

Titel	Präsentation der Testregionen auf www.aal.at
Arbeitspaket	AP7: Dissemination & Geschäftsmodellentwicklung
Aufgabe	A 7.1: Dissemination
Ergebnis	Kein Ergebnisdokument
Datum	16.07.2018
Verfasser	[SRFG] Cornelia Schneider (v1) Viktoria Maringer (v2)

Programmeigentümer / Fördergeber

Bundesministerium für Verkehr, Innovation und Technologie



Programmleitung

Österreichische Forschungsförderungsgesellschaft (FFG) Programm: benefit

IKT der Zukunft: benefit – Demografischer Wandel als Chance
Ausschreibung 2016

Testregion: Fit in einen neuen Lebensabschnitt mit neuen Technologien – AAL
Testregion Salzburg/Wien: fit4AAL (862035)



Konsortialpartner der AAL Testregion „fit4AAL“





1. KURZINFORMATION fit4AAL

In der Testregion „fit4AAL“ wird ein technologie-gestütztes Bewegungsprogramm für Personen ab 55 entwickelt. Das primäre Ziel des Projekts ist es, dass älter werdende Personen länger mobil und gesund bleiben. Mit Hilfe von fit4AAL soll einerseits der Nutzen von unterstützenden Technologien in gesunden Lebensjahren bzw. beim Übertritt in eine neue Lebensphase erfahren werden. Andererseits soll ein gesunder Lebensstil gefördert werden, um so ein möglichst langes und autonomes Leben in den eigenen vier Wänden zu gewährleisten. Die wesentlichen Innovationspotentiale von fit4AAL sind: Aufbau, Stärkung und Festigung von AAL-Kompetenz, die Kombination von virtueller und persönlicher Unterstützung, sensorgestütztes Übungsmonitoring, bedarfsgerechte Weiterentwicklung eines Plug & Play Systems sowie Entwicklung eines tragfähigen Geschäftsmodells. Zur Ableitung von Ursache-Wirkungsbeziehungen wird ein Feldtest mit je 100 Haushalten durchgeführt.

2. ZIELE UND EVALUIERUNGSANSÄTZE fit4AAL

Hintergrund und Relevanz

Bis 2034 werden in Österreich etwa 750.000 Personen in Pension gehen. Bedingt durch die geburtenstarken Jahrgänge zwischen 1956 und 1969 ist diese Zahl enorm hoch. Chancen, damit älter werdende Personen möglichst lange fit, gesund und autonom bleiben können, bieten Active and Assisted Living (AAL)-Technologien.

Ein Teil der heutigen Generation 55+ ist bereits mit Technik vertraut und stellt hohe Ansprüche an diese. Das Forschungs- und Entwicklungsprojekt „fit4AAL“ zielt darauf ab, eine erweiterbare und leistbare Plug & Play Lösung zu entwickeln, die den Ansprüchen dieser Generation entspricht und sie dabei unterstützt ihre körperliche Fitness zu erhalten bzw. zu verbessern.

Fit mit ILSE

Im Zuge des Projekts „fit4AAL“ wurde das Bewegungsprogramm Fit mit ILSE entwickelt. Es kombiniert Smart Home Komponenten mit Smart Services, um gesundheitsfördernde Bewegung in den Alltag der Generation 55+ stärker zu integrieren und das fitnessfördernde Bewegungsausmaß zu erhöhen. Informationsangebote in den Bereichen Entspannung, Motivation, Selbstorganisation und technische Angebote ergänzen das Programm.

Studiendesign

Für aussagekräftige Evaluierungsergebnisse wird die fit4AAL-Lösung Fit mit ILSE in zwei Testphasen in insgesamt 200 Privathaushalten im Bundesland Salzburg und Wien über jeweils 6 Monate getestet. Parallel dazu nehmen vergleichbare Personen (Kontrollgruppe) an Befragungen und Fitness-Assessments teil. Die Evaluierung (Usability, Akzeptanz, Funktionsfähigkeit und Wirkungen) soll Aufschlüsse über Marktbarrieren und Marktauglichkeit der fit4AAL-Lösung, die Effekte der Technologie für die NutzerInnen sowie Erkenntnisse für eine erfolgreiche Marktüberführung liefern.

3. LÖSUNGEN UND TECHNOLOGIEN fit4AAL

Das Bewegungsprogramm Fit mit ILSE besteht im Wesentlichen aus einem Tablet, einem Fitnessarmband und einem Übungsmonitoringsystem.



Mit diesen drei Komponenten interagieren die NutzerInnen. Auf ihnen sind die Funktionen

- Fit zu Hause
- Fit unterwegs
- Fit durch Wissen
- Erreichtes und
- Coach

realisiert.

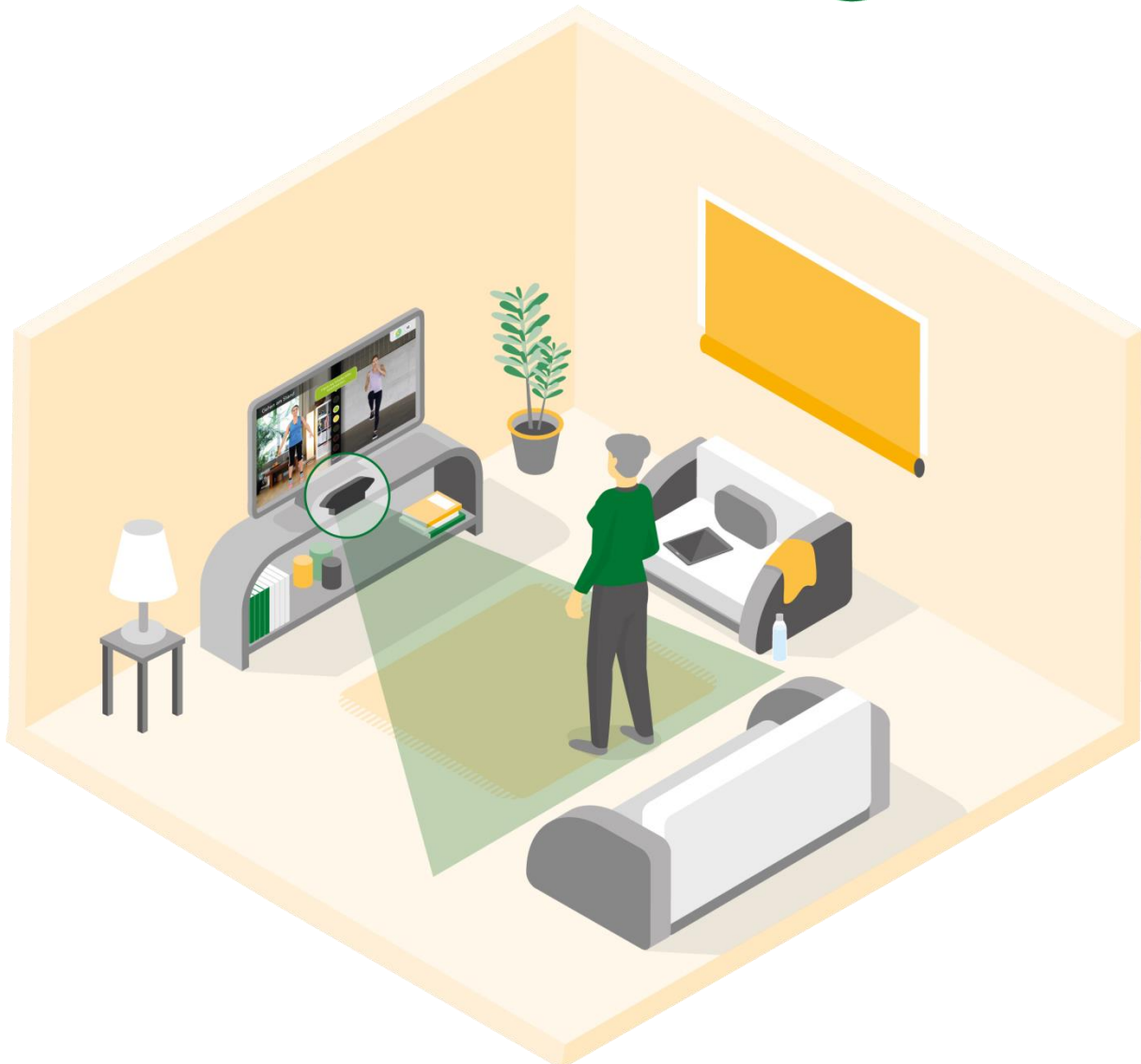
Fit zu Hause stellt ein Trainingsprogramm zur Verfügung, das individuell auf die NutzerInnen abgestimmt ist. Das Übungsmonitoringsystem ist ein mit dem TV-Gerät verbundenes Tiefenbildkammersystem. So ist es möglich Übungen am Tablet oder am Fernseher zu sehen und durchzuführen. Wird mit Hilfe des Übungsmonitoringsystems trainiert, so bekommt der/die NutzerIn bei ausgewählten Übungen Feedback zu Anzahl der Wiederholungen sowie Hinweise die Beinachse bzw. Rückenstabilität betreffend.

Fit unterwegs: Aktivitäten außerhalb der Wohnung können mit Hilfe des Fitnessarmbands aufgezeichnet werden. Ein zur Verfügung gestelltes Tourenportal am Tablet und eine Aktivitätenübersicht sollen zu mehr Bewegung anregen.

Fit durch Wissen erweitert mit einem attraktiven Kursangebot das Wissen der NutzerInnen rund um Themen wie Richtiges Trainieren, Motivation, AAL-Technologien oder den (Un)ruhestand.

Erreichtes: Die NutzerInnen können am Tablet verfolgen, welche Ziele sie durch Übungen oder Aktivitäten erreicht haben. Wochenmedaillen sollen die NutzerInnen zusätzlich motivieren ihre Bewegungsziele zu erreichen.

Coach: Während der gesamten Feldtestphase wird auf die persönliche Betreuung durch einen Coach gesetzt. Auf Basis der sogenannten Coach-Terminen wird das Trainingsprogramm abgestimmt und auf den ILSE-Komponenten zur Verfügung gestellt. Außerdem haben die TeilnehmerInnen während der Interventionszeit die Möglichkeit Coach-Termine zu vereinbaren.



ILSE und HEIMO: Erweitert wird das System durch Smart-Home Komponenten. Beispielsweise kann der Stromverbrauch des Trainingssystems ermittelt werden, oder mit Hilfe einer Szeneneinstellung über die Fernbedienung eine angenehme Atmosphäre für sportliche Betätigungen geschaffen werden.

4. TESTUMGEBUNG fit4AAL

Getestet wird Fit mit ILSE in insgesamt 200 Privathaushalten im Bundesland Salzburg und Wien in 2 Testphasen über jeweils 6 Monate.



5. ERGEBNISSE / ZWISCHENERGEBNISSE fit4AAL

Aktuell befindet sich fit4AAL in den Vorbereitungen für die zweite Testphase. Mit ersten Ergebnissen, wie sich Fit mit ILSE auf die Bewegung und den Alltag der Generation 55+ auswirkt, ist mit Anfang 2020 zu rechnen.

6. LAUFENDE VERBREITUNGSAKTIVITÄTEN fit4AAL

Musterwohnungen

Im Zuge des Projekts wurden zwei Musterwohnungen in Salzburg und Wien eingerichtet. Das Bewegungsprogramm Fit mit ILSE wurde dazu in den Räumlichkeiten der Projektpartner 50plus GmbH und use it! installiert und kann von Interessierten nach telefonischer Vereinbarung ausprobiert werden.

Veröffentlichungen und Veranstaltungen

Das Projekt fit4AAL wurde bereits bei unterschiedlichen Veranstaltungen (z.B. 8. e-Health Day, ICT 2018, dHealth 2019, ECSS Congress 2019) vorgestellt. 2019 gab es einen TV und einen Radiobeitrag und es wurde in Magazinen der Projektpartner über fit4AAL berichtet. In nächster Zukunft wird die Testregion bei den Gesundheitsgesprächen am Forum Alpbach (August 2019) und bei der 2. AAL-Praxiskonferenz während des Jahreskongress der Medizinischen Universität Graz (Oktober 2019) präsentiert.

Webseite

Die Webseite informiert über das Bewegungsprogramm ILSE und das Projekt allgemein (<https://www.fit-mit-ilse.at/>). Im Laufe des Projekts werden dort auch Neuigkeiten und Ergebnisse veröffentlicht.

7. PROJEKTFAKTEN

Projekttitlel	Fit in einen neuen Lebensabschnitt mit neuen Technologien – AAL Testregion Salzburg/Wien
Projektdauer	1.1.2018 – 31.12.2020
Konsortialpartner	<p>Forschungseinrichtungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salzburg Research Forschungsgesellschaft m.b.H. • Wirtschaftsuniversität Wien • Paris Lodron Universität Salzburg <p>EndnutzervertreterInnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 50plus GmbH • SMART ASSETS Development GmbH - use it! • Care Consulting <p>IKT Dienstleister / Systemintegratoren</p> <ul style="list-style-type: none"> • bit media e-solutions GmbH • MyBodyCoach • Salzburg AG für Energie, Verkehr und Telekommunikation
Wichtige Meilensteine	<p>Kick-Off – Jänner 2018</p> <p>Präventionsmaßnahmen – April 2018</p> <p>fit4AAL Einsatzszenarien und Komponentenliste – Mai 2018</p> <p>Systemarchitektur – Juli 2018</p> <p>Feldtestprototyp – Februar 2019</p> <p>Feldtest abgeschlossen – Juni 2020</p> <p>Evaluierungsdokument – Jänner 2021</p> <p>Geschäftsmodell – Jänner 2021</p>
Kontakt	<p>Konsortialführer</p> <p>Salzburg Research Forschungsgesellschaft m.b.H. Jakob Haringer Straße 5/3, 5020 Salzburg</p> <p>Projektwebseite: www.fit4AAL.at</p> <p>Projektkoordinatorin DI Verena Venek verena.venek@salzburgresearch.at</p>