

---

# INTERVIEW PROTOCOL

## PROJECT INFORMATIE

Projectnaam: Healthy Aging

Het doel van dit project is onderzoeken van het thema healthy aging en oplossingen te bedenken voor het verbeteren van de RGM-methode of het vinden van nieuwe methodes voor cognitief en motoriek sterk te blijven. Meer specifiek heb ik als doelgroep gezonde 65-plussers. Dit gaat vooral over problemen die de doelgroep tegen komen in hun dagelijkse routine met bv. het onthouden van taken of een planning. Deze doelgroep zal dan ook geïnterviewd worden. Op dit moment hebben we de deskresearch al uitgevoerd.

Interviewer: Amber Barra ( [amber.barra@ugent.be](mailto:amber.barra@ugent.be) ), Student Industrieel Ingenieur Industrieel Ontwerpen

## DOELSTELLING EN KADERING

We leven met z'n allen steeds langer. Naast initiatieven om fysiek gezond te blijven gaat ook steeds meer aandacht naar manieren om mentaal fit te blijven aan de hand van cognitieve stimulatie. Daarbij toont onderzoek aan dat een combinatie van fysieke en cognitieve uitdagingen elkaar bovendien versterkt. Een opkomende klinische praktijk in dit kader is de zogenaamde Ronnie Gardiner Methode een vrolijke, gestructureerde, multisensorische oefenmethode voor de hersenen, waarbij ritme en muziek worden ingezet om motoriek, spraak en cognitie te stimuleren. Doordat er meerdere hersengebieden tegelijkertijd geactiveerd worden (o.a. zien, horen, motoriek, spraak, geheugen) is het een interessante manier om de conditie van de hersenen te verbeteren. Op dit moment wordt deze methode vooral toegepast in een klinische setting (Parkinson, revalidatie na hersenbloeding, ...), maar binnen deze challenge willen we onderzoeken of we deze methode in een nieuw jasje kunnen steken (en mogelijk intensiever maken) zodat het programma ook effectief is bij Gezonde Ouderen. Dit aan de hand van een smart product design. Met deze interviews is het de hoop ik een diepere kijk te krijgen bij onze doelgroep over hoe zij het zouden aanpakken en welke nieuwe methodes zij voorstellen. De interviews zijn gekaderd in de discovery fase van het ontwerpproces.

## RESPONDENTEN

De personen die geïnterviewd worden zijn gezonde 65-plussers, mijn doelgroep. Zij hebben het meeste inzicht naar wat er relevant zou zijn voor verbetering of nieuwe methodes.

De interviews duren 40 min. en worden afgenomen van 20-10-2024 tot 26-10-2024

Steekproefomschrijving (N = 3)

pseudonym	respondent type	interview datum	interview locatie
Gaby Demol	Gepensioneerd, vrijwilliger rusthuid en lid OKRA	20-10-2024	In huis

Josef Barra	Gepensioneerd, vrijwilliger rusthuid en lid OKRA	20-10-2024	In huis
Monique Demol	Gepensioneerd en lid OKRA	26-10-2024	In huis

## ONDERZOEKSVRAGEN

- Hoe kunnen we gezonde ouderen ook de RGM-methode laten gebruiken?
- Hoe kunnen we de RGM-methode in een nieuw jasje steken zodat zij het kunnen toepassen, dit aan de hand van een smart product design?
- Of wordt er een nieuwe methode ontwikkelt?
- Welke problemen ondervind je op cognitief en motoriek vlak?
- Wat vind je van de RGM-methode, hoe zou je hem aanpassen of vernieuwen?
- Heb je al een manier voor gezond te verouderen?
- Zou je de RGM-methode willen gebruiken?
- Vind je muziek een leuke manier voor het cognitieve te bevorderen?

## OVERZICHT VAN DE DISCUSSIEGIDS EN TIJDSINSCHATTING

Deel 1 – Introductie (5')

Deel 2 – Voorstelling Interviewee (10')

Deel 3 – thema 1(7')

Deel 4 – thema 2 (5')

Deel 5 – thema 3 (7')

Deel 6 – Wrap-up (5')

## DISCUSSIEGIDS

### *Introductie 5'*

Bedankt voor je deelname aan dit onderzoek. Ik zal starten met het project en mezelf kort voor te stellen. Ik ben Amber Barra en ik studeer aan de universiteit Gent campus Kortrijk met afstudeerrichting industrieel ingenieur industrieel ontwerpen. De opleiding industrieel ontwerp leert ons van idee tot realisatie een product te ontwikkelen. Tijdens de opleiding maken we kennis met diverse problemen en ontwerp opdrachten. In het vak Project gebruiksgericht ontwerpen wordt ons aangeleerd hoe we rekening moeten houden met 'externe' stakeholders. En hoe we moeten om gaan met gekregen informatie. Dit moeten we doorheen het proces telkens opnieuw gaan verwerken in ons project. Verder wordt nog wat nieuwe methodieken toegevoegd op het principe van Basis Industrieel ontwerpen. De probleemstelling waarrond ik te werk ga is gezond verouderen, dit meer bepaald voor gezonde 65-plussers die gepensioneerd zijn. Met dit interview hoop ik wat extra informatie te verzamelen van externe stakeholders zodat we hierop verder kunnen bouwen en oplossingen kunnen genereren. Ik hoop ook hieruit duidelijkere inzichten te creëren. In dit interview zullen we dieper op de problematiek in gaan, aan de hand van vragen

zoals: met welke uitdagingen ben jij al geconfronteerd als 65-plusser rond gezond verouderen, welke oplossingen hebben jullie hiervoor als 65-plusser, waar en hoe zijn er nog verbeteringen op gezond verouderen. Ik ben erg benieuwd naar jouw inzichten en ervaringen. Er zijn geen juiste of foute antwoorden. Ik ben gebaat bij jouw oprechte feedback rond de topics die we zullen behandelen. Ik wil zeker nog onderstrepen dat alles wat straks in het gesprek aanbod komt in absolute confidentialiteit behandeld wordt. We zijn als studenten aan de Ugent namelijk gebonden aan de Europese privacy-richtlijnen. Voor de synthese met de inzichten en aanbevelingen worden individuele meningen sowieso ook geanonimiseerd. Je naam zal met andere woorden niet gekoppeld worden aan specifieke uitspraken. Een meer gedetailleerde beschrijving van onze intenties, verwerking van gegevens, en algemeen beleid kan je nalezen in de 'Informed Consent'. Voor we van start kunnen met het interview, heb ik jouw expliciet akkoord nodig met dit document. Ten slotte, had ik je ook graag gevraagd of ik straks dit gesprek mag opnemen met een voice recorder, om ons gesprek te kunnen herbeluisteren wanneer de analyse wordt gemaakt. Uiteraard wordt deze opname niet gedeeld met derden, en verwijderd na afloop van het project. Als u hiermee akkoord gaat, stel ik voordat we het interview beginnen.

### Contextuele vragen

#### Voorstelling Interviewee, 5'

Alvorens we in de materie duiken, wil ik graag eerst even kennismaken.

- Kan je kort jezelf voorstellen?  
Waar zet jij je vooral op in?
- Kan je me iets meer over je job/ vrije tijd vertellen?  
Hoe zou je je bezigheden omschrijven? En wat houdt het precies in?  
Waar ligt voor jou persoonlijk de grootste uitdaging?

#### Hoofd vragen, 10'

In dit gebruikersgericht onderzoek wil ik inzetten op de uitdaging "Hoe kunnen we slimme producten inzetten om de Ronnie Gardiner Methode op nieuwe manieren te implementeren?". De specifieke situatie en onderzoeksvraag daarbij luidt: "Hoe kunnen we de RGM in zetten voor gezonde 65-plussers of vernieuwen?" We hebben daar al met verschillende mensen over gebabbeld, maar ik wil graag eerst een stapje terugzetten en kijken wat dit voor jou betekent.

Wat roept deze uitdaging bij jou op? Leg uit.

- Wat betekent voor jou gezond verouderen?
- Wat vinden je van de RGM-methode? Wat zouden jullie eraan veranderen?
- Hoe zou je gezonde ouderen de RGM-methode laten gebruiken?
- Welke verschillende lagen of deelproblematieken zie je hierbij?
- Op welke manier heb je reeds gemerkt dat de hersen capaciteit veranderd doorheen de jaren?  
Verbeterend/ Verslechterd?
- Welke problemen heb je al ondervonden op cognitief en motoriek vlak?
- Zijn sommige problemen volgens jou groter of belangrijker dan andere?
- Hebben je al een manier voor gezond te verouderen?
- Aan welke elementen denk je verder nog?

#### Topic 1, 7'

Word jij in je dagelijks leven zelf geconfronteerd met uitdagingen rond het cognitief en motoriek sterk blijven?, bv. het makkelijk onthouden van een planning of gemakkelijke taken uitvoeren met meerdere fysieke activiteit.

- Indien ja:  
In welke situaties? (probe voor contextueel inzicht)  
Hoe vaak stelt zich dit type van situaties?  
Bij wie? (probe voor goede doelgroepomschrijvingen)  
Ken je nog personen die hier mee geconfronteerd worden?
- Indien neen:  
Ken je personen die hier wel mee geconfronteerd worden?  
In welke situaties? (probe voor contextueel inzicht)  
Hoe vaak stelt zich dit type van situaties?  
Bij wie? (probe voor goede doelgroepomschrijvingen) [Wat is de impact van cognitief en motoriek sterk blijven op jou dagelijksleven?

#### Topic 2, 5'

Zouden jullie de RGM-methode gebruiken?

- Indien ja:  
Waarom?  
In welke situaties? (probe voor contextueel inzicht)  
Bij wie? (probe voor goede doelgroepomschrijvingen)  
Welke personen  
In groep laten gebruiken?  
Alleen of met Partner?  
Met een vereniging? (OKRA)  
  
Is het een idee voor langzaam naar groepsessies te gaan?  
  
Hoe ziet een dagelijkse routine bij jou eruit?  
  
Wanneer zou je het uitvoeren op een dag?
- Indien neen:  
Waarom?  
Wat zou je eraan veranderen? Welke methode zou je voorstellen?

Zou dit uitvoeren een grote impact hebben op je dagelijkse leven?

#### Topic 3, 7'

Als we de RGM-methode zouden aanpassen is het dan een idee om het bijvoorbeeld met een nieuwe vaardigheid te laten aan leren? Bijvoorbeeld muziek leren. Met bijvoorbeeld muzieknoten linken aan een kleur en beweging

- Indien ja:  
Heb je een voorstel van een vaardigheid?  
Hoe zie je dat voor je? In welk soort product?  
Vind je muziek een leuk idee?  
Zouden we iets kunnen doen met bv. Fietsen  
Als we het aanpassen zou je het dan gebruiken?

- Indien neen:  
Waarom?  
Wat zou je dan doen voor RGM te moderniseren?

### **Wrap-up 5'**

Zijn er nog andere zaken waar je denk van daar kan het ietsje beter of anders voor de RGM? Of een moderne methode? Methodes dat je misschien al kent? Wenst u zelf nog zaken toe te voegen?

De belangrijkste zaken die ik heb geleerd uit dit interview zijn, ... Heb ik het juist begrepen als ...? Wat zijn de belangrijkste elementen waarvan u denkt dat ik die het meest zou moeten onthouden?

Voor dat we dit interview beëindigen vraag ik mij af of ik een foto mag nemen van jou of de omgeving zodat ik een situatie kan schetsen waarin het interview plaatsvond. Deze foto heeft verder geen functie en wordt verder ook niet gedeeld met andere personen.

Verder wil ik ook nog even weten of je op de hoogte wil gehouden worden van de resultaten of latere gebruikerstesten.?

Dan zijn we aan het einde van het interview, alvast bedankt voor jou tijd en antwoorden. Ik ben zeer blij met jou deelname aan het interview en misschien tot een volgende keer.