

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
harteza 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

Lankidetzaz
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:

Bultzatzailea:

**Fundación
Muñoa**

biodonostia

osasun ikerketa institutua
instituto de investigación sanitaria

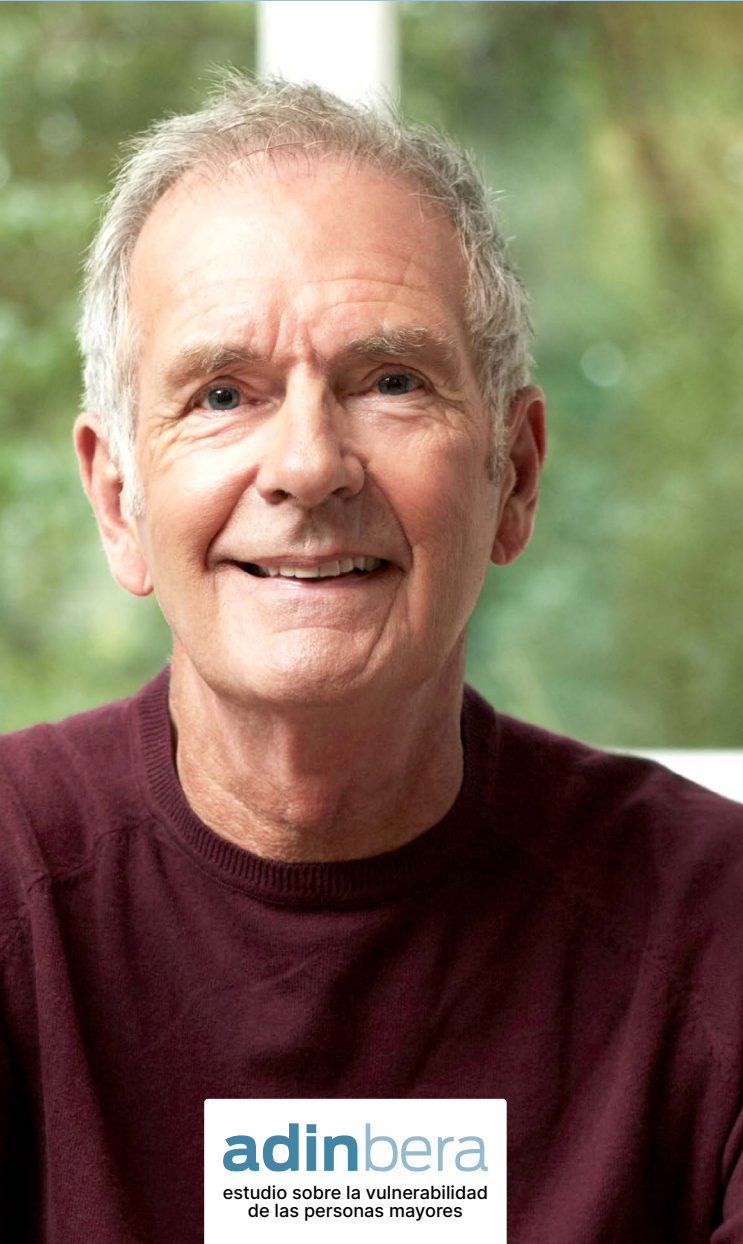
Babesleak:

TOLOSA

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

osasun ikerketa institutua
instituto de investigación sanitaria

Con el apoyo de:

TOLOSA

Osakidetza