



**Eén regionaal
e-healthplatform voor
het hele netwerk.**

**Hoe zet ik dit als
zorgprofessional in?**



Burgers, cliënten en professionals op één platform.

Leuk dat je met Evie aan de slag gaat!

In dit document vind je informatie over Evie. Wie is Evie? Hoe kan ik Evie inzetten? Wat kan ik van het platform en qua ondersteuning verwachten?

Heb je tijdens het gebruik van Evie nog vragen? Neem dan gerust contact op via 088 201 3850.

*Groetjes,
Evie*

3



Wie en wat is Evie?

3



Hoe kan ik Evie inzetten?

4



Hoe ziet het platform van Evie eruit?

6



De meest gebruikte modules

8



Welke service en ondersteuning kan ik verwachten?



Wie en wat is Evie?

Evie is het regionale e-healthplatform. Ontstaan vanuit de ambitie om beschikbare digitale instrumenten gezamenlijk als regio in te zetten. Dit met als doel om de optimale route van een cliënt te realiseren, wachttijden te verminderen of overbruggen en een betere samenwerking tussen zorgverleners te bevorderen.

[Lees hier meer over e-health](#)

Hoe kan ik Evie inzetten?

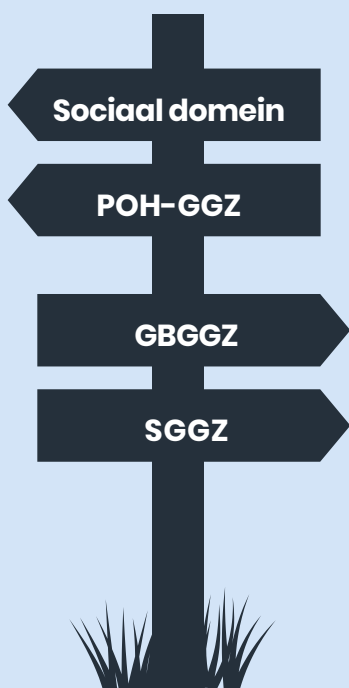
Blended hulpverlening

Evie wordt door zorgprofessionals vaak ingezet als blended hulpverlening. Dit houdt in dat de e-healthmodules van Evie gebruikt worden in combinatie met face-to-face gesprekken. E-health werkt dan ondersteunend aan deze gesprekken en verhoogt de effectiviteit van de behandeling.

Evie biedt een cliënt ook ondersteuning voor duurzame zelfredzaamheid. Het gebruik van e-health in het algemeen kan vraagverheldering verbeteren doordat de cliënt over meer zelfinzicht beschikt. Daarnaast is te zien dat informatie vanuit zowel de gesprekken als de oefeningen beter blijven hangen doordat de cliënt ook thuis echt zelf aan de slag gaat.

Eén regionaal platform

Door alle (GGZ-)professionals op één plek samen te brengen, kan sneller de juiste hulp op de juiste plek geboden worden, wachttijd ingezet worden als voorbereidingstijd en aan begeleid herstel gewerkt worden.



Overal te gebruiken

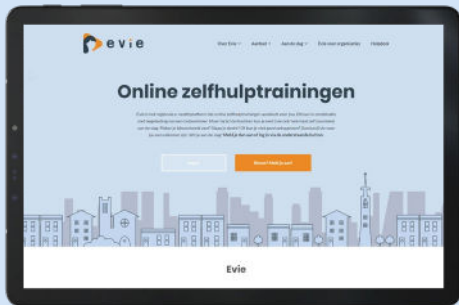
Evie is via de browser op de computer te gebruiken, maar ook als app via de telefoon of tablet. Evie maakt gebruik van de programmatuur van Minddistrict en is te downloaden in de App Store of Google Play onder de naam 'Minddistrict'.





Hoe ziet het platform van Evie eruit?

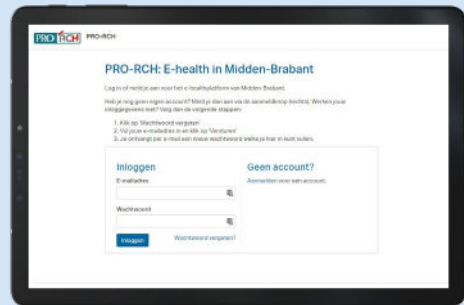
1



Evie.nl

De gebruiker gaat naar www.evie.nl en klikt op de button 'Log in'. Er wordt vervolgens gevraagd naar de postcode, zodat de cliënt op het Evie-platform van de eigen regio terecht komt.

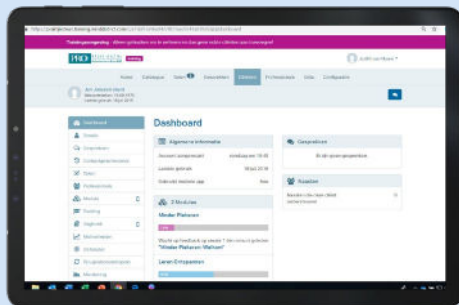
2



Inloggen

Je komt uit op de inlogpagina van Evie. Dit is de plek waar je als burger, cliënt of zorgprofessional in kunt loggen. Indien er nog geen account actief is kan een burger zich hier aanmelden.

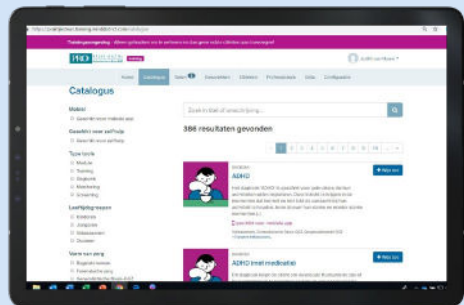
3



Dashboard

Dit is het overzicht van je cliënt zoals je dit als professional ziet. Het is dus je Evie-dashboard van deze specifieke cliënt. Hier is te zien welke module(s) is gestart, wat er aan module(s) open staat en de voortgang.

4



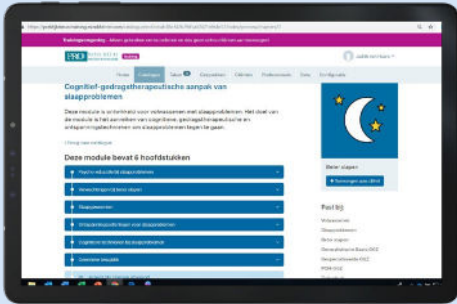
Catalogus

Evie beschikt over verschillende e-healthmodules. In de catalogus kun je op onderwerp zoeken naar de juiste module voor de cliënt.



Hoe ziet het platform van Evie eruit?

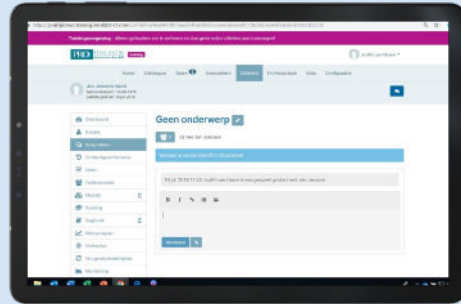
5



E-healthmodules

In dit geval is de module 'Beter slapen' geopend. In deze module worden verschillende stappen en onderdelen doorlopen. Denk hierbij aan psycho-educatie en invuloefeningen.

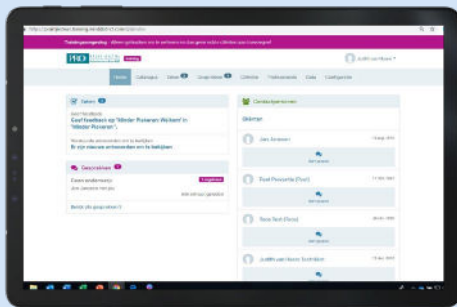
6



Videobellen

Met videobellen en de chatfunctie kun je op afstand een veilig gesprek voeren binnen het platform met zowel je cliënten als collega professionals.

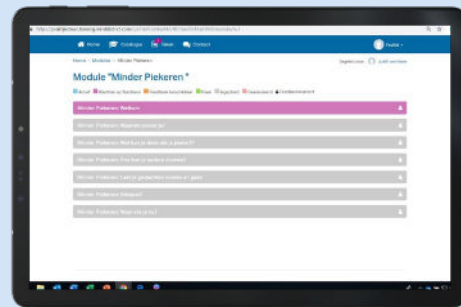
7



Openstaande taken

Zowel jij als de cliënt worden op de hoogte gebracht en herinnert aan openstaande taken. Dit is je home-scherm als professional, je Evie-dashbord waar vanuit je een overzicht heb van je (openstaande) activiteiten.

8



Status van e-healthmodules

De voortgang van een cliënt in een bepaalde e-healthmodule is altijd inzichtelijk.



De meest gebruikte modules

Vrijwel iedere module bestaat uit:

- Psycho-educatie
- Video's van hulpverleners en ervaringsdeskundigen
- Invuloefeningen
- Oefeningen 'in de praktijk'

1. Beter slapen

- Inventarisatie van de eigen slaapproblemen
- Invuloefeningen gericht op het verbeteren van slaapgewoonten en het omgaan met niet-helpende gedachten
- Ontspanningsoefeningen

2. Voluit leven

- Principes en oefeningen uit de Acceptance and Commitment Therapy
- Opdoen van inzichten die leiden tot aanvaarding van zijn of haar klachten in plaats van verzet
- Ontdekken wat 'voluit leven' is doordat er ruimte en energie ontstaat om nu te doen wat hij of zij werkelijk belangrijk vindt

3. Mindfulness

- Kennis over de beginselen van mindfulness
- Meditatietechnieken, zoals de bodyscan, enkele zitmeditaties, een loopmeditatie en de bioscoop-oefening

4. Burn-out

- Inventarisatie van factoren die bijdragen aan het ontstaan en de instandhouding van de burn-out
- Oefeningen met dagstructuur, ontspanning, cognitieve gedragstherapie, probleemoplossingsvaardigheden en terugvalpreventie



5. Zelfbeeld

- Inventarisatie van het eigen zelfbeeld
- Oefeningen gericht op het ontwikkelen van aandacht voor positieve eigenschappen
- Handvatten om het zelfvertrouwen te versterken door oefeningen zoals 'positieve imaginatie'

6. Oefenen met ontspannen

- Tips over ontspanning
- Ontspanningsoefeningen zoals een ademhalingsoefening, spierontspanningsoefening, de autogene training en een fantasie ontspanningsoefening

7. Gedachteschema

- Kennis over cognitieve gedragstherapie en het gedachteschema
- Inventarisatie van de eigen gedachten
- Opdrachten met het uitdagen van gedachten en het formuleren van nieuwe, meer helpende gedachten

8. Minder piekeren

- Inventarisatie van de eigen piekergedachten
- Oefeningen gericht op het anders omgaan met piekergedachten, zoals het piekerkwartier, een 5G-schema met helpende gedachte en de gedachedwarrel
- Oefeningen met ontspanningsoefeningen, zoals bijvoorbeeld een ademhalings- en spierontspanningsoefening

9. Mentaal sterk tijdens de coronacrisis

- Tips en oefeningen hoe om te gaan met de coronacrisis

10. Dankbaarheid

- Oefeningen om dankbaarheidsmomenten te herkennen en hoe deze te vermeerderen



Welke service en ondersteuning kan ik verwachten?



Ontzorging

De administratie, implementatie, het beheer en de helpdesk service van het regionale platform zijn volledig verzorgd.



Professionele scholingen

Scholingen in het gebruik van het e-healthplatform en de beschikbare modules worden in de eigen regio verzorgd door e-healthprofessionals.

[Bekijk hier de scholingen](#)



Begeleiding

Als zorgaanbieder word je begeleid bij en geadviseerd over het starten met en het gebruiken van het e-healthplatform binnen jouw organisatie. Zo wordt bijvoorbeeld meegedacht over trainingen, de te nemen stappen en communicatiemomenten.



Helpdesk

De helpdesk is bereikbaar via helpdesk@evie.nl.

"Wij kunnen je begeleiden bij de implementatie van e-health in jouw werkwijze. Heb je vragen? Of wens je advies? Neem dan gerust contact op!"

www.evie.nl



Petra van der Geest

Adviseur E-health
p.vandergeest@progroep.nl
088 201 3850 • 06 4844 3060



Thijs van Stratum

Adviseur E-health
t.vanstratum@progroep.nl
088 201 3850 • 06 1083 4408

www.evie.nl

