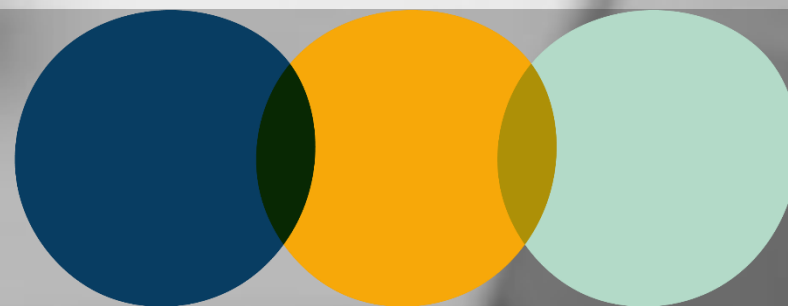


Opgroeien

**BANDBREEDTE**



**onlinehulp-Vlaanderen**



# **onlinehulp-apps**

**JOUW WEGWIJZER NAAR APPS EN WEBSITES VOOR  
WELZIJN EN GEESTELIJKE GEZONDHEID**

**sam**

steunpunt mens  
en samenleving

# Programma

- Inleiding
- App tasting
- Favorietenpagina
- Aan de slag!
- Interessante info





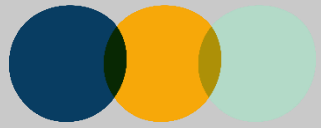
## Kennismaking



## Inleiding

## What's in a name

- Online hulpverlening: Hulpverlening die online wordt aangeboden (vaak als alternatief voor 'live' hulpverlening)
- Blended hulpverlening: Het gecombineerd gebruiken van digitale- en mobiele technologie samen met face-to-face hulpverlening op maat van je cliënt



## Blended werken doe je om

- een doelstelling te behalen;
- maatwerk aan te bieden;
- omdat het de beste keuze is;
- omdat het opportuniteiten creëert om creatief en doelgericht te werken (out of the box);
- gevarieerd te werken.

## ‘Checklist inhoudelijk en praktisch’

### **Voor jezelf:**

- Zijn de doelen van blended werken duidelijk?
- Beschik je als HV over alle vaardigheden, hard-en software?
- Is er een kader?
- ...

### **Voor je cliënt: (zie tool Artevelde How to Blend?)**

- E-inclusie?
- Plaats en ruimte?
- Digitale skills?
- Mediawijsheid





onlinehulp-apps



Onlinehulp-apps.be?

## Een appstore maken voor welzijn en geestelijke gezondheid

- Omdat hulpverleners en cliënten de mogelijkheden niet kennen
- Omdat blended hulp de toekomst is
- Omdat her en der reeds ‘appstores’ voor de sector opduiken
- Omdat de vraag naar ‘overzicht van degelijke tools’ sterkt toeneemt
- Omdat er veel ‘rommel’ online te vinden is
- Omdat ‘covid19’ het gebruik van onlinetools een boost gaf
- Om elke burger toegang te geven en/of te kunnen doorverwijzen naar onlinehulp

## Projectpartners



Met de steun van



## Afbakening appstore

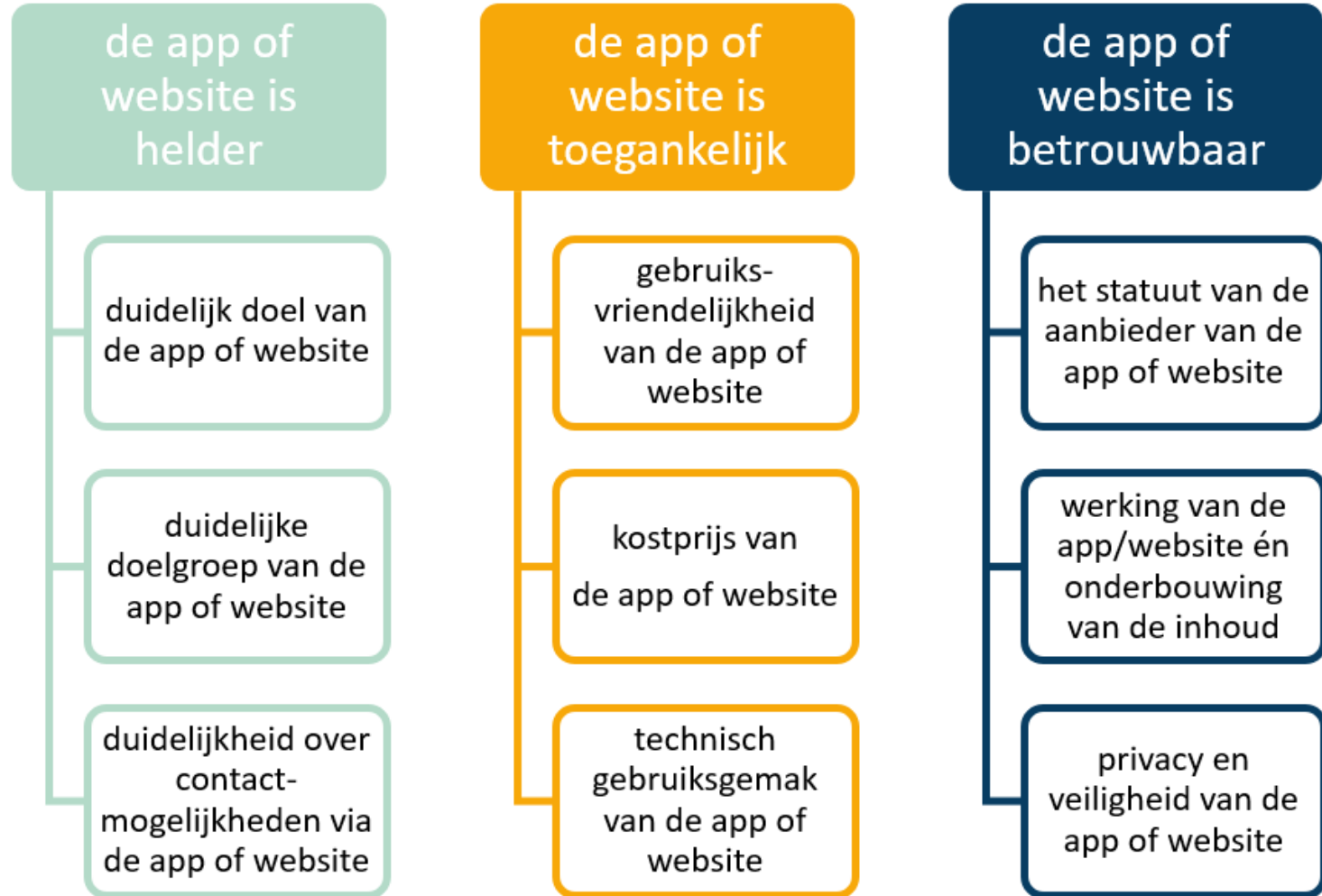
- Zowel voor burgers als professionals
- ‘Apps’ is een breed begrip
- Smartphoneapplicaties
- Wearables
- Websites
  
- Apps met focus op welzijn en geestelijke gezondheid
  
- Voor medische apps die CE gemarkeerd zijn als medisch hulpmiddel verwijzen we door naar:  
<https://mhealthbelgium.be/nl/>

## Screening

- Een “gescreende app” = elke app of website die d.m.v. meer dan 30 vragen gescreend werd op basis van het ontwikkelde screeningskader (obv onderzoek)
- Inclusie of exclusie van apps
- Publicatie op appstore als op de meeste vragen een voldoende antwoord werd gevonden
- Geen kwaliteitslabel
- Geen punten/scoring



# Ontwikkeling screeningskader



## Enkele vaststelling

**Exclusie-criteria** of criteria om (voorlopig) niet te weerhouden:

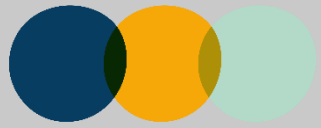
- Geen **info over de aanbieder en/of de onderbouwing** van de app/website
- Geen **contactmogelijkheid** aanbieder
- Aanwijzingen dat de app of website **niet veilig** is
- Geen info over **omgaan met privacygevoelige gegevens**
- **Lidmaatschap** bij bepaalde organisatie vereist
- Hoofddoelstelling aanbieder is **financiële of imagowinst**
- Belangrijke **functionaliteiten** werken niet



## Onlinehulp-apps.be bevat nu:

- >170 apps
- Veelgestelde vragen & antwoorden
- Info over screening(-skader)
  - In korte rubrieken
  - In downloadbare tekst
  - In schema
- Bezoekersaantal in Vlaanderen >100000 unieke bezoekers





onlinehulp-apps

[www.onlinehulp-apps.be](http://www.onlinehulp-apps.be)



## App tasting





onlinehulp-apps



# Fiche op onlinehulp-apps

## Over deze app

Met 'Familie enzo' maak je een foto en een overzicht van je eigen netwerk. Je geeft zelf aan wie tot jouw netwerk behoort. Je krijgt inzicht in welke band jij hebt met die personen, of welke band deze personen met elkaar hebben.

'Familie enzo' is op maat ontwikkeld voor personen met een licht verstandelijke beperking (en hun omgeving).

### Voor wie

Voor iedere persoon (met een licht verstandelijke beperking) die inzicht wil krijgen in zijn of haar netwerk, daar iets aan wil veranderen of daarover wil communiceren.

Ook begeleiders of iemand uit het netwerk van een persoon met een (licht verstandelijke) beperking kunnen samen 'Familie enzo' gebruiken.

### Wat is het doel?

inzicht krijgen in je eigen netwerk, in de relaties tussen die personen en inschatten bij wie men terecht kan.

### Wat kan deze app?

Met 'Familie enzo' kan je...

- > ... een poppetje (avatar) van jezelf maken;
- > ... bepalen wie er in jouw netwerk zit en hiervoor een poppetje (avatar) aanmaken;
- > ... aangeven hoe vaak mensen uit je netwerk elkaar zien, wie belangrijk is en wie elkaar steunt in het netwerk;
- > ... een overzicht maken van jouw netwerk.

Dit alles gebeurt op basis van eenvoudige vragen die kunnen voorgelezen worden.

Prijs

gratis

Klik hier voor:



Aanbieder

**Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking**

Talen

Nederlands

Doelgroep

volwassenen (25-65 jaar), kinderen (-12 jaar), jongeren (12-18 jaar), jongvolwassenen (18-25 jaar) en persoon met beperking

Verschenen op

15/11/2020

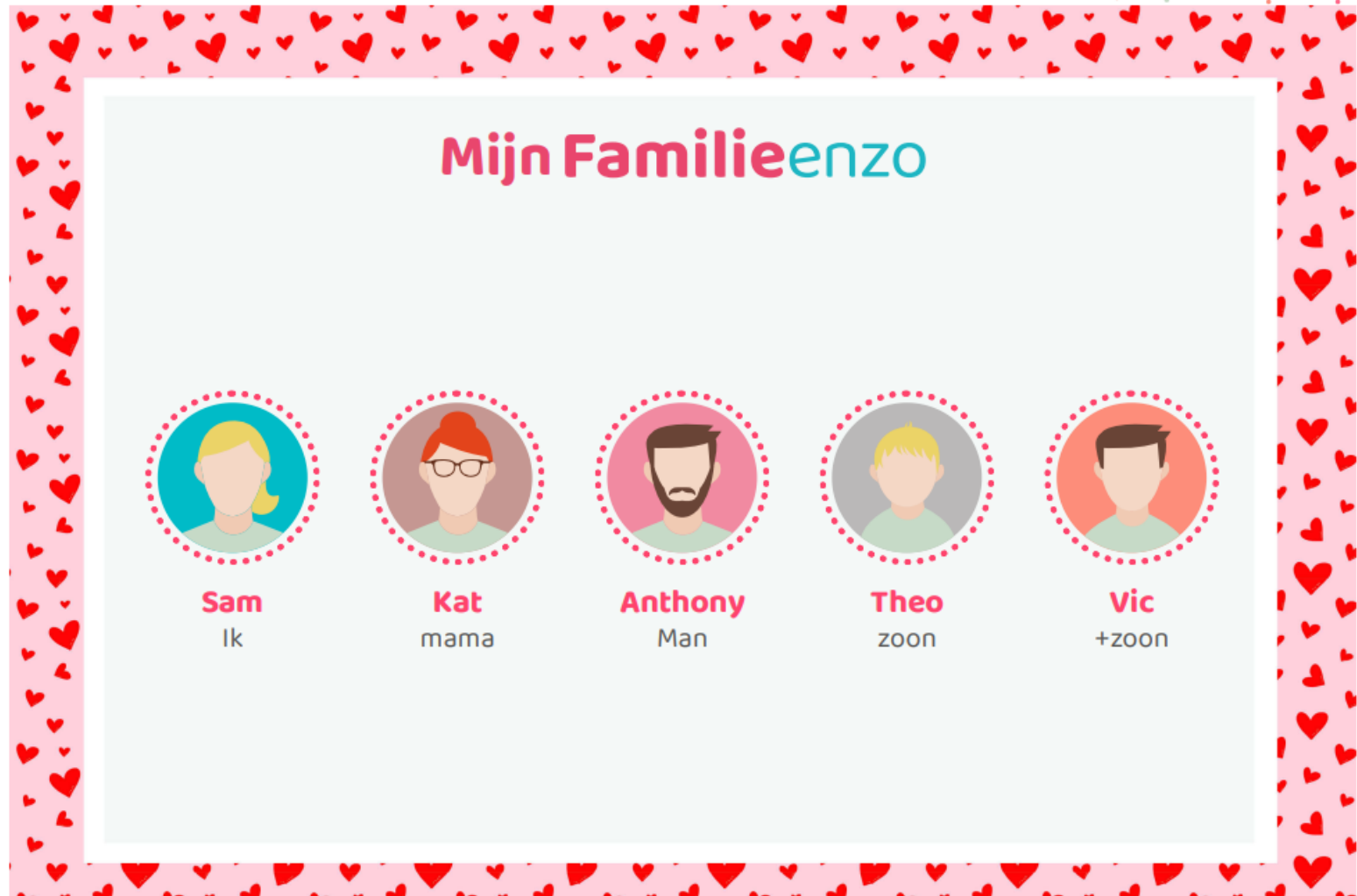
Laatst gescreend op

18/06/2021

FEEDBACK OVER DE APP

# Familieenzo

Hierbij het fotolijstje van jou en je familienetwerk



## Familieenzo Jouw netwerk

Deze mensen zijn belangrijk voor jou...



Kat  
mama



Anthony  
Man



Theo  
zoon



Vic  
+zoon

Deze mensen helpen jou...



Kat  
mama



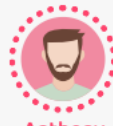
Anthony  
Man

## Familieenzo Jouw netwerk

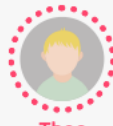
Deze mensen help jij...



Kat  
mama



Anthony  
Man



Theo  
zoon

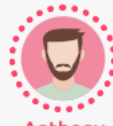


Vic  
+zoon

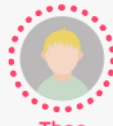
Je voelt je belangrijk voor deze mensen...



Kat  
mama



Anthony  
Man



Theo  
zoon



Vic  
+zoon

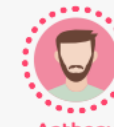
## Familieenzo

Zo vaak zie of spreek je deze mensen...

Iedere dag



Kat  
mama



Anthony  
Man



Theo  
zoon

Iedere week



Vic  
+zoon



onlinehulp-apps





# Fiche op onlinehulp-apps

## Stress Autism Mate

Omgaan met stress

### Over deze app

Stress Autism Mate be vraagt vier maal per dag je stress en berekent zo je ervaren stressniveau. Hierna krijg je persoonlijk ingestelde tips, afhankelijk van je situatie. Het berekende stressniveau kan je terugvinden op de Inzicht-pagina. Hiermee krijg je inzicht in je eigen stress en krijg je handvatten om met deze stress om te gaan.

#### Voor wie

volwassenen (18+) met een autismespectrumstoornis.

#### Wat is het doel?

inzicht krijgen in je eigen stress(patronen) en handvatten geven om met deze stress om te gaan.

#### Wat kan deze app?

Stress Autism App bevat

- > een bevraging die helpt om je ervaren stressniveau in kaart te brengen.
- > persoonlijke ingestelde tips op basis van je stressniveau en de situatie waarin je je bevindt.
- > een Inzicht-pagina met overzichten per dag en per week over je stressniveau.
- > handvatten om met stress om te kunnen gaan.

De vormgeving en het taalgebruik is afgestemd op mensen met een autismespectrumstoornis (ASS). De app kan niettemin ook gebruikt worden door mensen zonder ASS.

Prijs

gratis

Klik hier voor



Aanbieder

**GGz Centraal**

Talen

Nederlands, Engels, Andere taal /  
meertalig en Frans

Doelgroep

volwassenen (25-65 jaar), 65-  
plussers, jongvolwassenen (18 -  
25 jaar) en persoon met  
beperking

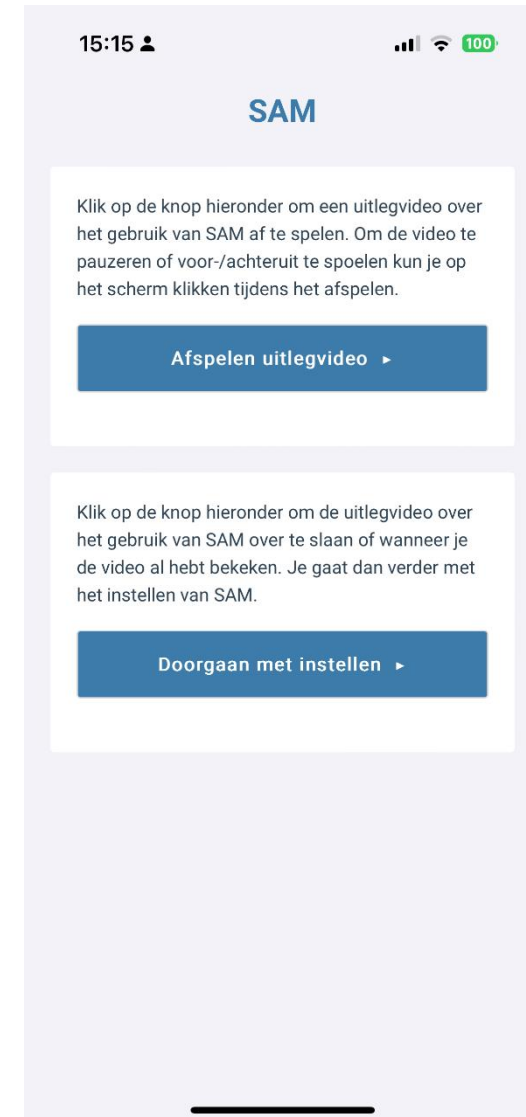
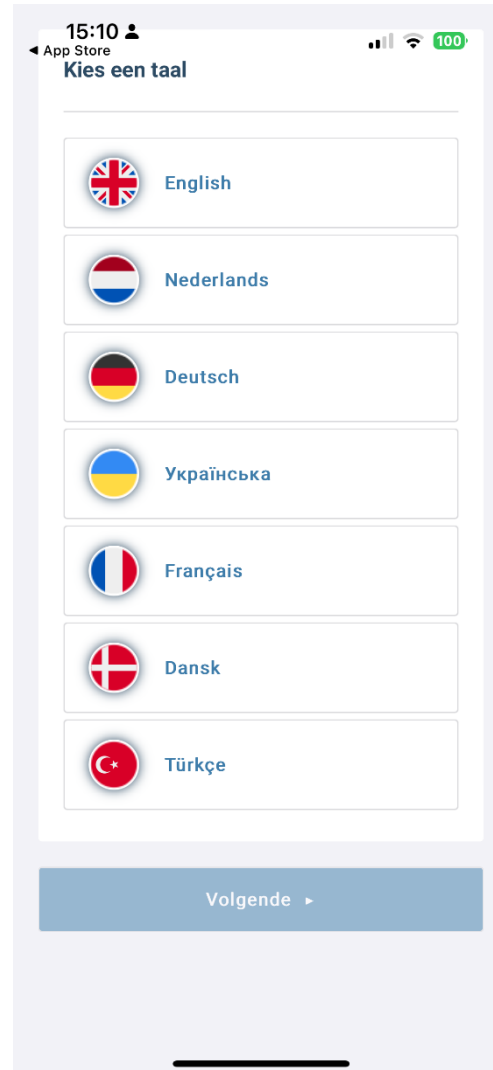
Verschenen op

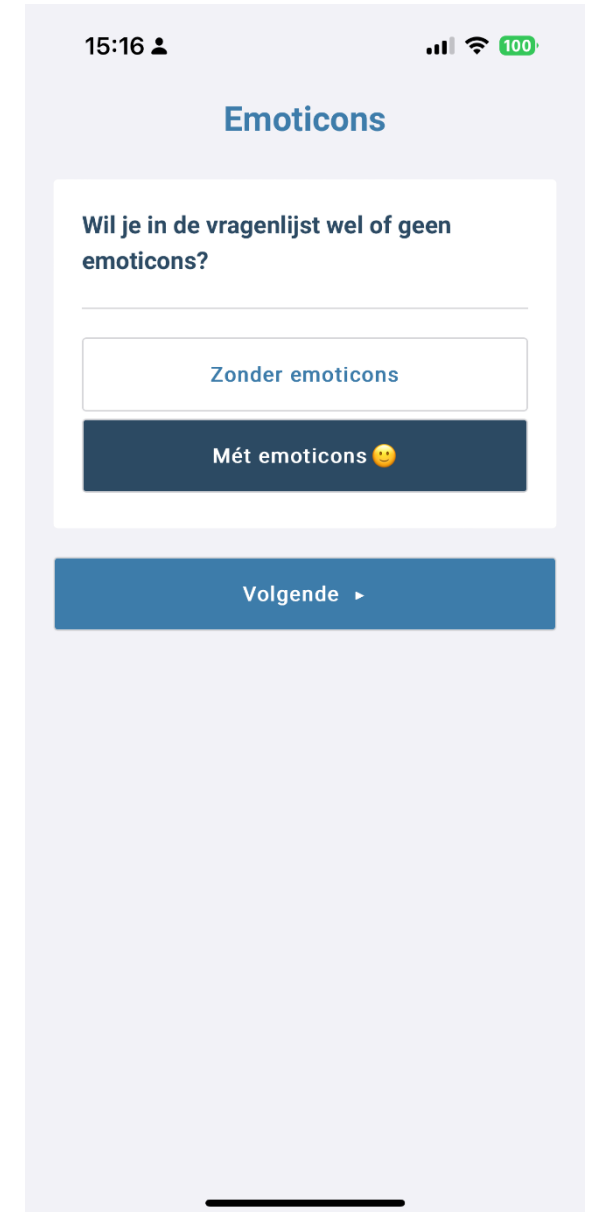
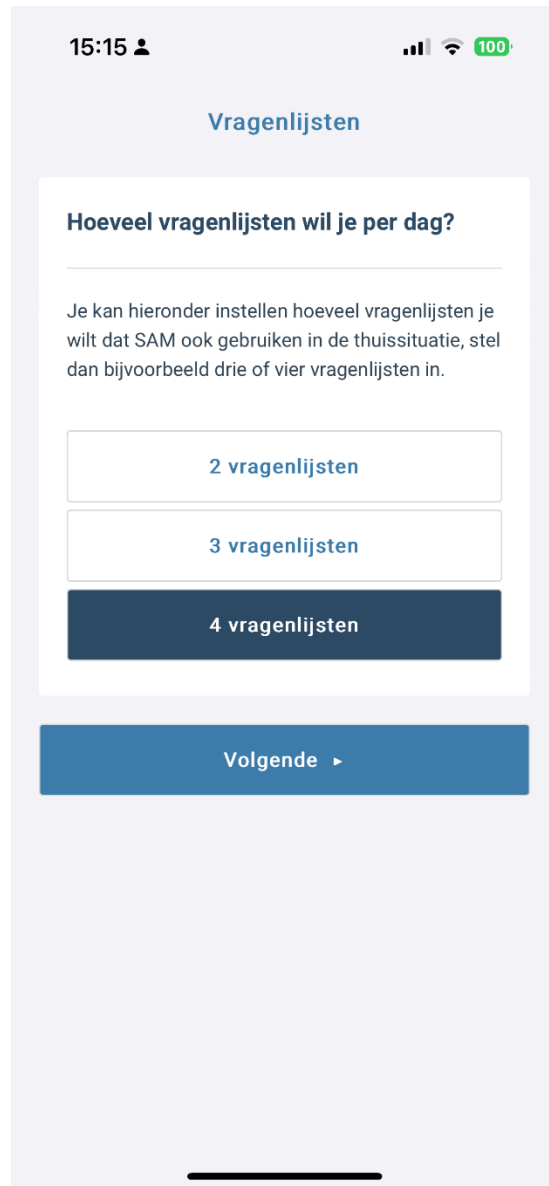
10/06/2021

Laatst gescreend op

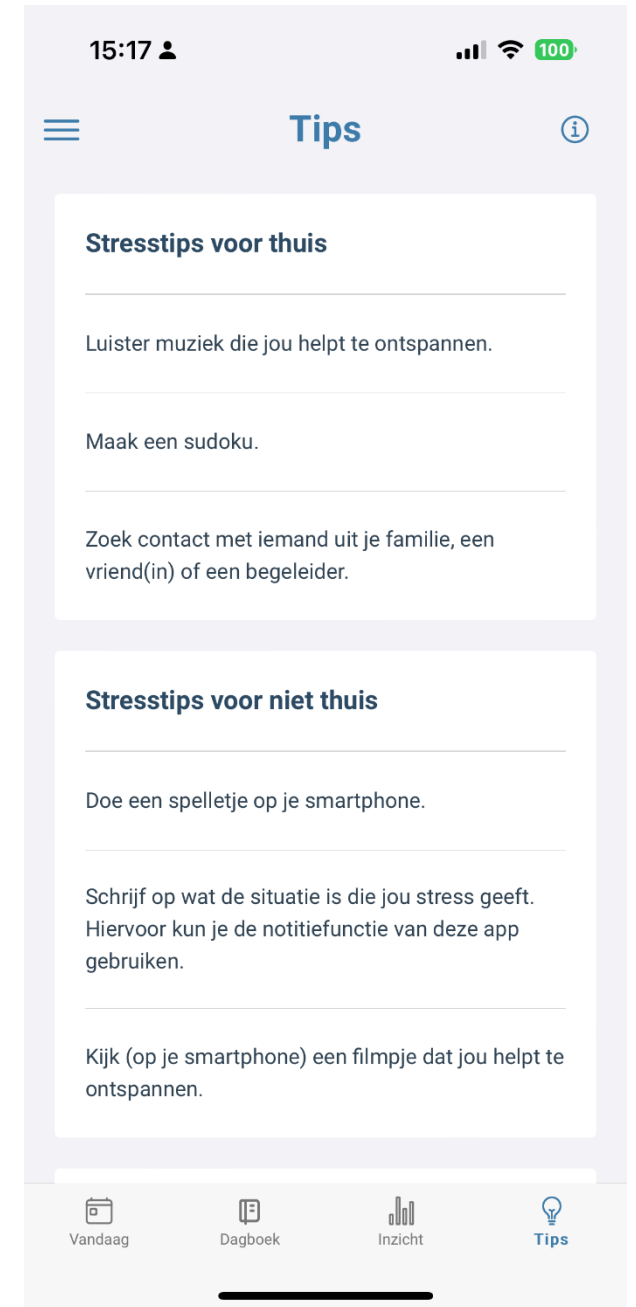
17/07/2024

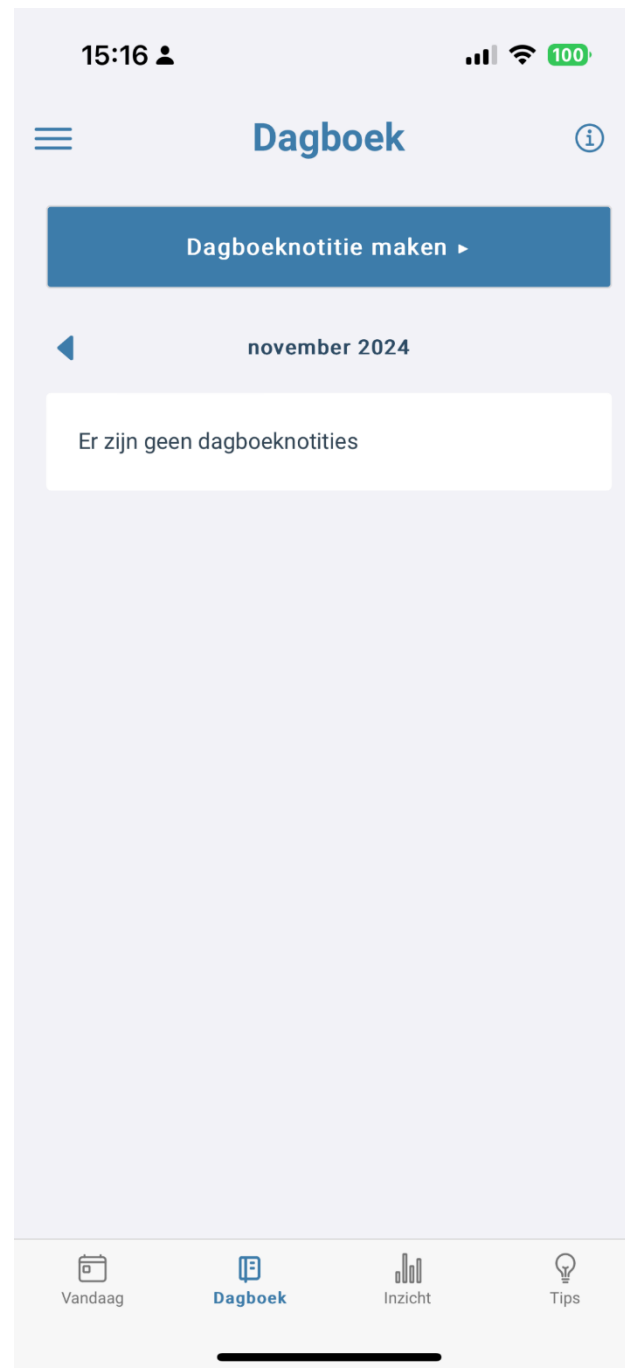
FEEDBACK OVER DE APP













onlinehulp-apps



# Fiche op onlinehulp-apps

## LeesSimpel

Vat moeilijke brieven samen in begrijpelijke taal

### Over deze app

Met de LeesSimpel app kun je een foto maken van je brief met je mobiele telefoon. De app vat de brief samen in begrijpelijke taal.

#### Voor wie

- > Mensen hebben de moeite om met lezen en schrijven of met ingewikkelde brieven te begrijpen.
- > Mensen met Nederlands als tweede taal.
- > Mensen die anderen helpen met hun administratie. De app helpt om de inhoud van brieven uit te leggen in eenvoudige taal

#### Wat is het doel?

Moeilijk brieven samenvatten in eenvoudige taal.

#### Wat kan deze app?

- > Maak in de app een foto van een briefje met je mobiele telefoon
- > De app geeft een samenvatting: haal de kernboodschap erboven en geeft aan of er iets is wat je verwacht wordt (bijvoorbeeld het betalen van een rekening of een aanvraag indienen)
- > Voorleesfunctie: je kunt de samenvatting laten voorlezen.
- > Je kunt feedback delen met de ontwikkelaars.
- > Je kunt kiezen om de foto van de brief te delen of de uitkomst van de brief of enkel de feedback.

Prijs

gratis

Klik hier voor



Aanbieder

LeesSimpel-team

Talen

Nederlands

Doelgroep

Voor wie moeilijke brieven wil begrijpen en weten of je er iets moet mee doen.

Verschenen op

1/02/2023

Laatst gescreend op

7/03/2024

FEEDBACK OVER DE APP





### Hoe zit het nu met OpenAI?

De app-aanbieders van Leessimpel communiceren heel transparant over het aandeel van OpenAI in deze app. Dat is een goede start! Ze brengen de gebruiker graag op de hoogte van de krachten en uitdagingen van deze samenwerking.

#### Krachtenpunten

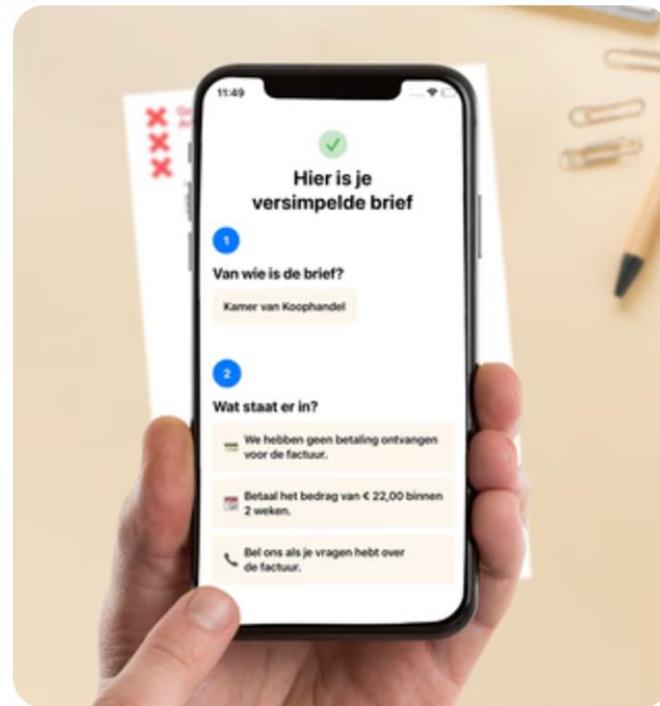
- Gebruikt jouw informatie niet om de app te verbeteren of slimmer te maken.
- Helpt mensen om hun documenten goed te begrijpen.
- Ondersteunt hulpverleners bij het ontleden van briefwisseling van cliënten.
- Stimuleert zelfredzaamheid van de burger.
- Gratis en toegankelijk.

#### Uitdagingen

- Om de samenvatting te maken stuurt Leessimpel de informatie die je doorgeeft voor analyse door naar OpenAI, een Amerikaans bedrijf.
- Informatie die je doorgeeft wordt vervolgens 30 dagen bijgehouden door OpenAI. Ze geven zelf aan dat ze dat (moeten) doen om zo nodig te controleren dat hun diensten niet voor illegale praktijken worden ingezet.
- Data wordt na de termijn van 30 dagen normaalgezien gewist, tenzij de (Amerikaanse) overheid dit bijvoorbeeld binnen die termijn zou opvragen. Je hebt dus niet de absolute garantie dat de informatie die je deelt effectief verwijderd wordt.
- Je tekst wordt niet verwerkt door een echte persoon, maar met behulp van artificiële intelligentie van OpenAI.

Toch hoef je je geen zorgen te maken als je rekening houdt met de volgende tips:

- Doorstreep je persoonlijke gegevens op je brief (dit kan je handmatig doen of via je toestel met de functie bewerken).
- Is je brief heel persoonlijk en kan de zichtbare informatie nog altijd makkelijk gelinkt worden aan jou? Geef dan enkel de hoogstnodige informatie uit de brief aan Leessimpel.
- De vereenvoudigde tekst is niet altijd 100% correct. Het kan zijn dat bepaalde nuances wegvallen. Probeer dus altijd een tweede mening te vragen als het om heel belangrijke documenten gaat.



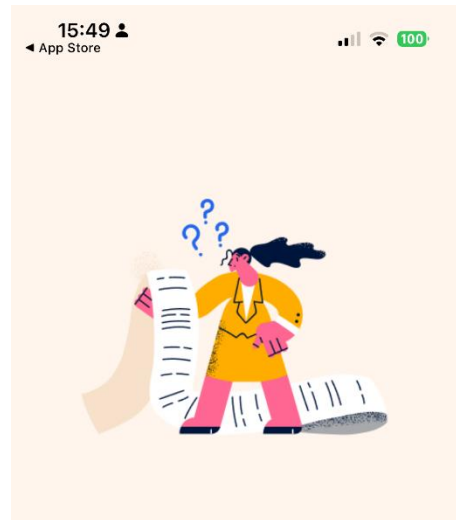
Gratis

# Lees Simpel App

Helpt mensen om moeilijke brieven te lezen.

 Download voor iPhone

 Download voor Android



### Versimpel brieven

Maak een foto van je brief.  
Dan versimpelen wij hem voor je.

Maak een foto van je brief →

 Kies je taal

Wat gebeurt er met je brief?  
Privacy en voorwaarden





### Hier is je versimpelde brief

▶ Lees voor

1

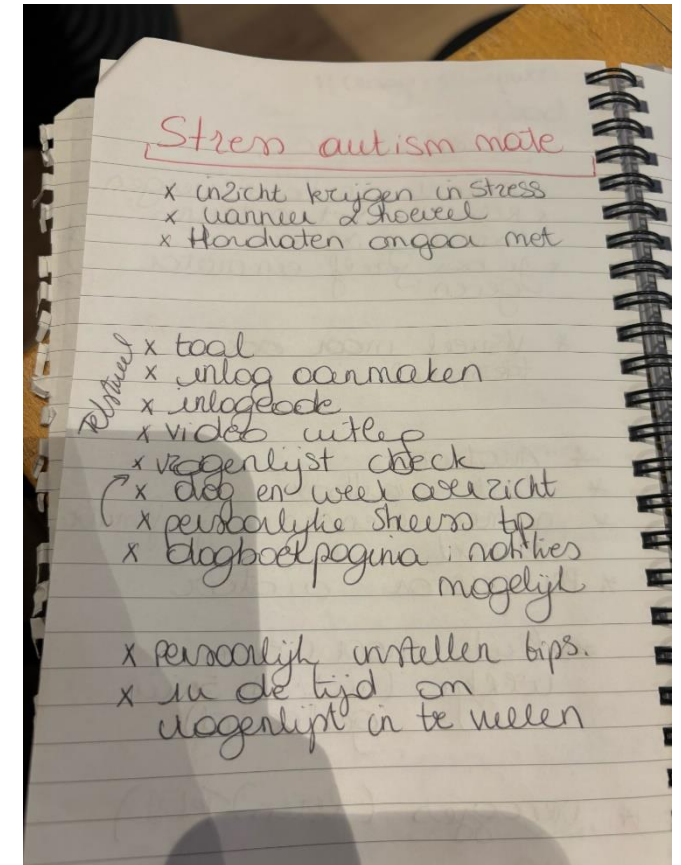
#### Wat staat er in?

 Je wilt meer weten over stress  
en autisme.

 Je wilt leren omgaan met stress.

 Er zijn mogelijkheden om hierbij  
te helpen.

 Deel de samenvatting





onlinehulp-apps



# Fiche op onlinehulp-apps

1 2 3 DiGiT

## 123 DiGiT

leer digitale vaardigheden

### Over deze app

123 DiGiT wil hulpverleners, begeleiders of lesgevers ondersteunen die digitale kwetsbare mensen helpen en biedt hiervoor een volledig gratis online lessenpakket aan. 123 DiGiT bevat concrete handleidingen om sessies/lessen te organiseren met goed opgebouwde oefeningen en een samenvatting om aan de deelnemer(s) mee te geven.

Je kan er ook zelf mee aan de slag.

#### Voor wie

- > digitaal kwetsbare mensen die zelf meer mediawijs willen worden.
- > hulpverleners, begeleiders of lesgevers die digitaal kwetsbare mensen ondersteunen.

#### Wat is het doel?

digitaal kwetsbare mensen online vaardiger maken

#### Wat kan deze app?

Met de 123 DiGiT-modules leer je ...

- > aan de slag gaan met je computer, smartphone en tablet
- > e-mailen
- > het internet gebruiken

en dat telkens voor 'beginners' en voor 'gevorderden'

Prijs

gratis

Klik hier voor



Aanbieder

WeTechCare

Talen

Nederlands & Frans

Doelgroep

iedereen

Verschenen op

23/03/2020

Laatst gescreend op

30/03/2022

FEEDBACK OVER DE APP

- Login aanmaken
- Vragen
  - Rol en doel om te weten of je informatie zoekt of zelf wil begeleiden
- Tekstueel
- Begeleiding

## Goed beginnen op 123Digit

Ontdek het platform door **de meest populaire hulpmiddelen te raadplegen:**

### Je computer leren kennen

4 hulpmiddelen 01u30



### Hoe gebruik je een computermuis?

5 hulpmiddelen 01u30



### Wegwijs op het Windows-bureaublad

6 hulpmiddelen 01u30



### Hoe raak je wegwijs in je mailbox en hoe stuur je een...

4 hulpmiddelen 01u30



### Hoe maak je een veilig wachtwoord?

4 hulpmiddelen 01u30



### Bankieren met mijn smartphone

10 hulpmiddelen 03u00



ALLE HULPMIDDELEN WEERGEVEN





[Favorietenpagina](#)





Aan de slag!

## 3 groepen

De thema opdeling en apps zijn een suggestie!

Doelstelling: Noden vanuit Forms, verscheidenheid in verkenning en terugkoppeling

Groep 1:

- Apps voor zelfstandigheid, seksualiteit, netwerk verruimen
- Inspiratie: Thinklife, Backup 1813, HeyDay, LifeCity

Groep 2:

- Apps voor rust, digivaardig, pesten
- Inspiratie: Suzie, Cyberquad, Ik beslis, Alles over pesten, Breathe with Sesame

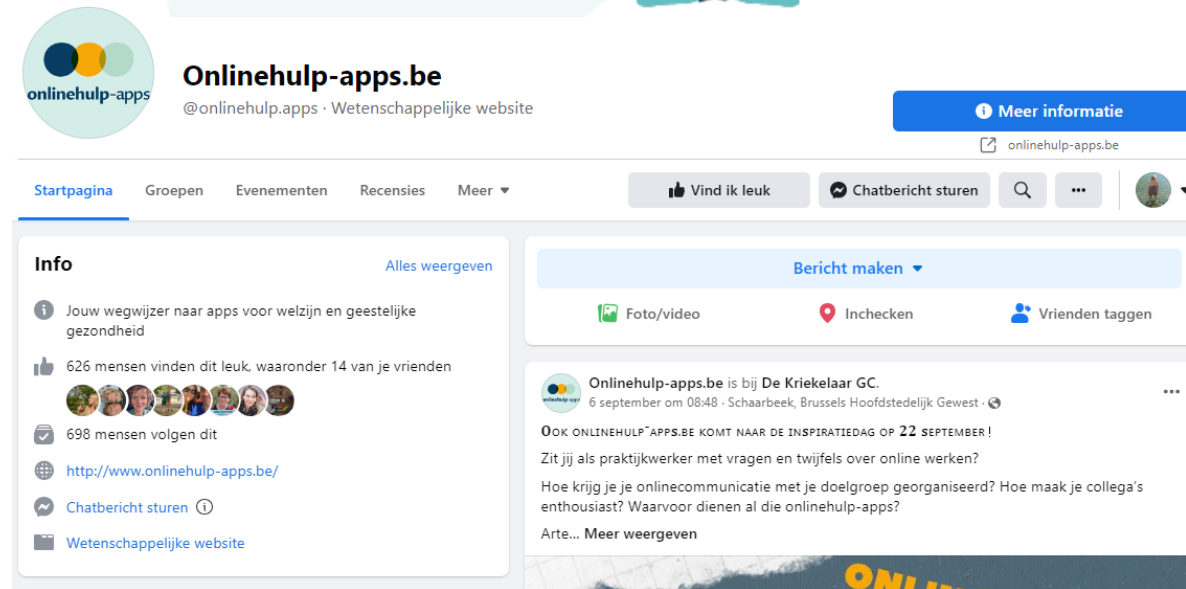
Groep 3:

- Apps voor ontwikkeling, tips en informatie voor jongeren, ASS
- Inspiratie: Wegwijzer ontwikkelingszorgen bij kinderen, WAT WAT, De wegwijzer, Minddistrict, Ik ben geen kind meer, NokNok



Interessante informatie

# Sociale media - Facebook



**Onlinehulp-apps.be**  
@onlinehulp.apps · Wetenschappelijke website

Meer informatie  
onlinehulp-apps.be

Startpagina Groepen Evenementen Recensies Meer

Vind ik leuk Chatbericht sturen

**Info** Alles weergeven

- Jouw wegwijzer naar apps voor welzijn en geestelijke gezondheid
- 626 mensen vinden dit leuk, waaronder 14 van je vrienden
- 698 mensen volgen dit
- <http://www.onlinehulp-apps.be/>
- Chatbericht sturen
- Wetenschappelijke website

Bericht maken

Foto/video Inchecken Vrienden taggen

Onlinehulp-apps.be is bij De Kriekelaar GC.  
6 september om 08:48 · Schaarbeek, Brussels Hoofdstedelijk Gewest ·

Ook ONLINEHULP\*APPS.BE KOMT NAAR DE INSPIRATIEDAG OP 22 SEPTEMBER!  
Zit jij als praktijkwerker met vragen en twijfels over online werken?  
Hoe krijg je je onlinecommunicatie met je doelgroep georganiseerd? Hoe maak je collega's enthousiast? Waarvoor dienen al die onlinehulp-apps?  
Arte... Meer weergeven



# Sociale media - Instagram

Instagram


onlinehulp\_apps Profiel bewerken

31 berichten 495 volgers 79 volgend

Onlinehulp-apps.be  
Wetenschappelijke website  
Jouw wegwijzer naar apps en websites voor welzijn en geestelijke gezondheid.  
👉 Alle links naar de websites vind jij hier terug:  
[linktr.ee/linkonlinehulpapps](http://linktr.ee/linkonlinehulpapps)

Wie zijn wij? Sharing = c... website

BERICHTEN OPGESLAGEN GETAGD



# Promomateriaal – visitekaartjes



Bij deze app(s) / website(s) kan je ook terecht:

.....  
.....

**Stap 1:** Ga naar [www.onlinehulp-apps.be](http://www.onlinehulp-apps.be)

**Stap 2:** Typ bovenstaande app(s) / website(s)  
in de zoekbalk of zoek per thema

**Stap 3:** Download de app op je smartphone of  
surf verder naar de website



onlinehulp-apps

onlinehulp\_apps  
onlinehulp-apps.be



# Promomateriaal – zelf af te drukken




onlinehulp-apps

*Jein wegrijzer naar apps en websites voor  
welzijn en gezamenlijke gezondheid*

Bij deze app(s) en/of website(s) kan je ook terecht:

.....

.....

.....

**Stap 1:** Ga naar [www.onlinehulp-apps.be](http://www.onlinehulp-apps.be)

**Stap 2:** Typ bovenstaande app(s) en/of website(s) in de zoekbalk of zoek per thema

**Stap 3:** Download de app op je smartphone of surf verder naar de website



 onlinehulp\_apps

 onlinehulp-apps.be

*Jein wegrijzer naar apps en websites voor  
welzijn en gezamenlijke gezondheid*

onlinehulp-apps



Bij deze app(s) / website(s) kan je ook terecht:

.....

.....

.....

**Stap 1:** Ga naar [www.onlinehulp-apps.be](http://www.onlinehulp-apps.be)

**Stap 2:** Typ bovenstaande app(s) / website(s) in de zoekbalk of zoek per thema

**Stap 3:** Download de app op je smartphone of surf verder naar de website



 onlinehulp\_apps

 onlinehulp-apps.be

# Promomateriaal – affiches



www.**onlinehulp-apps**.be

Jouw wegwijzer naar apps en websites voor welzijn en geestelijke gezondheid

**Voor jou gescreend!**

-  Toegankelijk
-  **Betrouwbaar**
-  Helder

QR codes and partner logos at the bottom include:  Provincie Antwerpen,  Provincie Limburg,  Provincie Vlaanderen,  Provincie West-Vlaanderen,  Provincie Brussel,  Provincie Drenthe,  Provincie Friesland,  Provincie Groningen,  Provincie Utrecht,  Provincie Zeeland,  Provincie Noord-Holland,  Provincie Noord-Brabant,  Provincie Overijssel,  Provincie Gelderland,  Provincie Flevoland,  Provincie Limburg,  Provincie Utrecht,  Provincie Zeeland,  Provincie Noord-Holland,  Provincie Noord-Brabant,  Provincie Overijssel,  Provincie Gelderland,  Provincie Flevoland,  Provincie Limburg,  Provincie Utrecht,  Provincie Zeeland,  Provincie Noord-Holland,  Provincie Noord-Brabant,  Provincie Overijssel,  Provincie Gelderland,  Provincie Flevoland,  Provincie Limburg,  Provincie Utrecht,  Provincie Zeeland,  Provincie Noord-Holland,  Provincie Noord-Brabant





## Alles over online en blended welzijnswerk en gezondheidszorg

Ben je als sociale, welzijns- of zorgprofessional op zoek naar kennis, knowhow of vorming over online of blended werken? Heb je al een online of blended hulp- dienst- of zorgaanbod? Of wil je daar graag mee starten?

Onlinehulp Vlaanderen is jouw centrale aanspreekpunt.





onlinehulp-apps

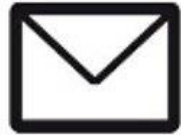


Vragen ?

## Vragen?



[www.onlinehulp-vlaanderen.be](http://www.onlinehulp-vlaanderen.be)  
[www.onlinehulp-apps.be](http://www.onlinehulp-apps.be)



[info@onlinehulp-apps.be](mailto:info@onlinehulp-apps.be)  
[Sam.brulez@samvzw.be](mailto:Sam.brulez@samvzw.be)