

Verbundpartner:



Prof. Dr. med. Uwe Tegbur

Medizinische Hochschule Hannover  
Klinik für Rehabilitations- und Sportmedizin  
Carl-Neuberg-Straße 1  
30625 Hannover

**DiNAMO**

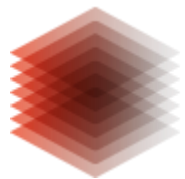
Digitalisierung für nachhaltige Mobilität an Hochschulen in der Region Hannover



[fitness@mh-hannover.de](mailto:fitness@mh-hannover.de)



Medizinische Hochschule Hannover



TIB LEIBNIZ-INFORMATIONSZENTRUM  
TECHNIK UND NATURWISSENSCHAFTEN  
UNIVERSITÄTSBIBLIOTHEK



HOCHSCHULE HANNOVER  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES AND ARTS

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium für Bildung und Forschung

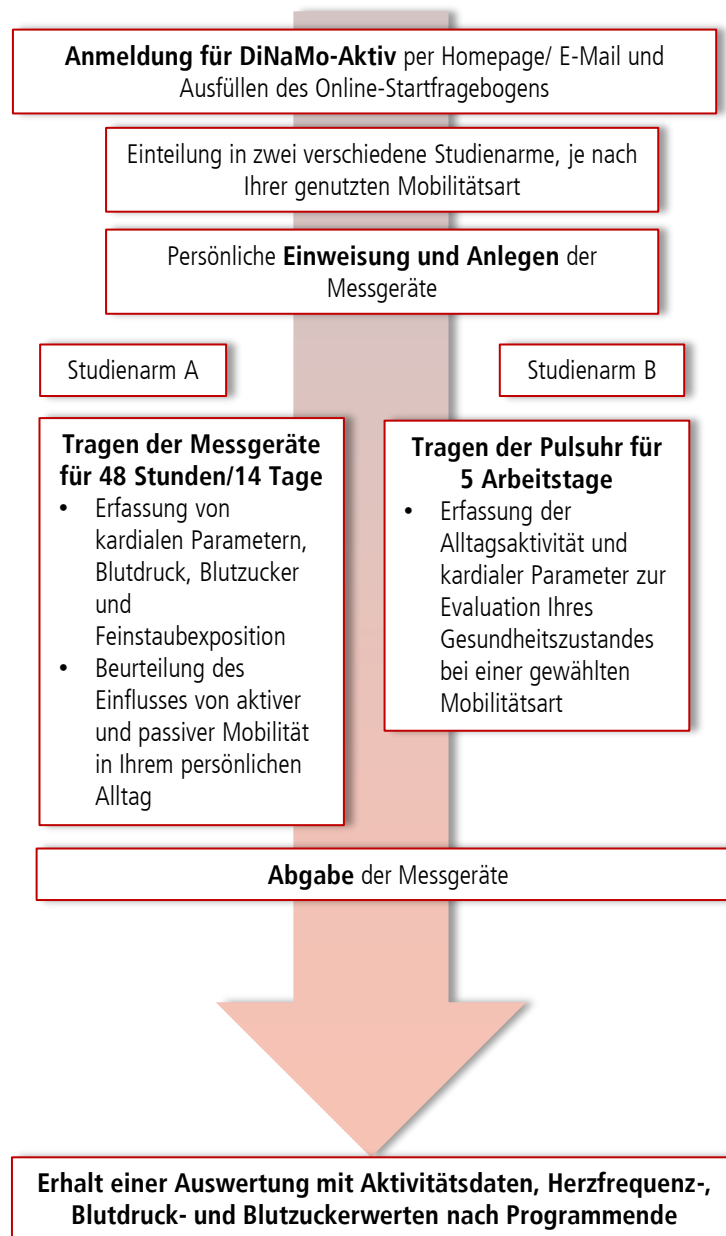


## Welchen Einfluss hat der Arbeitsweg auf Ihre Gesundheit?



Bei **DiNaMo (Digitalisierung für nachhaltige Mobilität)** handelt es sich um eine Multicenterstudie, eines vom BMBF-geförderten Projekts zu Transformationsfaden für nachhaltige Hochschulen in der Region Hannover als Reallabor zur Förderung nachhaltiger Mobilität durch Digitalisierung. Das „green office“ der Leibniz Universität Hannover hat die Projektleitung inne und die MHH als Partner das Teilprojekt (AP2) übernommen: **„Erfassung von Aktivitäts-, Herz-Kreislauf, Stoffwechsel- und Umweltdaten auf dem Arbeitsweg. Eine Beobachtungsstudie“**.

Ziel von **DiNaMo** ist es, Maßnahmen zur Förderung eines nachhaltigen Mobilitätsverhaltens durch Digitalisierung zu entwickeln, zu pilotieren und Erfolge bzw. Hemmnisse an den beteiligten Hochschulen zu erfassen. Im Teilprojekt werden verschiedene Fragestellungen untersucht, die insbesondere die Anreizmechanismen, wie z.B. messbare positive Effekte auf die eigene Gesundheit oder gemeinschaftlich zu erreichende Ziele oder auch Challenges zur Reduktion des CO<sub>2</sub>-Fußabdrucks an den Partnerinstitutionen umfassen. Um Status Quo und Veränderungen im Mobilitätsverhalten zu ermitteln, werden neben den Befragungen auch Bewegungstrajektorien mittels Bewegungstrackern erfasst.



### Wann startet das Projekt?

- Juni 2024

### Wer kann teilnehmen?

- Mitarbeiter:innen oder Studierende der Hannoveraner Hochschulen

### Was sind die Teilnahmebedingungen?

- Sie wohnen bis maximal 50 km von Ihrer Arbeitsstätte entfernt und haben Präsenzarbeitszeiten

### Kostet mich die Teilnahme etwas?

- Nein. Die Nutzung der Studien-Geräte ist für Sie kostenfrei

### Wie kann ich mich anmelden?

- Melden Sie sich per E-Mail an [fitness@mh-hannover.de](mailto:fitness@mh-hannover.de). Teilen Sie uns dabei bitte mit wie ihr Arbeitsweg normalerweise aussieht – PKW, Fahrrad, zu Fuß, ÖPNV oder Kombinationen

### Wo liegen die Vorteile der Teilnahme?

- Mehrtägige Ermittlung von Gesundheitsparametern außerhalb der Regelversorgung
- Kostenlose Nutzung der Messgeräte
- erweiterte Blutdruck- und Glukose-Diagnostik und Auswertung