

Vergroot je mentale veerkracht met Evie

Vraag een
account
aan bij jouw
zorgverlener

Mentaal fit met Evie



Beter slapen, minder stress, meer zelfvertrouwen of gewoon wat meer rust in je hoofd. Met e-healthplatform Evie werk je zelfstandig of samen met je zorgverlener aan jouw mentale fitheid.

Zorg goed voor jezelf, ook als het gaat om je mentale gezondheid. Misschien voel je je gespannen, pieker je veel of zit je gewoon niet zo lekker in je vel. Wat het ook is: bij Evie vind je herkenning, inzicht en praktische hulp om weer in beweging te komen. Wij geloven dat mentale zorg voor iedereen toegankelijk moet zijn. Daarom kies je wat bij jou past: van blogs en korte zelfhulpmodules tot begeleiding via je huisarts of praktijkondersteuner. Zo werk je aan je mentale gezondheid, op jouw manier en in jouw tempo.

Met Evie werk je aan je mentale gezondheid

- ▶ Handige en betrouwbare informatie over allerlei mentale klachten.
- ▶ Zelf of met je zorgverlener aan de slag.
- ▶ Een persoonlijk account met modules gericht op jouw klachten.

— Aan de slag

Vraag je huisarts of praktijkondersteuner om een account voor e-healthplatform Evie. Zo kun je aan de slag met modules gericht op jouw mentale klachten.

