



SHAPE

SHAPE STARTER OPP IGJEN

KURS FOR PERSONER MED DEMENS

SESAM/Stavanger universitetssjukehus og Aldring og helse er med i et europeisk forskningsprosjekt om kurs for personer med demens som heter

*Self-management and HeAlth Promotion in early-stage dementia
with e-learning for carers
A randomised controlled trial – SHAPE.*

Forskningsprosjektet SHAPE var i gang og de første kommunene var klare til å starte kurs da Norge stengte ned på grunn av koronaviruset i mars 2020.

SHAPE starter nå opp igjen med tilpasninger til nasjonale forskrifter, pålegg og anbefalinger, slik at det kan tas hensyn til den lokale smittesituasjonen i kommunene som deltar.

Hva handler forskningsprosjektet om?

Forskningsprosjektet SHAPE undersøker om kunnskap, råd og tips som formidles på SHAPE-kurset bidrar til at hjemmeboende personer med demens bruker ressurser som er tilgjengelig for dem i hverdagen, og får økt livskvalitet. SHAPE-kurset er en brukerskole som har mye til felles med demensskolen utviklet av SESAM/Stavanger universitetssjukehus.

SHAPE-kurset går over 10 uker med én samling per uke.

Deltakerne får undervisning i grupper.

Pårørende tilbys tilsvarende undervisning gjennom et nettbasert kurs.

Fordi dette er en randomisert kontrollert studie vil 2/3 av de som inkluderes i forskningsprosjektet bli trukket ut til å få SHAPE-kurs, mens 1/3 skal være kontrollgruppe og få kommunens ordinære oppfølgingstilbud. Vi anbefaler at de som blir trukket til å være i kontrollgruppen får tilbud om SHAPE-kurset eller tilsvarende kurs når «kontrollperioden» er over.

Tilpasning til smittesituasjonen:

Kommuner som ønsker å ha kurs med **fysisk** oppmøte for 4 personer + 2 kursledere, kan starte dette i januar, februar eller mars 2021. Fra høsten 2021 vil vi også teste ut **digitale** SHAPE-kurs. Kursdeltakerne vil da delta hjemmefra via en iPad-løsning tilpasset brukergruppen. Ta kontakt med koordinator i SHAPE martha.therese.gjestsen@sus.no eller janne.rosvik@aldringoghelse.no for å avtale nærmere om oppstart av SHAPE-kurs, det være seg fysiske eller digitale grupper.

Når kan kommunen starte?

Rekruttering av deltakere til fysiske grupper kan starte i januar 2021. SHAPE-kurs kan starte etter at første datasamling er gjennomført, siste frist for oppstart av grupper våren 2021 er i uke 14. Se vedlegg med tidslinje for dette. Digitale SHAPE-kurs kan starte fra september 2021.

Hva får kommuner som deltar i forskningsprosjektet?

I prosjektperioden får kommunen:

- Opplæring som kursleder for SHAPE-kurs for 2-4 personer:
For å være kursleder i SHAPE må man være helsepersonell med erfaring fra arbeid med personer med demens og ha deltatt på kurslederopplæringen i SHAPE.
All opplæring for kursledere arrangeres som webinar på Zoom eller Teams.
For nye kursledere: **20.-21. januar 2021.**
Påmelding: På e-post til nina.ailin.meland@sus.no. Frist: 13. januar.
Oppfriskning for dem som har deltatt på kurslederkurs tidligere: **21.januar 2021.**
- Påmelding: På e-post til nina.ailin.meland@sus.no. Frist: 13. januar. Gratis kursmanual til kursledere og kursmaterieell til deltakere på SHAPE-kurs (kursperm og bærenett).
- 10 000 kr per gjennomført SHAPE-kurs .
- Etter å ha holdt kurs i prosjektperioden kan kommunen fritt bruke kursopplegget i egen regi.
- Kurslederne får tilbud om deltakelse i nasjonalt fagnettverk for kursledere i SHAPE/mestring ved demens.

Hva forplikter kommunene seg til gjennom deltakelse i forskningsprosjektet?

- Rekruttere deltakere til forskningsprosjektet ved å:
 - Identifisere **6** aktuelle deltakere for hver kursgruppe, dvs **4** som blir trukket til å delta på SHAPE-kurset og **2** som blir trukket til kontrollgruppen.
 - Samarbeide med prosjektkoordinator om (anonym) screening ut fra inklusjons- og eksklusjonskriterier.
 - Ordne lokale som kan brukes ved datainnsamling ved behov.
- Ved fysiske kurs i kommunen: Gjennomføre minimum ett SHAPE-kurs (ukentlige samlinger i 10 uker). Dette inkluderer å

- holde kurslokale
- ved behov, ordne transport av kursdeltakere

NB: Kommuner kan gå sammen om å arrangere SHAPE-kurs.

Hvem er målgruppe for SHAPE-studien?

Inklusjonskriterier for å delta i SHAPE-studien er:

- Demensdiagnose i henhold til ICD-10 eller DSM IV eller V
- 65 år eller eldre
- Mild til moderat demens, som assosiert med MMSE ≥ 18
- Kan lese og skrive
- Hører og ser godt nok til å fungere i en gruppe
- Har samtykkekompetanse
- Behersker norsk språk
- Har en pårørende som kan delta i studien

Eksklusjonskriterier:

- Diagnostisert med alkohol- eller stoffmisbruk
- Lewy body demens, fronto-temporal demens eller semantisk demens
- Begrenset forventet levetid på grunn av terminal sykdom eller annen alvorlig sykdom enn demens
- Pågående cellegift- eller strålebehandling
- Deltar for tiden i helsefremmings- eller self-management-gruppe

Hva innebærer datainnsamlingen for deltakerne i studien?

Data blir samlet inn både fra personen med demens selv og fra pårørende (én person) ved bruk av spørreskjema.

Det er datasamling 3 ganger: før kurset (baseline), rett etter at SHAPE-kurset er gjennomført, og deretter igjen etter 6 måneder. Dette gjelder både ved fysisk og digital gjennomføring av kurs.

Tilpasning til smittesituasjonen:

Både prosjektansvarlig for datasamling, kursdeltaker/pårørende og kommune kan be om at datasamling skjer over telefon, Skype eller tilsvarende når smittesituasjonen tilsier det.

Ved avtale om fysisk møte for datasamling:

Kursdeltaker/pårørende blir bedt om å si fra hvis de har symptomer på luftveisinfeksjon, er i karantene eller har fått påvist pågående covid-19 smitte slik at avtalen om datasamling kan endres. Kursdeltaker/pårørende bes om å følge smittevernreglene der datasamlingen skal foregå. De som samler data følger gjeldene regler for smittevern.

Les mer på <https://shapeproject.eu/bli-med/> eller ta kontakt med avsender av denne e-posten om du trenger mer informasjon.