

## **Informationen zum FEEL-Bewegungsprogramm, zur Studie und zum Datenschutz**

### ***Wer kann an der Studie teilnehmen?***

An der Studie können Personen teilnehmen, welche zwischen 18-35 Jahre alt sind und körperlich aktiv werden möchten. Du solltest bislang nicht regelmässig Sport treiben. Zudem ist es wichtig, dass du gute Deutschkenntnisse hast in Wort und Schrift.

### ***Wie läuft die Studie ab?***

In der FEEL-Studie werden wir zwei 8-wöchige Bewegungsprogramme (ein Termin à 75-90 Min/Woche) durchführen. Das Los entscheidet, an welchem Bewegungsprogramm du teilnehmen wirst. Die Bewegungsprogramme werden in kleinen Gruppen durchgeführt und von Bewegungsfachleuten angeleitet. Die Programme sind für (Wieder-)Einsteiger\*innen konzipiert und setzen folglich keine sportlichen Vorerfahrungen oder ein gutes Fitnesslevel voraus. Du wirst verschiedene Aktivitäten und Trainingsformen kennenlernen und ausprobieren dürfen. Die Bewegungsprogramme finden in einer Turnhalle der Stadt Bern oder draussen in der Natur statt.

Im Rahmen des Projekts werden wir zu mehreren Zeitpunkten Daten sammeln. Bei der Anmeldung an die Bewegungsprogramme werden wir Basisinformationen zu deiner Person sowie deine körperliche Aktivität erfragen, um zu prüfen, ob du die Einschlusskriterien für die Studie erfüllst. Direkt zu Beginn der Bewegungsprogramme, unmittelbar danach sowie zwei Monate nach Abschluss befragen wir dich online zu deinen Bewegungserfahrungen, deiner Gesundheit und deinem habituellen Wohlbefinden. Die Beantwortung dieser Fragen nimmt jeweils ca. 20 Min in Anspruch.

### ***Ist die Teilnahme an der Studie freiwillig und kann ich meine Teilnahme jederzeit beenden?***

Ja! Es steht dir völlig frei, bei der Studie mitzumachen. Du brauchst keine Nachteile zu befürchten, wenn du nicht teilnehmen willst. Darüber hinaus kannst du ohne Angabe von Gründen jederzeit aus dem Programm aussteigen.

### ***Bestehen für die Teilnehmenden Risiken oder Belastung?***

Mit der Teilnahme an dieser Studie gehst du nur minimale Risiken ein. Die Studie beinhaltet keine invasiven Verfahren, wie z. B. Blutentnahmen. Jedoch birgt jede körperliche Aktivität das Risiko, sich zu verletzen. Bewegungsfachleute werden die Kursstunden leiten und darauf achten, dass dieses Risiko möglichst klein ist. Bei Krankheit (z. B. Grippe o.ä.) wird von der Teilnahme abgeraten. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

### **Wie sieht der Datenschutz aus?**

Im Rahmen dieser Studie werden wir die Daten zu deiner Person in pseudonymisierter Form verarbeiten. Das heisst, dass alle Teilnehmenden zu Beginn einen Versuchspersonen-Code erhalten. Eine Liste mit der Verknüpfung deiner persönlichen Informationen (Name, Handynummer, E-Mailadresse) und deines Codes ist auf einem lokalen passwortgeschützten Ordner auf einem Server des Instituts für Sportwissenschaft der Universität Bern abgespeichert. Dies ist nötig, um alle gesammelten Informationen über deine Person zusammenzufügen können. Nur das Projektteam hat Zugriff auf diese Liste. Die Liste wird fünf Monate nach der letzten Datenerhebung gelöscht. Ab diesem Zeitpunkt ist eine persönliche Zuordnung der Daten nicht mehr möglich und die Daten sind vollständig anonymisiert.

Die anonymisierten Daten werden mindestens 10 Jahre gespeichert und können zu Forschungszwecken weiterverwendet werden. Für eine Forschungsk Kooperation mit der Universität Tübingen werden im Anschluss die anonymisierte Daten ausgetauscht und für gemeinsame Auswertungen in einem Datensatz zusammengefasst. Die Forschungsergebnisse aus der Studie werden in anonymisierter Form in Fachzeitschriften oder in wissenschaftlichen Datenbanken veröffentlicht. Bei der Veröffentlichung der Forschungsergebnisse wird deine Identität nicht bekannt.

Du kannst das Löschen deiner Daten bis fünf Monate nach Ende der zweiten Datenerhebung beantragen. Wende dich dafür bitte unter Nennung deines Codes direkt an unseren Projektmitarbeiter Martin Bührer ([martin.buehrer@unibe.ch](mailto:martin.buehrer@unibe.ch) / Tel: 031 684 51 72).