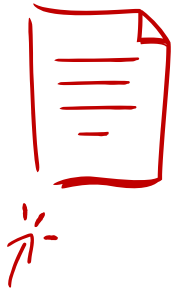




SCIENCE SPOTLIGHT

Highlighting Canadian research on dementia and brain health



The co-design of the Dementia Lifestyle Intervention to Get Healthy Together (DELIGHT) program: An authentic partnership approach /

[Middleton et al. \(2026\)](#)

Key message

Dementia Lifestyle Intervention for Getting Healthy Together (DELIGHT) is a program that aims to improve the health, function, and wellbeing of people living with dementia and care-partners. DELIGHT was co-designed with people living with dementia, care partners and others to ensure it meets their needs and priorities.



The project's goal

To collaborate with people living with dementia, care partners, and other partners to create a program (referred to as “co-design”) that promotes the health, function, and wellbeing of people living with dementia and care partners. In this paper, we described the co-design of the (DELIGHT) program.

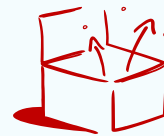
What we did

The DELIGHT project was guided by a team of researchers, people living with dementia, care partners, and an Alzheimer Society representative. The co-design team included additional people living with dementia, care partners, exercise, dietitians, health care professionals, and community service providers. Co-design meetings focused on identifying the target population and outcomes for the program and developing program components and structure. Program resources were iteratively designed with our partners.



The project's outcome

The result of the co-design was the DELIGHT program, an 8-week, twice weekly program to promote living well with dementia for people living with dementia and care partners. Each session includes 50 to 60 minutes of exercise and 20 to 30 minutes of facilitated learning on dementia- and health-related topics, each with an associated educational resource.



Why it matters

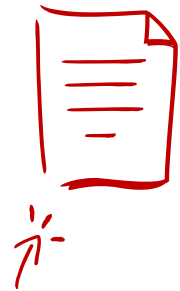
Our vision is that the co-designed DELIGHT program will promote the wellbeing of people living with dementia and care partners across Canada and beyond.





PLEINS FEUX SUR LA SCIENCE

La recherche canadienne sur les troubles neurocognitifs
et la santé du cerveau à l'honneur



Conception conjointe du programme *Dementia Lifestyle Intervention to Get Healthy Together* (DELIGHT) : Une approche de partenariat authentique

(The Co-Design of the *Dementia Lifestyle Intervention to Get Healthy Together* (DELIGHT) program: An authentic partnership approach) / [Middleton et al. \(2026\)](#)



Message principal

Le programme *Dementia Lifestyle Intervention for Getting Healthy Together* (DELIGHT) vise à améliorer la santé, l'autonomie fonctionnelle et le bien-être des personnes atteintes de troubles neurocognitifs et de leurs aidants. DELIGHT a été conçu en collaboration avec des personnes atteintes de troubles neurocognitifs, de leurs aidants et d'autres intervenants afin de s'assurer que le programme réponde à leurs besoins et à leurs priorités.



Objectif du projet

Collaborer avec les personnes atteintes de troubles neurocognitifs, leurs aidants et d'autres intervenants afin de créer un programme (ce que l'on appelle la « conception collaborative ») qui favorise la santé, l'autonomie fonctionnelle et le bien-être des personnes atteintes de troubles neurocognitifs et de leurs aidants. Dans cet article, nous avons décrit la conception collaborative du programme DELIGHT.



Ce que nous avons fait

Le projet DELIGHT a été piloté par une équipe composée de chercheurs, de personnes atteintes de troubles neurocognitifs, de leurs aidants et d'un représentant de la Société Alzheimer. L'équipe de conception collaborative comprenait également d'autres personnes atteintes de troubles neurocognitifs, des aidants, des spécialistes de l'activité physique, des diététistes, des professionnels de la santé et des acteurs du secteur communautaire. Les réunions de conception collaborative ont porté sur la définition de la population cible et des résultats attendus du programme, ainsi que sur l'élaboration de ses composantes et de sa structure. Les ressources du programme ont été conçues de manière itérative en collaboration avec nos partenaires.



Le résultat du projet

Ce processus de conception collaborative a donné naissance au programme DELIGHT, un programme de 8 semaines, à raison de deux séances par semaine, visant à promouvoir le bien-être des personnes atteintes de troubles neurocognitifs et de leurs aidants. Chaque séance comprend 50 à 60 minutes d'exercice et 20 à 30 minutes d'apprentissage guidé sur des sujets liés aux troubles cognitifs et à la santé, chacun étant accompagné d'une ressource éducative.



Pourquoi cela est important

Notre vision est que le programme DELIGHT, conçu conjointement, favorise le bien-être des personnes atteintes de troubles neurocognitifs et de leurs aidants partout au Canada et au-delà.