



ÄR DU 65 ÅR ELLER ÄLDRE?

...och vill bidra till att öka kunskapen om psykologiska faktorer och aktivitetsvanor hos seniorer?

Vi är två psykologstudenter som just nu genomför vårt examensarbete. Forskning visar att fysisk aktivitet minskar med åldern. Mot denna bakgrund är vi intresserade av att undersöka sambandet mellan psykologiska aspekter och seniorers tränings- och aktivitetsvanor.

Vad innebär det för dig?

Deltagande i studien är frivilligt och innebär att besvara en anonym webbaserad enkät som tar ca 15 minuter att fylla i. Ta den tid du behöver.

Vem kan delta?

Alla som är 65 år eller äldre oberoende tränings- och aktivitetsnivå.

Är du intresserad av att delta?

Klicka på länken: <https://forms.office.com/e/75uCknY17L> eller scanna QR-koden i hörnet med telefonen för mer information om studien och enkäten.

Svara senast: 1/4-2026.

Tack på förhand!

Kontaktuppgifter för frågor eller funderingar:

Hanna Österlund, psykologstudent Umeå universitet.

Mail: haos0026@student.umu.se

Amanda Eriksson, psykologstudent Umeå universitet.

Mail: amer0035@student.umu.se

Magdalena Domellöf, handledare och universitetslektor
Umeå universitet.

