



Aktiv Højskole for mennesker med en demenssygdom

Evaluering af Alzheimerforeningens projekt
Aktiv Højskole for mennesker med en demenssygdom.

*Henrietta Haukrogh & Steen Kabel
Inquiry Partners
Oktober 2014*



Indhold

Forord	Side 3
Indledning	Side 4
Formål	
Succeskriterier	
Målgruppen	
Organisering	
Evalueringsdesign	Side 7
Evalueringens formål	
Metode og dataindsamling	
Anonymitet	
Effektmåling	Side 9
Kursisternes vurderinger	
De pårørendes vurderinger	
Fagpersoner og frivilliges vurderinger	
Højskolernes vurderinger	
Demenskoordinatorernes vurderinger	
Konklusioner	Side 21
Den overordnede konklusion	
Delkonklusioner	
Succeskriterier	
Anbefalinger	Side 24

Forord

”Det har været den bedste uge i mit liv – i hvert fald så vidt jeg husker”.

Dette citat kommer fra én af kursisterne på Aktiv Højskole. Det er et godt billede på, hvordan de mennesker med en demenssygdom, der har været på Aktiv Højskole, har oplevet det.

Denne rapport er en evaluering af det fire årige projekt ”Aktiv Højskole for mennesker med en demenssygdom”, som Alzheimerforeningen har gennemført i perioden 2010 – 2014. Projektet er finansieret af Satspuljen for 2010. Aktiv Højskole er et særligt tilrettelagt højskolekursus, der har været tilbudt mennesker med en demenssygdom på Brandbjerg Højskole, Hadsten Højskole og Gerlev Idrætshøjskole i perioden 2010 - 2014.

Evalueringen konkluderer overordnet, at Aktiv Højskole har været en stor succes.

Det har det været, fordi kursisterne har:

- været særdeles tilfredse med deres deltagelse i kurserne.
- fået styrket deres sociale netværk og øget deres livskvalitet gennem det sociale fællesskab og samværet med andre mennesker med en demenssygdom.
- følt sig accepteret og anerkendt som de mennesker, de er efter, at de har fået en demenssygdom.
- fået succesoplevelser og øget deres selvværd ved at deltage i en række aktiviteter som motion og bevægelse, sang og musik, kreative aktiviteter samt deltage i undervisning og høre foredrag.

Successen skyldes også, at:

- de fysiske rammer på højskolerne er meget velegnede til afholdelse af Aktiv Højskole.
- de tilknyttede fagpersonerne og de frivillige har haft en afgørende betydning for, at kurserne er blevet en succes.
- ægtefællerne oplever, at de får et tiltrængt pusterum, hvor de kan få tid til at gøre noget for sig selv samtidig med, at de glæder sig over, at deres demente ægtefælle får gode oplevelser sammen med andre ligestillede.
- repræsentanterne fra højskolerne er meget begejstrede for projektet og yder et stort bidrag med deres engagement og kvalificerede program for ugen.
- alle aktørerne i projekt Aktiv Højskole vurderer, at samarbejdet med Alzheimerforeningen har fungeret godt og konstruktivt.

Rapporten underbygger disse konklusioner og bliver afsluttet med en række anbefalinger til, hvordan Alzheimerforeningen kan være med til at sikre, at der fremadrettet også vil være et tilbud om Aktiv Højskole for mennesker med en demenssygdom.

Det er evaluators håb, at denne rapport kan være et skub i den retning.

*Henrietta Haukrog & Steen Kabel
Inquiry Partners
Oktober 2014*

Indledning

Indenrigs- og Socialministeriets satspulje for 2010 bevilligede projektmidler til Alzheimerforeningen til udvikling og gennemførelse af aktive højskolekursus for mennesker med demens i alle regioner i Danmark over en fireårig periode.

70 – 80.000 mennesker med demens lever i dag med Alzheimers sygdom eller andre former for demenssygdomme. Prognoser viser, at der hvert år kommer ca. 14.000 nye tilfælde af demens til. Demens rammer især ældre mennesker, men stadig flere får stillet en demensdiagnose, mens de er aktive mennesker – hvad enten det er på arbejdsmarkedet eller i deres tredje alder.

Mennesker med en demenssygdom har ofte svært ved at deltage i sociale aktiviteter sammen med andre mennesker, der ikke har demens. Der er en stor risiko for, at disse mennesker bliver socialt isolerede og inaktive i deres hverdag med alt, hvad det indebærer af fysiske, psykiske og sociale konsekvenser. Derfor er der et stort behov for at udvikle nye og målrettede aktiviteter til de aktive mennesker, der får stillet en diagnose på et tidligt tidspunkt i deres sygdomsforløb.

På denne baggrund har Alzheimerforeningen udviklet et særlig tilrettelagt højskolekursus, der har været tilbudt mennesker med demens i tre af landets regioner i perioden 2011 - 2014. Kurset er blevet udviklet på baggrund af pilotprojektet ”Den kreative højskole for demente”, der blev gennemført i januar 2010 på Brandbjerg Højskole.

Formål

Formålet med Aktiv Højskole er at:

- udvikle og opbygge et aktivt og målrettet højskolekursus til mennesker med en demenssygdom, som kan inspirere og ”oplive” deltagerne og dermed – foruden øget livskvalitet – også medvirke til, at personen med en demenssygdom i længere tid bliver i stand til at deltage i relevante fysiske og sociale aktiviteter i hjemkommunen.
- give mennesker med en demenssygdom ny inspiration og samvær medigestillede, så de – via opbygningen af et øget selvværd, succesoplevelser og et styrket socialt netværk på højskolekurset – i højere grad bliver trygge ved at deltage i andre sociale aktiviteter i hverdagen.
- etablere et lokalt netværk med viden, engagement og kapacitet til – sammen med frivillige i Alzheimerforeningen, kommunale demenskoordinatorer og højskolefolk - at videreudvikle og fortsat tilbyde mennesker med en demenssygdom højskolekurser i samarbejde med Alzheimerforeningen.

Succeskriterier

Succeskriterierne for projektet er at:

- udvikle et fem dages højskolekursus for mennesker med en demenssygdom
- gennemføre mindst 16 kurser
- tilbyde højskolekurser til mindst 300 mennesker
- etablere højskoleophold i alle regioner
- gøre tilbuddet om mindst ét årligt højskoleophold for demente i hver region til en tilbagevendende aktivitet

Målgruppen

Målgruppen for projektet er delt i to grupper.

Den primære målgruppe

Aktiv Højskoles primære målgruppe er mennesker, der har fået stillet en demensdiagnose og som har behov for og lyst til at deltage i et særligt tilrettelagt højskolekursus sammen med andre mennesker, der er i en tilsvarende situation som dem selv.

Højskolekurset er især målrettet personer, der er tidligt i demensforløbet. Forudsætningen for deres deltagelse er, at de som udgangspunkt er selvhjulpne i forhold til den personlige hygiejne, og de er i stand til at deltage i de fysiske og sociale aktiviteter, som er den bærende del af opholdet.

Den sekundære målgruppe

Projektets sekundære målgruppe er kommunale demenskoordinatorer, andre fagpersoner i kommuner og regioner, ledere og medarbejdere på højskoler samt frivillige i Alzheimerforeningen og andre relevante organisationer.

Højskolerne udvælges på baggrund af deres kompetencer inden for relevante aktivitetstilbud samt deres egnethed ift. fysiske og organisatoriske rammer.

Den sekundære målgruppe udgør den organisatoriske og kompetencemæssige basis for projektets videreførelse ud over projektperioden.

Organisering

Efter at Alzheimerforeningen havde haft en dialogrunde med forskellige højskoler endte valget på følgende lokaliteter:

- Brandbjerg Højskole – dækkende Region Syddanmark
- Hadsten Højskole – dækkende Region Midt- og Nordjylland
- Gerlev Idrætshøjskole – dækkende Region Hovedstaden og Sjælland

Det var oprindeligt hensigten, at der skulle etableres et højskolekursus i hver region. Men af praktiske årsager blev det besluttet at gennemføre opholdene på de tre højskoler, som tilsammen dækker de fem regioner.

Frekvensen

Der er i projektperioden blevet afviklet 11 højskolekurser fordelt på de tre højskoler på følgende måde:

- 4 kurser på Brandbjerg Højskole
- 4 kurser på Hadsten Højskole
- 3 kurser på Gerlev Idrætshøjskole

Tilrettelæggelsen

Hvert af kurserne er tilrettelagt i samarbejde mellem den enkelte højskole og Alzheimerforeningen på en varierende række planlægningsmøder. Her er programmerne for de enkelte kurser blev diskuteret ud fra oplæg fra højskolernes koordinatore på projektet.

Efter hvert gennemført kursus, har de ansvarlige fagpersoner evalueret forløbet sammen med kursisterne. Desuden har de evalueret det sammen med den del af personalet fra højskolerne, der har været ansvarlige for kurset. Disse evalueringer har dannet grundlag for møderne med Alzheimerforeningen, hvor de afviklede forløb er blevet vurderet, og de kommende forløb planlagt med henblik på at foretage justeringer af de forhold, der er blevet peget på i evalueringerne.

Afviklingen

Det er de enkelte højskoler, der har været ansvarlige for at sætte programmerne sammen og afvikle kurserne i overensstemmelse med de programmer, der er sendt ud til kursisterne.

På hvert kursusforløb har der været en koordinator fra højskolen, der har været ansvarlig for gennemførelsen af kurset i samarbejde med kollegaer fra højskolen og eksterne undervisere og oplægsholdere. Det er højskolerne, der har haft ansvaret for samarbejdet med disse personer.

Som en del af projektet har Alzheimerforeningen været ansvarlig for, at der på hvert kursus har været tilknyttet 4 – 6 fagpersoner med et indgående kendskab til demens og frivillige. Deres opgave har været at støtte, hjælpe og yde omsorg til kursisterne undervejs i forløbet.

Der har været en tæt dialog mellem højskolens personale og de tilknyttede fagpersonerne undervejs i de enkelte kursusforløb.

Dokumentation og formidling

På kurserne er dagene sluttet med en opsamling af, hvad der er sket i løbet af dagen. Disse fortællinger er blevet lagt ud på Alzheimerforeningens hjemmeside dagligt sammen med en række billeder af dages begivenheder. På den måde kan ægtefæller, pårørende og andre interessenter følge med i, hvad der er sket på højskolen i løbet af ugen.

Desuden har Alzheimerforeningen arbejdet på at sikre en journalistisk formidling via både lokale, regionale og landsdækkende medier for at skabe en offentlig opmærksomhed omkring projektet.

Endelig har Alzheimerforeningen indsamlet alle kursisters evalueringer. De kommer til at danne grundlag for en manual for, hvordan Aktiv Højskole kan fortsætte og videreudvikles.

Evalueringsdesign

Evalueringen er blevet foretaget af chefkonsulenterne Henrietta Haukrogh og Steen Kabel fra det eksterne konsulentfirma Inquiry Partners. I resten af rapporten vil konsulenterne blive omtalt samlet som evaluators.

Evalueringsens formål

Det overordnede formål med evalueringen er at vurdere i hvilken grad projektet er lykket ud fra de opstillede formål og succeskriterier. Desuden skal evalueringen præsentere anbefalinger til, hvordan Aktiv Højskole kan videreføres.

Evalueringsens design bliver derfor bygget op ud fra følgende to elementer:

Effektmåling

Effektmålingen er en samlet vurdering af, i hvor høj grad forløbet har levet op til det overordnede formål og succeskriterier for projektet. Evalueringen er således en afdækning af, hvordan deltagerne, pårørende, de fagprofessionelle, højskolerne og kommunale demenskoordinatorer har oplevet og vurderer forløbene.

Anbefalinger

Evalueringen vil munde ud i anbefalinger og fremadrettede forslag til, hvordan Alzheimerforeningen kan fortsætte og videreudvikle aktive højskoletilbud til mennesker med demens – med udgangspunkt i den forudsætning, at foreningen fremadrettet ikke har projektmidler til rådighed til afviklingen af Aktiv Højskole.

Desuden udarbejder Alzheimerforeningen manualen til, hvordan Aktiv Højskole kan videreudvikles og implementeres efter projektperiodens udløb.

Metode og dataindsamling

Evalueringen bygger primært på en kvalitativ metode, hvor dataindsamlingen er foregået via fokusgruppeinterview og kvalitative interview med:

- kursisterne
- pårørende
- ansvarlige fagpersoner fra højskolerne
- ansvarlige demensfaglige personer og frivillige på kurserne
- demenskoordinatorer fra kommuner
- repræsentanter fra højskolerne

Dataindsamlingen er baseret på fokusgruppeinterview på de seneste tre kursusforløb på henholdsvis Hadsten Højskole, Brandbjerg Højskole og Gerlev Idrætshøjskole i 2013 og 2014. Evaluators har her gennemført interview med en udvalgt gruppe af kursister og med de tilknyttede fagpersoner hver for sig.

Desuden har evaluators gennemført kvalitative interview fra de tidligere kurser med:

- 12 pårørende og i nogle tilfælde deres demente ægtefæller.

- 6 demenskoordinatorer
- 3 ansvarlige ledere fra de deltagende højskoler

Endelig indgår en række skriftlige dokumenter som projektbeskrivelse, mødereferater og evalueringer samt dagbøgerne fra de enkelte kursusforløb i datamaterialet.

Anonymitet

Af respekt for informanterne er samtlige citater anonymiseret, men evaluator er bekendt med deres identitet.

Effektmåling

Effektmålingen er evaluators beskrivelse og analyse af effekten af Aktiv Højskole på baggrund af de involverede aktørers oplevelser og vurderinger af forløbet.

Kursisternes vurderinger

”Det var en fantastisk oplevelse af være på højskole. Det aller bedste var at være sammen med andre mennesker, hvor man ikke behøver at være bange for at dumme sig. For de andre var jo lige så forvirrede og glemsom, som jeg er”.

Kursist

”Det aller bedste var, at vi grinede så meget. Der blev hele tiden jeket med et eller andet. Og vi dummede os jo alle sammen på et tidspunkt, så det gjorde ikke så meget. Det er befriende, når vi også kan grine sammen midt i alt det sørgelige”.

Kursist

”Det var jo næsten som at være på et almindeligt højskoleophold. Vi sang og dansede, dyrkede en masse motion og hørte spændende foredrag. Det var fantastisk, fordi jeg følte mig helt normal i den uge.

Kursist

De tre citater illustrerer ganske godt, hvordan kursisterne har oplevet det at være på Aktiv Højskole. De har været sammen med ligestillede i et socialt fællesskab. De har grinet og hygget sig med hinanden, og humoren har spillet en vigtig rolle. Og de har oplevet en normalitet, fordi højskolekurset ganske vist er særligt tilrettelagt, men det afspejler i høj grad den måde, som højskolerne ellers arbejder med deres kursister på.

Indhold

Indholdet på de enkelte kurser varierer fra sted til sted og fra gang til. Men der er en række aktiviteter, der går igen på tværs af de forskellige kurser. Det drejer sig om:

- Krop, bevægelse og motion
- Musik, dans og fællessang
- Kreative aktiviteter og kunst
- Drama
- Naturoplevelser
- Kulturelle aktiviteter og udflugter i lokalområdet
- Foredrag og undervisning
- Mad og måltidet som social aktivitet
- Socialt samvær med ligestillede og de øvrige kursister
- Afslutningsfest med festmiddag og dans

Den generelle holdning blandt kursisterne er, at der er stor tilfredshed med de aktiviteter, de deltager i undervejs i forløbet. Mange af kursisterne fremhæver krop, bevægelse og motion som

en aktivitet, de er særlig begejstret for. Mange af dem dyrker i forvejen forskellige former for motion, så de er vant til den type aktivitet og har det godt med at bevæge sig. Flere af dem giver udtryk for, at det også har været sjovt at lave en masse forskellige lege, som de skulle bevæge sig til. Det er nyt for mange af dem at dyrke motion på den måde.

”Det var helt nyt for mig med alle de lege, vi lavede ude i den der park. I starten synes jeg, det var lidt fjollet, men jeg blev alligevel grebet af det. Og vi kom både til at svede og til at grine på én gang. Det var dejligt”.

Kursist

En del af kursisterne giver udtryk for, at de godt ved, at motion og fysisk aktivitet har betydning for, hvordan og hvor hurtig deres sygdom udvikler sig, så de er meget motiverede for at bevæge sig. Men der er også nogle kursister, som ikke dyrker motion til daglig – og de giver udtryk for, at det er svært at være med i de aktiviteter, når man ikke er vant til at bevæge sig på den måde. Det fik nogle af dem til at føle sig uden for fællesskabet.

Mange af kursisterne er også meget glade for musik og sangaktiviteterne. De oplever, at de får brugt sig selv på en anden måde, end de typisk gør i deres dagligdag. For mange af dem er det en grænseoverskridende oplevelse.

”Gospelsangen var fantastisk. Jeg troede slet ikke, jeg kunne synge, men det kunne jeg jo godt. Det gik lige ind i kroppen på mig, og alle affaldsstofferne kom ud. Det var helt klart min bedste oplevelse”.

Kursist

Det er især grænseoverskridende i de situationer, hvor de skal optræde for andre med deres sange. Men efterfølgende gør det et stort indtryk på dem, at de har overskredet deres egne grænser. Det giver en succesoplevelse, som lagrer sig i kroppen på dem - og det styrker deres selvværd.

”I går skulle vi optræde for de andre kursister på højskolen. Jeg var meget nervøs, for vi synger jo med hvert sit næb. Men det blev en stor succes, og de unge på højskolen var så søde. De klappede begejstret og rejste sig op, da vi var færdige. Jeg var så stolt af os”.

Kursist

Musikken har også et element af reminiscens i sig, som er med til at genkalde en masse følelser og gode minder for mange af kursisterne.

”Jeg bliver så glad indvendig, når vi synger de gamle danske sange. Det er en berusende oplevelse og genkalder en masse gode oplevelser inde i mig. Jeg bliver nærmest helt rørt over det”.

Kursist

Kursisterne er også generelt begejstret for de kreative aktiviteter. Her oplever mange af dem også, at de skal overvinde deres egne begrænsninger, når de skal tegne, male, arbejde med ler eller lignede. Men også her får mange af kursisterne en ny erkendelse og finder ud af, at de godt kan udtrykke sig på andre måder, end de er vant til, når de bliver sat i den situation. Flere af dem giver

udtryk for, at det har været en stærk succesoplevelse, som har været med at styrke deres tro på sig selv.

Mange af kursisterne fremhæver også, at det er interessant at høre fortællinger (historier) fra det lokalsamfund, højskolen er en del af. Det kan være naturvejleder som fortæller om den lokale natur, flora og fauna. Det kan være præsten, som fortæller historier fra kirkens tid. Eller det kan være forstanderen eller en anden ansat, som fortæller om de enkelte højskoleers historier. Alt sammen oplevelser og indtryk, som beriger kursisterne, og som de sætter stor pris på.

Samlet set er deltagerne meget tilfredse med indholdet på kurserne.

Det sociale fællesskab

Alle de adspurgte kursister fremhæver betydningen af det sociale fællesskab som én af de største værdier for dem ved at være på Aktiv Højskole.

Mange af dem oplever i stigende grad at blive socialt isolerede i deres hverdag, så derfor betyder det meget for dem at komme ud blandt andre mennesker med demens og blive inkluderet i det sociale fællesskab. Det giver en grundlæggende følelse af tryghed, at de ved, at de andre kursister har det på tilsvarende måde.

”Her er det altid noget at snakke med. Det er dejligt, det er der ikke, når jeg går derhjemme alene hele dagen. Så kan jeg godt føle mig ensom og blive ked af det. Derfor nyder jeg at være her på højskolen. Her er jeg tryk og glad”.

Kursist

Flere af kursisterne fortæller, at de ikke var særlig begejstrede, da de første gang blev præsenteret for muligheden for at komme på Aktiv Højskole. I nogle tilfælde var det deres ægtefælle eller børn, der spurgte dem, om de havde lyst til det. I andre tilfælde var det demenskoordinatoren eller en anden fagperson, der bragte forslaget på banen. De giver udtryk for, at de var bekymrede for, hvorvidt de kunne finde ud af at være sammen med så mange andre mennesker, de ikke kendte på forhånd. Det gjorde dem nervøse. Men efterfølgende er de glade for, at de tog udfordringen op og tilmeldte sig. Det har været en personlig sejr for mange af kursisterne, at de overvandt deres angst og usikkerhed.

”Det har været en helt fantastisk oplevelse. Jeg var virkelig nervøs, inden jeg skulle afsted, for jeg var ikke sikker på, at jeg kunne klare det. Men alle mennesker har været virkelig søde, og det har været en stor sejr for mig, at jeg kom alligevel. Det ville jeg ikke have været foruden”.

Kursist

De oplever også, at de kan være sig selv, når de er sammen med ligestillede. De behøver ikke hele tiden at tænke over, om de siger noget forkert, eller de dummer sig. De føler sig accepteret og anerkendt som det menneske, de nu er efter, de er blevet syge. Det har stor værdi for dem.

”Det er så dejligt, at jeg ikke hele tiden behøver at tænke på, om det jeg siger er noget vrøvl, for de andre ved godt, at jeg har svært ved at huske. Det har de jo også selv. Det er meget befriende, fordi så kan jeg for én gang skyld bare være mig selv”.

Kursist



Humoren er også en væsentlig del af det sociale samvær. Den kommer til udtryk både i de forskellige aktiviteter, de laver sammen. Der bliver grinet rigtig meget, når de synger og danser. Når de laver forskellige idrætslege, eller når de smadrer porcelæn, der skal bruges til mosaikker. Kursisterne har en oplevelse af, at de griner med hinanden og ikke af hinanden – og det er meget befriende for dem.

”Det allerbedste er, at vi kan grine så meget sammen. Det er jeg slet ikke vant til”.

Kursist

”Jeg kan godt lide at joke med folk. Humor er helt afgørende for, at vi kan holde det ud i hverdagen. Hvis vi ikke kan grine af os selv, så kan vi heller ikke tåle, at andre griner af os. Og her på højskolen er vi rigtig gode til at grine af os selv. Det er dejligt”.

Kursist

Blandt kursisterne er der en blandet opfattelse af, hvorvidt det er godt eller skidt, at kursisterne er meget blandet aldersmæssigt og i forhold til, hvor langt de er i deres sygdomsforløb. Det er et grundlæggende krav, at kursisterne skal være selvhjulpne for at kunne deltage på kurserne. Det krav er kun i varierende grad blevet opfyldt. Det betyder, at der har været en stor variation i kursisternes forudsætninger for at være på højskolen, og det har givet nogle udfordringer.

Nogle kursister giver udtryk for, at de gerne så, at målgruppen var mere homogen i forhold til deres funktionsniveau. Efter deres opfattelse ville det betyde, at alle ville kunne deltage i aktiviteterne på nogenlunde samme niveau. Det vil også få mange af de praktiske ting til at fungere bedre. Eksempelvis fremhæver flere af kursisterne, at der godt kan være meget ventetid, når de skal på fælles udflugter, fordi nogle af kursisterne har svært ved at overholde aftalerne og komme til tiden, når de skal med bussen.

”Der er flere af deltagerne på kurset i år, som ikke kan klare sig selv. Jeg synes, det er godt, at de er med. Men nogle gange er det også synd for dem. Jeg kan se på dem, at de ikke har det godt, når de ikke kan være med i aktiviteterne”.

Kursist

Andre kursister giver udtryk for, at det er godt, at det er en blandet gruppe, fordi det giver en større bredde i gruppen. Man kommer til at opleve, hvordan andre har det og håndterer hverdagen på de forskellige stadier af sygdommen. Det betyder også, at der opstår en solidaritetsfølelse blandt kursisterne, hvor de hjælper hinanden. Det bliver en fælles opgave af få hverdagen på højskolen til at fungere for alle.

”Det er så dejligt at se, hvordan vi hjælper hinanden. Jeg har tit svært ved at finde rundt, men så kommer én af de andre og tager mig under armen og følger mig hen til undervisningslokalet eller over på mit værelse. Så bliver jeg så glad indvendig”.

Kursist

Samlet set vurderer kursisterne, at værdien af det sociale fællesskab er det, de vægter aller højest ved højskoleopholdet.

De fysiske rammer

Samtlige kursister, der har deltaget i evalueringen, udtrykker stor tilfredshed med de fysiske rammer. De oplever, at bygningerne er meget velegnede for dem at være i, selv om flere af dem giver udtryk for, at de nogle gange kan have svært ved at finde de lokaler, de skal være i. Men her er det, at betydningen af det sociale fællesskab får et helt konkret udtryk ved, at alle støtter og hjælper hinanden med at finde rundt. Desuden fremhæver flere af kursisterne det gode i, at der er navn og billeder på døren til deres værelse. Det giver dem en stor grad af tryghed, for så kan de altid finde tilbage til deres værelser – hvad enten de selv gør det, eller de får andre til at hjælpe sig.

”Jeg er så glad for, at der er et billede af mig på min værelsesdør. Det gør mig helt rolig, for så betyder det ikke noget, hvis jeg farer vild. Jeg kan altid få en eller anden til at følge mig hjem”.

Kursist

Kursisterne fremhæver også det, at der er unge kursister på højskolerne, som et positivt element. De oplever, at de unge er meget venlige og hjælpsomme, og de deltager talstærkt, når de eksempelvis bliver inviteret til ferniseringer eller sangkoncerter. I nogle tilfælde giver kursisterne udtryk for, at det også kan være lidt forstyrrende. Eksempelvis spiste de to grupper sammen på nogle af de første forløb. Men det blev for forvirrende og gav for meget uro for nogle af kursisterne med demens, så den praksis blev ændret til, at de to grupper nu spiser hver for sig. Og det fungerer fint.

Kursisterne giver også udtryk for, at de skønne og smukke naturmæssige omgivelser er med til at berige oplevelsen af at være på højskole.

Desuden fremhæver flere af kursisterne ånden på højskolerne som noget helt særligt. De har en oplevelse af, at det er lige som at være på et normalt højskoleophold. Flere af kursisterne har i deres tidligere liv været på højskole, og de genkender stemningen fra de tidligere ophold med de forskellige former for aktiviteter som fællessang, foredrag samt fysiske og kreative aktiviteter. Det betyder meget for dem.

”Det er jo ligesom det ellers vil være at være på højskole. Det betyder utrolig meget for mig at få en oplevelse af noget, der er normalt, fordi der er så meget andet i mit liv, der er unormalt”.

Kursist

Samlet set er deltagerne meget tilfredse med de fysiske rammer.

Samværet med fagpersoner og frivillige

Tilstedeværelsen af fagpersonalet og de frivillige er helt afgørende for, at højskoleopholdet bliver en succes for kursisterne. Uden deres deltagelse ville det ikke kunne lade sig gøre at gennemføre kurserne. Og det er også en forudsætning, at fagpersonalet har erfaringer med at arbejde på demensområdet.

Kursisterne giver også enstemmigt udtryk for, at de er meget glade og tilfredse med fagpersonerne og de frivilliges indsats. Kursisterne oplever dem som dygtige, hjælpsomme og meget venlige.

”Man kan godt mærke, at de godt ved, hvordan man skal behandle sådan nogen som os. Det er tydeligt, at de er vant til det. Det giver mig en stor tryghed og ro”.

Kursist

Det er en stor hjælp for kursisterne, at fagpersonerne og de frivillige er der til at støtte og guide dem rundt til de forskellige aktiviteter. Men det har også stor betydning for dem i forhold til at tage vare på den personlige pleje og eksempelvis indtagelse af medicin. Mange af kursisterne er ikke selvhjulpne, og de ville ikke kunne fungere på højskolen, hvis fagpersonerne og de frivillige ikke var der til at hjælpe dem.

”De er der bare, når jeg har brug for en støttepædagog. Det er pragtfuldt, for jeg behøver ikke at have dårlig samvittighed over, at jeg skal have hjælp – og de er så søde til at hjælpe mig, hver gang jeg spørger”.

Kursist

Kursisterne giver udtryk for, at fagpersonerne og de frivilliges tilstedeværelse giver dem en høj grad af tryghed. Det har stor betydning for, at de har overskud til at være sammen med de øvrige kursister – og i flere tilfælde er det en forudsætning for, at de kan være der. Kursisterne giver udtryk for, at de ikke bruger så meget psykisk energi på at tænke over, hvordan de eksempelvis skal komme på toilettet eller finde over til det næste undervisningslokale, når de ved, at der er hjælp at hente. Det gør, at de bedre kan være tilstede i nuet – både under aktiviteterne og i pauserne.

”Jeg vil så gerne svømme om morgenen, men jeg kan ikke selv finde over til svømmehallen. Men hver morgen kommer én af hjælperne og banker på min dør. Så følger hun mig over i svømmehallen og hjælper mig med at få badedragten på. Det er jeg så taknemmelig for”.

Kursist

Samlet set er deltagerne særdeles tilfredse med fagpersonernes og de frivilliges indsats.

De pårørendes vurderinger

”Hold da op hvor var det dejligt lige at få et pusterum, da min mand var på højskole. Selv om det kun var fem dage, gjorde det alligevel, at jeg fik lidt ny energi til at komme videre”.

Ægtefælle

Dette citat er et godt billede på, hvordan de pårørende – typisk ægtefæller - oplever betydningen af, at deres demente mand eller kone har været på Aktiv Højskole.

Pusterum

For langt de fleste ægtefæller har den største værdi af højskoleopholdet været, at de lige har fået et pusterum fra deres demente ægtefælle. Det er meget forskelligt, i hvilken grad de oplever belastningen i hverdagen. Nogle ægtefæller giver udtryk for, at de på mange måder har en god og

velfungerende hverdag, og de oplever ikke deres ægtefælles sygdom som den store belastning. Mens andre giver udtryk for, at det er svært at få hverdagen til at hænge sammen, og de føler sig meget belastet af situationen. Det kan også være afhængig af, hvordan de raske ægtefælles situation er. Hvis de stadig er aktive på arbejdsmarkedet, så er belastningen typisk større, end hvis de er stoppet med at arbejde.

Flere af ægtefællerne fortæller, at lige så dejligt, det var at få et pusterum, mens deres ægtefælle var på højskole, lige så svært kunne det være at finde ind i den daglige rytme igen. Det gælder ikke mindst de ægtefæller, der stadig er aktive på arbejdsmarkedet. De er typisk plaget af dårlig samvittighed over at efterlade deres demente ægtefælle derhjemme, når de tager på arbejde. Og det er et psykologisk pres og en stressfremkaldende faktor i deres liv. Derfor oplevede de det som en midlertidig lettelse, da deres demente ægtefælle var på højskole.

”Da min mand var væk i de fem dage, gik det lige pludselig op for mig, hvor meget hans sygdom fylder i hverdagen. Jeg går stadig på arbejdet, og det var en helt anden følelse at tage af sted om morgenen, når jeg vidste, at han var i godt selskab hele dagen. Det var en kæmpe byrde, der var løftet af mine skuldre i de fem dage”.

Ægtefælle

Ægtefællerne fortæller, at de har været glade for at kunne følge med i begivenhederne på højskolen via den dagbog, som dagligt bliver lagt ud på Alzheimerforeningens hjemmeside under forløbene. Det er rart for dem at få en fornemmelse af, hvad der sker, og de giver udtryk for, at de også kan bruge dagbogen med alle billederne til at snakke om forløbet, når deres ægtefælle er kommet hjem. Det er et initiativ, de værdsætter højt.

Mange af ægtefællerne giver udtryk for, at de har været glade på deres demente ægtefælles vegne over den oplevelse, de får ved at være på højskole. Og samtlige ægtefæller, der har deltaget i evalueringen, giver udtryk for, at deres demens mand eller kone har været glad for at deltage i Aktiv Højskole.

Flere af ægtefæller påpeger, at de er glade for, at deres demente ægtefælle har været alene afsted. De oplever i hverdagen, at det kan være svært for dem at få deres syge mand eller kone til at tage initiativ til at gøre noget for, at de kommer ind i et socialt fællesskab. I mange tilfælde bliver de som ægtepar mere og mere socialt isolerede, fordi det er svært at fastholde venskaber og sociale aktiviteter uden for huset. Derfor har de været glade for, at deres ægtefælle har været på højskole og fået en god oplevelse af at være med i et socialt fællesskab.

”Det var mig, der fik sparket min kone afsted. Hun var ikke meget for det, men jeg pressede på. Og det var godt, for hun havde en pragtfuld tur og kom glad hjem. Det er dejligt, at hun fik den oplevelse”.

Ægtefælle

Men selv om ægtefællerne oplever det som positivt, at deres demente ægtefælle har været alene afsted, er der flere af dem, der peger på, at de gerne ser, at der kommer et tilsvarende tilbud om højskoleophold for ægtepar.

Ikke dokumenteret langtidseffekt

Ægtefællerne giver udtryk for, at højskoleopholdet har været godt for begge parter, men de kan ikke dokumentere en langtidseffekt af initiativet – hverken hos deres demente ægtefælle eller dem selv.

For selv om de har glæde af det pusterum, opholdet giver i situationen, er det alligevel af så kort varighed, at det ikke har en langtidseffekt på den belastning, de oplever i hverdagen. På tilsvarende vis oplever de også, at deres demente ægtefæller har stor glæde af at være på højskole, og de snakker meget om det de efterfølgende dage. Enkelte ægtefæller påpeger, at deres demente mand eller kone bliver mere aktive og udadvendte. De benytter sig mere af de lokale tilbud, der er til deres målgruppe, og enkelte har fået nye relationer. Men ægtefællerne mener ikke, at de kan se eller dokumentere en generel langtidseffekt af højskoleopholdet.

Samlet set vurderer ægtefællerne, at højskolen er en stor succes både for dem og for deres demente ægtefæller.

Fagpersoner og frivilliges vurderinger

"Jeg synes, det har været en stor fornøjelse af være med som fagperson. Vi går op i opgaven med stor begejstring og ildhu – og det er fint med et miks af fagpersoner og frivillige, fordi vi kan noget forskelligt. Og når vi drager hjem om fredagen er vi alle glade, stolte og trætte".

Fagperson

De fleste fagpersoner og frivillige har været med på Aktiv Højskole over flere år og flere af dem har været med helt fra starten af.

Ændret målgruppe

De generelle tilbagemeldingerne fra fagpersonerne og de frivillige er, at det er et godt koncept, der fungerer fint i praksis. Men nogle af fagpersonerne og de frivillige oplever, at der er sket et skred i forhold til målgruppen, som er vigtig at være opmærksom på.

Deres oplevelse er, at kursisterne er blevet mindre og mindre selvhjulpne på de seneste forløb. Det betyder, at de som fagpersoner og frivillige skal støtte og guide kursisterne meget mere, og det øger belastningen på deres arbejdsindsats. De første gange var der typisk én til to kursister ud af otte, som havde brug for intensiv hjælp til personlig pleje, påklædning, styring af medicin mv. De seneste gange har det næsten været halvdelen. Og det har stillet store krav til fagpersonerne og de frivillige.

"Der går jo lidt tid, inden vi får styr på de enkelte kursister, og så opdager vi måske på anden dagen, at flere af dem overhovedet ikke kan klare sig selv. Der kan endda være nogle, som skal have hjælp til stort set alt. Det er en stor belastning, når vi også skal være der for de andre kursister".

Fagperson

I enkelte tilfælde har det været nødvendigt at kontakte ægtefællen og bede vedkommende om at komme og hente deres ægtefælle, da deres demens mand eller kone ikke kunne holde ud at være

der. I andre tilfælde fortæller kursister, at det er deres ægtefælle, der har besluttet at sende dem på højskole imod deres vilje. Og det giver også nogle udfordringer for fagpersonalet og de frivillige.

”Vi havde en beboer, som var så rasende over, at han skulle være her, at han smed med borde og stole den første nat. Heldigvis fik vi beroliget ham og snakket med ham, om hvorfor han var så vred. Det var fordi, konen havde bestemt, at han skulle med på højskole. Men det endte heldigvis med, at han fik en god oplevelse ud af det”.

Fagperson

Det er fagpersonernes vurdering, at ændringen i graden af selvhjulpethed skyldes, at der de senere år er kommet færre ansøgere til kurserne. I visitationen har der således ikke været så mange kursister at vælge imellem, fordi antallet af ansøgere har været stødt faldende. Det har betydet, at der er kommet nogle kursister med, som ikke har været egnede til at komme på et højskoleophold. De har ikke været selvhjulpne nok. Fagpersonerne vil derfor opfordre til, at der fremadrettet bliver strammet om omkring kravet om, at kursisterne skal være selvhjulpne.

Men der er også fagpersoner og frivillige, som har helt andre oplevelser. De har oplevet deres målgrupper som velfungerende og harmoniske – og der har ikke været de store problemer med hensyn til selvhjulpethed og personlige pleje.

”Min oplevelse er, at kursisterne lige skal finde sig til rette den første dags tid, men derefter fungerer folk fint med hinanden – og der er en god og harmonisk stemning i gruppen”.

Frivillig

Faste team

Mange af fagpersonerne og de frivillige er gengangere. Det betyder, at de har været i team med hinanden i flere år. De oplever det som en stor styrke, fordi de så kender hinanden på forhånd. Det gør det nemmere hurtigt at finde ind i samarbejdet og rytmen. Det er vigtigt, da de som regel meget hurtigt skal forholde sig til kursister, der har brug for meget støtte og guidning.

Flere af fagpersonerne og de frivillige peger på, at det er vigtigt at være opmærksom på, at den ændrede målgruppe betyder, at belastningen på dem er blevet større. De foreslår derfor enten, at antallet af kursister på de enkelte hold bliver skåret ned på de hold, hvor der er meget ressourcekrævende kursister. Eller at der kommer flere fagpersoner og frivillige i de enkelte team.

Generelt vurderer fagpersonerne og de frivillige Aktiv Højskole som et godt og relevant tilbud til kursisterne. Der er divergerende oplevelse af, hvordan det er at være tilknyttet som fagperson og frivillig. For norges vedkommende er det en god og ukompliceret oplevelse, for andre er det et hårdt og udfordrende arbejde.

Højskolernes vurderinger

”Som folkehøjskole er det en stor fornøjelse og berigelse for os at være med til at løfte så vigtig en samfundsopgave, som det er at skabe nogle meningsfulde aktiviteter for mennesker med demens”.

Forstander

Repræsentanterne fra de tre deltagende højskoler giver udtryk for, at de er meget glade for at have været med i projektet, og de vil gerne være med til at videreudvikle konceptet i et samarbejde med Alzheimerforeningen.

Målrettet program

De oplever det som en spændende og givende udfordring at være med til at udvikle et koncept, som er tilpasset en målgruppe, de aldrig tidligere har arbejdet med.

De giver alle udtryk for, at de ikke havde noget særligt kendskab til demensområdet, inden de blev en del af projektet. Men de har efterhånden fået opbygget en indsigt i de særlige problemstillinger, der gør sig gældende for kursisterne. Og det er af stor betydning i forhold til, hvordan de sætter programmet sammen. Eksempelvis er det vigtigt, at de ansvarlige for sammensætningen af programmet på de enkelte højskoler er opmærksomme på, at de eksterne undervisere og foredragsholdere bliver informeret om de særlige forhold, der gør sig gældende for målgruppen. Og at de er i dialog om, hvordan de eksterne fagpersoner skal sammensætte deres undervisning eller foredrag, så det er tilpasset målgruppen.

Desuden giver repræsentanterne fra højskolerne udtryk for, at de efterhånden har et ganske godt billede af, hvilke typer af aktiviteter, der fungerer bedst for målgruppen. De har fået et klart fokus på motion og bevægelse, sang og musik samt kreative aktiviteter. På den måde adskiller mennesker med demens sig ikke så meget fra andre højskolekursister i forhold til, hvad der er spændende og interessant at beskæftige sig med. Den største forskel ligger i den måde, som aktiviteterne bliver gennemført på. Her skal der eksempelvis være mere tid og luft i programmet, end der skal på traditionelle højskolekurser.

Højskolerne er også opmærksomme på at differentiere i deres tilbud, således at der er udfordringer for de bedst fungerende samtidig med, at der er mulighed for andre til at bakke lidt ud og slappe mere af, hvis de har behov for det. Det er en vigtig del af det at få aktiviteterne til at lykkes i praksis.

”Vores naturvejleder har for eksempel lavet nogle udendørs aktiviteter, hvor de lavede mad over bål. Der skulle selvfølgelig noget brænde til det – og han satte nogle af mændene i gang med at kløve brænde. Det var de svært tilfredse med”.

Kursusleder

Højskolerne roser de fagpersoner og frivillige, som deltager i kurserne, i høje toner. Uden deres tilstedeværelse ville det ikke være muligt for højskolerne at gennemføre deres program. Arbejdsdelingen er klar og præcis. Højskolerne tager sig af det pædagogiske arbejde, mens fagpersonerne og de frivillige tager sig af omsorgsdelen. Og de funktioner skal gå hånd i hånd, ellers vil kursusforløbet ikke hænge sammen.

Konstruktivt samarbejde med Alzheimerforeningen

Højskolerne fremhæver også det gode og konstruktive samarbejde med Alzheimerforeningen som et vigtigt element i forløbet.

De tre højskoler har løbende haft møder med Alzheimerforeningen, hvor de har evalueret tidligere forløb og på den baggrund diskuteret, hvordan det kommende program skulle se ud. Det har

været en givende dialog, hvor der gensidigt er blevet lyttet og budt med konstruktive forslag. Det har bevirket, at programerne løbende er blevet justeret og tilpasset målgruppen, så højskolerne oplever, at de har fået udviklet et målrettet koncept, der passer fint til målgruppen.

”Det har været en god oplevelse at samarbejde med Alzheimerforeningen. De har altid været der, hvis der var nogle problemstillinger, vi havde brug for at vende med dem. Og de har virket meget interesseret i at medvirke til, at projektet blev en succes for alle parter”.

Koordinator

Alle tre højskoler vurderer, at projektet har været en stor succes, og de vil gerne fortsætte samarbejdet med Alzheimerforeningen om at videreudvikle konceptet.

Demenskoordinatorernes vurderinger

Antallet af ansøgere til Aktiv Højskole har været faldende de seneste to år. Det betyder, at det har været sværere at rekruttere kursister til højskolekurserne. De demenskoordinatorer, der har deltaget i evalueringen, har ikke noget klart bud på, hvorfor det er gået sådan ud over, at nyhedens interesse efterhånden har lagt sig.

Rekrutteringen

Demenskoordinatorerne giver udtryk for, at de hver især personligt har gjort rigtig meget for at rekruttere kursister til højskoleopholdene, men det har været svært at trænge igennem med budskabet over for målgruppen.

”Jeg har stået på hovedet for at udbrede budskabet om, hvor fantastisk godt et tilbud, det er til mennesker med en demenssygdom. Og det mener jeg virkelig, at det er. Men det er ikke lykkes særlig godt for mig. Det, jeg hører, er, at mange er usikre på at tage afsted, fordi de ikke kender andre, der skal med. Og så er de usikre på, om de kan klare det”.

Demenskoordinator

Én af forklaringerne kan være, at kursusforløbene i de første år blev fyldt op af de mennesker, der på forhånd er aktive og gerne vil deltage i forskellige former for aktiviteter sammen med andre, der også har en demenssygdom. Men efterhånden som mange af dem har været på højskole én eller flere gange, skal man have fat i nye målgrupper, der ikke er så kendte af de kommunale systemer, som mange af de tidligere kursister har været.

Det har stillet nye krav til Alzheimerforeningen i forhold til markedsføringen af aktiviteten, og det er ikke lykkes i så høj grad, som det kunne være ønskeligt. Ganske vist har alle kurserne været fyldt op af kursister, men det har bevirket, at rekrutteringsgrundlaget ikke har været så bredt på de seneste kurser som på de første. Konsekvenser er, at der har været kursister, der er kommet med på kurserne, som ikke i tilstrækkelig grad har opfyldt kriterierne om at være selvhjulpe. Og det har givet nogle u hensigtsmæssige virkninger i forhold til de øvrige kursister, og det har øget presset på de fagpersoner og frivillige, som skal støtte og guide kursisterne i løbet af ugen.

”Det betyder meget, at kursisterne som udgangspunkt selv kan klare den personlige hygiejne, og de er i stand til at klare de fysiske udfordringer, som er en vigtig del af opholdet. Det dur

ikke, at man kun kan gå 500 m., hvis vi skal på en 5 km gåtur ud over den jyske hede. Så bliver man hægtet af, og det påvirker både den enkelte og hele gruppen”.

Demenskoordinator

Demenskoordinatorerne giver samstemmende udtryk for, at de selv har gjort meget for at rekruttere kursister til Aktiv Højskole. Desuden er det deres oplevelse, at deres kollegaer rundt i kommunerne også bakker fuldt op omkring projektet og gør meget for at rekruttere deltagere til kurserne.

Budskabet bliver formidlet både på møder, besøg i demenscaféer, til foredrag og andre steder, hvor der har været samlet grupper af mennesker med demens og deres pårørende. Desuden gør demenskoordinatorerne et målrettet arbejde for at motivere de mennesker med demens, de har personlig kontakt med, til at springe på og få den gode oplevelse, det for langt de fleste er at komme på Aktiv Højskole. Men her er reaktionen fra borgerne ofte, at de ikke er sikker på, at det er noget for dem. De er usikre på, hvad der skal foregå. Og de bliver utrygge, når de ikke kender andre, der skal med. Derfor vælger mange af dem det sikre – nemlig at blive hjemme.

I forhold til rekrutteringen er der også en særlig udfordring i at komme i kontakt med den gruppe af yngre og tidligt diagnosticerede, der typisk ville kunne profitere meget af sådant et ophold sammen med andre, der er kommet i samme situation. Men det kan være svært for demenskoordinatorer at komme i kontakt med den gruppe af borgere, fordi mange af dem endnu ikke benytter sig af kommunal tilbud, og derfor er der ikke en naturlig indgang til at komme i dialog med dem om eksempelvis Aktiv Højskole.

”Jeg oplever, at mange yngre og tidligt diagnosticerede demente giver udtryk for, at der er de endnu ikke i deres sygdomsforløb, at de er parate til at tage det skridt, det er at være med i aktiviteter sammen med andre demente. De føler sig for velfungerende til det, og de siger typisk, at de har så mange andre ting, de skal nå. Men jeg synes, det er ærgerligt, for jeg er sikker på, at netop den del af målgruppen kan profitere rigtig meget af sådan et ophold”.

Demenskoordinator

Velfungerende samarbejde med Alzheimerforeningen

Demenskoordinatorerne oplever, at de har haft et ukompliceret og velfungerende samarbejde med Alzheimerforeningen omkring rekrutteringen af deltagere til kurserne. Der har været en god dialog og fælles forståelse af konceptet.

De peger på, at det havde været hensigtsmæssigt, hvis Alzheimerforeningen havde iværksat en mere målrettet markedsføring af højskoletilbuddet, så det havde været muligt at få flere interesserede at vælge ud fra i forhold til at sikre, at deltagerne lever op til de krav, der er formuleret på forhånd. Det er ikke lykket i alle tilfælde på de seneste kursusforløb.

Generelt vurderer demenskoordinatorerne Aktiv Højskole som et særdeles velfungerende og relevant koncept, som kursisterne har meget glæde af.

Konklusioner

”Det har været den bedste uge i mit liv – i hvert fald så vidt jeg husker”.

Kursist

I konklusionen sammenstiller evaluator de forskellige aktørers vurderinger af projektet med dets formål, for at vurdere i hvor høj grad forløbet har levet op til det overordnede formål og succeskriterier for projektet.

Den overordnede konklusion

På denne baggrund drager evaluator følgende den overordnede konklusion, at:

Aktiv Højskole har været en stor succes.

Det er overordnet set i høj grad lykket at leve op til alle tre dele af formålet med projektet – nemlig at:

- udvikle og opbygge et aktivt og målrettet højskoletilbud til mennesker med en demenssygdom, som kan inspirere og oplive deltagerne og medvirke til, at de oplever en øget livskvalitet og bliver i stand til at deltage i relevante fysiske og sociale aktiviteter i deres hjemkommune.
- give mennesker med en demenssygdom ny inspiration og samvær med ligestillede, så de via opbygningen af et øget selvværd, succesoplevelser og et styrket socialt netværk på højskolekurset – i højere grad bliver trygge ved at deltage i andre sociale aktiviteter i hverdagen.
- etablere et lokalt netværk med viden, engagement og kapacitet til – sammen med frivillige i Alzheimerforeningen, kommunale demenskoordinatorer og højskolefolk - at videreudvikle og fortsat tilbyde mennesker med en demenssygdom højskolekurser.

Delkonklusioner

Evaluator konkluderer, at:

- kursisterne har været særdeles tilfredse med deres deltagelse i Aktiv Højskole.
- den største værdi for kursisterne har været det sociale fællesskab og samværet med andre mennesker med en demenssygdom. De oplever, at de kan være sig selv, når de er sammen med ligestillede. De behøver ikke hele tiden at tænke over, om de siger noget forkert eller dummer sig - og humoren har været en vigtig del af det sociale fællesskab på kurserne. På den måde føler de sig accepteret og anerkendt, som det menneske, de hver især er. Det styrker deres sociale netværk og øger deres livskvalitet.
- kursisterne har været meget begejstret for at deltage i aktiviteterne. Det gælder især motion og bevægelse, sang og musik og de kreative aktiviteter. For mange af deltagerne har det

været grænseoverskridende at skulle bruge sig selv på denne måde. Men de er glade for, at de er blevet udfordret på deres forforståelse – og har fået oplevelser af, at de godt kan lære noget nyt. Det giver dem succesoplevelser og øger deres selvværd.

- de fysiske rammer på højskolerne er meget velegnede for afholdelse af Aktiv Højskole. Bygningerne er godt indrettet i forhold til de behov, kursisterne har for overskuelighed og tilgængelighed. Desuden ligger højskolerne i naturskønne omgivelser, hvilket har stor betydning for mange af kursisterne.
- fagpersonerne og de frivillige har helt afgørende betydning for, at kurserne er blevet den store succes, de er. Deres indsats med at støtte, hjælpe og guide kursisterne er helt uundværlig, fordi mange af kursisterne ikke er selvhjulpne i forhold til den personlige pleje og håndtering af medicin. Desuden kan mange kursister ikke finde rundt på egen hånd. De har derfor brug for støtte og guidning undervejs i forløbet. Det giver dem tryghed og overskud til at deltage i aktiviteterne og det sociale fællesskab.
- ægtefællerne vurderer Aktiv Højskole som en stor succes. De oplever det som et tiltrængt pusterum, hvor de kan få tid til at gøre noget for sig selv samtidig med, at de glæder sig over, at deres demente ægtefælle kommer afsted og får nogle gode oplevelser sammen med andre ligestillede.
- fagpersonerne og de frivillige vurderer, at Aktiv Højskole er et godt og relevant tilbud til mennesker med demens. Der er divergerende oplevelse i gruppen af, hvordan det er at være tilknyttet projektet. For nogle af fagpersonerne og de frivillige er det en berigende oplevelse af være med. Andre oplever, at det er et stort arbejdspress, fordi kursisterne har brug for meget hjælp og støtte for at kunne være der.
- repræsentanterne fra højskolerne er meget begejstrede for projektet. De oplever det som en stor succes, at deres højskoler er med i sådan et vigtigt samfundsmæssigt projekt. De oplever det også som en berigelse for deres øvrige kursister, at de får mulighed for at møde mennesker med demens og dermed får en personlig oplevelse, som de kan tage med videre i livet. Det er i folkehøjskolernes ånd og et vigtigt dannelsesmæssigt aspekt for dem.
- de kommunale demenskoordinatorer vurderer, at Aktiv Højskole er et særdeles relevant tilbud til mennesker med demens, som de har meget glæde ud af.
- alle aktørerne i projekt Aktiv Højskole vurderer, at samarbejdet med Alzheimerforeningen har fungeret godt og konstruktivt.
- markedsføringen af Aktiv Højskole har ikke været tilstrækkelig i den sidste del af projektet. På trods af, at fagpersonerne og demenskoordinatorer har gjort et stort arbejde for at sprede kendskabet til tilbuddet til målgruppen, er det ikke lykket af få så mange tilmeldinger, at det har været muligt at fastholde princippet om selvhjulpethed.
- den manglende markedsføring har bevirket, at rekrutteringen af kursister ikke har fungeret optimalt i den sidste del af projektet. Der har været faldende antal ansøgere til de enkelte kurser. I nogle tilfælde har der stort set kun været det antal ansøgere, som skulle til for at

fyldte kurserne op. Det betyder, det har været svært for Alzheimerforeningen at fastholde princippet om, at deltagerne skal være selvhjulpne for at kunne deltage i forløbene – og der er kommet flere deltagere med, som er meget plejekrævende. Det har givet noget uro i forhold til de øvrige kursister, og det har øget arbejdsbyrden og dermed presset på fagpersonerne og de frivillige.

Succeskriterier

Evaluatoren kan konkludere, at det delvist er lykket Alzheimerforeningen at opfylde projektets succeskriterier.

- Det er lykket at udvikle fem dages kurser for mennesker med den demenssygdom.
- Det er ikke lykket at afholde mindst 16 kurser. Der er afholdt 11 kurser i projektperioden.
- Det er lykket at tilbyde højskolekurser til mindst 300 mennesker.
- Det er ikke lykket at etablere højskoleophold i alle regioner. Der har været ophold i tre regioner.
- Det er på nuværende tidspunkt for tidligt at vurdere, om det lykket at gøre tilbuddet om mindst ét årligt højskoleophold i hver region til en tilbagevendende aktivitet. Det vil fremtiden vise.

På trods af, at alle succeskriterierne ikke er opfyldt, vil evaluatoren alligevel konkludere, at Aktiv Højskole har været en stor succes – fordi kursisterne har været særdeles tilfredse med opholdene.

Anbefalinger

På baggrund af ovenstående konklusioner vil evaluatoren komme med følgende anbefalinger i forhold til det fremtidige perspektiv for Aktiv Højskole:

Evaluatoren anbefaler, at konceptet med Aktiv Højskole bliver videreført, så det i fremtiden bliver et fast tilbud til mennesker med demens.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen indgår partnerskaber med udvalgte kommuner om at videreføre Aktiv Højskole i en samarbejdsmodel, som også indebærer den økonomiske finansiering af aktiviteterne. Alzheimerforeningen kan eventuelt arbejde for at etablere partnerskabsaftalerne med de respektive kommuneforeninger, så det bliver en bredere kreds af kommuner, der kommer til at stå bag initiativet.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen også tænker i alternative måder at finansiere nye højskoletilbud på. Det kan være ved at indgå sponsoraftaler med private firmaer om at sponsorere højskoleopholdene. Det kan være firmaer, der har en økonomisk interesse i demensområdet. Indgåelsen af disse sponsorater skal i givet fald være i aftale med den enkelte højskole – eller det kan være landdækkende, regionale eller lokale firmaer, der ønsker at påtage sig et sociale ansvar.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen også søger nogle af de store almennyttige fonde om en langsigtet bevilling, som kan være med til at sikre videreførelsen af Aktiv Højskole i eksempelvis en 4 eller 5 årig periode.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen overvejer at skære ned på antallet af højskoler, hvor Aktiv Højskole bliver afviklet. Der har været en vigende tendens i ansøgerantallet i den sidste del af projektet – og det kunne tyde på, at udbuddet er større end efterspørgslen. Hvis Aktiv Højskole fremadrettet eksempelvis bliver udbudt ét sted på Sjælland og ét sted i Jylland, vil det øge muligheden for, at der fremadrettet er en tilstrækkelig efterspørgsel.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen intensiverer markedsføringen af Aktiv Højskole. En mere målrettet markedsføring kan være medvirkende til, at efterspørgslen igen stiger – og det kunne medføre, at der ikke bliver behov for at skære ned i antallet af højskoler. I markedsføringen bør Alzheimerforeningen have mere fokus på at fortælle de gode historier om, hvad kursisterne får ud af at deltage i højskolekurserne, og hvad det betyder for de pårørende at få et pusterum i hverdagen. Det kan blandt andet ske ved at gøre brug af sociale medier som Facebook og YouTube.

Evaluatoren anbefaler, at Alzheimerforeningen overvejer at nytænke konceptet og udbyde andre former for højskoleophold og differentiere det nuværende tilbud. Evalueringen viser, at der er nogle udfordringer i forhold til rekrutteringen af kursister, og der er udfordringer i forhold til at fastholde princippet om selvhjulpethed. Ved at tænke i en differentiering kan foreningen udbyde kurser, der specifikt er rettet mod yngre og tidligt diagnosticerede. Kurser der er målrettede de mennesker, der ikke længere er selvhjulpne og derfor har et større behov for støtte og guidning. Alzheimerforeningen nedsætter en arbejdsgruppe, der kan arbejde videre med visionen om, at der i fremtiden vil være under opholdet. Kurser for ægtepar, som er blevet efterspurgt af en del pårørende i forbindelse med evalueringen. Det vil give arrangørerne mulighed for at målrette form

og indhold efter de forskellige målgrupper – og det vil gøre det muligt at tilpasse antallet af fagpersoner og frivillige til det behov, som kursisterne har. Det er også blevet efterspurgt af en del af fagpersonerne og de frivillige i evalueringen.

Evaluator vil afslutningsvis anbefale, at Alzheimerforeningen nedsætter en arbejdsgruppe, der kan arbejde videre med visionen om, at der i fremtiden vil være et tilbud om Aktiv Højskole til de grupper af mennesker med demens, som kan profitere af det.