

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Projektdeltagere

Plejhjemmet Rosenvang

Plejhjemmet Cereshuset

Plejhjemmet Aabygaard

Plejhjemmet Engsøgaard



Projektansvarlig

Aarhus Kommune

Velfærdsteknologi & Hjælpemidler

Lotte Bagge

Pernille Christensen



Indhold

Baggrund	3
Formål	3
Målgruppe	4
Teknologi	4
Beskrivelse af MemoryCube	4
Beskrivelse af SeniorLive	4
Tidsplan	4
.....	4
Evalueringsmetode	5
Resultater	5
Anbefalinger til målgruppe	5
Data på forbrug	6
De fysiske rammer	7
Organisering af aktivitet	8
Aktivitetsens værdi for borgere, baseret på medarbejdernes observationer og borgernes udsagn	8
Relationer og reminiscens	11
Arousal	11
Muligheder og udfordringer	12
Input til udvikling af teknologi	12
Anbefalinger til implementering	14
Konklusion	14
Bilag 1	16
Bilag 2	17

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Baggrund

Der efterspørges mere fysisk aktivitet til borgere med fysisk og kognitiv svækkelse på plejehjemmene i Aarhus Kommune med henblik på at bevare mest mulig funktionsevne og livskvalitet.

Af Sundhedsstyrelsens "Træningsguide til borgere med demens" fremgår det, at regelmæssig fysisk aktivitet er med til at forebygge en række sygdomme såsom forhøjet blodtryk, apopleksi, knogleskørhed, og type 2-diabetes, samt vedligeholde, og i nogle tilfælde forbedre, kondition, muskelstyrke, udholdenhed og balance. Dermed kan et højt fysisk aktivitetsniveau medvirke til at bevare det fysiske funktionsniveau og evnen til at udføre almindelige hverdagsaktiviteter (ADL).

Det fremgår også af træningsguiden, at fysisk aktivitet sammen med andre kan bidrage til at opfylde basale psykologiske behov, da træningen for eksempel kan give et godt socialt samvær. Det gode samvær kan have positiv effekt på den mentale sundhed (Træningsguide for mennesker med demens - Sundhedsstyrelsen).

Det kan dog være en udfordring at tilbyde mere fysisk aktivitet i den travle hverdag pga. manglende ressourcer.

Medarbejdere på mange plejehjem i Aarhus Kommune er fortrolige med at anvende MemoryCube i hverdagen, hvorfra de afspiller videoer og stillbilleder af eks. naturen på et stort fladskærms-tv i opholdsstuerne for beboerne. MemoryCube findes på 30 ud af de 45 kommunale plejehjem.

Med en mindre afprøvning er det muligt at undersøge, om MemoryCube kan bruges til at motivere til fysisk aktivitet blandt borgere på plejehjem på en let tilgængelig måde. Til formålet uploades træningsvideoer fra Exorlive i MemoryCube, som kan motivere borgerne til mere bevægelse med siddende gymnastik til musik. Det vil være let for medarbejdere, elever og studerende at igangsætte den siddende gymnastik i fællesstuerne via MemoryCube, fremfor selv at skulle facilitere stolegymnastikken.

Leverandørerne stiller frit deres teknologier til rådighed til afprøvning i perioden fra d. 15. maj 2023 - 1. juli 2023. Herefter evalueres afprøvningen.

De fire plejehjem, der indgår i afprøvningen, er Rosenvang, Engsøgaard, Aabygaard og Cereshuset, hvor sidstnævnte plejehjem har fire MemoryCube systemer fordelt på flere forskellige afdelinger. Det vil sig, at der i afprøvninger indgår i alt syv MemoryCube systemer.

Målet med afprøvningen er at undersøge, i hvilket omfang MemoryCube og træningsvideoerne fra Exorlive anvendes på plejehjemmene, og om indsatsen medvirker til, at borgerne opnår mere fysisk aktivitet, bevægelse og glæde i hverdagen. Samtidig undersøges, hvordan indsatsen bedst muligt kan organiseres. Derudover skal afprøvningen også bidrage til at afklare teknologiens udviklingspotentiale i relation til praksis samt vurdere, om løsningen er implementerbar i Aarhus Kommune i fremtiden og evt. hvordan.

Formål

- At tilbyde mere fysisk aktivitet til borgere på plejehjem og undersøge, om MemoryCube kan understøtte dette med brug af SeniorLive-videoer fra Exorlive.
- At afklare teknologiens udviklingspotentiale i relation til praksis
- At afklare potentialet for implementering i de resterende plejehjem i Aarhus Kommune

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Målgruppe

Borgere på plejehjem i Aarhus Kommune, som kan profitere af mere fysisk aktivitet i form af siddende gymnastik.

Teknologi

Teknologien, der afprøves på de fire plejehjem, er en integration af to forskellige produkter fra to forskellige leverandører. MemoryCube fra Carity ApS. anvendes som redskab til formidling af forskellige træningsvideoer fra Exorlive, kaldet SeniorLive.

Beskrivelse af MemoryCube

MemoryCube er udviklet af det danske firma Carity ApS.

MemoryCube bruges til at skabe samvær og udveksle oplevelser og minder understøttet af relevante billeder og videoer. MemoryCube kan hjælpe med at bevare identiteten, modvirke isolation og ensomhed gennem dialog om meningsfulde billeder og videoer og øger derved livskvaliteten for ældre og personer med demens. [MemoryCube](#)

MemoryCube består af en computerenhed MemoryStation, som præsenterer billeder og videoer, og MemoryCuben (terningen) som er systemets fjernbetjening. MemoryStationen tilsluttes tv'et og betjenes ved at vende MemoryCuben. MemoryCube har fire temaside, som er illustreret ved hver deres billede; der er sluk-funktion i bunden, og hjerte-knappen i toppen fungerer som pauseknop. De billeder eller videoer, som er repræsenteret under den temaside, der vendes opad, vises på tv-skærmen.

MemoryCube leveres med følgende temaside til plejehjemmene i Aarhus Kommune: "Erindringer fra Aarhus", "Husdyr" "Naturen omkring Aarhus" og "Aarhus i 50'erne". I forbindelse med afprøvning af SeniorLive er billederne fra "Aarhus i 50'erne" og "Erindringer fra Aarhus" lagt sammen, så SeniorLive-videoerne fik deres egen temaside på MemoryCube.

Beskrivelse af SeniorLive

SeniorLive er træningsvideoer, der er udviklet af Exorlive i samarbejde med klinikere og Nationalt Kompetencecenter for Aldring og Helse i Norge ([ExorLive | SeniorLive](#)). Træningsvideoerne er inddelt i seks forskellige sværhedsgrader og kan bruges til både individuel træning og træning i grupper. De udvalgte øvelser er blevet brugt i forskellige forskningsstudier og har til mål at opretholde eller øge funktion, styrke og balance. Musikken i træningsvideoerne er tilpasset målgruppen. Efter anbefalinger fra de terapeuter, der indgår i afprøvningen, anvendes udelukkende træningsvideoer til siddende gymnastik. Dette af hensyn til plejehjemsbeboernes sikkerhed ift. at forebygge fald.

Tidsplan



Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Evalueringsmetode

Der blev indsamlet data via logbøger (se bilag 1) og interviews med terapeuter, sosu-medarbejdere og -elever, sygeplejestuderende og en enkelt leder fra de fire plejehjem, som alle faciliterede SeniorLive-træningen med borgerne.

Firmaet Carity leverer data på forbruget af MemoryCube og videoerne fra SeniorLive fra de syv afdelinger, der indgik i afprøvningen.

Rapporten vil bl.a. bidrage til at besvare følgende:

- anbefalinger til målgruppe
- Data på forbrug af teknologi
- anbefalinger til rammer og organisering af aktivitet
- Antal borgere pr. seance
- Medarbejderressourcer
- Værdi for borgere baseret på observationer og udsagn
- Borgers aktive deltagelse på en 1-3 skala
- Medarbejdernes vurdering af borgernes oplevelse af aktiviteten på en skala fra 1-3
- Aktivitetens indvirkning på borgers arousal på en skala fra 1-3
- Udfordringer og muligheder
- Teknologiens understøttelse af aktiviteten
- Teknologiens udviklingspotentiale
- anbefalinger til implementering

Evalueringsrapporten refererer kort til fremlæggelsen af det kvalitetsudviklingsprojekt, som fire sygeplejestuderende fra 6. semester udarbejdede under deres praktikforløb i Ceres Huset i forbindelse med afprøvningen.

De studerende undersøgte, hvordan borgerne responderede på fysisk aktivitet (med brug af MemoryCube og SeniorLive), med fokus på deres kognition.

(Bilag 2: uddrag af de studerendes fremlæggelse af kvalitetsudviklingsprojektet).

Resultater

Anbefalinger til målgruppe

Der var ingen særligt udvalgte borgere til aktiviteten, men det var ofte de samme borgere, der deltog.

Under afprøvningen var der forholdsvis stor diversitet blandt de borgere, der deltog ift. fysisk formåen.

De fleste borgere var kognitivt svækkede, men der var mange positive overraskelser ift. netop deres respons på aktiviteten. Flere borgere end forventet kunne deltage, og aktiviteten bør derfor være en mulighed for alle, således der ikke selekteres i borgere på forhånd.

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive

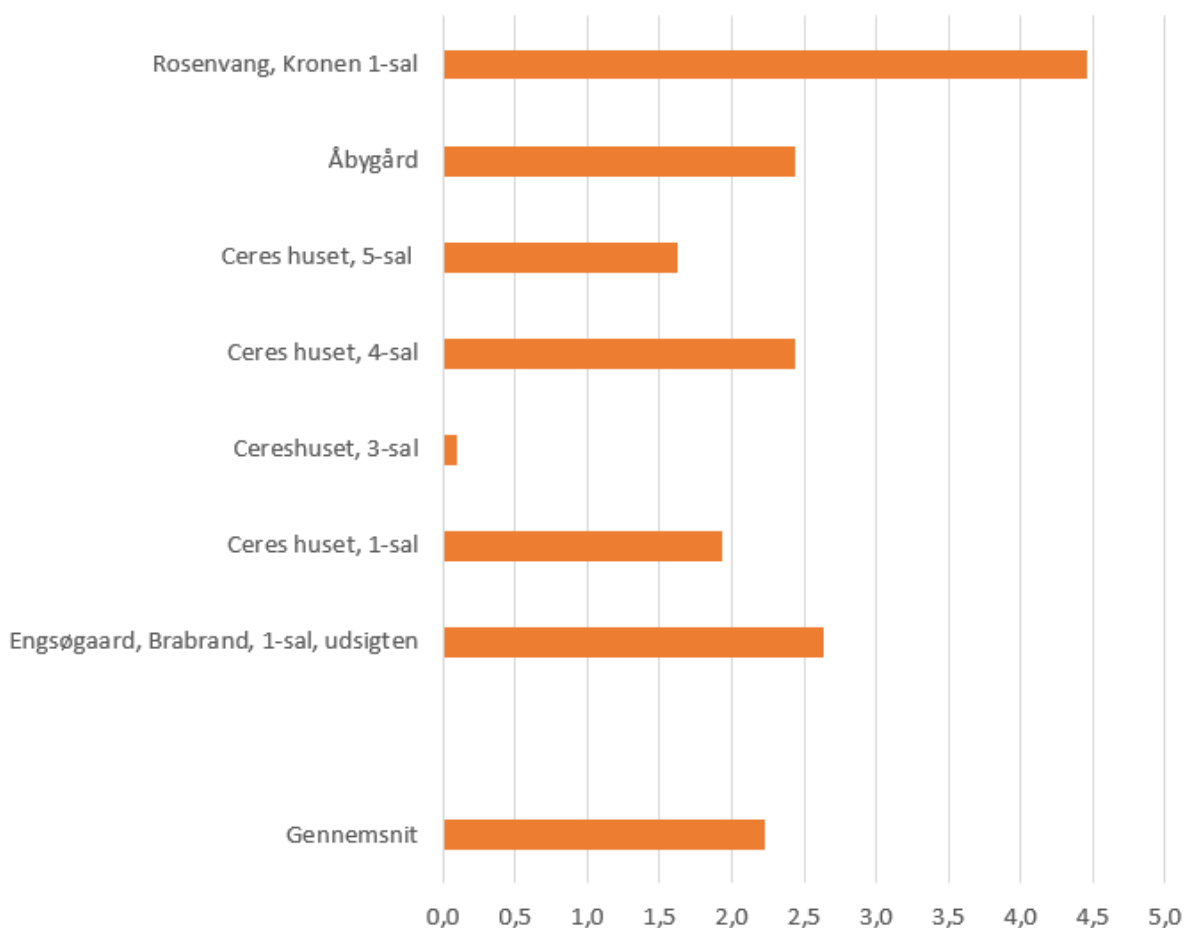


Data på forbrug

I testperioden på knap 10 uger blev SeniorLive-øvelserne opstartet 154 gange på de syv afdelinger, hvilket svarer til et gennemsnit på 2,2 visninger pr. afdeling pr. uge.

Der var stor variation fra de plejehjem, hvor SeniorLive videoer sjældent blev vist, til de plejehjem, hvor øvelserne ofte blev vist. For eksempel blev der på plejehjemmet Rosenvang valgt øvelser 44 gange i testperioden, svarende til ca. fem gange om ugen i gennemsnit. Cereshuset 3. sal, anvendte kun systemet en enkelt gang i testperioden. Variablen var derfor stor.

SeniorLive øvelser, visninger pr. uge



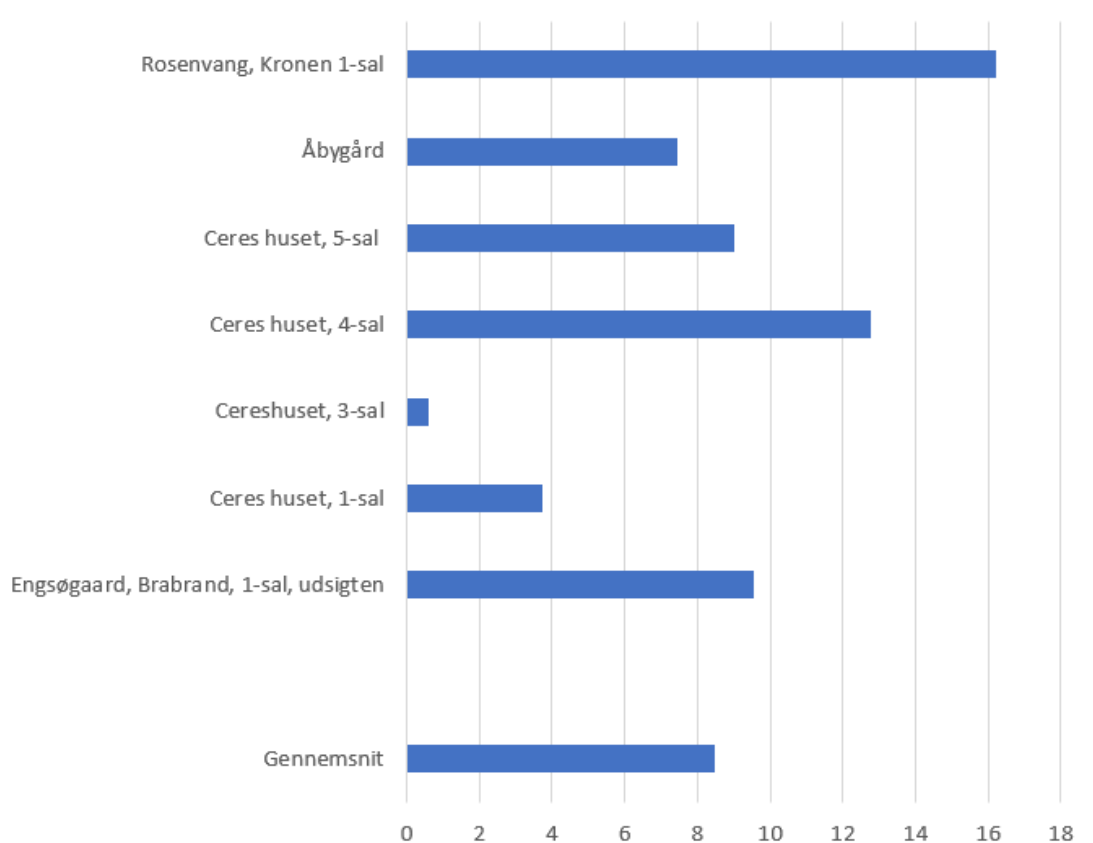
Den samlede varighed af SeniorLive præsentationer var på 9 timer og 45 min. Dette svarer i gennemsnit til 8,4 min. pr. system pr. uge.

På plejehjemmet Rosenvang, hvor der var stor aktivitet, var det gennemsnitlige antal minutters visning af SeniorLive videoer på godt 16 min. pr. uge.



I Cereshuset på 3. sal, hvor der var lav aktivitet, var det gennemsnitlige antal visninger på under 1 minut pr. uge.

SeniorLive øvelser varighed i alt (minutter pr. uge)



MemoryCube indeholde flere forskellige billedsamlinger. Hvis vi sammenligner SeniorLive med de andre samlinger på MemoryCube, var der ikke den store forskel i hyppigheden af brugen. "Erindringer fra Aarhus" var mest populær med 28% af alle visninger. "Husdyr" 26%, og "SeniorLive" 25%. "Naturen omkring Aarhus" var den mindst brugte med 21% af alle visninger.

De fysiske rammer

De plejehjem, der var involverede i afprøvningen, havde på forhånd tilknyttet MemoryCube til et tv på fællesarealer enten i køkken, spisestue eller dagligstue. Aktiviteten blev afprøvet i disse omgivelser med både udfordringer og succeser.

Nogle steder var skærmen for lille, andre steder var der for lidt plads til aktiviteten, og det krævede for meget flytning af stole og borde.

Nogle steder var det en succes, at borgerne sad på deres faste spisepladser.

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Muligheden for at kunne trække gardiner for er relevant, således man hindrer genskin af dagslys i skærmen, da det ellers kan være svært at se billedet på skærmen.

Tilbagemeldingen er, at de fysiske rammer har stor betydning for, om aktiviteten gennemføres, og om aktiviteten bliver en succes. F.eks. skal der være tilstrækkeligt med plads ift. antallet af borgere, der deltager, og skærmen skal placeres synligt i rummet med godt udsyn for borgerne, så der ikke skal bruges ressourcer på at flytte møbler. Derudover skal placeringen af den medarbejder, der faciliterer aktiviteten, også indtænkes ift. borgernes udsyn.

Organisering af aktivitet

Der er bred enighed om, at aktiviteten bedst gennemføres umiddelbart før frokost, inden eftermiddagskaffen eller aftensmaden, hvor de fleste borgere alligevel samles på fællesarealerne. Herved kan man undgå at bruge unødige ressourcer på at hente borgerne i deres lejligheder, og samtidig øger man muligheden for, at flere deltager i aktiviteten.

For at undgå udtrætning hos borgerne, anbefaler plejehjemmene, at man gennemfører tre SeniorLive-sekvenser pr. gang således, at aktivitetens tidsramme er på ca. 15 min., to til tre gange pr. uge.

Det skønnes, at det gennemsnitlige forbrug til forberedelse er 15- 20 min. til klargøring af MemoryCube og lokale samt afhentning af borgere.

Antallet af borgere, der har deltaget i aktiviteten på de fire plejehjem, har været meget varierende. Fra 2-3 og op til 13 borgere som det maksimale.

Det gennemsnitlige antal borgere pr. aktivitet i afprøvningsperioden var på fire deltagere.

Erfaringerne viser, at aktiviteten skal have en fast struktur ift. tid og sted, at indsatsen kræver ledelsesmæssig opbakning, og at den skal faciliteres af sundhedsfagligt personale, som er særlig motiveret for at drive aktiviteten, det være sig både terapeuter og sosu-medarbejdere.

Det er vigtigt, at de udførende medarbejdere har en bevidsthed om deres placering i rummet ift. skærm og borgere. Nogle borgere har deres opmærksomhed rettet mod medarbejderens bevægelser og spejler disse, andre borgere har fokus på SeniorLive-videoerne på skærmen.

Aktiviteten blev oftest gennemført med deltagelse af flere medarbejdere. Det gennemsnitlige antal medarbejdere, studerende og elever der deltog pr. aktivitet, var på 2,27.

Baseret på erfaringer fra afprøvningen, anbefaler medarbejderne, at man er to personaler til stede, men det kan lade sig gøre at gennemføre aktiviteten med en enkelt medarbejder, når der kun er få borgere.

Aktivitetens værdi for borgere, baseret på medarbejdernes observationer og borgernes udsagn

Størstedelen af de borgere, der deltog i SeniorLive-træningen, var godt tilfredse med aktiviteten. De var fysisk aktive, blev forpustede og gav udtryk for, at aktiviteten var sjov, og at den gav glæde og livskvalitet i hverdagen.

Tilbagemeldingen er, at tempo, niveau og musik generelt passer godt til målgruppen, også fordi sekvenserne gentages. Enkelte borgere med KOL og Parkinsons sygdom var dog udfordrede på tempo og havde brug for pauser.

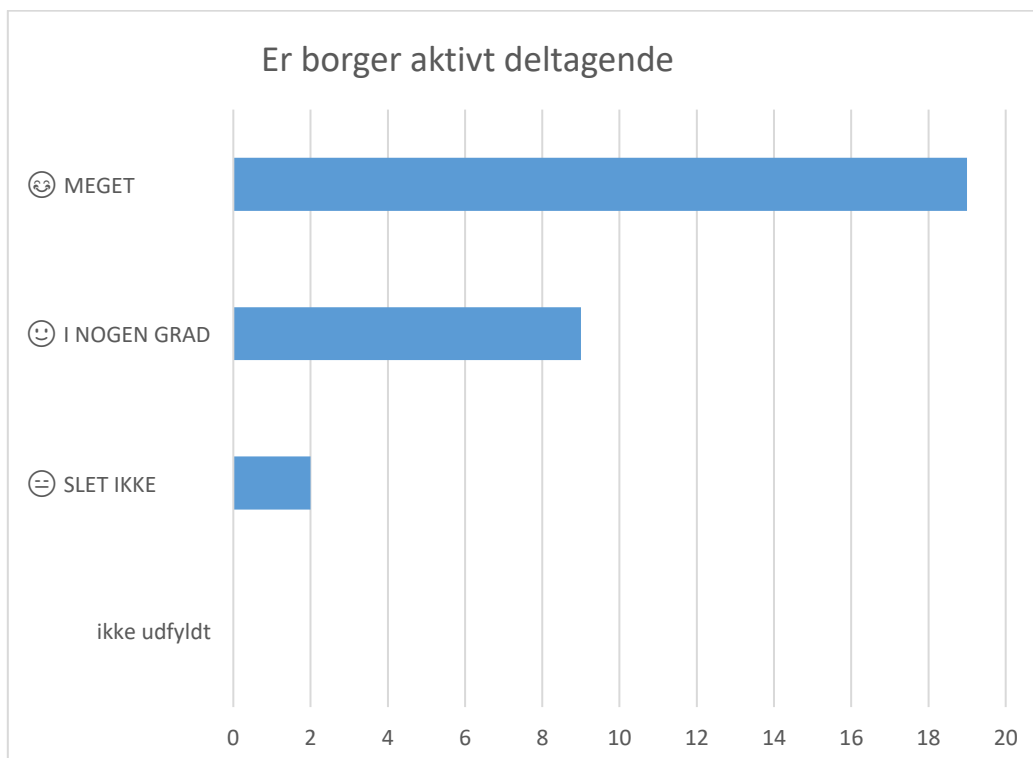


I nogle tilfælde var der behov for verbal og fysisk guidning gennem aktiviteten, ved at medarbejderen f.eks. taler i billedsprog: "Nu skal vi plukke æbler", "nu skal vi ud og ro" osv.

De medarbejdere, studerende og elever, der var ansvarlige for at gennemføre aktiviteten, udfyldte en træningslog efter hver seance, hvor de bl.a. vurderede borgernes aktive deltagelse ud fra fastsatte kriterier.

De samlede resultater viser, at ca. 63 % af de deltagende borgere var meget aktive, at 30 % var aktive i nogen grad, og at kun 6,7 % af borgere slet ikke var aktive. I de tilfælde, hvor borgerne slet ikke var aktive, er forklaringen, at borgerne var trætte og overstimulerede pga. deres deltagelse i andre aktiviteter tidligere på dagen.

Er borger aktivt deltagende		
ikke udfyldt	0	0,0%
☹️ SLET IKKE	2	6,7%
😊 I NOGEN GRAD	9	30,0%
😄 MEGET	19	63,3%
I alt	30	100,0%



Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Resultaterne understøttes af følgende udsagn fra borgere:

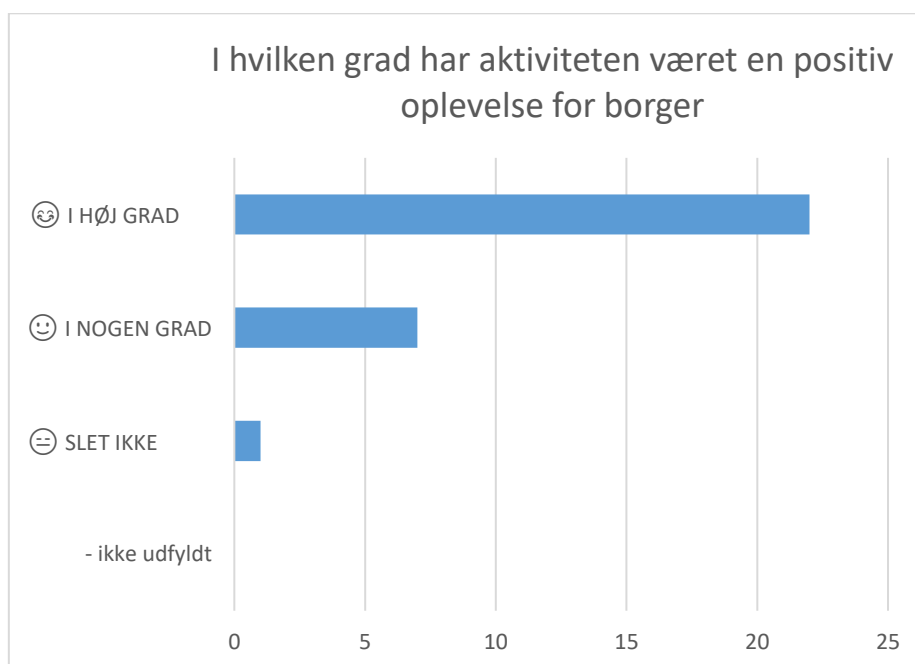
Poul: "Det er godt for mig. Det er glimrende og jeg får varmen"

Jørn (kørestolsbruger): "Jeg kunne godt være med til det meste"

Åse: "Jeg var med for første gang. Jeg kunne godt li` det"

Medarbejdere, studerende og elever på de fire plejehjem observerede, at aktiviteten medvirkede til glæde, smil og godt humør, hvilket kan omsættes til, at aktiviteten var en positiv oplevelse for de fleste borgere.

I hvilken grad har aktiviteten været en positiv oplevelse for borger		
- ikke udfyldt	0	0,0%
☹ SLET IKKE	1	3,3%
😊 I NOGEN GRAD	7	23,3%
😄 I HØJ GRAD	22	73,3%
I alt	30	100,0%



Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



En plejehjemsleder observerede, at aktiviteten også havde positiv indflydelse på medarbejderne, og at den gode oplevelse blev båret videre resten af dagen og smittede beboerne med god energi.

Relationer og reminiscens

I mange tilfælde var oplevelsen blandt medarbejdere, studerende og elever, at aktiviteten bidrog til at styrke fællesskabet og relationerne mellem borgere.

Af de sygeplejestuderendes kvalitetsudviklingsprojekt fremgår det bl.a., at borgerne interagerer med og motiverer hinanden under aktiviteten, og at der umiddelbart efter aktiviteten igangsættes samtaler om gamle dage, hvor borgerne mindes en tid, hvor de var gymnaster og sportsaktive. Gennem aktiviteten fik de en genoplevelse af at lave gymnastik, som tidligere i deres liv, da bevægelserne og musikken var genkendelig for flere.

Arousal

Aktiviteten påvirkede borgernes arousal både i høj og mindre grad. Nogle borgere blev mere vågne og fik øget energiniveau, mens andre blev overstimulerede. Nogle fandt ikke aktiviteten meningsfuld og ønskede ikke at deltage.

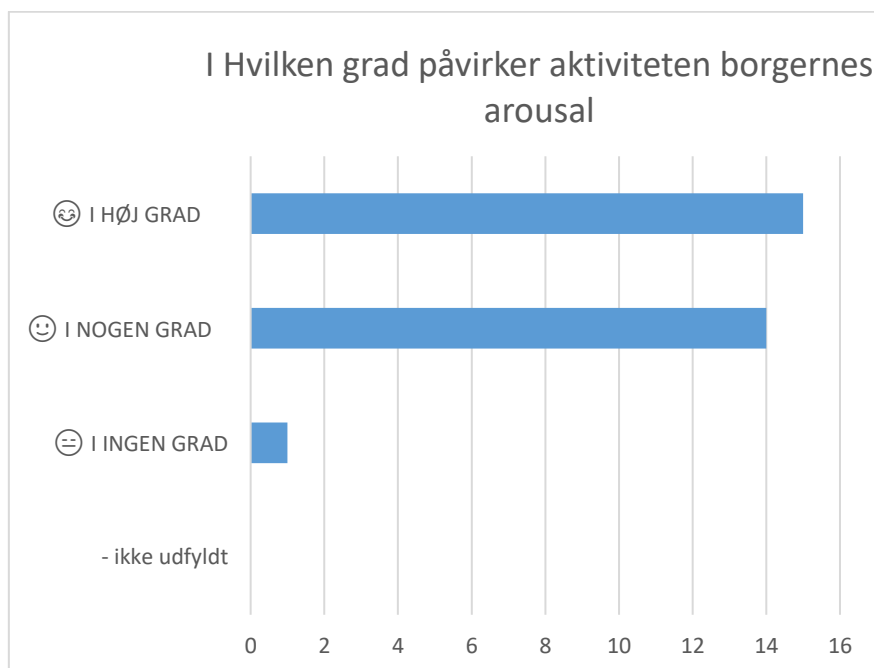
En borger, der oplevede at få øget energiniveau, begyndte umiddelbart efter gymnastikken at spille på plejehjemmets klaver. Noget, som borgeren ellers ikke gør.

Der var også et eksempel på en borger, der sad passivt i et hjørne og kiggede, som pludselig begyndte at deltage aktivt i gymnastikken.

Aktiviteten øgede ikke arousal og energiniveau for alle; der var en borger, der udtrykte, at han var træt, og at aktiviteten var kedelig.

Nogle borgere afviste på forhånd at deltage, da de var trætte eller overstimulerede, f.eks. når de havde deltaget i andre aktiviteter samme dag.

I hvilken grad påvirker aktiviteten borgernes arousal		
- ikke udfyldt	0	0,0%
☹ I INGEN GRAD	1	3,3%
😊 I NOGEN GRAD	14	46,7%
😄 I HØJ GRAD	15	50,0%
I alt	30	100,0%



Muligheder og udfordringer

Medarbejderne har været udfordret på tid og overskud til at deltage i aktiviteten særligt på grund af driftsopgaver, men også på grund af de mange andre aktiviteter, der er på plejehjemmene i sommerhalvåret, hvor bl.a. udelt prioriteres højt.

SeniorLive-gymnastikken vil ifølge medarbejderne være et godt tiltag i perioder med dårligt vejr og i vinterhalvåret, som et alternativ til f.eks. gå- og cykelture.

Der er også forslag om, at aktiviteten kan kobles på en vedligeholdende træningsydelse (holdtræning) efter SEL § 86.2, hvor aktiviteten kan være terapeutdrevet.

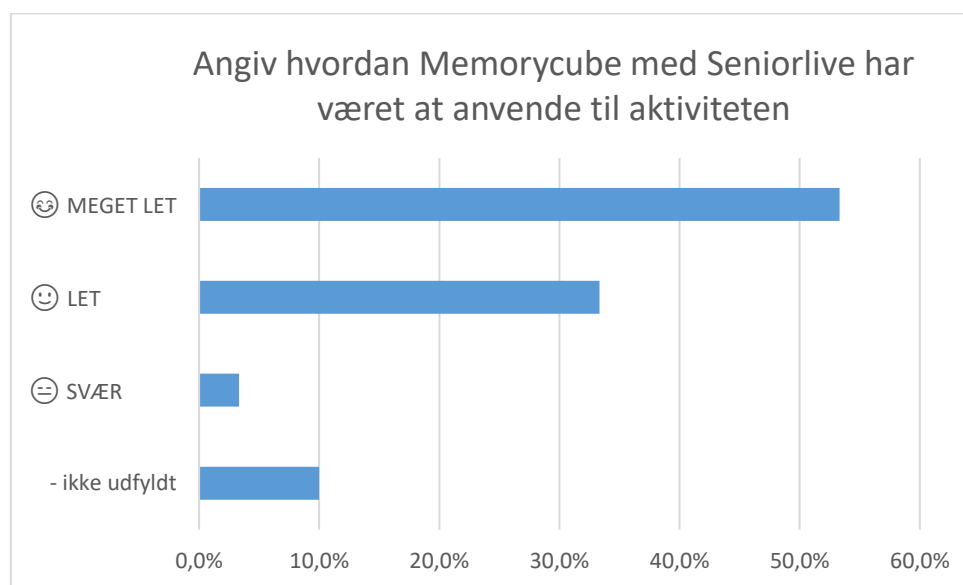
Som et holdtræningstilbud vil terapeuterne kunne spare tid på planlægning ift. musik og øvelsesvalg. Derudover kan denne træning være tidsbesparende for terapeuten, da den giver mulighed for, at flere borgere kan samles til noget fælles gymnastik uanset kognition og fysik.

Input til udvikling af teknologi

53,3 procent af medarbejderne tilkendegiver at MemoryCube med SeniorLive-videoer er meget let at anvende; 33 % angiver, at den er let at anvende, mens kun 3,3 % oplever, at den er svær at bruge, og at der er udfordringer med at få teknologien til at fungere.



Angiv, hvordan MemoryCube med Seniorlive har været at anvende til aktiviteten		
- ikke udfyldt	10,0%	3
☹️ SVÆR	3,3%	1
😊 LET	33,3%	10
😄 MEGET LET	53,3%	16
I alt	100,0%	30



De involverede medarbejdere har forskellige ønsker til udvikling af teknologien, baseret på deres erfaringer fra afprøvningen.

Der er ønsker til et større udvalg af træningsvideoer med siddende gymnastik samt en form for kategorisering med flere målrettede og niveauinddelte sekvenser. For eksempel sekvenser med opvarmning, pulstræning, øvelser specifikt for UE, OE og truncus.

Derudover ønskes der på forsiden et overblik, hvorfra det er let at vælge og tilgå de specifikke sekvenser, som passer til borgernes funktionsniveau.

Der er forslag til ændringer af figur-grund og farverne i billedet således, at farver bruges mere aktivt til at understøtte aktiviteten.

F.eks. er profilen på skærmbilledet iklædt sort tøj, mens hår og baggrund falder sammen i hvidt. Det kan være en udfordring for borgere med nedsat syn at se og følge hele personen. En anden baggrundsfarve kunne derfor være en overvejelse.

Borgerne ytrer ønsker om mere kendt musik til øvelserne som f.eks. ABBA og Shu-Bi-Dua.

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Anbefalinger til implementering

Der er bredt ønske om fortsat at have muligheden for at tilgå træningsvideoer fra Exorlive via MemoryCube, hvis det udgør en del af det eksisterende abonnement. Hvis det kræver et ekstra tilkøb, er plejehjemmene ikke interesserede. De vil gerne have muligheden for selv at designe deres MemoryCube ligesom en tv-pakke.

Afprøvningen viser, at træning med Seniorlive via MemoryCube kun fungerer, når den faciliteres af minimum én medarbejder. Det er en fordel at være to, hvis medarbejderne ikke er rutinerede i at have holdundervisning og ikke kender videoerne indgående.

Det er vigtigt, at de medarbejdere som faciliterer aktiviteten, har lyst til at være ”på ”; at de kan lede borgerne gennem aktiviteten med god, smittende energi, og at de kan holde energiniveauet træningen igennem og samtidig se og anerkende den enkelte borgers deltagelse i aktiviteten.

Det er vigtigt, at medarbejderne er opmærksomme på at sætte ord på de bevægelser, der skal udføres, så der bliver skabt billeder; ” nu skal vi plukke æbler”, ”nu skal vi ud og ro”, ”nu drejer vi hovedet og ser, om der sidder en flot fyr på bagerste række” osv.

For at styrke reminiscens og relationer mellem borgere er det en fordel, at medarbejderne prioriterer tid til en afrunding på aktiviteten, hvor minder og erindringer har mulighed for at blive italesat og delt.

Under afprøvningen var det gennemsnitlige deltagerantal på fire personer. For at tilgodese det sociale aspekt og den efterfølgende dialog med borgerne er det relevant med flere deltagere. Omvendt kan for mange deltagere også være en udfordring ift. den enkeltes oplevelse af at blive set og anerkendt for sin deltagelse og mulighed for dialog.

Ved implementering er det relevant at indtænke, at flere medarbejdere oplæres til at kunne varetage funktionen, så aktiviteten kan fastholdes ved sygdom og ferie og gennemføres regelmæssigt med en fast struktur.

De fysiske rammer har stor betydning for aktivitetens succes. Der bør ikke bruges ressourcer på at flytte møbler, og det er vigtigt, at der er godt udsyn til skærmen og til det personale, der faciliterer aktiviteten.

Aktiviteten gennemføres bedst umiddelbart før frokost, inden eftermiddagskaffen eller aftensmaden, hvor de fleste borgere alligevel samles på fællesarealerne. Den gode timing øger deltagerantallet og sætter gang i snakken inden måltidet. Samtidig undgår personalet at få en ekstra arbejdsgang med at hente og følge borgere til aktiviteten.

Der er potentiale i at kombinere Seniorlive med MemoryCube. Tilbagemeldingerne viser, at det er let for medarbejderne at bruge, og at teknikken virker. Der er ønsker til, hvordan musik og videoer kan optimeres eller udvikles, og der er ideer til flere videoer med øvelser til siddende gymnastik

Til borgere med et højere funktionsniveau er der mulighed for at anvende videoer fra SeniorLive til stående gymnastik og gøre disse tilgængelige på MemoryCube.

Konklusion

Formålet med afprøvningen var at undersøge, om MemoryCube med en integration af SeniorLive videoer kan bidrage til, at borgere på plejehjem opnår mere fysisk aktivitet og bevægelse i hverdagen. Derudover at afklare teknologiens udviklingspotentiale i relation til praksis og implementerbarhed i de resterende plejehjem i Aarhus Kommune.

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Afprøvningen viser, at MemoryCube med SeniorLive-videoer kan bidrage til mere bevægelse og fysisk aktivitet på plejehjemmene blandt borgere, der er svækkede fysisk og kognitivt, men at succes med indsatsen afhænger af de fysiske rammer, aktivitetens struktur og organisering samt medarbejdernes engagement og motivation for at udføre aktiviteten sammen med borgerne.

I forbindelse med afprøvningen var det særligt bemærkelsesværdigt, at flere borgere end forventet kunne deltage i og profitere positivt af aktiviteten, på trods af deres demenssygdom. Dette gav en bevidsthed hos medarbejderne om ikke at ekskludere nogle borgere på forhånd, men i højere grad at tilrettelægge aktiviteten så flest mulige borgere kunne deltage. Medarbejdere anbefaler derfor, at aktiviteten gennemføres på fællesarealer umiddelbart før frokost, før eftermiddagskaffen eller aftensmaden, hvor mange af borgerne alligevel samles.

Da mange af de deltagende borgere er kognitivt svækkede, er det nødvendigt at aktiviteten faciliteres af medarbejdere, som forstår at støtte borgerne verbalt og visuelt.

De fysiske rammer har også betydning for, om aktiviteten kan gennemføres og er en succes. I en travl hverdag må forberedelsen til aktiviteten ikke være for tidskrævende for medarbejderne; f.eks. opfattes ommøblering af lokalet med flytning af stole og borde som en forhindring.

Der var stor variation i antal visninger af SeniorLive videoer i afdelingerne på de fire plejehjem. De afsluttende interviews, der blev gennemført som en del af evalueringen, viser, at plejehjem med flest visninger af SeniorLive-videoer, havde en tydelig organisering og struktur af aktiviteten fra start til slut af afprøvningsperioden, og at der generelt var stor opbakning og fokus fra både medarbejdere og ledere.

Teknologien har et udviklingspotentiale i relation til praksis. For eksempel kan man gøre opsætningen mere brugervenlig og gøre det muligt at vælge sekvenser fra en forside. Der kan med fordel udvikles flere træningsvideoer til siddende gymnastik og træningsvideoer, som har et mere målrettet, specifik fysisk fokus.

Teknologien kan implementeres på de plejehjem, der har en MemoryCube. Forskellen i anvendelse af systemet på de fire plejehjem viser, at en introduktion til både ledere og faste medarbejdere er nødvendig, og at ovenstående faktorer som fysiske rammer, struktur, fokus, motivation osv. skal være på plads, før indsatsen lykkes.



Bilag 1

Initialer	Dato
Udførende (sæt kryds)	<input type="radio"/> Sosu-medarbejder <input type="radio"/> Elev <input type="radio"/> Studerende <input type="radio"/> Terapeut <input type="radio"/> Frivillig
Antal deltagende borgere	
Antal deltagere ud over borgere Sæt kryds	<input type="radio"/> Sosu-medarbejder <input type="radio"/> Elev <input type="radio"/> Studerende <input type="radio"/> Terapeut <input type="radio"/> Frivillig <input type="radio"/> Pårørende <input type="radio"/> Andre?
Sæt kryds:	Er borgerne aktivt deltagende? <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  SLET IKKE </div> <div style="text-align: center;">  I NOGEN GRAD </div> <div style="text-align: center;">  MEGET </div> </div>
Sæt kryds:	I hvilken grad påvirker aktiviteten borgers arousal? <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  I INGEN GRAD </div> <div style="text-align: center;">  I LILLE GRAD </div> <div style="text-align: center;">  I HØJ GRAD </div> </div>
Sæt kryds:	I hvilken grad har aktiviteten været en positiv oplevelse for borger? <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  I INGEN GRAD </div> <div style="text-align: center;">  I LILLEGRAD </div> <div style="text-align: center;">  I HØJ GRAD </div> </div>
Sæt kryds:	I hvilken grad har MemoryCube med Seniorlive understøttet udførelsen af aktiviteten? <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  I INGEN GRAD </div> <div style="text-align: center;">  I LILLEGRAD </div> <div style="text-align: center;">  I HØJ GRAD </div> </div>
Sæt kryds:	Angiv hvordan MemoryCube med Seniorlive har været at anvende til aktiviteten? <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  Svær </div> <div style="text-align: center;">  Let </div> <div style="text-align: center;">  Meget let </div> </div>
Observationer og kommentarer til dagens aktivitet	

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Bilag 2

Frem læggelse af kvalitetsudviklingsprojekt om MemoryCube ved fire sygeplejestuderende fra 6. semester.

MemoryCube (terning, koblet til fjernsyn) skal være med til at skabe livskvalitet, bevare identiteten og modvirke isolation og ensomhed hos borgerne.

Det nyeste er nu SeniorLive, hvor borgerne bliver aktiveret til at være fysisk aktive til stolegymnastik med god musik og bevægelse.

Undersøgelsesspørgsmål

Hvordan responderer borgerne på fysisk aktivitet med fokus på deres kognition?

Baggrund

Overordnet efterspørges der mere fysisk aktivitet på plejehjemmene i Aarhus Kommune, så man bevarer mest mulig funktionsevne og livskvalitet hos beboerne.

Det kan være en udfordring at tilbyde mere fysisk aktivitet i den travle hverdag pga. manglende ressourcer. Derfor undersøges det, om MemoryCube kan bruges til at formidle fysisk aktivitet til beboere på plejehjem på en let tilgængelig måde i form af stolegymnastik i dagligstuen.

Seniorlive afprøves indtil 1. juli 2023, hvorefter det evalueres → og vores projekt om udvikling af klinisk sygepleje tager udgangspunkt i dette.

Målet med afprøvningen er at undersøge, om træningsvideoerne anvendes på plejehjemmene, og om det medvirker til, at beboerne opnår mere fysisk aktivitet og bevægelse i hverdagen. Samtidig vurderer vi, om den kan implementeres i Aarhus Kommune i fremtiden og evt. hvordan.

De fem ledetråde

I Aarhus Kommune er der udarbejdet en sundheds- og omsorgsstrategi med formålet altid at have borgerne i fokus. Vores projekt er med til at understøtte Aarhus Kommunes vision med De fem ledetråde.

Metode

For at komme i gang med projektet har vi udført træninger via SeniorLive med borgerne. Under træningen observerede vi deres kognitive respons, og med udgangspunkt i observationerne udfyldte vi efterfølgende et evalueringsark i form af en logbog.

Efter træningssessionen lavede vi et semistruktureret interview. På baggrund af vores projekt har vi lavet et kvalitativt udviklingsprojekt med udgangspunkt i undersøgelsesspørgsmålet: Hvordan responderer borgerne på fysisk aktivitet med fokus på deres kognition?

Vi arbejder hermeneutisk, fordi vi ud fra vores forforståelse har udarbejdet et undersøgelsesspørgsmål. På baggrund af viden om fysisk aktivitet og vores erfaringer fra tidligere praktikker havde vi på forhånd en forventning om, at fysisk aktivitet ville påvirke borgernes kognitive funktioner.

Implementeringsmetode: PDSA. Som implementeringsmetode har vi brugt PDSA-cirklen, som er en forbedringsmodel. Modellen har vist sig at være velegnet til systematisk at udvikle, afprøve og tilpasse ændringer i

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



det daglige arbejde, der medfører bedre kvalitet for borgeren. Forbedringsmodellen er også brugbar til at eksperimentere med processer, redskaber og strukturer med ønsket om en forbedret kvalitet. Forbedringerne skal i denne sammenhæng forstås meget bredt som ændringer i strukturer og arbejdsgange, der i sidste ende skal medføre bedre kvalitet for borgere. Forbedringsmodellen handler ikke om, hvad god kvalitet er, men om hvordan der opnås den kvalitet, der er sat som mål.

Observationer viser at:

- Borgerne smiler, udviser high arousal, har øget bevidsthed og fokus.
- Borgerne lavede spejling af personalets bevægelser og havde god effekt af samtidig verbal guidning.
- Der foregik spejling borgerne imellem; borgerne interagerer med hinanden og hepper og motiverer hinanden (fællesskab)
- Borgerne er som oftest aktivt deltagende i skolegymnastikken med undtagelse af få gange, hvor der ikke var nogle som ønskede at deltage.
- Tidspunktet havde betydning for antallet af deltagere (eftermiddag mindre motiveret/havde andre planer for dagen) Deltagerantal har således varieret fra 0-3
- Efterfølgende igangsættes samtaler om gamle dage og borgerne mindes (reminiscens); positive over oplevelsen og musikken; samtaler om deres erfaringer med sport og gymnastik tidligere i deres liv.

Fysiologi

Når man dyrker fysisk aktivitet, udskiller kroppen forskellige hormoner heriblandt endorfiner. Endorfiner udskilles, når vi fx dyrker motion, og dette hormon gør, at man har positiv tænkning og godt humør. Dette kan ses via vores resultater, hvor vi observerer, at borgerne smiler under udførelsen af aktiviteten. Regelmæssig fysisk aktivitet er med til at forebygge en række sygdomme som hypertension, apopleksi, osteoporose og type-2-diabetes. Derudover nedsætter det risikoen for fald og faldskader og styrke ADL.

Kognitiv påvirkning

Fysisk aktivitet har vist sig at have positiv betydning for de kognitive funktioner og kan være med til at sikre bevarelse af disse samt mindske atrofi af hjernen. Når de ældre dyrker fysisk aktivitet, aktiveres samtidig en del af hukommelsen herunder kropshukommelsen, som ofte er velbevaret hos mennesker med demens.

Tidshorisont

Det kan diskuteres, om tidsperioden for projektet har været dækkende for projektets omfang. Det har grundet den korte tid ikke været muligt at lave så mange sessioner, som vi gerne ville. Det har derfor været svært at måle på effekten af gymnastikken, hvorfor vi også har valgt at fokusere på de observationer, vi har gjort os af borgerne under sessionerne. Gode og dårlige dage - Påvirkning af resultater: - Humør + aktivitetsniveau på dagen.

Vores program for sessionerne har været præcist planlagt og dermed været på vores præmisser. Det har medvirket til, at vi ikke kunne specificere vores målgruppe til bestemte borgere.

Niveau

Videoerne har forskellige niveauer og har været passende for de fleste. Dog oplevede vi, at det for nogle af borgerne både var for nemt og for svært på det laveste og højeste niveau.

Evalueringsrapport

Afprøvning af MemoryCube og SeniorLive



Implementering

Med en tre ugers tidshorizont har vi været begrænset i at nå at få inddraget plejepersonalet i brug af MemoryCube. Vi har haft behov for selv at blive fortrolige med produktet først og har udført nogle træninger med borgerne for at få skabt os nogle erfaringer, før vi følte os klar til at implementere og inddrage/oplære personalet.

Implementeringsprocessen vil strække sig over resten af vores praktikforløb, da vi ønsker at støtte op om anvendelsen af MemoryCube og overdrage projektet, så det kan køre videre, når vi stopper.

Konklusion på undersøgelsesspørgsmål

Hvordan responderer borgerne på fysisk aktivitet med fokus på deres kognition?

Ud fra de observationer, vi har gjort os, kan det konkluderes, at borgernes kognitive respons er positiv og udtrykkes i form af f.eks. øget arousal, verbale og nonverbale udtryk som smil, grin og et klap på skulderen til de andre deltagere.

Ydermere konkluderes det ud fra vores observationer i projektet, at musik og bevægelse med SeniorLive er med til at genskabe reminiscens, styrke den kognitive funktion og påvirker borgernes arousal.

Derudover antager vi, at SeniorLive på MemoryCube også kan være med til at styrke og vedligeholde/bevare borgernes fysiske helbred på længere sigt. Borgernes kognitive funktioner aktiveres og udfordres under træningen. De deltager aktivt og er åbne for læring.

Borgerne viser, at de er modtagelige overfor sanseindtryk (arousal); der er spejling af hinanden; koncentrationsevne og indlæringsevne styrkes gennem indlæring af træningsøvelser, og hukommelsen/kropshukommelsen påvirkes positivt, og minder aktiveres.