



Slotbijeenkomst NESTORE Schiedam



SooS Blauwhuis, 3 juli 2021

1

Opzet pilotonderzoek



NESTORE

Grant Agreement Number: 769643 — NESTORE



European
Commission



|

Wat waren de doelen van dit pilotonderzoek?

Doel 1

- Testen van **validiteit**: doen de apparaten wat ze zouden moeten doen?

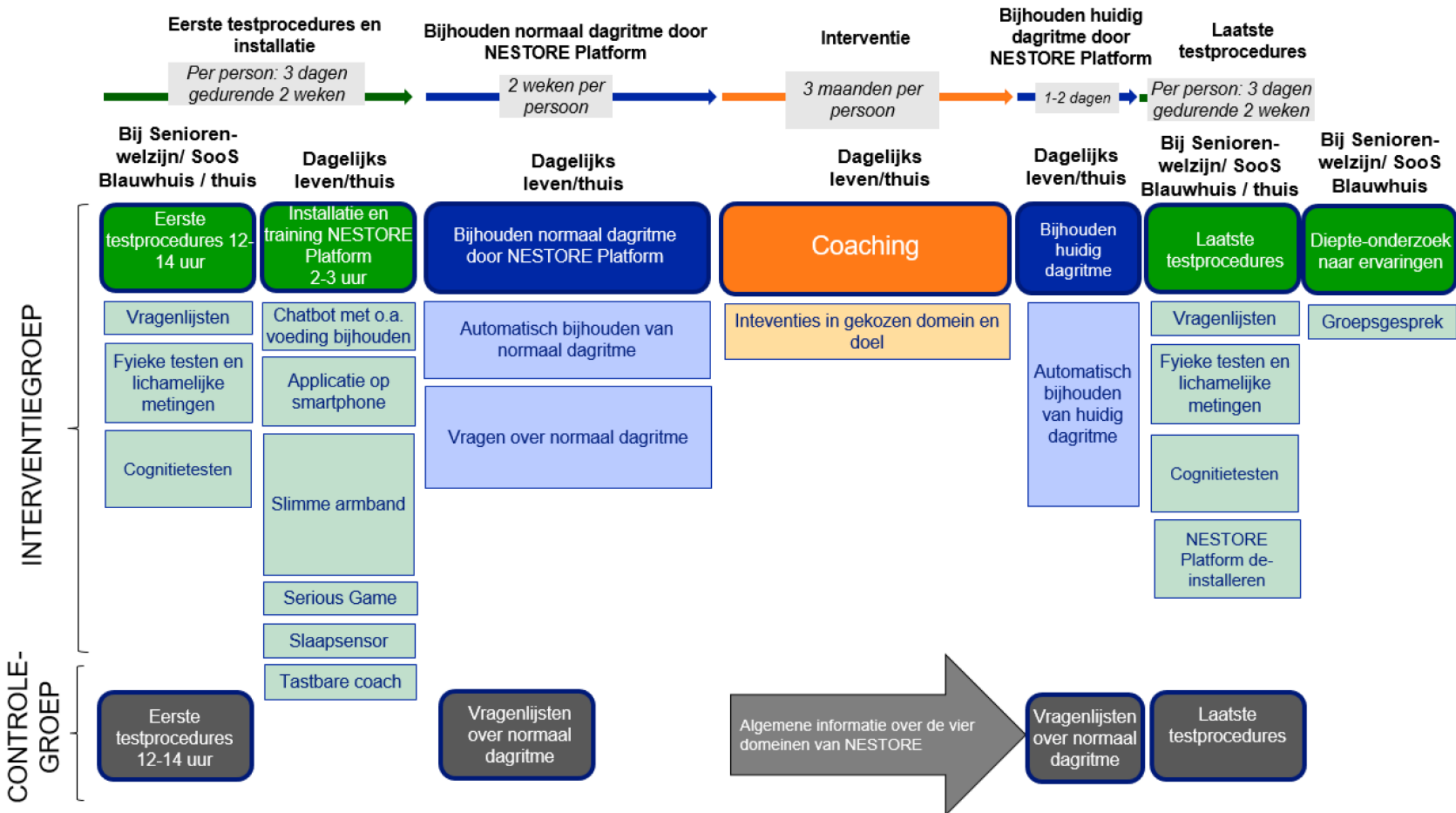
Doel 2

- Testen van **gebruiksgemak** en **acceptatie** van het NESTORE Platform

Doel 3

- Testen van **effect** van het NESTORE Platform op gedrag en gezondheid.







NESTORE

Grant Agreement Number: 769643 — NESTORE



European
Commission



Grootste verschillen oorspronkelijke plan en uiteindelijke uitvoering

3 maanden interventie met 20 deelnemers

Wekelijkse spreekuur in de soos voor technische vragen

NESTORE-netwerk via sociaal platform

De technici van de apparaten naar NL voor ondersteuning



4-6 weken interventie met 9 deelnemers

Contact opnemen met Canan bij vragen of problemen

Geen contact met andere deelnemers

De technici bieden ondersteuning via videobellen



2

Deelnemers



NESTORE

Grant Agreement Number: 769643 — NESTORE

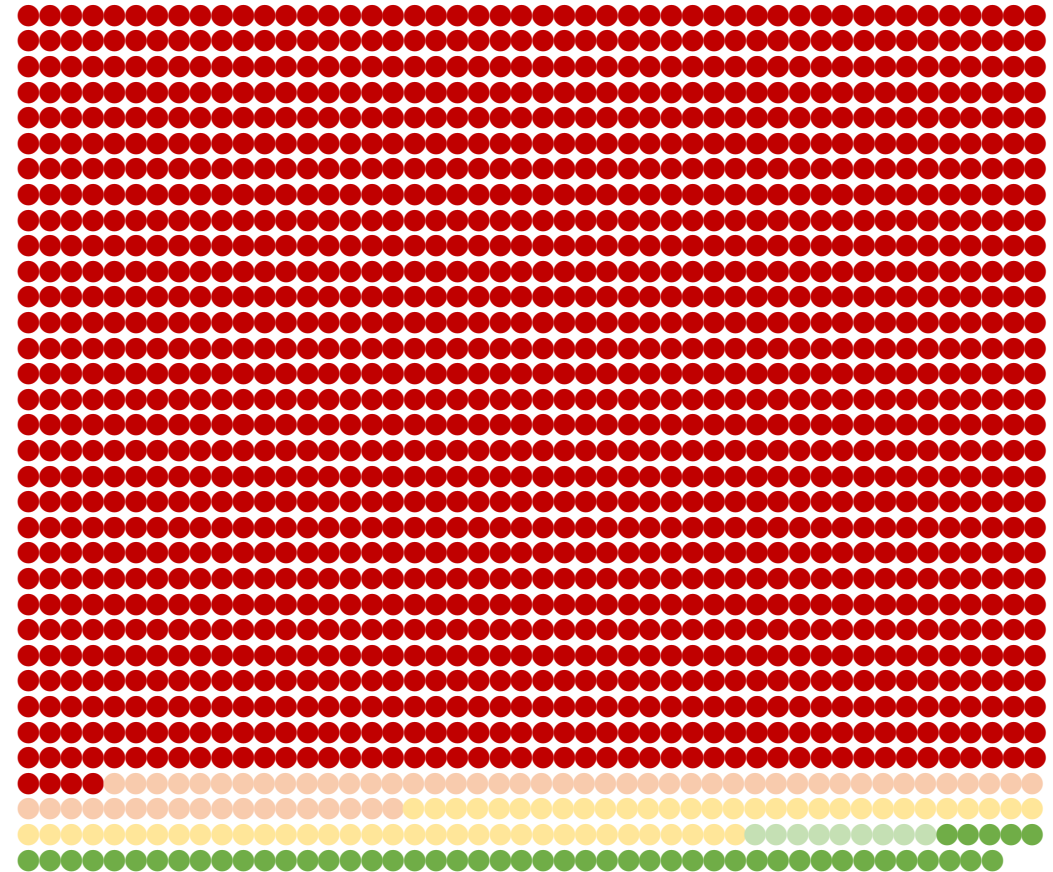
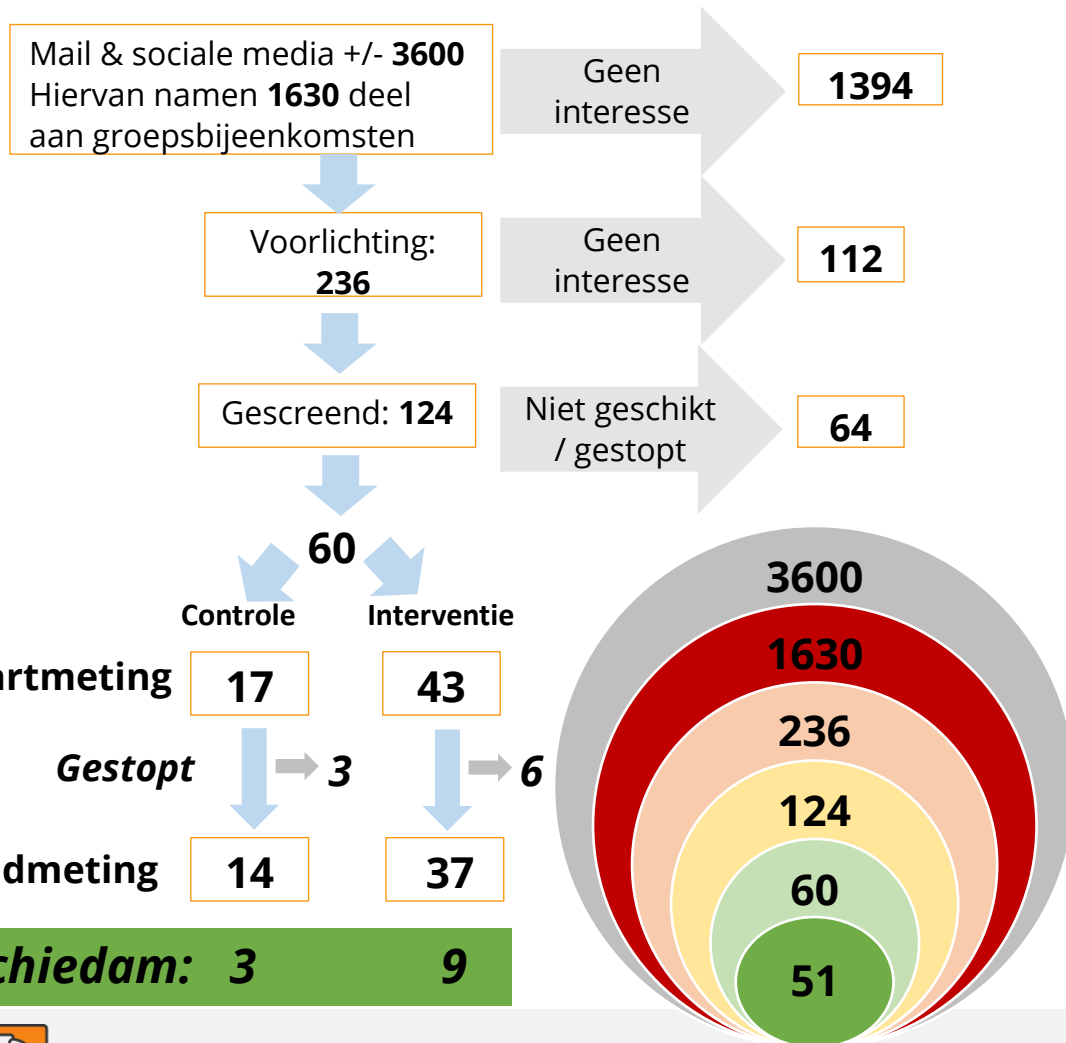


European
Commission



|

Van +/- 3600 potentiële deelnemers... naar 51 uiteindelijke deelnemers



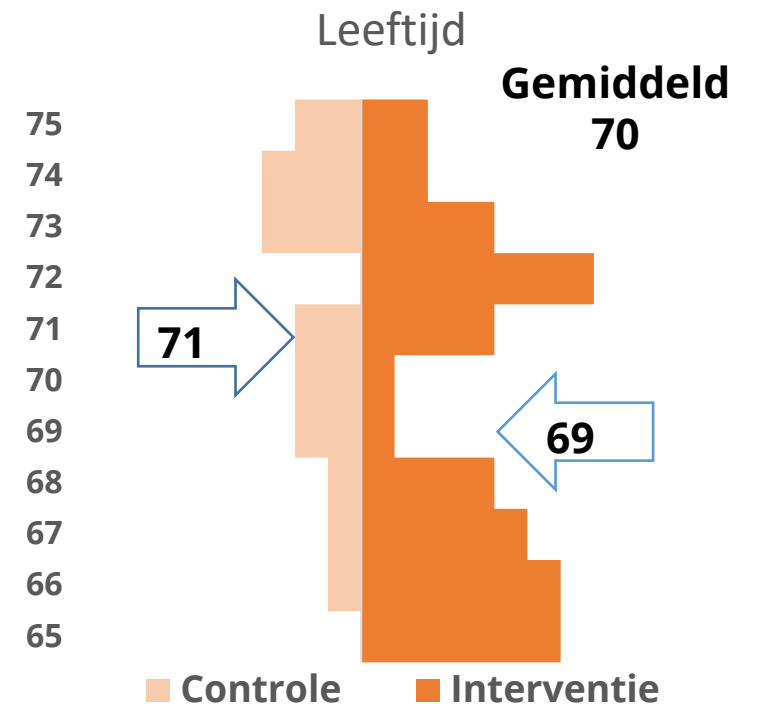
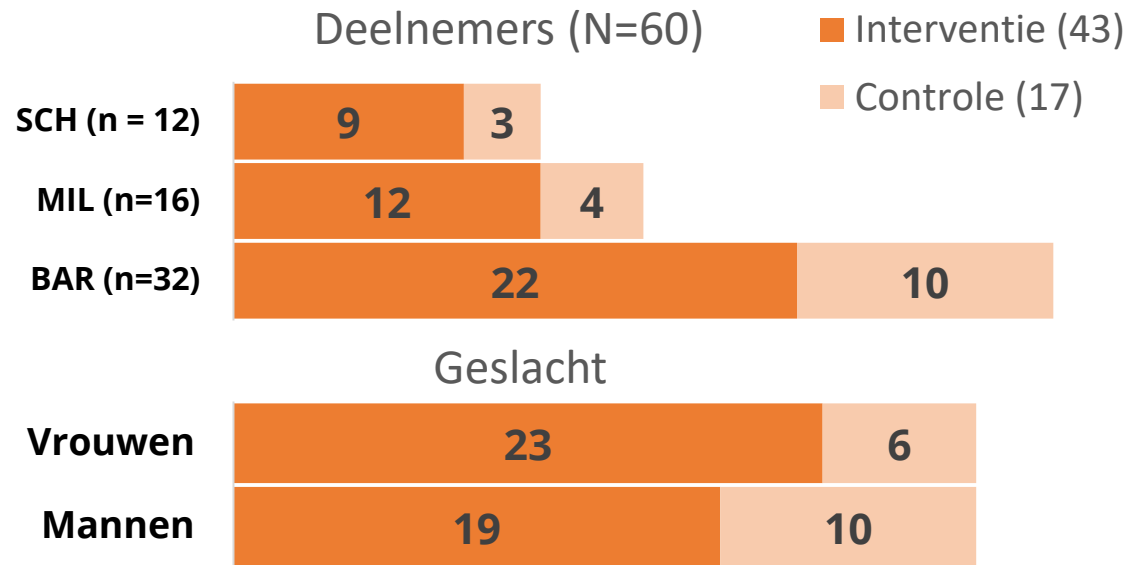
Redelijk strenge / beperkende voorwaarden om mee te mogen doen

1. u bent tussen 65 en 75 jaar;
2. u woont zelfstandig thuis;
3. u kunt zelf uw huishoudelijke taken doen (boodschappen doen, koken, schoonmaken);
4. u kunt (bijna) moeiteloos dagelijkse fysieke activiteiten doen;
5. u kunt (redelijk) goed zien en horen (eventueel met bril en gehoorapparaat);
6. u heeft geen last van geheugenproblemen;
7. u heeft een **smartphone met Android 7.0** of nieuwer en Bluetooth;
8. u bent voldoende vaardig met uw smartphone en kunt foto's maken en apps installeren;
9. u lijdt niet aan een ernstige aandoening (*maar heel veel aandoeningen waren al gauw 'ernstig'*);
10. u doet niet mee aan een ander klinisch onderzoek.

NB: Partners kunnen niet allebei meedoen

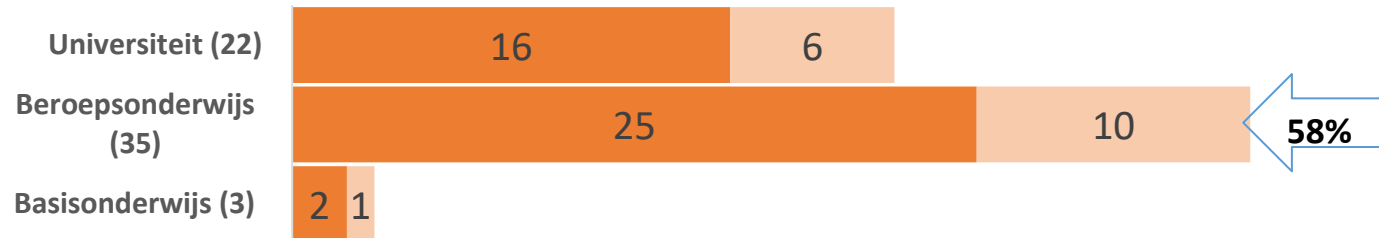


Achtergrondgegevens deelnemers bij start van onderzoek (1/2)

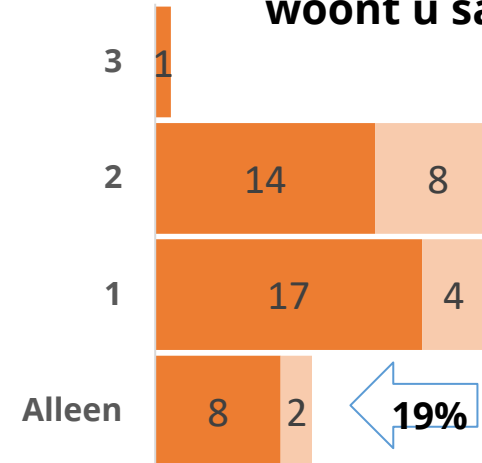


Achtergrondgegevens deelnemers bij start van onderzoek (2/2)

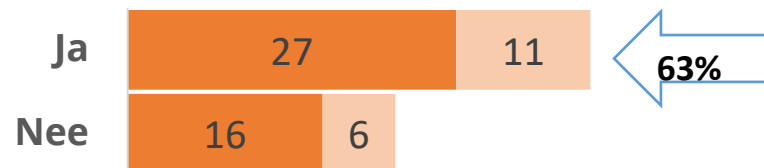
Opleiding



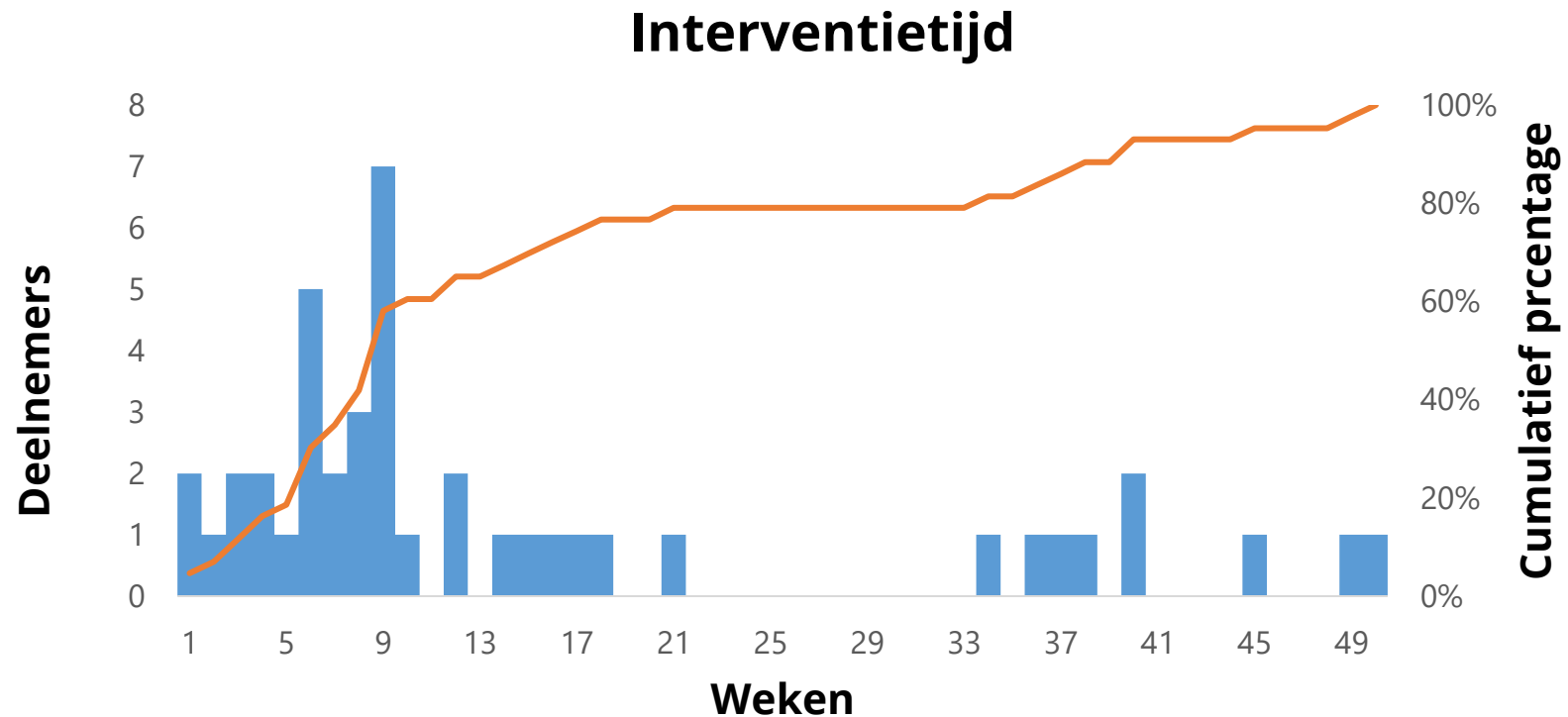
Met hoeveel mensen woont u samen?



Partner



Het aantal weken dat deelnemers in de interventieperiode zaten



3

Resultaten

3.1 Validiteit

3.2 Gebruiksgemak en acceptatie

3.3 Effect op gedrag en gezondheid



Vooraf

- We hebben deelnemers maar kort kunnen volgen.
- Het was een pilotonderzoek bedoeld om apparaten te testen en door middel van gebruik ervan problemen op te sporen, en eventueel effecten te meten.
- De apparaten werkten nog niet altijd goed (genoeg).



3.1 Validiteit

- De tastbare coach werkte het minst goed.
- De sensoren in huis werkten wel, maar leverden toch minder informatie op dan verwacht. Sensoren bij naasten: te weinig data om iets te kunnen zeggen.
- De slaapsensor werkte of heel goed, of helemaal niet, afhankelijk van het bed van een deelnemer, en van de wifi in de slaapkamer.
- De slimme armband werkte goed om de 6 minuten looptest en het 30 seconde staan-en-weer-zitten te meten. Stappenteller erin: wisselend.
- De NESTORE coach app werkte in principe wel, maar was soms te beperkt of juist heel aanwezig (later meer)
- De weegschaal werkte het beste, ook de koppeling met de NESTORE-app (wat voor ons het belangrijkste was, aangezien de weegschaal zelf niet van ons is).



3.1 Validiteit

- De tastbare coach werkte het minst goed.
- De sensoren in huis werkten wel, maar leverden toch minder informatie op dan verwacht. Sensoren bij naasten: te weinig data om iets te kunnen...
- De slaapsensor werkte of heel goed, of helemaal niet. ... van de wifi in de slaapkamer van een deelnemer, en van de wifi in de woonkamer van een andere deelnemer.
- De armband werkte niet goed. Het 30 seconde staan-en-wachten werd niet goed geregistreerd. Het wisselend...
- De weegschaal werkte in principe wel, maar was soms te beperkt of juist te nauwkeurig (later meer)
- De weegschaal werkte het beste, ook de koppeling met de NESTORE-app (wat voor ons het belangrijkste was, aangezien de weegschaal zelf niet van ons is).

Maar: Veel geleerd over de werking van de apparaten in verschillende handen en huizen.



Het bijhouden van de voeding in de app: nog niet betrouwbaar genoeg



Variable	Cases	Spearman's rho	p
Calories	20	0.377	0.101
Proteins	20	0.236	0.316
Carbohydrates	20	0.152	0.523
Fats	20	0.111	0.640

Geen verband gevonden tussen de NESTORE app en het papieren voedingsdagboekje wat betreft calorieën, eiwitten, koolhydraten en vetten



'Leuke' top 3 lijstjes

Meeste technische problemen

1. Tastbare coach
2. Slimme armband
3. Slaapsensor

Meeste stappen (gemiddeld):

1. D: 6778
2. B: 6189
3. R: 5170

Meeste bezoeken van Canan

1. D: 8
2. R: 6
3. H: 4

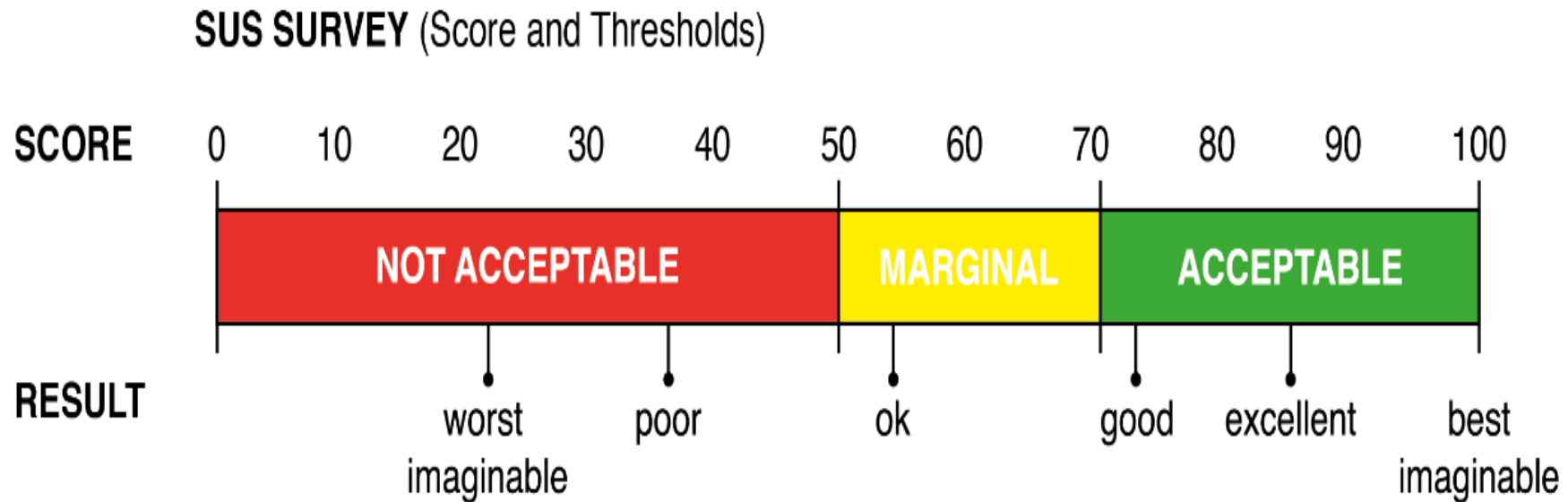
Meeste foto's van voeding:

1. B: 234
2. H: 229
3. D: 220



3.2 Gebruiksgemak en acceptatie

Over elk apparaat zijn vragen gesteld in een vragenlijst. De antwoorden zijn opgeteld en omgezet in een score van 0 tot 100. Vanaf 55 is het een voldoende.

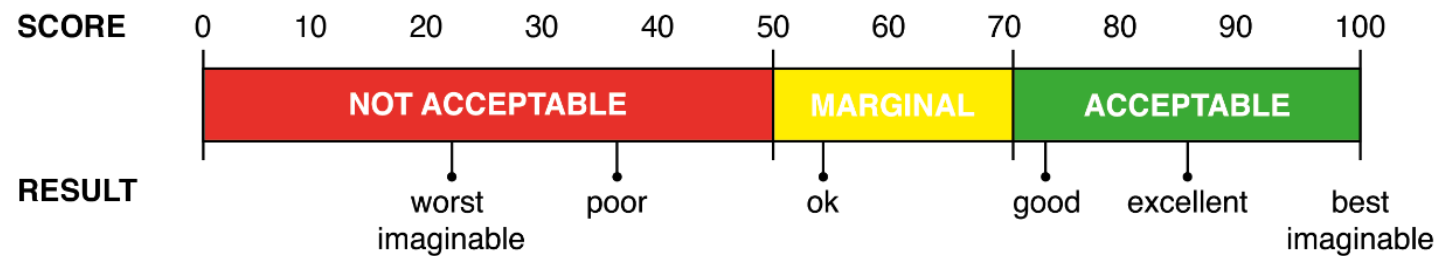


De tastbare coach

START INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	17 (24)	48,3
ITA	6 (12)	51,3
SPA	4 (8)	46,3
NED	4 (4)	48,8

EINDE VAN INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	9 (22)	31,8
ITA	2 (6)	43,8
SPA	3 (7)	25,0
NED	4 (9)	20,0

SUS SURVEY (Score and Thresholds)

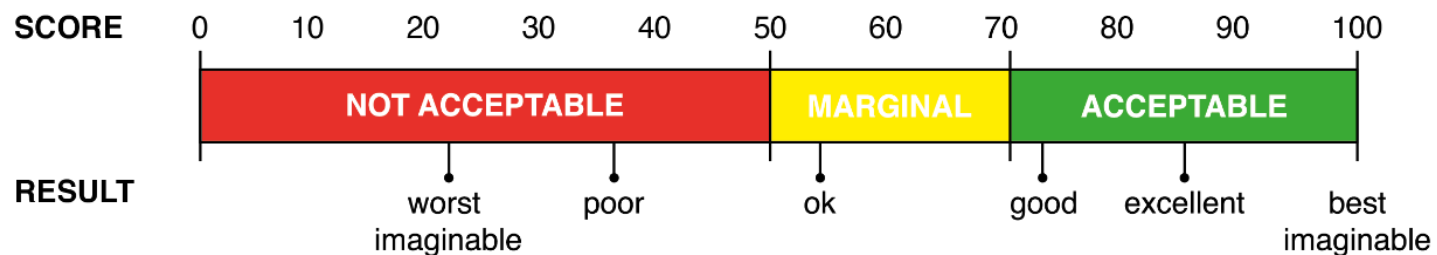


De slimme armband

START INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	22 (24)	65,5
ITA	11 (12)	65,5
SPA	7 (8)	63,6
NED	4 (4)	67,5

EINDE VAN INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	22 (22)	62,9
ITA	6 (6)	75,6
SPA	7 (7)	58,5
NED	9 (9)	60,0

SUS SURVEY (Score and Thresholds)

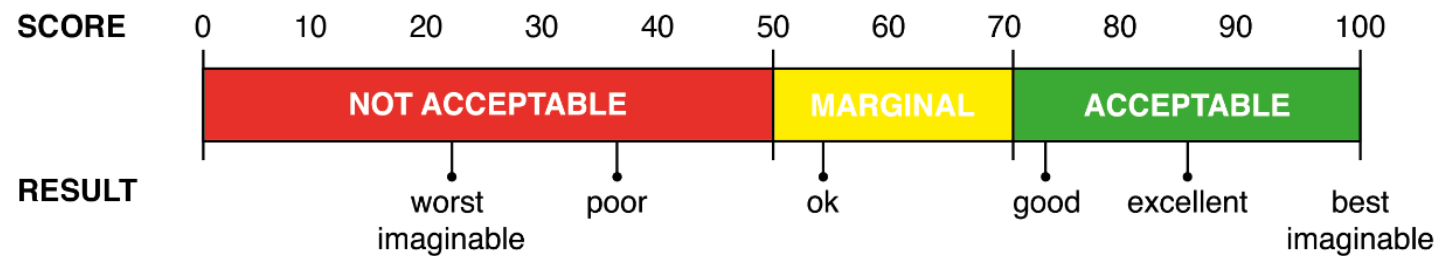


Coaching App

START INTERVENTIE			
	Antwoorden (Deelnemers)		Gemiddelde score
Totaal	18 (24)		49,7
ITA	7 (12)		54,7
SPA	5 (8)		36,7
NED	3 (4)		45,0

EINDE VAN INTERVENTIE			
	Antwoorden (Deelnemers)		Gemiddelde score
Totaal	15 (22)		36,3
ITA	4 (6)		46,3
SPA	5 (7)		36,7
NED	6 (9)		28,8

SUS SURVEY (Score and Thresholds)

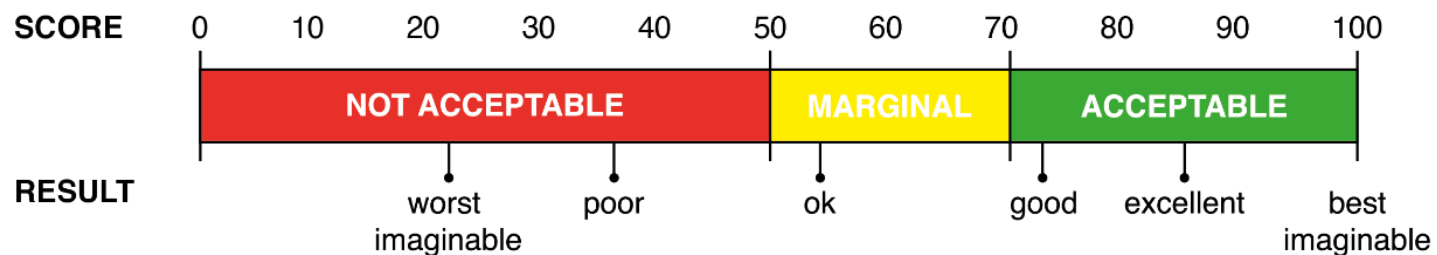


Pocket Odyssey spel

START INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	15 (24)	62,7
ITA	8 (12)	74,6
SPA	4 (8)	45,0
NED	3 (4)	50,0

EINDE VAN INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	13 (22)	56,4
ITA	3 (6)	52,5
SPA	4 (7)	40,0
NED	6 (9)	62,5

SUS SURVEY (Score and Thresholds)

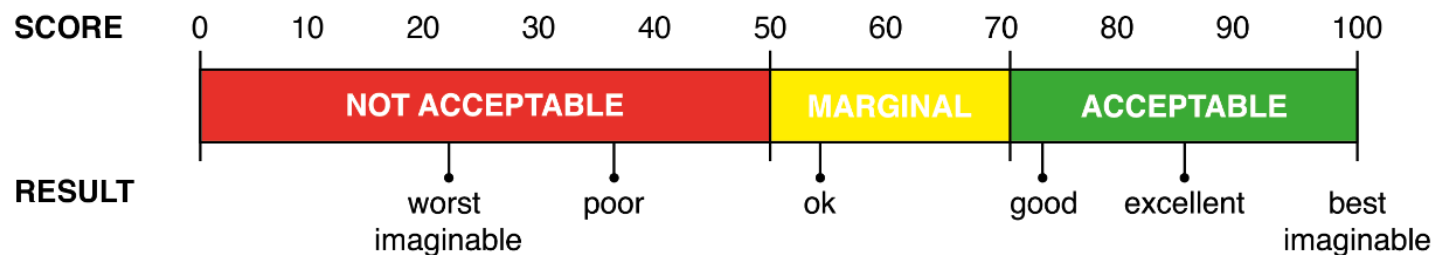


NESTORE Platform in zijn geheel, alles bij elkaar genomen

START INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	23 (24)	49,3
ITA	11 (12)	55,8
SPA	8 (8)	40,0
NED	4 (4)	52,5

EINDE VAN INTERVENTIE		
	Antwoorden (Deelnemers)	Gemiddelde score
Totaal	22 (22)	46,6
ITA	6 (6)	60,0
SPA	7 (7)	39,0
NED	9 (9)	43,6

SUS SURVEY (Score and Thresholds)



Samenvatting van alle bevindingen uit gesprekken en vragenlijsten

Ervaringen met het gebruik van NESTORE

- In essentie een goed idee, biedt kansen voor verbetering in leefstijl en gedrag
- Wel nog veel te verbeteren in techniek
- Het moet meer een vriend worden dan een 'bemoeial' die steeds controleert en opdraagt
- Was leuker geweest om meer met de andere deelnemers te doen

Positieve aspecten NESTORE

- bezig zijn met iets (nieuws)
- Toch ook wel wat geleerd over (mijn) leefstijl
- Motiverend om aan de slag te gaan en zien hoe ik vooruit ga
- Leuke testen en spelletjes waarin ik steeds beter werd

Negatieve aspecten NESTORE

- Werd erg herhalend
- De toon en het taalgebruik
- De adviezen klopten niet voor NL
- De technische problemen
- Niet flexibel genoeg, wilde het meer kunnen personaliseren
- Ik miste toch een mens achter NESTORE



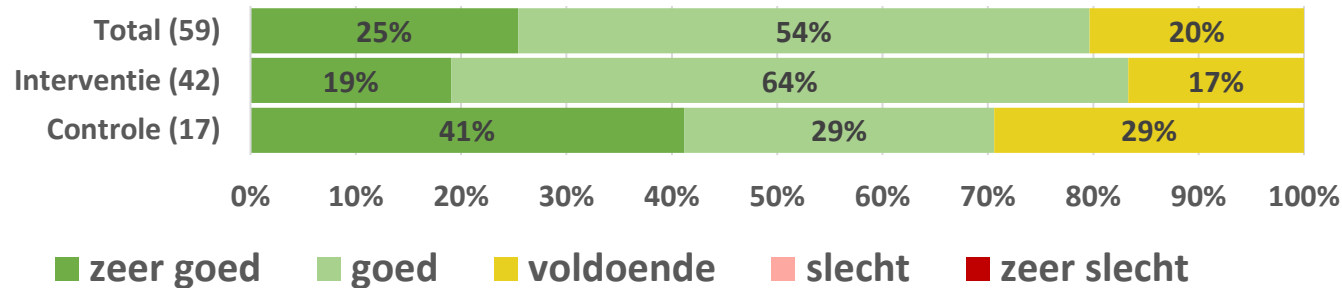
3.3 Effect op gedrag en gezondheid

- De deelnemers waren over het algemeen erg gezond en onafhankelijk, met een goede kwaliteit van leven en amper beperkingen.
- Er zijn geen verschillen tussen de startmetingen en eindmetingen.
- Er zijn geen gezondheidseffecten door de tijd, geen verandering in gedrag.
- Er zijn geen verschillen in uitkomsten tussen controlegroep en interventiegroep.
- Er zijn geen verschillen tussen mannen en vrouwen.

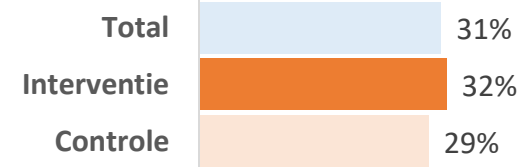


Gezondheid en kwaliteit van leven bij de startmetingen (vergelijkbaar met eindmeting)

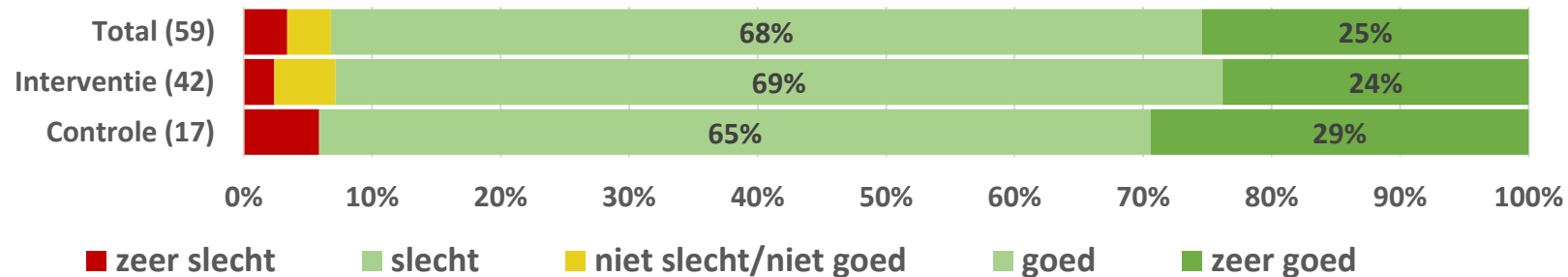
Gezondheid



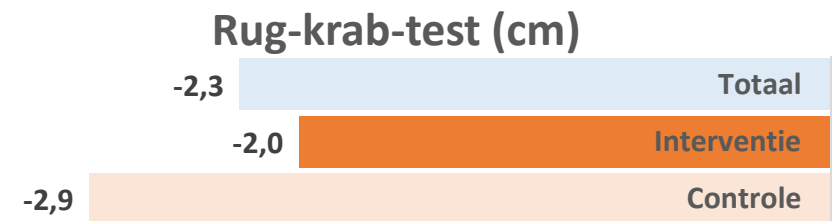
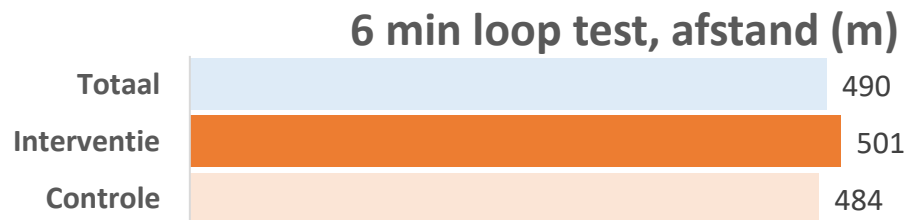
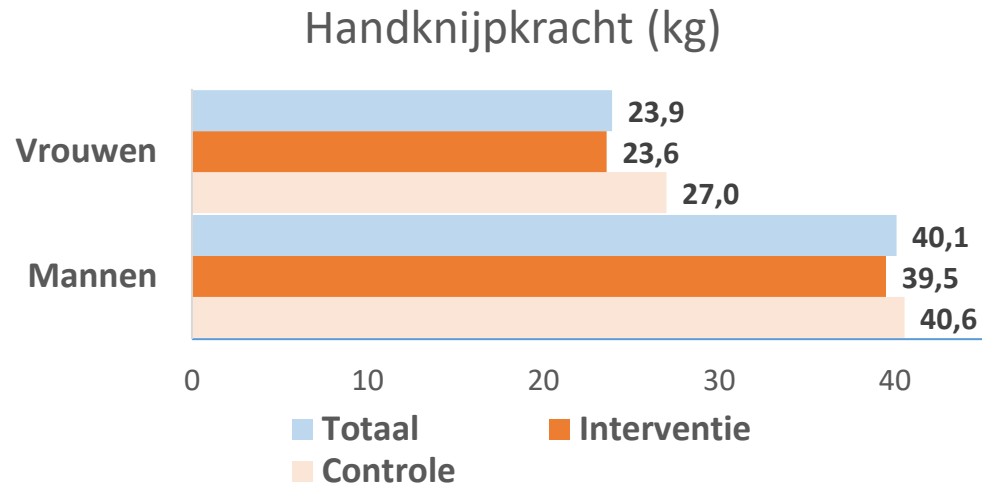
Deelnemers met een chronische aandoening



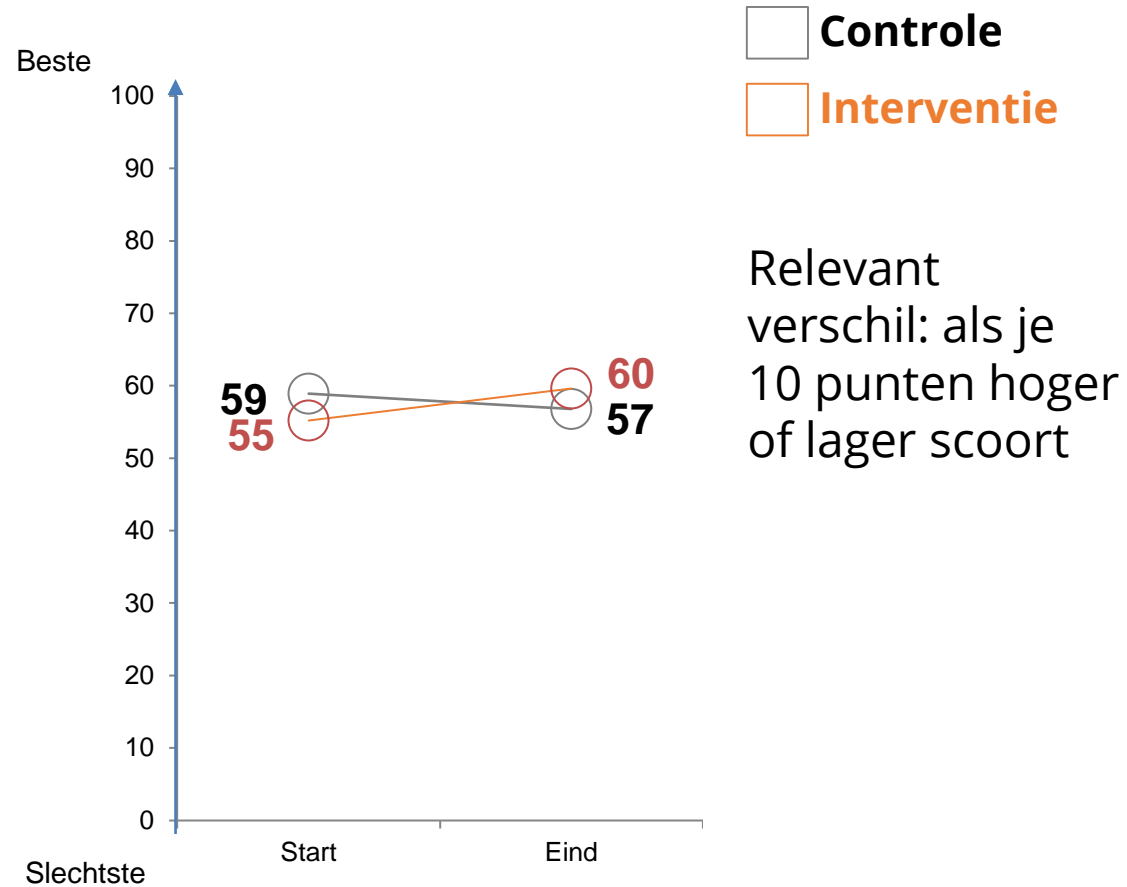
Kwaliteit van leven



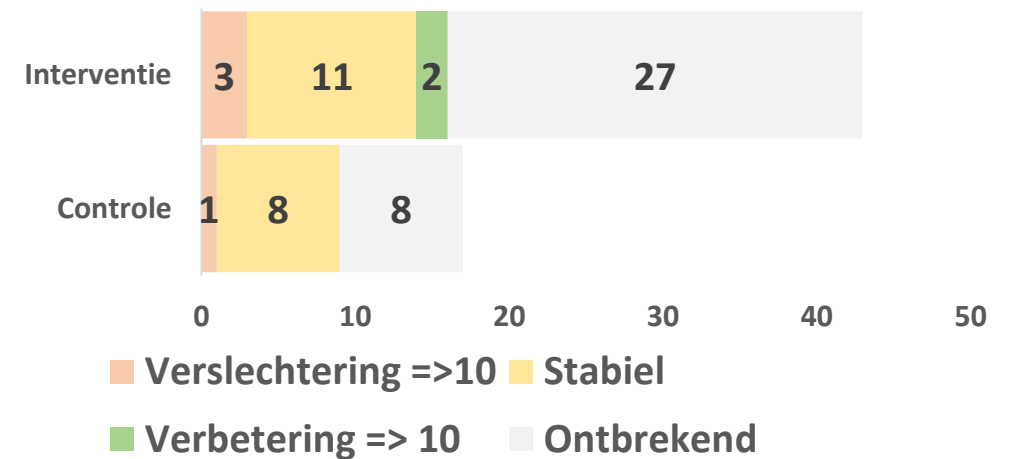
Fysieke metingen bij de startmetingen (vergelijkbaar met eindmeting)



Voeding bij de startmetingen vergelijkbaar met eindmetingen



**J & B wel
9 punten gestegen!**



4

Conclusies



NESTORE

Grant Agreement Number: 769643 — NESTORE



European
Commission



|

Het was een leerzaam project!

- Het NESTORE Platform was mogelijk **net iets te veel van het goede**, met net te veel domeinen en net te veel doelen, met apparaten die daar nog (net?) niet klaar voor zijn.
- Elke foutmelding en elk probleem heeft **de technici geholpen** om te begrijpen hoe echte senioren in hun eigen setting de apparaten (zouden willen) gebruiken.
- De beoordelaars van de Europese Commissie hebben de bevindingen van dit project als **goed tot excellent** beoordeeld.
- We kunnen alle ervaringen en input **heel goed gebruiken** in verdere projecten en onderzoeken.



... we hopen dus dat u nog vaker mee wilt doen

- In de toekomst hebben we meer projecten (in Schiedam) rondom:
 - gezond ouder worden door middel van ehealth
 - mensen met dementie en hun naasten (en artificial intelligence & ehealth)
 - ondervoeding bij ouderen
 - en wie weet wat nog meer!*

Dus hopelijk tot een volgende keer!





Hartelijk dank, tijd voor al uw vragen!

Canan Ziylan

Daniëlle Lammers

Ton Mosheuvel

Jolieke Warmer

Isabelle Kniestedt

Judith van Zwienen



Preventie
Collectief

Dank ook aan de vrijwilligers voor de goede zorgen!

En een speciale dank aan onze inmiddels lokale beroemdheden Cor & Ton!

