

## CO-TRAIN

Coaching system for functional exercise training of frail people with dementia

|                                 |  |                        |               |
|---------------------------------|--|------------------------|---------------|
| <b>Programm / Ausschreibung</b> | benefit, Ambient Assisted Living Joint Programme, AAL - 9. Ausschreibung | <b>Status</b>          | abgeschlossen |
| <b>Projektstart</b>             | 01.03.2017   | <b>Projektende</b>     | 30.11.2019    |
| <b>Zeitraum</b>                 | 2017 - 2019  | <b>Projektlaufzeit</b> | 33 Monate     |
| <b>Keywords</b>                 | frailty; dementia; physical exercise training; IT-based coaching         |                        |               |

### Projektbeschreibung

CO-TRAIN schafft ein neuartiges System für physiotherapeutisches Bewegungstraining älterer Personen mit Demenz und leichter körperlicher Schwäche (Frailty). Das System verwendet die Bewegungssensoren eines am Körper getragenen Smartphones und bietet sowohl on-line Feedback zur Bewegungsausführung als auch Web-basiertes Coaching. Das individuell gestaltete Trainingsprogramm soll sowohl im eigenen Wohnumfeld als auch im Freien ausgeübt werden. CO-TRAIN ermöglicht auch denjenigen Menschen eine Teilnahme, die selbstständig ohne Anbindung an eine Betreuungsorganisation oder regelmäßige Trainingstherapie beziehungsweise örtlich isoliert leben. Die soziale Inklusion in virtuellen Trainingsgruppen schafft soziale Netzwerke und steigert die Motivation. Die Pflegepersonen werden durch verbesserte Mobilität der Klienten entlastet.

### Abstract

CO-TRAIN creates a novel system for physiotherapeutic movement training of older adults with dementia and frailty. The system utilizes the motion sensors of a body-worn smartphone and provides both on-line feedback on the performance of the exercises and web-based coaching. The individualized training programme shall be executed in the home environment and outdoors. CO-TRAIN enables also participation of persons living independently in isolation or without support from a care organization or regular training therapy. Social inclusion in virtual training groups creates social networks and increases the motivation. The caregivers are relieved due to improved mobility of the clients.

### Projektpartner

- myneva Austria GmbH