



Zie ook: <https://wijzijnmind.nl/nieuws/vind-jouw-gezondheidsapp-met-de-ggz-appwijzer>

Vind jouw gezondheidsapp met de ggz-appwijzer

15/01/2021

MIND en de Nederlandse ggz hebben de website www.ggzappwijzer.nl gelanceerd. Hier kun je zien hoe apps voor een betere psychische gezondheid scoren op betrouwbaarheid, veiligheid en gebruiksvriendelijkheid. Op de site staan ruim 50 verschillende apps, van apps die helpen om te ontspannen of beter te slapen tot apps die ondersteunen bij het omgaan met angstklachten of het maken van een dagstructuur. Ze zijn op meer dan 100 punten beoordeeld. Hiermee geeft de site meer overzicht in het steeds grotere aanbod van mentale gezondheidsapps.

Gezondheidsapps kunnen helpen bij een betere mentale balans en ondersteuning bieden als je te maken hebt (gehad) met psychische problemen. In de ggz-appwijzer vind je informatie over de kwaliteit van deze apps.

Huisarts

Heb je te maken met psychische klachten die blijven aanhouden? Neem dan contact op met je huisarts. Als je al een behandelaar hebt overleg dan met je behandelaar welke rol apps kunnen spelen in je behandeling.

Over de ggz-appwijzer

De appstores van Apple en Google bevatten duizenden apps die zich richten op de mentale gezondheid van mensen. Tussen al die apps een geschikte vinden is behoorlijk lastig.

De ggz-appwijzer helpt je deze zoektocht te vergemakkelijken. We geven je informatie over de kwaliteit en functionaliteit van ggz-gerelateerde apps.

Beoordeling apps

Voordat een app in onze bibliotheek terecht komt, wordt deze op meer dan honderd punten kritisch beoordeeld. We beoordelen apps zo objectief mogelijk op dataveiligheid, gebruiksvriendelijkheid en betrouwbaarheid. Hierbij maken we gebruik van de expertise van [Orcha](#): een toonaangevende internationale organisatie en gespecialiseerd in het beoordelen van gezondheidsapps. Ook wordt de app gedurende twee weken door verschillende mensen (een mix van ervaringsdeskundigen en zorgverleners) [uitgebreid getest](#). Met de testrapporten van

deze mensen stellen we een recensie op. De beoordeling en recensie geven samen een goede indruk van wat je van de app kunt verwachten.

Totstandkoming

De ggz-appwijzer is tot stand gekomen binnen de VIPP GGZ-regeling van het ministerie van VWS. Hierin werken [MIND](#) en [de Nederlandse GGZ](#) nauw samen.

Het is de bedoeling dat de bibliotheek van de ggz-appwijzer steeds verder wordt uitgebreid. Mocht je suggesties hebben voor een app die de moeite waard is om in de bibliotheek op te nemen, [laat het ons dan weten](#).

Mocht je zelf een app willen testen, neem dan ook [contact](#) met ons op.



<https://www.ggzappwijzer.nl/>