

Entzungo dizugu.

Zure bizi-kalitatea hobetzeko, zuk parte hartzea behar dugu.



adinbera

adineko pertsonen
zaugarritasunari buruzko
azterlana

Muñoa Fundazioak eta Biodonostiak bat egin dute eta Adinbera sortu dute.

65 urtetik gorako pertsonen zaugarritasunean esku hartzen duten faktoreak ikertuko dituen proiektu aitzindari eta berritzaile bat da.

Horregatik, 65 urte baino gehiago badituzu, zuk parte hartzea bear dugu. Helburu nagusia da informazioa biltzea eta egunerokotasuna hobetzen lagunduko duten tresnak diseinatzea.

Zure elikadura-ohituren, gizarte-harremanen, ariketa fisikoaren, zaletasunen, eta abarren berri izan nahi dugu.



Solidarioa

Lankidetzeta da ikerketaren izateko arrazoia.



Altruista

Ez dago ordainsaririk parte hartzeagatik.



Librea

Zuk erabakiko duzu noiz arte parte hartu nahi duzun programan.



Konfidentziala

Datuak fitxategi orokor batean sartuko dira.

Helburu nagusiak:

01

Zure ohiturei buruzko informazio baliotsua.

02

Tokian bertan lan egitea.

03

Ondorio kaltegarriak aurreikustea eta murriztea.

04

Ikuspegi berriak ematea.

Zuk erabakiko duzu noraino lagundu nahi diguzun.

Adinbera hiru urteren buruan amaituko da, eta epe horretan parte-hartzaileen jarraipena egingo dugu bi fasetan.



Elkarrizketaren fasea:

Urtean bi elkarrizketa zure egunerokotasunaren berri izateko, eta zuri entzuteko.



Jarraipenaren fasea:

Sentsore bat jartzea astebetez.

Nola eman izena:



Gure webguneko formularioaren edo posta elektronikoaren bidez:
www.adinbera.com
adinbera@biodonostia.org



Deitu telefonoz eta izena emateko prozesuan lagunduko dizugu:
643 984 185



Izena eman ondoren, gure bulegoan zitatuko dizugu: **Andre Maria Plaza, 2 behe solairua, 20400 Tolosa, Gipuzkoa**

Diruz lagundu duena:

Fundación Muñoa

Babesleak:

TOLOSA

Bultzatzailea:

biodonostia

osasun ikerketa institutua
instituto de investigación sanitaria

Osakidetza

Le escuchamos.

Para mejorar su calidad de vida, necesitamos su participación.



adinbera

estudio sobre la vulnerabilidad de las personas mayores

Fundación Muñoa y Biodonostia se unen para crear **Adinbera**.

Un proyecto pionero e innovador que investigará los factores que intervienen en la vulnerabilidad en personas de más de 65 años.

Por eso, si usted tiene 65 años o más, necesitamos su participación. El objetivo principal es recabar información y diseñar herramientas que ayuden a mejorar su día a día.

Solo queremos conocer sus hábitos de alimentación, sus relaciones sociales, ejercicio físico, aficiones...



Solidario

La colaboración es la razón de ser de la investigación.



Altruista

No hay una remuneración por participar.



Libre

Usted decide hasta cuándo participar en el programa.



Confidencial

Los datos se suman a un fichero general.

Principales objetivos:

01

Información valiosa sobre sus hábitos.

02

Trabajar sobre el terreno.

03

Prever y reducir los efectos adversos.

04

Aportar nuevas perspectivas.

Usted decide hasta dónde quiere acompañarnos.

Adinbera es un proyecto que culmina dentro de tres años, durante este periodo realizaremos un seguimiento a las personas participantes a lo largo dos fases.



Fase entrevista:

2 entrevistas al año para conocer su día a día y escucharle.



Fase seguimiento:

Colocación de un sensor durante una semana.

Cómo inscribirse:



A través del formulario de nuestra página web o correo electrónico **www.adinbera.com** **adinbera@biodonostia.org**



Llámenos por teléfono y le ayudaremos con su proceso de inscripción **643 984 185**



Una vez inscrit@ le citaremos en nuestra oficina ubicada en **Plaza Santa María, 2 bajo, 20400 Tolosa, Gipuzkoa**

Subvencionado por:

Impulsado por:

Fundación Muñoa

biodonostia

osasan ikerketa institutua
instituto de investigación sanitaria

Con el apoyo de:

TOLOSA

Osakidetza