

‘Hoe gaat het met u?’ Even m’n app checken!

Gezond eten. Op tijd een wandelingetje buiten. Voldoende nachtrust. Veel bewegen. Stuk voor stuk factoren die ons welzijn bepalen. Maar doen we er zelf wel genoeg aan om dat welzijn op peil te houden, vooral in een spannende tijd als deze? Op die vraag geeft ATA voortaan een betrouwbaar antwoord. Of beter gezegd: onze app die we gaan introduceren. Die nieuwe app heeft nog geen naam, omdat we ‘m eerst nog gaan uittesten. En u kunt daarbij helpen.

‘En, hoe gaat het met je?’ Een vraag die mensen bijna gedachteloos stellen. ‘Goed’, is meestal het al even gedachteloze antwoord. Maar gaat het wel echt goed? En als het steeds iets minder goed met u gaat, valt dat dan iemand op? Wie kan tijdig hulp inschakelen als het zover is? Daar gaat onze nieuwe app bij helpen. Doeltreffend en eenvoudig.

Verskillende vragen

Die app kunt u downloaden op uw telefoon of tablet. Vervolgens vult u op de app eenmalig of meerdere keren per week een korte vragenlijst in. De vragen zijn verdeeld over verschillende thema’s: gezondheid, activiteit en beweging, eten en drinken, sociale contacten en vaardigheden. Per thema krijgt u een paar vragen. Bijvoorbeeld: hoe vaak heeft u vandaag gegeten? Bent u de afgelopen dagen naar buiten gegaan? Hoe voelt u zich? Of wat voor cijfer geef je deze dag?

Antwoorden vergelijken

Aan de antwoorden die u geeft, wordt een bepaalde score toegekend. Let op: er is geen ‘goed’ of ‘fout’ antwoord. Het enige wat de app doet, is uw antwoorden vergelijken met voorgaande keren. Zo ontstaat er een beeld van uw welzijn. Lijkt het erop dat de lijn naar beneden gaat? Dan gaan we samen met u zoeken wat er aan de hand is. En eventueel betrekken we er uw omgeving bij om er weer een opgaande lijn van te maken. Op deze wijze kunnen we een oogje in het zeil houden, ook al hebben we elkaar niet dagelijks aan de lijn. Een geruststellende gedachte, dat er over uw schouder iemand waakt over uw welzijn.

Probeer de app gratis uit!

De app verkeert nog in de proefperiode. De komende drie maanden wil ATA er ervaring mee opdoen. U kunt helpen, door u aan te melden. Deelname is uiteraard kosteloos. Als u interesse heeft vult u de antwoordkaart in deze ATA Dichtbij in en misschien behoort u straks tot ons testpanel! Omdat we beseffen dat niet iedereen binnen de doelgroep de vaardigheid heeft om zelfstandig om te gaan met deze monitoringstool en/of omdat een klein deel van onze cliënten niet in bezit is van een mobiel device, willen we deze dienst ook telefonisch inzetten. Bij deze werkwijze zal de medewerkers van ATA elke week, of vaker indien noodzakelijk, telefonisch contact zoeken met de cliënt en de vragenlijst gezamenlijk doorneemt en invoeren in de monitoringstool. De benodigde adviezen worden dan gelijk met de cliënt besproken.

