



Kurzanleitung

Schnellstart zur Nutzung der moVe-it-Studien-App
Für Patientinnen, Patienten, Angehörige und Behandelnde



Herausgegeben von der
Bayerischen Telemedallianz GmbH

Kurz erklärt – Schritt für Schritt mit vielen Abbildungen und einfachen Schrittfolgen

moVe-it

Vorbemerkung: So beantworten Sie die Ampelfragen im Spastik-Tagebuch

Im Spastik-Tagebuch der moVe-it-App beantworten Sie einzelne Fragen mit einer Ampel: **Grün**, **Gelb** oder **Rot**.

Die Ampel soll Ihnen helfen, Ihre **eigene Wahrnehmung der Spastik regelmäßig festzuhalten**. Für die Studie ist wichtig, dass nachvollziehbar dokumentiert wird, **wie Sie selbst die Entwicklung Ihrer Spastik im Verlauf erleben**.

Bitte vergleichen Sie Ihre aktuelle Einschätzung immer mit Ihrer **letzten Bewertung in der App**. Es geht also nicht darum, ob Ihre Spastik allgemein „leicht“ oder „schwer“ ist, sondern darum, ob sie sich **seit der letzten Bewertung** aus Ihrer Sicht verändert hat.

Die App stellt dabei keine Diagnose. Sie bewertet Ihre Angaben nicht medizinisch und gibt keine Behandlungsempfehlung.



Grün: Gleich geblieben oder besser als zuletzt

Wählen Sie **Grün**, wenn Ihre Spastik im Vergleich zur letzten Bewertung **gleich geblieben oder besser geworden** ist.

Das kann zum Beispiel bedeuten:

- Ihre Spastik fühlt sich ähnlich an wie bei der letzten Bewertung.
- Ihre Spastik ist aktuell nicht vorhanden.
- Ihre Spastik ist weniger spürbar als zuletzt.
- Ihre Bewegungen fühlen sich für Sie wieder leichter oder gewohnter an.

Nach einer Behandlung, zum Beispiel nach einer Botulinumtoxin-Injektion, nehmen Sie eine Verbesserung wahr.

Wichtig: Wenn Sie bei der letzten Bewertung **Gelb** oder **Rot** gewählt haben und sich Ihre Spastik danach verbessert hat, können Sie bei der nächsten Bewertung wieder **Grün** auswählen.

Kurz gesagt:

Grün = gleich geblieben, nicht vorhanden oder besser geworden.



Gelb: Etwas mehr Spastik als zuletzt

Wählen Sie **Gelb**, wenn Sie im Vergleich zur letzten Bewertung **etwas mehr Spastik** wahrnehmen.

Das kann zum Beispiel bedeuten:

- Sie merken eine Zunahme gegenüber der letzten Bewertung.
- Die Spastik ist für Sie etwas häufiger oder stärker spürbar als zuletzt.
- Bestimmte Bewegungen fühlen sich etwas angespannter an als bei der letzten Bewertung.
- Sie nehmen eine Veränderung wahr, empfinden diese aber noch nicht als klar ausgeprägt.

Kurz gesagt:

Gelb = etwas mehr Spastik als bei der letzten Bewertung.



Rot: Deutlich mehr Spastik als zuletzt

Wählen Sie **Rot**, wenn Sie im Vergleich zur letzten Bewertung **deutlich mehr Spastik** wahrnehmen.

- Das kann zum Beispiel bedeuten:
- Die Zunahme ist für Sie eindeutig erkennbar.
- Die Spastik ist deutlich stärker spürbar als bei der letzten Bewertung.
- Bewegungen fühlen sich deutlich angespannter oder schwieriger an als zuletzt.
- Sie haben den Eindruck, dass sich Ihre Spastik seit der letzten Bewertung klar verschlechtert hat.

Kurz gesagt:
Rot = deutlich mehr Spastik als bei der letzten Bewertung.

Warum der Vergleich mit der letzten Bewertung wichtig ist

Für die Studie ist besonders wichtig, dass die Entwicklung Ihrer Spastik im Verlauf nachvollziehbar wird. Deshalb sollen Sie nicht abstrakt bewerten, wie stark Ihre Spastik insgesamt ist, sondern immer vergleichen:

- **Wie war es bei meiner letzten Bewertung?**
- **Wie nehme ich meine Spastik jetzt wahr?**
- **Ist sie gleich geblieben, besser geworden, etwas mehr geworden oder klar mehr geworden?**

So kann auch sichtbar werden, wenn sich Ihre Spastik nach einer Maßnahme oder Behandlung verändert. Wenn Sie zum Beispiel vor einer Botulinumtoxin-Injektion **Gelb** oder **Rot** gewählt haben und danach eine Verbesserung wahrnehmen, kann Ihre nächste Bewertung wieder **Grün** sein.

Die Ampel ist also keine feste Einstufung Ihrer Erkrankung. Sie beschreibt nur Ihre eigene Einschätzung im Vergleich zur letzten Bewertung.

Wichtiger Hinweis

Die moVe-it-App unterstützt Ihre eigene Dokumentation im Rahmen der Studie. Sie stellt keine Diagnose, erkennt keine Erkrankungsschwere, bewertet Ihre Angaben nicht medizinisch und gibt keine Behandlungsempfehlung.

Wenn Sie Beschwerden haben, sich unsicher fühlen oder medizinische Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte unabhängig von der App an Ihre behandelnde Ärztin, Ihren behandelnden Arzt oder Ihr Behandlungsteam.

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung: So beantworten Sie die Ampelfragen im Spastik-Tagebuch.....	2
1. Kurzanleitung zur moVe-it-Studien-App.....	5
2. Was ist die moVe-it-Studien-App?	5
3. Was brauche ich für die Nutzung? (Voraussetzungen)	6
4. So starten Sie die App (Schnellstart)	7
5. Registrierung	8
6. Anmeldung	9
7. So ist die App aufgebaut (Überblick).....	13
8. Home – Ampel-Fragen beantworten.....	13
9. Kontakte	16
10. Aktivitäten	17
11. Tagebuch	18
12. Infos	18
13. Sprachsteuerung / Spracheingabe	19
14. Was tun bei Problemen?	21
15. Datenschutz und Sicherheit.....	22
16. Support.....	22
Glossar	23
Versionshistorie	24
Impressum.....	24

1. Kurzanleitung zur moVe-it-Studien-App



Diese Kurzanleitung fasst die wichtigsten Schritte und Funktionen zusammen. Für detaillierte Informationen nutzen Sie bitte das vollständige Anwenderhandbuch.

2. Was ist die moVe-it-Studien-App?

Die moVe-it-Studien-App unterstützt Sie dabei, Ihre **persönlichen Beobachtungen** nach einem Schlaganfall einfach und regelmäßig zu dokumentieren. Die App dient als **digitales Tagebuch** im Rahmen der moVe-it-Studie und hilft dabei, Veränderungen im Alltag festzuhalten. So können Sie Ihre Einträge später wieder ansehen und **Veränderungen im Verlauf** besser erkennen.

Die App wird im Rahmen der Studie genutzt und unterstützt eine einheitliche Dokumentation. Die App ersetzt **keine ärztliche Beratung, Diagnose oder Therapie**. Bei akuten Beschwerden wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder im Notfall an den Notruf **112**.

Mit der App können Sie je nach freigeschalteter Version:

- **Home** - neue Einträge zur Selbstbeobachtung machen,
- **Kontakte** speichern,
- **Aktivitäten** dokumentieren,
- frühere Einträge im **Tagebuch** ansehen,
- **Infos** zur Studie nachlesen
- die App auf Wunsch mit kurzen Sprachbefehlen bedienen.



3. Was brauche ich für die Nutzung? (Voraussetzungen)

Für die Nutzung der App brauchen Sie:

- ein Smartphone,
Apple iPhone mit iOS 14.0 oder neuer (iPadOS 14.0 oder neuer),
Android-Smartphones (/Tablet) mit Android 7.0 oder höher,
- eine Internetverbindung,
- ein Benutzerkonto,
- idealerweise aktivierte Benachrichtigungen.

Die App ist für Smartphones vorgesehen, eine Anwendung auf Tablets kann auch möglich sein. Eine Nutzung ohne Internet ist nicht möglich. Benachrichtigungen sind sinnvoll, weil die App Sie an anstehende Einträge erinnern kann.

Die Kurzanleitung richtet sich in erster Linie an Studienteilnehmende, kann jedoch ebenso von Angehörigen, Betreuungspersonen oder medizinischem Fachpersonal genutzt werden, die die Anwendung der App begleiten oder unterstützen.

Es ersetzt keine medizinische Beratung oder therapeutische Anleitung, sondern dient ausschließlich als Bedien- und Nutzungshilfe für die moVe-it-Studien-App.

4. So starten Sie die App (Schnellstart)

App herunterladen

Laden Sie die moVe-it-Studien-App aus dem App Store oder aus dem Google Play Store auf Ihr Smartphone. Suchen Sie nach „moVe-it“ (ergänzend „Tagebuch“ oder „Studie“) und achten Sie auf das richtige App-Symbol. Nach der Installation erscheint die App auf Ihrem Startbildschirm.

Beim ersten Öffnen

Beim ersten Öffnen fragt die App möglicherweise nach einer Erlaubnis für Mitteilungen. Am besten erlauben Sie diese Mitteilungen. So kann die App Sie später an Einträge erinnern.

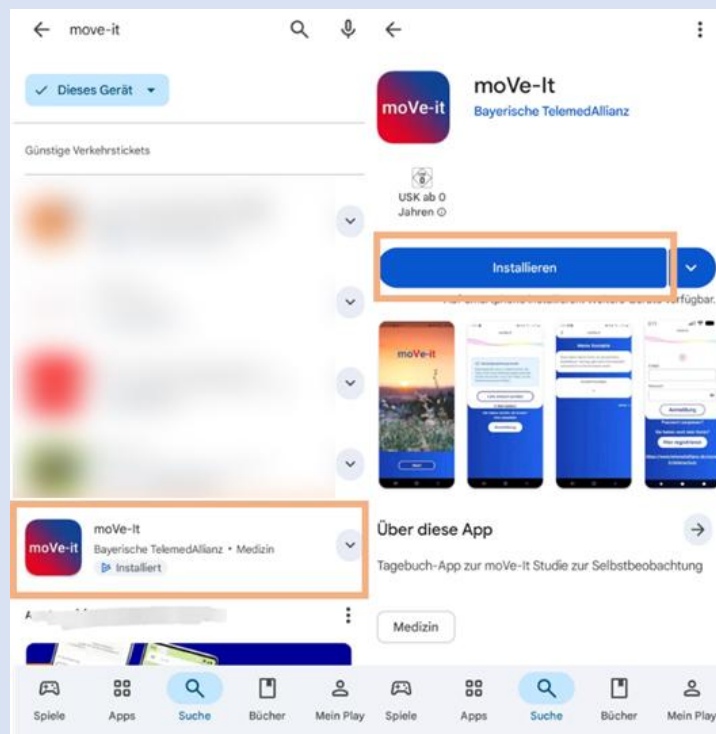


Abbildung 2 moVe-it App im Google Play Store

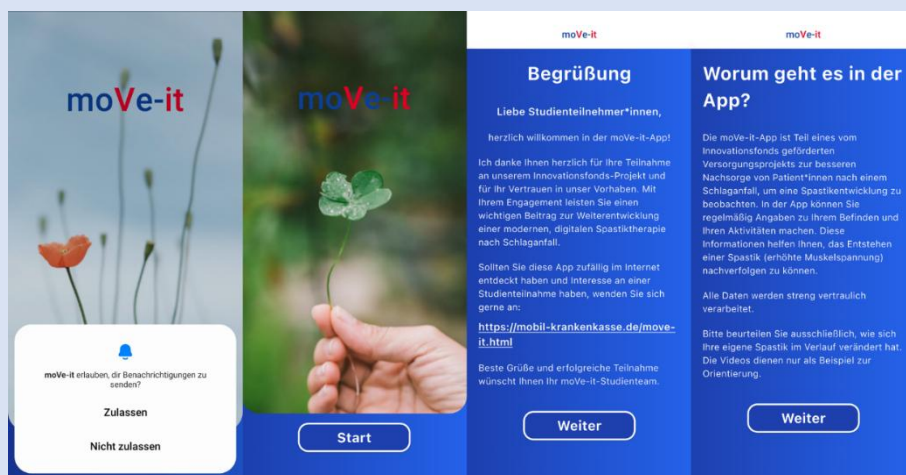


Abbildung 3 Begrüßung nach Start der moVe-it App

5. Registrierung

Registrierung für Studienteilnehmende

Für die Teilnahme an der Studie:

1. Schalter „**Studienteilnehmer**“ aktivieren
2. **E-Mail-Adresse** eingeben
3. **Passwort** festlegen
4. **Zugangscode** eingeben
5. **Postleitzahl** eingeben
6. **Registrierung** abschließen
7. **E-Mail-Adresse** über den zugesandten Link **bestätigen**

Registrierung ohne Studienteilnahme

Für die Nutzung der Basic-Version:

1. **E-Mail-Adresse** eingeben
2. **Passwort** festlegen
3. **Registrierung** abschließen
4. **E-Mail-Adresse** über den zugesandten Link **bestätigen**

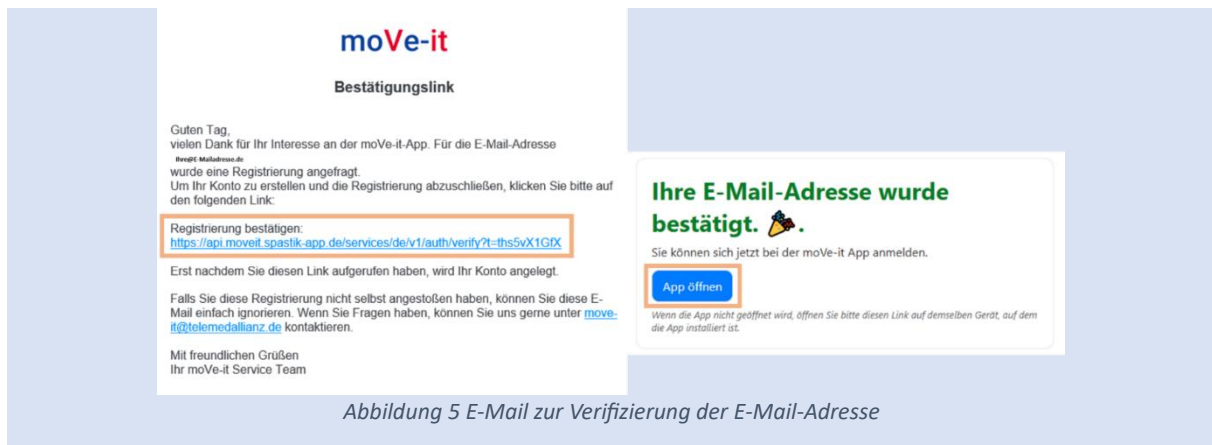
Danach wird Ihre passende **App-Version** automatisch freigeschaltet:

- **Basic-Version** (Nicht Studienteilnehmende)
- **Light-Version** (Kontrollgruppe)
- **Full-Version** (Interventionsgruppe)

Die Abbildung zeigt vier Screenshots der moVe-it App, die den Registrierungsprozess darstellen:

- Screenshot 1 (links):** Registrierungsformular mit Feldern für E-Mail, Passwort, Zugangscode, Postleitzahl und Ort. Ein Schalter für 'An der Studie teilnehmen' ist vorhanden.
- Screenshot 2 (Mitte links):** Zustimmungsbildschirm mit Hinweisen zur Datenschutzerklärung und Nutzungsbedingungen.
- Screenshot 3 (Mitte rechts):** Bestätigungsschritt mit dem Text 'Bestätigungslink gesendet' und einem Link zum erneuten Senden.
- Screenshot 4 (rechts):** Anmeldebildschirm mit dem Text 'Sie haben bereits ein Konto? Hier anmelden'.

Abbildung 4 Registrierung in der moVe-it App

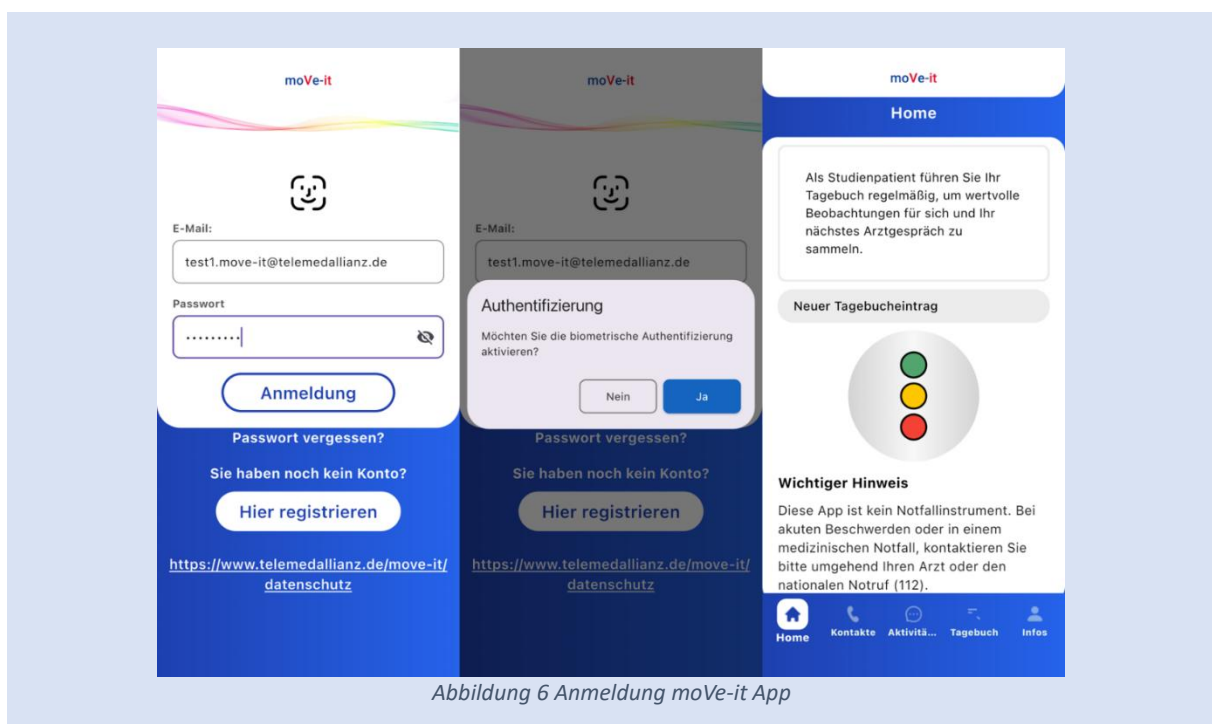


6. Anmeldung

Nach der Registrierung melden Sie sich mit Ihrer E-Mail-Adresse und Ihrem Passwort an. Wichtig: Die Anmeldung funktioniert erst, nachdem Sie den Bestätigungslink in Ihrer E-Mail geöffnet haben. Beim ersten Login kann die App Sie zuerst in den Kontakte-Bereich führen. Danach gelangen Sie in den Home-Bereich. Die passende App-Version wird automatisch freigeschaltet. Sie müssen nichts selbst auswählen.

Anmeldung mit Gesicht oder Fingerabdruck

Nach der ersten Anmeldung können Sie auf Wunsch die Anmeldung mit Face ID oder Fingerabdruck aktivieren. Die biometrischen Daten werden nicht in der App gespeichert, sondern bleiben auf Ihrem Smartphone.



Passwort vergessen – neues Passwort festlegen

Wenn Sie Ihr Passwort vergessen haben, können Sie selbst ein neues Passwort festlegen. Sie benötigen dafür die **E-Mail-Adresse, mit der Sie sich in der moVe-it App registriert haben**, und Zugriff auf dieses E-Mail-Postfach.

Wichtig: Fordern Sie die Passwort-Zurücksetzung möglichst auf dem Smartphone oder Tablet an, auf dem die moVe-it App installiert ist, und öffnen Sie auch den Link aus der E-Mail auf diesem Gerät. Nur dann kann die App das neue Passwort übernehmen.

Passwort-Zurücksetzung starten

1. Öffnen Sie die moVe-it App und es erscheint Anmeldeseite.
2. Tippen Sie unterhalb der Schaltfläche „Anmeldung“ auf **„Passwort vergessen?“**.
3. Geben Sie anschließend die **E-Mail-Adresse** ein, mit der Sie sich in der App registriert haben.
4. Wenn die E-Mail-Adresse korrekt eingegeben wurde, erscheinen grüne Häkchen. Tippen Sie anschließend auf **„E-Mail senden“**.

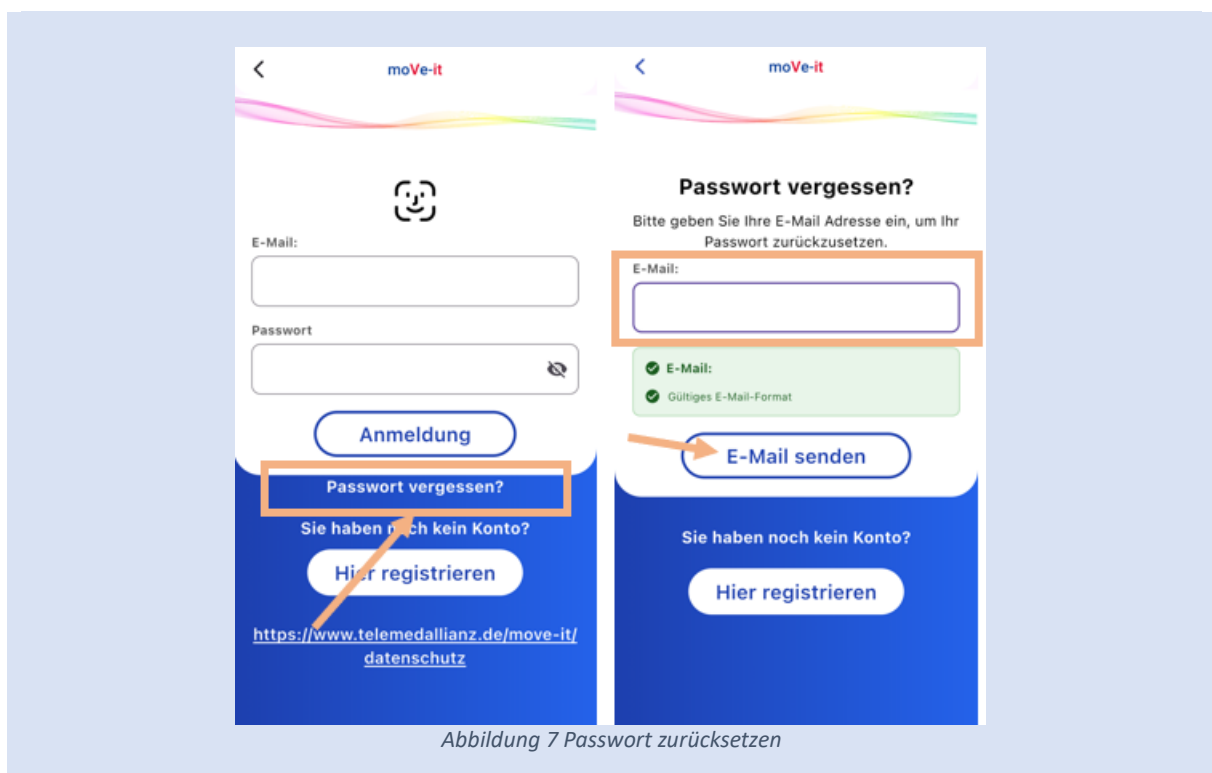


Abbildung 7 Passwort zurücksetzen

E-Mail zum Zurücksetzen anfordern

Nachdem Sie auf **„E-Mail senden“** getippt haben, bestätigt die App, dass ein Link zum Zurücksetzen des Passworts verschickt wurde. Kontrollieren Sie, ob die angezeigte E-Mail-Adresse richtig ist.

Öffnen Sie anschließend Ihr E-Mail-Postfach und prüfen Sie gegebenenfalls auch den **Spam-Ordner**.

Falls Sie sich bei der E-Mail-Adresse vertippt haben, wählen Sie **„Klicken Sie hier, um die E-Mail zu ändern“**. Wenn keine E-Mail angekommen ist, können Sie über **„E-Mail erneut senden“** einen neuen Versand auslösen.



Abbildung 8 Bestätigung des Versands der E-Mail

Link in der E-Mail öffnen

Sie erhalten eine E-Mail des **moVe-it Service Teams** mit der Überschrift „**Passwort zurücksetzen**“.

Öffnen Sie diese E-Mail **auf dem Smartphone oder Tablet, auf dem die moVe-it App installiert ist**, und tippen Sie auf den Link unter „**Link um das Passwort zu ändern**“. Anschließend öffnet sich die moVe-it App zur Eingabe eines neuen Passworts.

Hinweis: Wenn Sie selbst keine Passwort-Zurücksetzung angefordert haben, ignorieren Sie diese E-Mail. Ihr bisheriges Passwort bleibt gültig.



Abbildung 9 E-Mail mit Link zum Zurücksetzen des Passworts

Neues Passwort festlegen

Nach dem Öffnen des Links gelangen Sie zur Eingabe eines neuen Passworts.

1. Geben Sie unter **„Neues Passwort“** Ihr gewünschtes neues Passwort ein.
2. Geben Sie dasselbe Passwort noch einmal unter **„Neues Passwort wiederholen“** ein.
3. Das Auge-Symbol rechts neben dem Eingabefeld können Sie verwenden, um das eingegebene Passwort anzuzeigen oder wieder auszublenden.
4. Sobald alle Anforderungen erfüllt sind und beide Passwörter übereinstimmen, tippen Sie auf **„Passwort ändern“**.

The image displays two side-by-side screenshots of the 'moVe-it' mobile application's password change screen. Both screens feature a white header with the 'moVe-it' logo and a colorful wavy graphic. The left screenshot shows the initial state with two input fields: 'Neues Passwort' and 'Neues Passwort wiederholen'. An orange box highlights the 'Neues Passwort' field, and an arrow points to the 'Passwort ändern' button at the bottom. The right screenshot shows the same form after validation. The 'Neues Passwort' field is now filled with dots, and an orange box highlights the toggle icon (an eye) to its right. Below the input fields, a blue box contains a list of password requirements, each preceded by a green checkmark: '8-30 Zeichen', 'Mindestens ein Großbuchstabe', 'Mindestens ein Kleinbuchstabe', 'Mindestens eine Zahl', 'Mindestens ein Sonderzeichen', and 'Keine Leerzeichen erlaubt'. Below this, a green box displays the message 'Passwörter stimmen überein'. The 'Passwort ändern' button is still visible at the bottom.

Abbildung 10 Neues Passwort eingeben

Nach erfolgreicher Änderung verwenden Sie für die nächsten Anmeldungen Ihr **neues Passwort**.

7. So ist die App aufgebaut (Überblick)

Die App ist einfach aufgebaut. Unten am Bildschirm sehen Sie die Navigationsleiste. Darüber können Sie zwischen den einzelnen Bereichen wechseln. Je nach App-Version sind nicht alle Bereiche sichtbar. Möglich sind:

- **Home**
- **Kontakte**
- **Aktivitäten**
- **Tagebuch**
- **Infos**

Die App führt Sie Schritt für Schritt durch die Eingaben. Sie sehen immer nur die Funktionen, die für Ihre Version (Basic-/ Light-/ Full-Version) freigeschaltet sind.

8. Home – Ampel-Fragen beantworten

Der Bereich **Home** ist der wichtigste Bereich der App. Hier beantworten Sie regelmäßig die Ampel-Fragen und erstellen damit Ihren Tagebucheintrag. Auf der Startseite sehen Sie eine kurze Erklärung, die Schaltfläche „**Neuer Tagebucheintrag**“, das Ampel-Symbol und einen wichtigen Hinweis zum Notfallverhalten. Der Home-Bereich ist in allen drei App-Versionen vorhanden.

So starten Sie einen Eintrag

1. Öffnen Sie die App und loggen Sie sich ein.
2. Sie befinden sich automatisch im Bereich **Home**.
3. Tippen Sie auf „**Neuer Tagebucheintrag**“ oder auf die **Ampel**.
4. Danach erscheint die erste Frage.

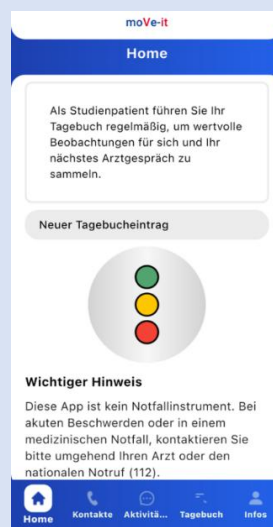


Abbildung 11 Home-Bereich der moVe-it App

So beantworten Sie eine Frage

Zu jeder der zehn Fragen sehen Sie:

- eine kurze Beschreibung,
- ein Video,
- ein Info-Symbol,
- drei farbige Antwortmöglichkeiten.

Die Farben bedeuten:

- **Grün:** Unveränderte Selbsteinschätzung
- **Gelb:** Leicht veränderte Selbsteinschätzung
- **Rot:** Deutlich veränderte Selbsteinschätzung

Wenn Sie auf das **Info-Symbol** tippen, erhalten Sie zusätzliche Hinweise. Wenn Sie auf das **Video** tippen, sehen Sie, was genau beurteilt werden soll. Mit dem Doppelpfeil-Symbol können Sie zwischen den Fragen navigieren. Bevor Sie zur nächsten Frage gehen können, müssen Sie eine Antwort auswählen. Wenn keine Veränderung vorliegt oder ein Bereich nicht betroffen ist, wählen Sie **Grün**.

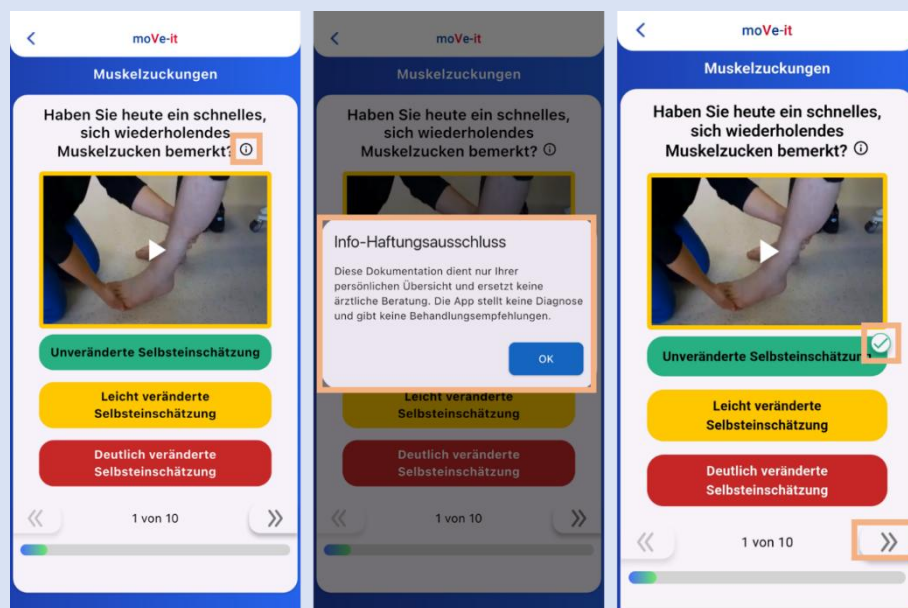


Abbildung 12 Erste Ampelfrage

Was passiert am Ende?

Wenn Sie alle 10 Fragen beantwortet haben, erscheint eine **Übersichtsseite**. Dort sehen Sie:

- Anzahl der **grünen** Antworten
- Anzahl der **gelben** Antworten
- Anzahl der **roten** Antworten

Die Eingaben werden automatisch gespeichert.

Je nach App-Version kann danach ein Link zu weiteren Inhalten erscheinen.

Wichtiger Hinweis

Die App ist **kein Notfallinstrument**. Bei akuten Beschwerden oder einem medizinischen Notfall wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, den kassenärztlichen Bereitschaftsdienst oder den Notruf.

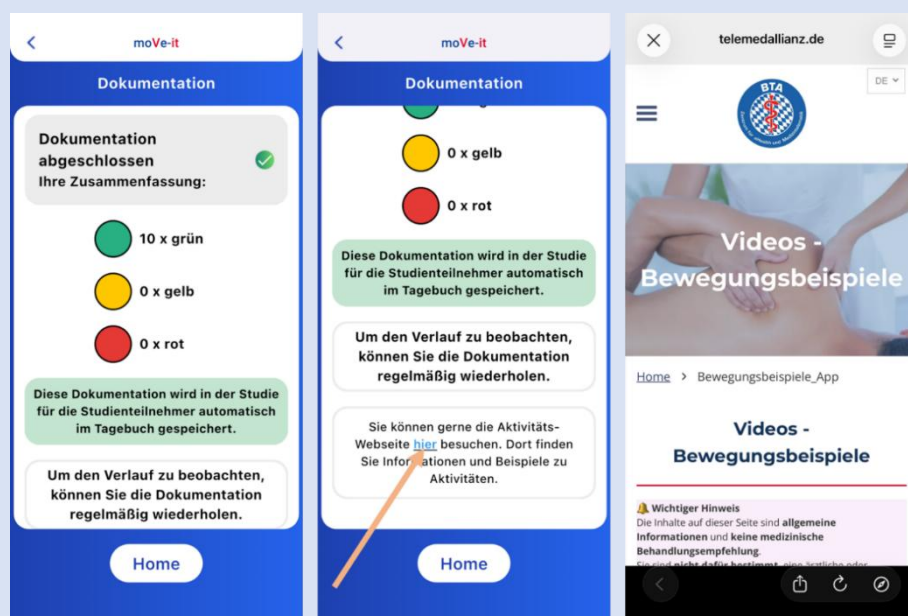
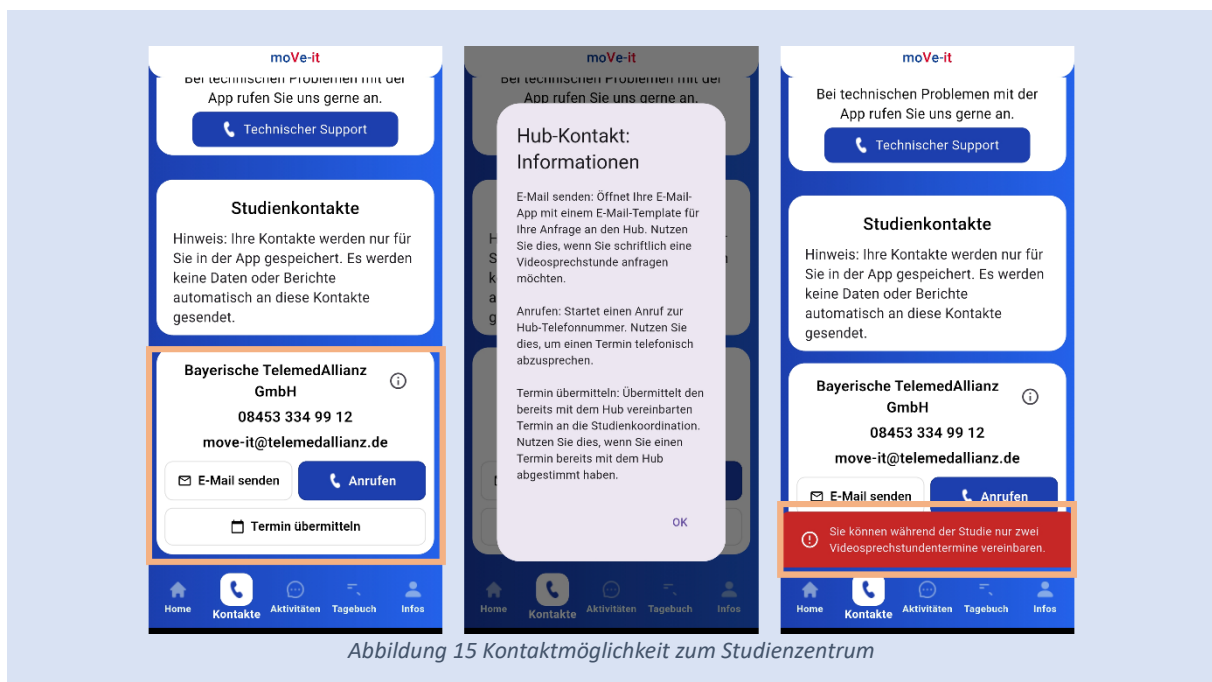
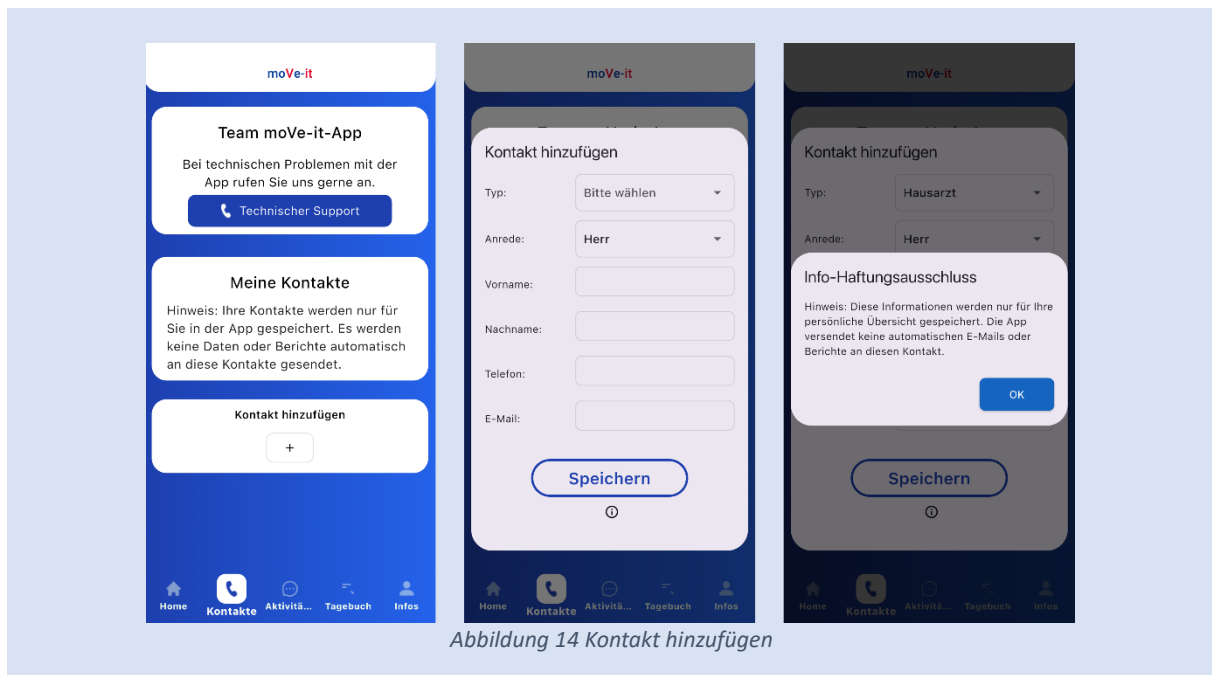


Abbildung 13 Übersichtsseite mit Link zu den Aktivitäten (IG)

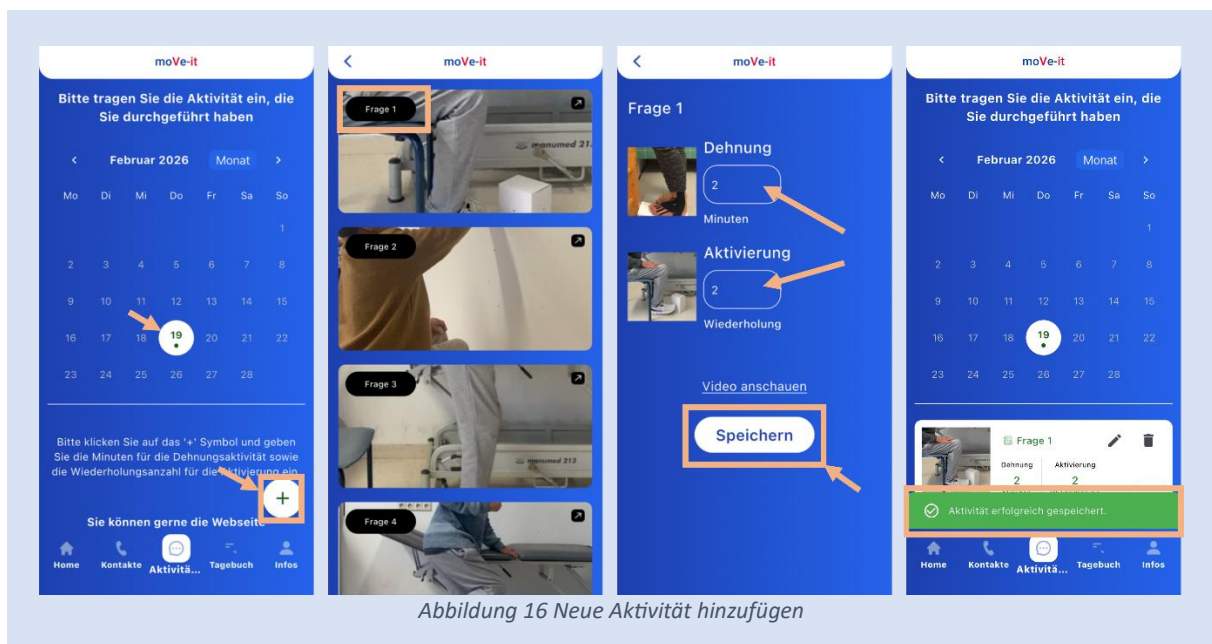
9. Kontakte

Im Bereich **Kontakte** können Sie wichtige **Ansprechpartner** speichern und später schnell wiederfinden. Die App versendet keine Daten automatisch an diese Kontakte. Sie können bis zu 10 Kontakte anlegen, bearbeiten und – wenn eine Telefonnummer gespeichert ist – direkt anrufen. Studienteilnehmende der Interventionsgruppe sehen dort zusätzlich ihr **Studienzentrum** und können dieses kontaktieren, um die Videosprechstunden zu vereinbaren (Planung per E-Mail/ Telefon). Eine Terminübermittlung an den Organisator der Videosprechstunden ist ebenso möglich. Außerdem steht Ihnen der Kontakt des **Support Teams** zur Verfügung.



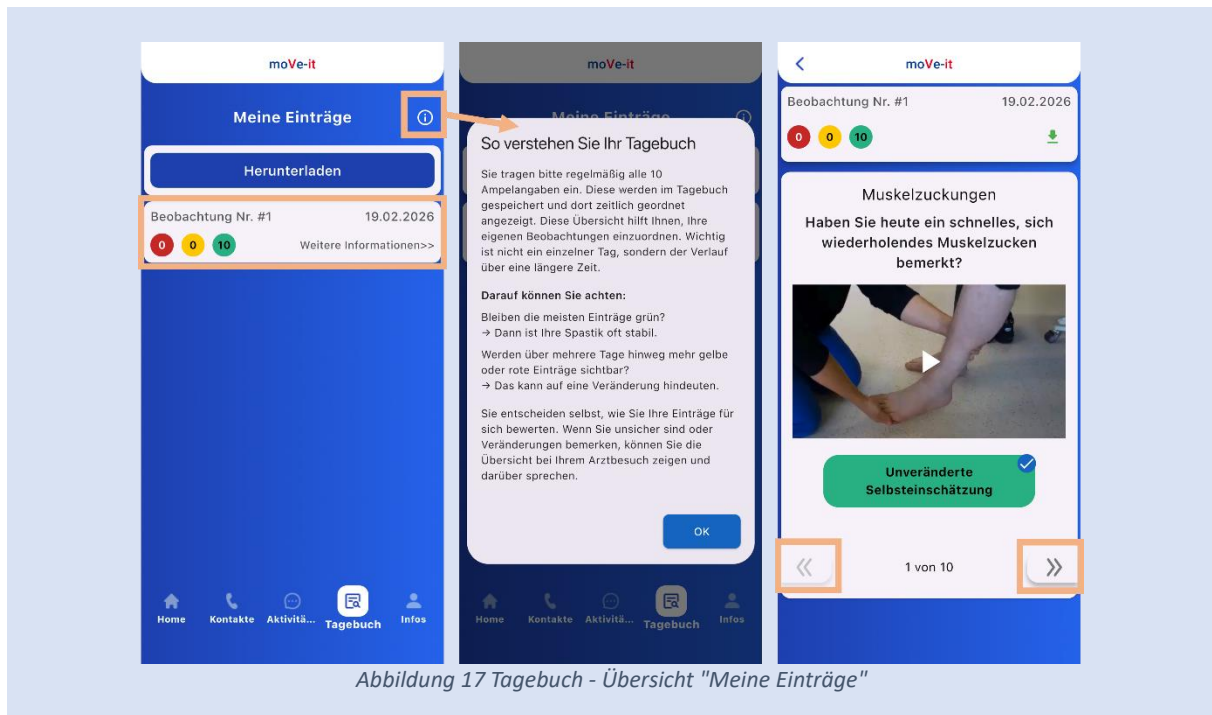
10. Aktivitäten

Der Bereich **Aktivitäten** ist nur in der **Full-Version** sichtbar. Dort können Sie dokumentieren, welche Aktivitäten Sie durchgeführt haben. Sie wählen einen Tag im Kalender aus, klicken das Video zur entsprechenden Frage an, tragen Dauer und Wiederholungen ein und speichern den Eintrag. Aktivitäten können maximal **5 Tage rückwirkend** eingetragen werden. Zukünftige Einträge sind nicht möglich.



11. Tagebuch

Im Bereich **Tagebuch** sehen Sie Ihre bisherigen Einträge. Dort werden die bereits beantworteten Dokumentationen chronologisch gespeichert. Sie können frühere Einträge öffnen und Ihre Antworten später noch einmal ansehen. Änderungen sind dort nicht möglich. Auch ein Download aller Einträge sowie einzelner Einträge ist möglich. Der Tagebuchbereich ist nur in der **Light- und Full-Version** verfügbar.



12. Infos

Im Bereich **Infos** finden Sie zusätzliche Informationen zur App und zur Studie. Dieser Bereich ist zum Nachlesen gedacht.

Hier können Sie außerdem die **Sprachsteuerung** einschalten. Wie das funktioniert, wird im nächsten Abschnitt erklärt.

13. Sprachsteuerung / Spracheingabe

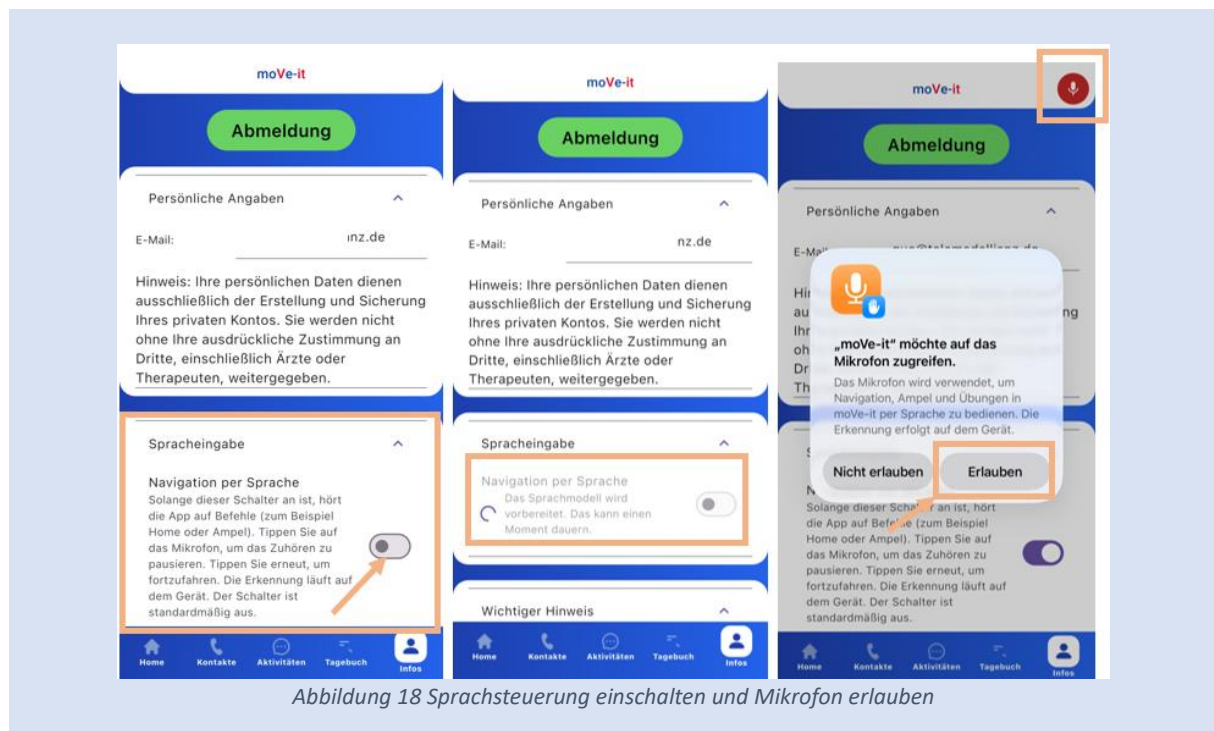
Wenn Ihnen das Tippen schwerfällt, können Sie die moVe-it-App auch mit **kurzen Sprachbefehlen** bedienen. Zum Beispiel können Sie „Home“, „Kontakte“, „Tagebuch“ oder „Ampel“ sagen.

Die Sprachsteuerung ist **freiwillig und standardmäßig ausgeschaltet**. Sie können die App jederzeit weiterhin wie gewohnt durch Antippen bedienen.

Die Spracherkennung erfolgt **direkt auf Ihrem Smartphone oder Tablet**. Sprachaufnahmen werden nicht an den moVe-it-Server gesendet. Beim ersten Einschalten wird einmal eine Internetverbindung benötigt, damit das Sprachmodell vorbereitet werden kann.

Sprachsteuerung einschalten

1. Melden Sie sich in der moVe-it-App an.
2. Öffnen Sie unten den Bereich „Infos“.
3. Öffnen Sie dort den Abschnitt „Spracheingabe“.
4. Schalten Sie „Navigation per Sprache“ ein.
5. Beim ersten Einschalten wird das Sprachmodell vorbereitet. Bitte lassen Sie die App dabei geöffnet.
6. Wenn Ihr Smartphone nach dem Zugriff auf das Mikrofon fragt, tippen Sie auf „Erlauben“.



Woran erkenne ich, ob die App zuhört?

Wenn die Sprachsteuerung eingeschaltet ist, sehen Sie oben rechts ein **Mikrofon-Symbol**.

Rotes Mikrofon: Die App hört auf einen Sprachbefehl.

Graues Mikrofon: Die App hört gerade nicht zu.

Tippen Sie auf das rote Mikrofon, wenn Sie das Zuhören pausieren möchten. Tippen Sie erneut darauf, um die Sprachsteuerung wieder zu aktivieren.

So verwenden Sie Sprachbefehle

Wenn das Mikrofon **rot** ist, sprechen Sie einen kurzen Befehl. Sie müssen das Mikrofon vorher nicht antippen.

Zum Beispiel:

„**Home**“ → öffnet die Startseite

„**Kontakte**“ → öffnet Ihre Kontakte

„**Aktivitäten**“ → öffnet die Aktivitäten, wenn dieser Bereich für Sie freigeschaltet ist

„**Tagebuch**“ → öffnet das Tagebuch

„**Infos**“ → öffnet den Bereich Infos

„**Ampel**“ → öffnet die Ampel-Dokumentation

Sprechen Sie möglichst **kurz, ruhig und deutlich**.

Tipp: Mit „**Was kann ich sagen?**“ können Sie sich passende Sprachbefehle für die aktuelle Seite nennen lassen.

Ampel-Fragen mit Sprache beantworten

Auch die Ampel-Fragen können Sie mit Sprache bedienen. Öffnen Sie zunächst die Ampel, zum Beispiel mit dem Befehl „**Ampel**“.

Bei einer Frage können Sie dann sagen:

„**Grün**“ → unveränderte Selbsteinschätzung

„**Gelb**“ → leicht veränderte Selbsteinschätzung

„**Rot**“ → deutlich veränderte Selbsteinschätzung

„**Weiter**“ → nächste Frage

„**Zurück**“ → vorherige Frage

„**Speichern**“ → beendet die Dokumentation bei der letzten Frage.

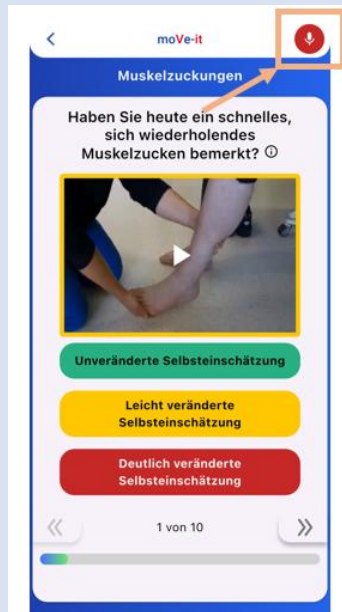


Abbildung 19 Ampel-Frage mit eingeschalteter Sprachsteuerung

Videos mit Sprache starten

In einer Ampel-Frage können Sie „**Video**“ oder „**Abspielen**“ sagen, um das Video zu starten.

Während das Video läuft, wird das Mikrofon automatisch grau und hört nicht zu. Wenn Sie das Video anhalten möchten, **tipp**en Sie **auf das Video**. Danach wird das Mikrofon wieder aktiv.

Sprachsteuerung ausschalten:

Öffnen Sie **Infos** → **Spracheingabe** und schalten Sie „**Navigation per Sprache**“ wieder aus. Das Mikrofon-Symbol verschwindet und die App hört nicht mehr zu.

14. Was tun bei Problemen?

Ich kann mich nicht anmelden

Bitte prüfen Sie:

- Haben Sie Ihre E-Mail-Adresse richtig eingegeben?
- Haben Sie das richtige Passwort verwendet?
- Haben Sie den Bestätigungslink in Ihrer E-Mail bereits geöffnet?

Ich habe mein Passwort vergessen

Nutzen Sie auf der Anmeldeseite die Funktion „**Passwort vergessen?**“. Eine ausführliche Schritt-für-Schritt-Anleitung finden Sie im Abschnitt „**Passwort vergessen – neues Passwort festlegen**“ unter „Registrierung und Anmeldung“.

Die App zeigt etwas nicht richtig an

Starten Sie die App neu. Prüfen Sie Ihre Internetverbindung. Wenn das Problem bleibt, wenden Sie sich an den technischen Support. Die App benötigt eine Internetverbindung und funktioniert nicht offline.

Die Sprachsteuerung funktioniert nicht

Prüfen Sie zuerst unter **Infos → Spracheingabe**, ob „**Navigation per Sprache**“ eingeschaltet ist.

Wenn kein rotes Mikrofon erscheint, prüfen Sie in den Einstellungen Ihres Smartphones, ob die moVe-it-App auf das **Mikrofon zugreifen darf**.

Wird das Sprachmodell beim ersten Einschalten nicht fertig vorbereitet, prüfen Sie Ihre Internetverbindung und lassen Sie die App geöffnet.

Ist das Mikrofon grau, tippen Sie darauf. Sobald es wieder rot ist, hört die App wieder zu.

15. Datenschutz und Sicherheit

Die in der App eingegebenen Daten werden ausschließlich im Rahmen der Studie verwendet. Es werden nur Daten verarbeitet, die Sie selbst eingeben. Eine automatische Erhebung zusätzlicher Smartphone-Daten erfolgt nicht, sofern dies nicht ausdrücklich vorgesehen ist.

Die Datenübertragung erfolgt verschlüsselt. Zugriff erhalten nur autorisierte Personen im Rahmen der Studie.

Bei Nutzung der Sprachsteuerung erfolgt die Spracherkennung direkt auf Ihrem Gerät. **Sprachaufnahmen werden nicht an den moVe-it-Server übertragen.**

16. Support

Bei technischen Problemen mit der App schreiben Sie bitte an:

move-it@telemedallianz.de

Hilfreich sind dabei:

- Ihr Gerät,
- eine kurze Beschreibung des Problems,
- möglichst der genaue Wortlaut der Fehlermeldung.

Bei medizinischen Fragen wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder Ihr Behandlungsteam.

Glossar

Ampel-Fragen

Standardisierte Fragen innerhalb der App, die von den Studienteilnehmenden regelmäßig beantwortet werden. Die Antworten erfolgen über ein Ampelsystem mit den Farben Grün, Gelb und Rot, um Veränderungen der persönlichen Selbsteinschätzung zu dokumentieren.

Basic-Version

Version der moVe-it-Studien-App für Personen, die nicht aktiv an der Studie teilnehmen. Diese Version dient ausschließlich zur Demonstration der grundlegenden Funktionen und enthält nur den Home-Bereich sowie den Informationsbereich.

Benachrichtigungen (Push-Mitteilungen)

Automatische Hinweise der App, die auf dem Smartphone angezeigt werden können. Sie erinnern beispielsweise an ausstehende Eingaben oder informieren über neue Inhalte.

Dokumentation / Tagebucheintrag

Ein einzelner Eintrag in der App, bei dem die Studienteilnehmenden alle vorgesehenen Fragen beantworten. Diese Einträge werden chronologisch im Tagebuch gespeichert.

Full-Version (Interventionsgruppe)

Erweiterte Version der moVe-it-Studien-App für Studienteilnehmende der Interventionsgruppe. Sie enthält alle verfügbaren Funktionen, einschließlich Aktivitätenbereich und zusätzlicher Unterstützungsangebote.

Home-Bereich

Startseite der App. Hier werden die Ampel-Fragen beantwortet und neue Tagebucheinträge gestartet.

Interventionsgruppe (IG)

Gruppe der Studienteilnehmenden, die im Rahmen der Studie zusätzliche Funktionen der App nutzen können, zum Beispiel den Aktivitätenbereich oder weitere unterstützende Inhalte.

Kontrollgruppe (KG)

Gruppe der Studienteilnehmenden, die eine reduzierte Version der App (Light-Version) nutzt. Diese Version dient dem Vergleich innerhalb der Studie.

Light-Version

App-Version für Studienteilnehmende der Kontrollgruppe. Sie enthält grundlegende Funktionen wie Ampel-Fragen, Kontakte, Tagebuch und Informationsbereich.

Login

Anmeldevorgang in der App. Nutzer melden sich mit ihrer registrierten E-Mail-Adresse und ihrem Passwort an.

Navigationsleiste

Menüleiste am unteren Bildschirmrand der App, über die Nutzer zwischen den verschiedenen Bereichen wie Home, Kontakte, Aktivitäten, Tagebuch und Infos wechseln können.

Selbsteinschätzung

Persönliche Bewertung des eigenen Gesundheitszustands durch die Studienteilnehmenden. Diese Einschätzung erfolgt über die Ampel-Fragen.

Studienzentrum

Ein Studienzentrum ist ein medizinisches Zentrum oder eine koordinierende Einrichtung, die an der

Durchführung der Studie beteiligt ist. Das Studienhub betreut die Studienteilnehmenden, organisiert Termine und steht für Fragen zur Studie zur Verfügung. Über die moVe-it-Studien-App können Studienteilnehmende ihr zuständiges Studienhub telefonisch oder per E-Mail kontaktieren.

Studienteilnehmende

Personen, die im Rahmen der moVe-it-Studie die App verwenden und regelmäßig Einträge vornehmen.

Tagebuch

Bereich der App, in dem alle bisherigen Dokumentationen gespeichert und angezeigt werden. Nutzer können dort den Verlauf ihrer Einträge einsehen.

Verifizierung

Bestätigung einer Registrierung durch Anklicken eines Links in einer E-Mail. Dadurch wird sichergestellt, dass die angegebene E-Mail-Adresse korrekt ist.

Versionshistorie

Version	Datum	Beschreibung
1.0	2026	Erstversion der Kurzanleitung der moVe-it-Studien-App
1.1	09/26	Aktualisierung der Beschreibungen

Impressum

Herausgeber

Bayerische TelemedAllianz GmbH (BTA)

Projekt

moVe-it – Innovationsfondsprojekt zur Unterstützung der strukturierten Selbstbeobachtung nach Schlaganfall

Adresse

Bayerische TelemedAllianz GmbH
Brückenstraße 13a
85107 Baar-Ebenhausen
Deutschland

Kontakt

E-Mail: move-it@telemedallianz.de
Webseite: <https://www.telemedallianz.de>

Verantwortlich für den Inhalt

Bayerische TelemedAllianz GmbH

Hinweis

Die moVe-it-Studien-App dient ausschließlich der Dokumentation im Rahmen der Studie und ersetzt keine medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung durch medizinisches Fachpersonal.