: jesteś w ciąży, karmisz piersią lub masz schorzenie, które uniemożliwia bezpieczny udział w badaniu.

Z czym wiąże się uczestnictwo?

- Z bezpłatnym 6-miesięcznym programem wsparcia stylu życia w celu utraty wagi (opieka spersonalizowana lub standardowa)
- Z pobieraniem próbek biologicznych (krew i kał)
- Z noszenie, smartwatcha Garmin (wypożyczonego na rok)
- Z korzystaniem z **aplikacji mobilnej BETTER4U**
- Z wypełnianiem krótkich kwestionariuszy dotyczących stylu życia i zdrowia
- Z udziałem w 5 spotkaniach ze specjalistą/specjalistką z dziedziny ochrony zdrowia (jedno może odbyć się zdalnie) + 1 wizytą kontrolną po 12 miesiącach.

Udział w badaniu jest **dobrowolny i bezpłatny.**

Jak się zgłosić?

Wypełnij formularz rejestracyjny:

Bezpieczeństwo i ochrona danych

- Twój udział w badaniu jest bezpieczny – badanie zostało zatwierdzone przez Komisję ds. Etyki Badań działającą przy Uniwersytecie SWPS (Wydział Psychologii) we Wrocławiu i spełnia rygorystyczne zasady ochrony danych zgodnie z RODO.
- Udział w badaniu nie wiąże się z żadnym dodatkowym ryzykiem.

Zanim podejmiesz decyzję o dołączeniu, zespół badawczy wyjaśni Ci wszystko szczegółowo. Możesz zrezygnować w dowolnym momencie, bez podawania przyczyny.

Finansowane przez Unię Europejską

UK Research and Innovation

Project funded by
Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation
Federal Department of Economic Affairs, Education and Research EAER
State Secretariat for Education, Research and Innovation SERI