

# 节日快乐！

来自Move Together: Reduce Falls研究团队

## 来自Cathy Said教授的消息。

我们已经完成了MOVE Together: Reduce Falls项目的开发工作，为此我们感到非常高兴。现在我们正在对该项目进行测试。感谢所有为这项重要工作做出贡献的人，特别是自愿参与我们研究的其中一项（或多项！）的人。没有你们，这项工作不可能完成。我们期待着继续与您协作，帮助来自不同文化和语言社区的人们保持行动自如、独立自主并降低他们跌倒的风险。

请与您认为可能对该项目感兴趣的人分享本信息。

祝您假期愉快、平安。

Cathy



图片：11月，MOVE Together与我们的团队·包括我们优秀的消费者Rosa和Cheng，欢聚一堂。

如欲了解更多关于MOVE Together: Reduce falls的信息，请登陆网站[aimss.org.au/movetogether](http://aimss.org.au/movetogether)，或联系

Sherisse +61 481 451 313 或  
Move-together@unimelb.edu.au

2022年10月  
MOVE Together  
Program开始规划

2024年10月  
开始测试研究该项目

2024年6月  
MOVE Together完  
成规划

到2024年11月为止  
17人表示有兴趣参加该研究  
9人已经开始！

## 规划 MOVE Together: Reduce Falls 项目

我们与来自华人、阿拉伯语和意大利社区的63名老年人以及12家服务机构合作，共同设计了MOVE Together: Reduce Falls。这让我们的研究团队学到了很多重要的东西，例如：

- 大多数人都希望获得有助于他们锻炼的信息。我们用英语、阿拉伯语、简体中文和意大利语制作了书面信息和视频。
- 与他人分享经验或和他人一起锻炼会让一部分人产生锻炼的动力。人们可以选择和朋友一起参加这个项目，并且与参加该项目的其他人交流。
- 一部分人希望这个项目可以通过电话或视频通话进行，并且需要相关的支持。我们将根据需要，帮助人们通过电话和视频通话参加该项目中的课程。

大多数参与该项目规划的人都告诉我们，他们觉得自己的意见被听取了，并对规划过程感到满意。