

Erindringsdans for demente

Projekt Erindringsdans for demente

Rapporten redegør for resultater for hele projektperioden 1/7 2014 – 31/8 2016

Rapporten er udarbejdet af:

Ane Eckermann, Demensfaglig projektkoordinator - Alzheimerforeningen



Projekt Erindringsdans for demente

Mange ældre har i deres barneår gået på danseskole, ligesom det for de fleste ældre livet igennem var almindeligt til at danse i foreningslivet, på særlige dansesteder eller ved private fester. At genskabe disse gode minder i forbindelse med dans er netop tanken bag ved Erindringsdans®. Konceptet blev udviklet i 2008 af sygeplejerske Susanne Rishøj og er primært målrettet mennesker med demenssygdom, men er også en aktivitet for alle der bor på et plejecenter, og er endvidere velegnet i forhold til at inddrage pårørende og frivillige. Konceptet består af otte ugentlige dansesessioner af en times varighed, som afsluttes med et festligt afdansningsbal.

Projektet

Med støtte fra A.P. Møller og Hustru Chastine Mc-Kinney Møllers Fond til almene Formaal har Alzheimerforeningen i perioden den 1. juli 2014 til 1. september 2016 gennemført projektet "Erindringsdans for demente". Alzheimerforeningens intention var at udbrede konceptet Erindringsdans® i 30 kommuner ved at udanne 360 erindringsdansinstruktører fordelt på 180 plejecentre i Danmark.

Projektet henvendte sig derfor til plejecentre i kommuner, der ønskede at iværksætte og forankre Erindringsdans som en fast aktivitet på kommunens plejecentre. For at komme i betragtning til at deltage i projektet var der en række inklusionskriterier som kommunerne skulle opfylde.

Alzheimerforeningens formål med projektet var, at mennesker med demens fik tilbudt en meningsfuld, social, fysisk og mentalt stimulerende aktivitet som skabte opmærksomhed på:

- Erindringsdansens positive og afsmittende effekt i forhold til at skabe livsglæde
- Erindringsdans som en aktivitet, der skaber fællesskab og styrker sociale relationer

Den primære målgruppe for projektet var personer med moderat til svær demens på plejecentre. Plejecenterpersonalet udgjorde den sekundære målgruppe.

Overordnet ansvar for projektet er fagkoordinator Ane Eckermann, Enheden for projekt og rådgivning i Alzheimerforeningen.

Projektet



Hovedresultater

Denne rapport beskriver hovedresultater fra projekt Erindringsdans for demente samt regnskab for hele projektperioden. Socialt udviklingscenter SUS har bistået Alzheimerforeningen i et sparingsforløb i forbindelse med projektets evaluering. Formålet med evalueringen var at undersøge, hvilken værdi Erindringsdans skabte for de involverede parter i dansen: beboere, medarbejdere, pårørende og frivillige samt hvordan Erindringsdans implementeres som en fast aktivitet på plejecentrene. Projektet blev derfor evalueret med vægtning på værdier og forankring og ud fra en lærende proces, hvorved viden og input løbende blev genereret og inddraget undervejs.

Projektets resultater og erfaringer er løbende blevet dokumenteret ved hjælp af forskellige dataindsamlingsmetoder. Ved projektets afslutning har Alzheimerforeningen modtaget 1448 logbøger, 207 spørgeskemabesvarelser fra de uddannede Erindringsdansinstruktører. Endelig er gennemført 9 fokusgruppinterviews med henholdsvis ledere (2 fokusgrupper), instruktører (2), kollegaer (2), pårørende (2) og frivillige (1) af antropolog Ida Marie Lind, projektmedarbejder i Alzheimerforeningen.

Resultaterne viser, at Erindringsdans opleves som en sjov og glædesfuld aktivitet uanset alder og demensgrad. Resultaterne viser også, at Erindringsdans skaber nye relationer mellem personen med demens, den pårørende, medarbejderen og beboerne indbyrdes. Erindringsdans vurderes som en meningsfuld aktivitet på flere niveauer – ikke mindst for personen med demens, men også for de pårørende, som oplever nye positive stunder, i en kort periode mærker de følelser, som ellers kan være svære at give udtryk for ved demens. Dansen har også vist sig gavnlige i de svære plejesituationer, hvor det er vanskeligt at få en god kontakt med den demente. Endelig viser resultaterne at Erindringsdans er en enkel aktivitet at igangsætte. Dette skal ses ud fra at ca. 95% af de deltagende plejecentre har forankret Erindringsdans som et fast tilbud.

Citater

”Det giver liv i kludene og skaber sammenhold”

”Mine ben er ikke så gode, men det at komme og høre musik og se andre danse, det gør mig glad”

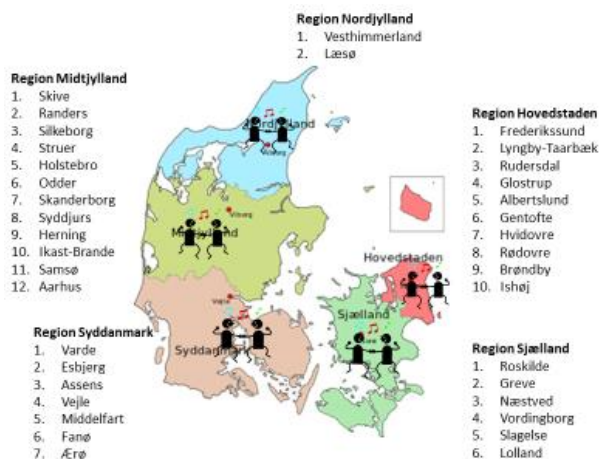
2 beboere fra plejecentre

Der har været stor interesse for projektet. I inklusionsperioden indkom 50 henvendelser fra kommuner. Løbende gennem projektet har Alzheimerforeningen modtaget interesselikende givelser fra enkeltstående plejecentre som gav udtryk for et ønske om at deltage, hvis foreningen fik mulighed for at forlænge projektet.

Det er derfor med stor glæde at Alzheimerforeningen netop har fået tilsagn om tilskud fra Sundheds- og Ældreministeriet til at indføre Erindringsdans på yderligere 100 plejecentre i Danmark. I begrundelse for tilskudsbevillingen er bl.a. lagt vægt på de tidligere resultater, der viser at Erindringsdans har en positiv effekt bl.a. i forhold til glæde, god kommunikation og positiv adfærd. Endelig er der lagt vægt på at resultaterne har et langsigtet perspektiv i form af fast etablering af Erindringsdans på de deltagende plejehjem samt. Det nye projekt har titlen: **”Erindringsdans - livsglæde, fællesskab og relationer”**.

39 kommuner blev inkluderet i projektet, hvoraf 37 har fuldendt projektet. 2 kommuner valgte at trække sig fra projektet grundet manglende personaleressourcer eller besparelser generelt på demensområdet. Inklusion er gennemført ud fra geografisk spredning mellem by- og landkommuner samt udbud af aktivitetstilbud for at imødekomme mindre ressourcestærke centre.

181 plejecentre har gennemført minimum ét Erindringsdansforløb. Ved afslutningen af projektet har 95% af de medvirkende centre forankret Erindringsdans som en fast aktivitet på lige fod med f.eks. bankospil. De plejecentre (5%) som ikke har forankret Erindringsdans efter projektets afslutning begrundes med at centret er lukket, centrets borgere bor midlertidigt og derfor ikke får en form for tilhørsforhold til aktiviteten eller at instruktørerne er ophørt. Af de 37 samarbejdskommuner har 8 indført Erindringsdans på øvrige plejecentre ved at benytte kommunens nyuddannede Erindringsdansinstruktører.



Aktører

Tal der fremvises i dette afsnit er beregnet ud fra 641 dansesessioner via elektroniske logbøger udfyldt af Erindringsdansinstruktører. Yderligere 807 dansesessioner er registreret ud fra manuelt udfyldte logbøger – der er ikke opgjort tal herfra. Ved sammenligning af data fra elektroniske og manuelle logbøger ses en ensartet tendens ift. nedenstående tal. Alle logbøger er løbende gennemgået mhp. at give instruktørerne feedback ift. deres refleksioner.

3.620 personer med demens har deltaget i et Erindringsdansforløb med et gennemsnits antal på 20 beboere pr. dansesession. Deltagerantallet varierer mellem 6 og 54 personer pr. dansesession. Ved opgørelsen af de elektroniske logbøger ses et samlet antal beboere på 12.401, der har deltaget i minimum én dansesession.

1166 pårørende har deltaget i minimum én dansesession. Deltagerantallet varierer mellem 0 og 8 pårørende. Der er stor variation i hvornår pårørende deltager afhængigt af tilknytning til den demente og af alder. Som ældre ægtefælle afhænger tidspunktet sjældent i forhold til at deltage, hvorimod voksne børn og udearbejdende ægtefæller primært deltager hvis dansen afholdes sent på dagen eller til afdansningsballet.

1819 frivillige har deltaget i minimum en dansesession. Deltagerantallet i gruppen af frivillige varierede mellem 0-10 frivillige pr. dansesession. På 15 af plejecentrene indgik de frivillige i alle dansesessioner, mens der på 5 centre indgik frivillige i enkelte af dansesessionerne, og på 2 af centrene indgik de frivillige slet ikke i dansesessionerne. Enkelte plejehjem har ikke frivillige tilknyttet.

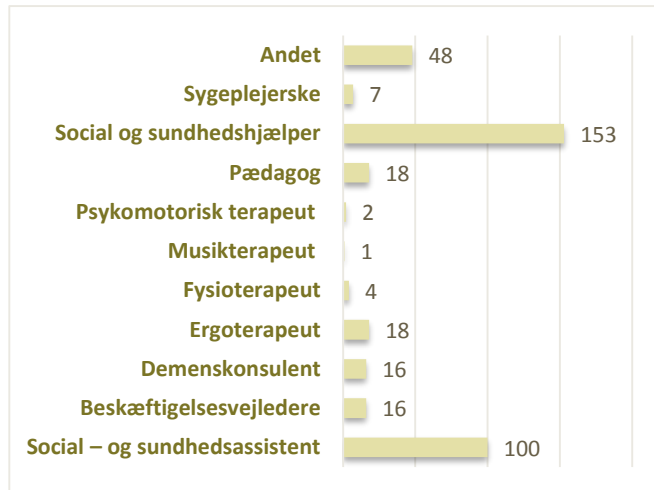
3814 kollegaer har deltaget i minimum én dansesession. Antallet af medvirkende kollegaer varierede fra 0 til 12 pr. dansesession. Ud af 647 sessioner deltog gennemsnitlig fire kollegaer pr. dansesession. Hvor ingen kollegaer deltog gennemførtes dansen af instruktører i samarbejde med frivillige eller udelukkende af instruktørerne.





397 social- og sundhedsfaglige medarbejdere er uddannet som Erindringsdansinstruktører. Der er stor variation i instruktørernes sundhedsfaglige profil. Typisk er udpeget medarbejdere med kort uddannelse hvorimod medarbejdere med mellemlang uddannelse ses sjældnere. Uddannelse har ikke haft betydning i forhold til dansens succes.

Alle instruktører har gennemført uddannelsen som instruktør og herefter gennemført et informationsmøde for kollegaer, frivillige og pårørende samt et Erindringsdansforløb af 8 dansetimer efterfulgt af et afdansningsbal over en periode på max 4 måneder.



Enkelte kommuner har opbygget et internt netværk blandt instruktørgruppen og afholder regelmæssige møder med udveksling af erfaringer til hvordan dansen kan fastholdes og udvikles. 155 instruktører er optaget på den lukkede Facebookgruppe for Erindringsdansinstruktører. Facebook fungerer som et socialt og anerkendende værktøj, der forbinder instruktørerne på tværs af kommuner. Medlemmerne fremviser foto fra dansen og komplementerer hinanden for de forskellige initiativer der igangsættes.

Tidspunkt for dansesessioner

Tidspunktet for afholdelse af dansesessioner ligger mellem kl. 10 og 20. Gennemgående afholdes dansesessionen à 60 minutter i tidsrummet mellem kl. 10 og 12 (10 centre) eller kl. 13 og 15 (9 centre). Mens 3 centre afholdt dansesessioner i tidsrummet fra kl. 15-16 (2 centre) eller fra kl. 19 – 20 (1 center).

Certificering af plejecentre

Alle pleje- eller aktivitetscentre, der har gennemført et Erindringsdansforløb har modtaget et certifikat, som et synligt bevis på, at centret opfylder kravene til at indføre Erindringsdans som en fast forankret aktivitet. Certifikatet betragtes som en stor anerkendelse til plejecentret og har indirekte medvirket til at motivere instruktørerne til at fastholde Erindringsdans og igangsætte aktiviteten på andre pleje- og aktivitetscentre.

Uddybning af resultater

98 % af projektets uddannede Erindringsdansinstruktører svarer, at det overordnet har været en succes at indføre Erindringsdans på deres pleje- eller aktivitetscentre. Årsagen til Erindringsdans' udbredte succes forklares i logbøger, spørgeskemabesvarelser og interviews med, at Erindringsdans er en aktivitet, der skaber glæde og stjernestunder i en ellers travl hverdag med mange praktiske plejeopgaver. Eksempelvis vurderer 70 % af instruktørerne, at samtlige beboere oplevede glæde i forbindelse med dansen. Samtidig giver dansen mulighed for at møde mennesket med demens på en ny og ligeværdig måde, hvad enten man er plejecenterleder, instruktør, kollega, pårørende eller frivillig.





95 % af instruktørerne svarer, at Erindringsdans forbliver en fast aktivitet på deres arbejdsplads. Ca. 50 % indfører dansen som en aktivitet hver 14. dag, mens dansen fortsætter hver uge eller som en månedlig aktivitet hos de resterende. Det er dog på forskellig vis, at dansen tilrettelægges. Der ses tendens til at på størstedelen af plejecentrene foregår dansen over en tidsbestemt periode, der afsluttes med et bal, for så at blive genoptaget efter en pause (ofte i forbindelse med enten jul eller sommer). Det betragtes som en sæsonbetinget aktivitet.

Resultaterne fra evalueringerne er løbende blevet anvendt til at justere og forbedre projektets indsats. Eksempelvis viste **midtvejsevalueringen**, at nogle instruktører erfarede store udfordringer ved at få opbakning fra ledelse og ved motivation af kollegaer i forhold til at deltage i dansen og hjælpe til. For at øge motivationen i ledergruppen til at bakke op om Erindringsdans, har projektleder siden september 2015 sendt et personligt velkomtbrev, der informerede om Erindringsdans og projektet. Ligeledes kan nye instruktører hente kataloget "**Best Practice**" med tips og idéer til at igangsætte Erindringsdans og til at motivere kollegaer.



Andre resultater

Få succes med Erindringsdans® - Inspirationshæfte til Erindringsdansinstruktører

På baggrund af de erfaringer, som Alzheimerforeningen har opnået i samarbejde med Erindringsdansinstruktørerne i projektet er der udarbejdet et inspirationshæfte, som skal give instruktører tips og ideer til det fremtidige arbejde med Erindringsdans®. Hæftet er "krydret" med fotos og citater fra de forskellige aktører og skal virke som inspiration til, hvordan instruktøren kan udvikle og forbedre dansen på plejecentret eller indvie nye kollegaer, frivillige eller andre i Erindringsdans. Hæftet kan med fordel også læses af ledere og medarbejdere, der vil opnå indsigt i Erindringsdans betydning for mennesker med demens og deres pårørende. Hæftet publiceres i forbindelse med nedenstående konference og kan også downloades via websites.

Danmarks første konference om Erindringsdans

Grundet den store interesse for Erindringsdans, besluttede Alzheimerforeningen at afholde en konference målrettet Erindringsdansinstruktører, der har deltaget i projekt *Erindringsdans for demens*. Her præsenteres resultater og erfaringer fra projektet ligesom forskellige oplægsholdere med faglig viden og kendskab til betydning af musik, dans, bevægelse og berøring holder oplæg. På dagen bliver der rig mulighed for at stille spørgsmål og til at udveksle og dele erfaringer med andre instruktører om Erindringsdans. De tre eksterne oplægsholdere: *Hanne Mette Ridder, professor, Institut for Kommunikation - Aalborg Universitet – Musikkens Hus, Henriette Lundstrøm, Master i Sundhedsfremme, psykomotorisk terapeut samt Helle Winther, Lektor Ph.d., Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet*, har vist stor interesse for at deltage i konferencen. Konferencen afholdes den 13/9 2016 med 126 registrerede deltagere. Konferencegebyr er kr. 400,00 pr. deltager som dækker forplejning og lokaler. Alzheimerforeningen dækker udgifter forbundet med oplægsholdere.



Forskning i Erindringsdans

Et samarbejde med Susanne Rishøj, Demenskonsulenten, VIA Aldring & Demens, Center for forskning, Holstebro og Institut for Idræt og Ernæring, Københavns Universitet og Alzheimerforeningen ansøgte Velux fonden om økonomisk støtte til forskningsprojektet med titlen *Erindringsdans-Stjernestunder, kontakt og kognitionsforbedringer for plejehjemsbeboere med demens*. Projektets formål var at undersøge om dans som aktivitetsform kan give mennesker med demens meningsfulde stjernestunder igennem kropslige, glædesfyldte og kontaktdrivende oplevelser. Derudover søges det klarlagt, om dans kan påvirke kognitionsniveauet (og dermed bidrage til større trivsel, livsmestring og social deltagelse). Desværre fik projektet afslag og der påtænkes at søge midler andetsteds.

Presse og omtale

'Erindringsdans' er i perioden 1. juli 2014 til 31. juli 2016 blevet nævnt 407 gange i de skrevne medier. Heriblandt 20 gange i landsdækkende medier og magasiner, 137 gange i regionale dagblade, 91 gange i lokale ugeaviser og 157 gange via webkilder. Herudover er konceptet omtalt i fire forskellige fagblade og en gang via Ritzau.

Blandt de bemærkelsesværdige omtaler af projektet, er to store billedreportager fra hhv. Kristeligt Dagblad og Politiken, samt et flot opslag fra Erindringsdans på Plejecenter Virumgaard i BT. Erindringsdans er også blevet nævnt som det gode eksempel i en artikel i Politiken om manglende kulturtilbud til syge mennesker i Danmark.

I de elektroniske medier er Erindringsdans blandt andet blevet nævnt i indslag på TV2 Nord, TV2 Østjylland, TV Syd, TV2Fyn og i Aftenshowet på DR1. Projektet er også blevet omtalt adskillige gange på DR's forskellige radioplatforme og i Radio 24Syv.

Tak

Alzheimerforeningen vil gerne sige særlig tak til projektets bidragsyder A.P. Møller og Hustru Chastine MC-Kinney Møllers Fond til almene Formaal, som gjorde det muligt for foreningen at gøre en forskel for mennesker med demens. Der skal rettes en særlig tak til Fondsrådgiver Katja Teilmann for din begejstring for dansen og for din store inspiration til projektmøderne. Ligeledes rettes en stor tak til alle fagpersoner og frivillige som har iværksat dansen og udfyldt logbøger, spørgeskemaer og stillet op til interview. Sidst, men ikke mindst, rettes en stor tak til alle personer med demens og deres pårørende, der har deltaget i dansen. Jeres engagement og gode humør har været drivkræften til at forankre Erindringsdans som en fast aktivitet på pleje- og aktivitetscentre i Danmark.

De bedste dansehilsner
Ane Eckermann, Susanne Rishøj og Ida Lind
Alzheimerforeningen

Citat

*"Jeg elsker at danse. Det har jeg altid gjort. Jeg har gået til dans hos Andersen og Jensen i mange år, og dér har jeg altid været glad for at gå. Men glemmer det faktisk aldrig, for når man først kommer i gang, så er den der. Det er virkelig dejligt, synes jeg. Så når man har været ude at få en god middag, og man så får lidt dans bagefter, så har man haft en god aften. Man trænger lidt til en gang i mellem at komme lidt ud at more sig og have det sjovt, ikke? Og det tror jeg ikke har noget med alderen at gøre. Overhovedet ikke. Jo, man tager det hele med, ikke? Man må ikke forglemme noget, man skal med til det hele, ikke? Og på den måde træffer man også mange mennesker at snakke med, og det synes jeg er meget hyggeligt. Det er virkelig dejligt. Det nyder man".
Beboer fra et plejecenter*