

Inwoners van “naam gemeente ” met (lichte) psychische klachten kunnen voortaan terecht bij e-health platform Evie.

Stress, langdurige slaapproblemen, een gebrekkig zelfbeeld of een mogelijke burn-out. Het zijn zomaar wat psychische klachten waarvoor niet iedereen direct naar een huisarts of de GGZ stapt. Tegelijkertijd zijn het klachten die ook kunnen verergeren als ze niet behandeld worden. Evie moet de stap om hulp te zoeken minder groot maken. Iedereen nu op Evie.nl terecht voor informatie en advies op het gebied van mentale gezondheid, met of zonder begeleiding door een professionele hulpverlener.

**Zelf aan de slag**
Als inwoner van “naam gemeente” kun je nu zelf gratis een account aanmaken en eenvoudig starten met een zelfhulpmodule. Er worden 25 trainingen aangeboden die de gebruiker kunnen helpen met de persoonlijke groei. De onderwerpen zoals ‘minder piekeren’, ‘gezonder leven’ en ‘grenzen aangeven’ bieden een laagdrempelig zorgaanbod. Veranderingen in je dagelijkse gewoonten en gedrag helpen daarbij. Je kunt op elk moment van de dag zelfstandig met Evie aan de slag.

**Versterking zorgaanbod**
Evie wordt ook ingezet door huisartsen, therapeuten en begeleiders in de gemeente. Dat is juist de kracht van het platform. Zowel voor inwoners die aan hun persoonlijke groei willen werken als inwoners die klachten willen oplossen of verminderen. Evie is de verbindende factor in het zorgaanbod voor de mentale gezondheid van de inwoners van ‘naam gemeente’.