



## De dagelijkse dosis positieve power voor je cliënt

Maak kennis met Liv!



### Wat is Liv?

Liv is het e-health platform voor de POH GGZ dat zorg biedt aan je cliënt buiten het consult. Liv geeft cliënten digitale ondersteuning bij licht psychische problemen, zoals bijvoorbeeld slaapproblemen, het doorbreken van ongezonde gewoontes of -lichte- depressies. Liv biedt een breed scala aan oefeningen, gebaseerd op het laatste onderzoek uit de positieve psychologie en cognitieve gedragstherapie.

### Hoe werkt Liv?

Met Liv zet de POH GGZ oefeningen klaar voor cliënten in een digitale omgeving. Buiten het consult gaan zij aan de slag met korte en motiverende oefeningen en tips op hun mobiel of tablet. De voortgang houdt de POH GGZ makkelijk bij in het dashboard van Liv.

### De kracht van Liv

Liv biedt korte, krachtige en visueel aantrekkelijke oefeningen. De cliënt wordt zelfredzamer en dit zorgt samen met het persoonlijk contact met de POH GGZ voor een krachtige combinatie. Zowel de cliënten als de praktijkondersteuners krijgen met deze tool meer grip op het proces van herstel.

### De voordelen van Liv

- Ontwikkeld voor en door professionals
- Interactief en visueel met oefeningen op maat
- Laagdrempelig in gebruik voor zowel cliënt als POH GGZ

## Kosten en vergoedingen

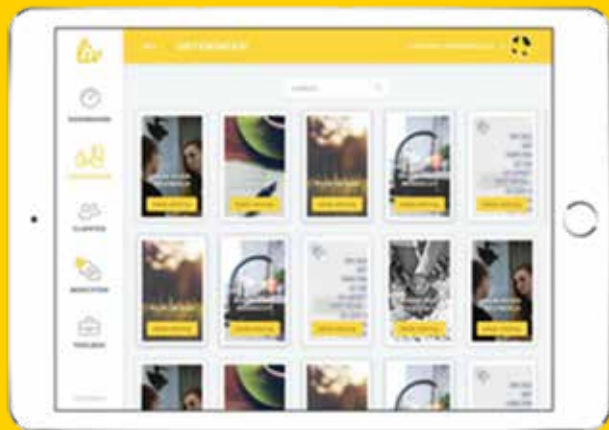
De kosten voor een Liv abonnement zijn marktconform en worden altijd in overleg met de huisartspraktijk bepaald. Factoren die meewegen zijn de grootte van de praktijk, het aantal potentiële cliënten en de wensen t.a.v. de functionaliteiten. Wist je dat de overheid de zorgsector stimuleert om meer digitale zorg (e-health) aan te bieden? Het gebruik van Liv wordt daarom volledig of voor een groot gedeelte vergoed door de zorgverzekeraars. Meer informatie hierover vind je op de websites van de zorgverzekeraars.

## Voor en door professionals

De oefeningen van Liv zijn ontwikkeld door experts in het werkveld in samenwerking met de [Hanzehogeschool](#) en gebaseerd op de positieve psychologie en cognitieve gedragstherapie.

### Waar kan Liv bij helpen?

- Doorbreken van ongezonde gewoontes
- Omgaan met emoties
- Omgaan met stress en ontspanning
- Gevoelens van somberheid
- Burn-out
- Omgaan met verlies
- Slaapverbetering
- Vergroten van zelfvertrouwen



**Liv, de dagelijkse dosis positieve power voor je cliënt!**



### Wil je meer informatie of een demo?

Ga naar [mijnliv.nl/demo](https://mijnliv.nl/demo) of neem contact op met Jean-Luc Donders via 088-0083600 of [ditis@mijnliv.nl](mailto:ditis@mijnliv.nl)

[mijnliv.nl](https://mijnliv.nl)

