



## Einladung zur Teilnahme an der Studie „Entspannung mit Herz“

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,

**hiermit laden wir Sie herzlich ein, an unserer Studie „Entspannung mit Herz“ teilzunehmen!**

Im Rahmen dieser Studie werden „Kurz- und mittelfristige Effekte Autogenen Trainings auf psychologische und psychobiologische Stressindikatoren bei chronischer Herzinsuffizienz“ untersucht. Die genauen Details zur Studie können Sie der beiliegenden Informationsbroschüre entnehmen.

### Wichtigste Informationen im Überblick

- ❖ **Ziel der Studie:** Untersuchung von Effekten des Autogenen Trainings auf Stressindikatoren bei chronischer Herzinsuffizienz
- ❖ **Aufgabe:** Teilnahme an einem 8-wöchigen Kurs (1x wöchentlich, jeweils 30-40Minuten), Teilnahme an der schriftlichen Erhebung in Form von Fragebögen & Abgabe von Speichelproben (und evtl. Blutproben) an drei Zeitpunkten
- ❖ **Sicherheit:** Entsprechend der gegenwärtigen Covid-19 Situation, werden die aktuellen Hygiene- und Abstandsregelungen natürlich eingehalten
- ❖ **Vorteil der Studienteilnahme:** Möglichkeit zum Erlernen von sinnvollen Maßnahmen, um das eigene Stresserleben günstig zu beeinflussen
- ❖ **Kostenlos:** Die Teilnahme an der Studie ist für Sie selbstverständlich kostenlos
- ❖ **Datenschutz:** Alle Daten werden anonym ausgewertet und nur für Forschungszwecke verwendet

**Wir freuen uns sehr, wenn Sie uns durch Ihre Teilnahme unterstützen würden!**

**Haben wir Ihr Interesse geweckt, möchten wir Sie herzlich bitten, sich mit der Studienleitung in Verbindung zu setzen:**

Tara Partetzke, M. Sc. (Studienleitung)

Tel.: 0651 201 3870

E-Mail: [entspannung@uni-trier.de](mailto:entspannung@uni-trier.de) oder [partetz@uni-trier.de](mailto:partetz@uni-trier.de)

**Mit freundlichen Grüßen,**

Tara Partetzke und das „Entspannung mit Herz“-Team