

Vil du delta i forskningsprosjektet

VR og trening -

Friske, eldre personers erfaringer med å bruke et virtual reality (VR) treningsspill for å øke grad av fysisk aktivitet

FORMÅLET MED PROSJEKTET OG HVORFOR DU BLIR SPURT

Dette er et spørsmål til deg om å delta i forskningsprosjektet «VR og trening» for å evaluere et nyutviklet VR-treningsspill. I dette prosjektet skal vi inkludere 15 deltakere, og hovedmålet er å kartlegge deltakernes erfaringer fra å prøve ut et nyutviklet VR-treningsspill for å øke grad av fysisk aktivitet i hverdagen. Målgruppen er friske personer som er 65 år eller eldre, og som er fysisk inaktive i hverdagen. Fysisk inaktivitet er her definert som at man ikke oppnår 150 minutter med moderat fysisk aktivitet ukentlig (moderat fysisk aktivitet er aktiviteter hvor du må anstrenge deg litt og må puste litt tyngre). VR-treningen består av at man har på seg briller med innebygde skjermer som skaper en 360-graders virtuell verden hvor spilleren kan interagere med virtuelle objekter gjennom to håndkontrollere man holder i.

Dette prosjektet er et samarbeid mellom Stiftelsen CatoSenteret, OsloMET-Storbyuniversitetet og en internasjonal, tverrfaglig forskningsgruppe underlagt et EU-program kalt European Union – Active & Assisted Living. Stiftelsen CatoSenteret er ansvarlig for prosjektet inkludert forsvarlig oppbevaring av forskningsdataene. Studien gjennomføres i lokalene til Stiftelsen Catosenteret i Son, men er tilknyttet forskningsgruppen «Aldring, helse og velferd» ved OsloMet.

HVA INNEBÆRER PROSJEKTET FOR DEG?

I prosjektet skal samtlige studiedeltakere gjennomføre seks VR-treningsøkter over en to-ukers periode i lokalene til Stiftelsen CatoSenteret. Hver treningsøkt har en varighet på 15 minutter og består av at studiedeltakerne har på seg VR-briller (som skaper en 360-graders virtuell verden), samt én håndkontroller i hver hånd, og spiller et spill hvor hensikten er å slå digitale ballonger med hendene. Ballongene kommer flygende mot spilleren fra ulike punkt i de virtuelle omgivelsene og med ulike hastigheter, noe som gjør at spilleren må bevege armene og overkroppen for å treffe ballongene. I tillegg er det enkelte digitale objekter spilleren skal unngå å bli truffet av ved å løfte ett og ett bein. Kombinasjonen av bevegelser for armene, overkroppen og beina skaper til sammen bevegelser som utfordrer spillerens balanse, muskelstyrke, koordinasjon, utholdenhet og konsentrasjon. Dette gjøres samtidig som spilleren befinner seg i digitale naturskjønne omgivelser skapt av VR-brillene. For å ivareta at sikkerheten til deltakerne opprettholdes når man spiller, skal hver deltaker ha på seg en sikkerhetssele som gir støtte om man kommer ut av balanse.

Vi ønsker også å innhente noen opplysninger om deg, dette gjøres en uke før gjennomføring av første VR-treningsøkt, umiddelbart etter hver VR-treningsøkt, og en uke etter siste VR trening. Opplysningene vil bli samlet inn på følgende måte og omfatter:

1. Demografiske opplysninger (alder, kjønn, bosituasjon, utdanningsnivå og sivil status): Samles via telefon når du blir invitert til å delta i studien.
2. Fysisk funksjonsevne: Når du ankommer CatoSenteret for gjennomføring av første VR-treningsøkt, vil du gjennomføre fire standardiserte tester som skal kartlegge din fysiske funksjonsevne. Dette tar til sammen 15 minutter å gjennomføre, og hensikten med disse testene er å få en oversikt over studiedeltakernes fysiske funksjonsevne.

3. Grad av fysisk aktivitet i hverdagen: Du vil få utdelt en skritteller som du skal ha på deg hver dag gjennom hele studien. Dette betyr at du har på deg skrittelleren i én uke før første VR-treningsøkt, og gjennom de to ukene når du gjennomfører alle seks VR-treningsøktene, samt i én uke etter du er ferdig med siste VR-treningsøkt.
4. Dine erfaringer med VR-treningen: Umiddelbart etter at du har gjennomført den sjette, og siste, VR-treningsøkten skal du delta i et individuelt intervju hvor du vil få spørsmål knyttet til dine erfaringer fra å ha prøvd ut VR-treningen. Dette intervjuet har en varighet på opptil 60 minutter.
5. Kartlegging av treningsintensitet under hver VR-treningsøkt: Under hver treningsøkt skal du ha på deg en pulsmåler på venstre overarm som registrerer hvor høy puls du har hatt gjennom treningsøkten, i tillegg skal du etter hver treningsøkt oppgi din selvopplevde anstrengelse fra treningsøkten ved å angi en score en visuell skala.
6. Dine prestasjoner i selve VR-spillet: Antall digitale objekter korrekt truffet med hendene og antall digitale objekter korrekt unngått med beina registreres etter hver økt.

MULIGE FORDELER OG ULEMPER

Det er knyttet lav risiko til å gjennomføre VR-treningen i denne studien. Dersom du deltar vil du få muligheten til å teste ut, samt dele erfaringer som kan bidra til å utvide forståelsen av hvordan man kan anvende VR-trening for å øke grad av fysisk aktivitet hos personer som er 65 år eller eldre. VR-treningen gjennomføres under oppsyn av studiens forskningskoordinator, og en forskningsassistent. Treningen gjennomføres i lokalene til Stiftelsen CatoSenteret med medisinsk personell i umiddelbar nærhet. Hvis det oppstår en situasjon hvor det blir behov for medisinsk hjelp, eller hendelser som medfører skader på en eller flere studiedeltakere vil Stiftelsen CatoSenteret dekke utgifter knyttet til behandling.

FRIVILLIG DELTAKELSE OG MULIGHET FOR Å TREKKE DITT SAMTYKKE

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen på siste side. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke deg fra deltakelse studien. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Dersom du trekker tilbake samtykket, vil det ikke forskes videre på dine opplysninger. Du kan kreve innsyn i opplysningene som er lagret om deg, og disse vil da utleveres innen 30 dager. Du kan også kreve at dine opplysninger i prosjektet slettes. Adgangen til å kreve destruksjon, sletting eller utlevering gjelder ikke dersom opplysningene er anonymisert eller publisert. Denne adgangen kan også begrenses dersom opplysningene er inngått i utførte analyser, eller dersom materialet er bearbeidet.

Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til prosjektet, kan du kontakte prosjektleder (se kontaktinformasjon på siste side).

HVA SKJER MED OPPLYSNINGENE OM DEG?

Samtlige opplysninger som innhentes vil anonymiseres og lagres sikkert i et eget register på Stiftelsen CatoSenterets interne servere. Opplysningene blir oppbevart i tråd med reglene for personvernforordningen (GDPR) og helseregisterloven. Dette betyr blant annet at opplysningene blir oppbevart på en sikker måte, og uten at uvedkommende kan få tilgang til dem. Opplysningene som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet under formålet med prosjektet, og planlegges brukt til 01. januar 2024. Eventuelle utvidelser i bruk og oppbevaringstid kan kun skje etter godkjenning fra REK og andre relevante myndigheter. Du har rett til innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg og rett til å få korrigerert eventuelle feil i de opplysningene som er registrert. Du har også rett til å få innsyn i sikkerhetstiltakene ved behandling av opplysningene. Du kan klage på behandlingen av dine opplysninger til Datatilsynet og institusjonen sitt personvernombud.

Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjenner opplysninger. En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste, og det er kun forskningskoordinator Martin Moum Hellevik som har tilgang til denne listen. Publisering av resultater er en nødvendig del av forskningsprosessen. All publisering skal gjøres slik at enkeltdeltakere ikke skal kunne gjenkjennes, men vi plikter å informere deg om at vi ikke kan utelukke at det kan skje. Etter at forskningsprosjektet er ferdig, vil opplysningene om deg bli oppbevart anonymisert og sikkert i fem år av kontrollhensyn. Prosjektleder har ansvar for den daglige driften av forskningsprosjektet og at opplysninger om deg blir behandlet på en sikker måte.

FORSIKRING

For deltakerne i studien gjelder pasientskadeloven.

GODKJENNINGER

Stiftelsen CatoSenteret og prosjektkoordinator Martin Moum Hellevik er ansvarlig for at personvernet ivaretas i prosjektet, og prosjektet er godkjent av personvernombud ved Stiftelsen CatoSenteret, Ingvild Grimstad.

KONTAKTOPPLYSNINGER

Dersom du har spørsmål til prosjektet, opplever uønskede hendelser eller bivirkninger, eller ønsker å trekke deg fra deltakelse, kan du kontakte følgende personer:

- Forskningskoordinator Martin Moum Hellevik, tlf 926 96 596 og epost martin.hellevik@catosenteret.no
- Forskningsmedarbeider Nina Øye, tlf 466 68 462 og epost nina.oye@catosenteret.no

Dersom du har spørsmål om personvernet i prosjektet, kan du kontakte personvernombudet ved institusjonen: Ingvild.grimstad@catosenteret.no

JEG SAMTYKKER TIL Å DELTA I PROSJEKTET OG TIL AT MINE PERSONOPPLYSNINGER
BRUKES SLIK DET ER BESKREVET

Sted og dato

Deltakers signatur

Deltakers navn med trykte bokstaver