

# ONLINE WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK

## Inleiding

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u om mee te doen aan een wetenschappelijk onderzoek naar de relatie tussen lichamelijke beweging en welbevinden. Meedoen is vrijwillig. Om u mee te laten doen, hebben wij wel uw schriftelijke toestemming nodig. U kunt meedoen aan het onderzoek door een email te sturen aan het volgende emailadres: [onderzoek19.26@ou.nl](mailto:onderzoek19.26@ou.nl). U krijgt dan een link die verwijst naar de vragenlijst.

Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, krijgt u uitleg over wat het onderzoek inhoudt. Lees deze informatie rustig door en vraag de onderzoeker uitleg als u vragen heeft. U kunt ook de hoofdonderzoeker, die aan het eind van deze brief genoemd wordt, om aanvullende informatie vragen.

## 1. Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is om meer inzicht te krijgen in de relatie tussen lichamelijke beweging en welbevinden.

## 2. Achtergrond van het onderzoek

Er zijn indicaties dat lichaamsbeweging goed is voor de geestelijke gezondheid. Echter, onduidelijk is nog hoeveel invloed krachttraining heeft op (het verbeteren van) de geestelijke gezondheid. Dit onderzoek heeft tot doel het inzicht hierin te vergroten.

## 3. Wat meedoen inhoudt en wat wordt er van u verwacht

Door mee te doen aan dit onderzoek helpt u mee tot bruikbare onderzoeksresultaten te komen. Van u wordt verwacht alle onderzoeksvragen in de bijgeleverde vragenlijst in te vullen. De vragenlijst bevat 40 vragen. De vragen hebben betrekking op krachttraining, motivatie en welbevinden.

## 4. Mogelijke voor- en nadelen

Voordelen van dit onderzoek kunnen zijn dat u meer zicht krijgt op de relatie tussen lichaamsbeweging en welbevinden en dat u gemotiveerd wordt om meer aan krachttraining te gaan doen. Nadelen kunnen zijn dat u juist minder gemotiveerd wordt om aan krachttraining te doen en de tijdsinvestering die het onderzoek kost.

## 5. Als u niet wilt meedoen of wilt stoppen met het onderzoek

U beslist zelf of u meedoet aan het onderzoek. Deelname is vrijwillig. Als u niet wilt deelnemen heeft dat geen nadelige gevolgen voor u. Als u wel meedoet, kunt u zich altijd bedenken en toch stoppen, ook tijdens het onderzoek. U hoeft niet te zeggen waarom u stopt. De gegevens die tot dat moment zijn verzameld, mogen worden gebruikt voor het onderzoek.

## **6. Einde van het onderzoek**

Het hele onderzoek is afgelopen als alle deelnemers klaar zijn. Na het verwerken van alle gegevens informeert de onderzoeker u over de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek. Dit gebeurt ongeveer 6 maanden na uw deelname.

## **7. Gebruik en bewaren van uw gegevens**

Voor dit onderzoek worden er persoonsgegevens verzameld, gebruikt en bewaart. Het gaat om de volgende persoonsgegevens: leeftijd en geslacht. Het verzamelen, gebruiken en bewaren van uw gegevens is nodig om de vragen die in dit onderzoek worden gesteld te kunnen beantwoorden. De uitkomsten van het onderzoek zullen worden gedeeld met collega's. De gegevens die worden gedeeld bevatten geen informatie die tot u te herleiden is. Ook in rapporten en publicaties over het onderzoek zijn de gegevens nooit tot u te herleiden.

### **Vertrouwelijkheid van uw gegevens**

Om uw privacy te beschermen krijgen uw gegevens een code. Uw naam en andere gegevens die u direct kunnen identificeren worden daarbij weggelaten. Uw gegevens worden op deze wijze versleuteld. De sleutel van de code blijft veilig opgeborgen, binnen de Open Universiteit. Personen die toegang krijgen tot de niet-versleutelde informatie zijn de heer Jan-kees van Rennes en dr. Johan Lataster. Het onderzoek vindt plaats in het kader van een stage en een scriptie. De functie van dr. Johan Lataster is stage- en scriptiebegeleider.

### **Toegang tot uw gegevens voor controle**

Om te kunnen beoordelen of het onderzoek op een betrouwbare wijze is uitgevoerd, kunnen leden van een visitatiecommissie inzage krijgen in de niet-versleutelde informatie.

### **Bewaartermijn gegevens**

Uw gegevens moeten 10 jaar worden bewaard door de Open Universiteit.

### **Informatie over onverwachte bevindingen**

Tijdens dit onderzoek kan er bij toeval iets gevonden worden dat niet van belang is voor het onderzoek maar wel voor u. Als dit belangrijk is voor uw gezondheid, dan zult u op de hoogte worden gesteld.

### **Meer informatie over uw rechten bij verwerking van gegevens**

Voor algemene informatie over uw rechten bij verwerking van uw persoonsgegevens kunt u de website van de [Autoriteit Persoonsgegevens](#) raadplegen. De privacy disclaimer van de Open Universiteit vindt u via [www.ou.nl/privacy](http://www.ou.nl/privacy).

## **8. Verzekering voor deelnemers**

Zou er onverhoopt schade voor u ontstaan doordat u deelneemt aan dit onderzoek, dan kan deze schade vergoed worden vanuit de verzekeringen van de Open Universiteit. U kunt dan contact opnemen via Jan-kees van Rennes email: [onderzoek19.26@ou.nl](mailto:onderzoek19.26@ou.nl)

## **9. Heeft u vragen?**

Bij vragen kunt u contact opnemen met Jan-kees van Rennes, email: [onderzoek19.26@ou.nl](mailto:onderzoek19.26@ou.nl)

## **10. Ondertekening toestemmingsformulier**

Wanneer u voldoende bedenktijd heeft gehad, wordt u gevraagd te beslissen over deelname aan dit onderzoek. Door uw schriftelijke toestemming geeft u aan dat u de informatie heeft begrepen en instemt met deelname aan het onderzoek. Zowel uzelf als de onderzoeker ontvangen een getekende versie van deze toestemmingsverklaring.