



# RIBW Nijmegen & Rivierland

ribw nijmegen & rivierland

## RIBWDigiteam

Vind jij het leuk om eens gebruik te maken van een digitaal hulpmiddel om meer zelfstandig te worden? Neem dan contact op met het RIBW Digiteam. We komen bij je langs. Ook zijn er pop-ups voor medewerkers van de RIBW waar ze leren over e-Healthtoepassingen.



## **E-health helpt je**

Verschillende cliënten en medewerkers hebben al baat bij e-Health oplossingen. Ook mensen die (nog) niet heel digitaal vaardig zijn.

Ken je bijvoorbeeld zorgrobot Tessa al? Ze lijkt op een struisvogelei. Maar dan met een jasje aan, een bos bloemen op het hoofd en digitaal knipperende oogjes. Veel mensen moeten een beetje lachen als ze haar voor het eerst zien. Toch is zorgrobot Tessa serieus de reden waarom steeds meer mensen actiever, zelfstandiger en positiever in het leven staan.

## **RIBW Digiteam**

Wil je meer weten over E-health? Neem dan contact op met het RIBW Digiteam, een denktank van cliënten, ervaringsdeskundige en medewerkers.

"Wij vinden, onderzoeken en testen slimme digitale oplossingen om de zelfredzaamheid van cliënten te verhogen en werk van medewerkers slimmer in te richten. We zoeken daarin samenwerkingen met interne en externe experts. We hebben de pop up lab's ontwikkelt om zo mensen te kunnen laten kennis maken met digitale producten, ze kunnen ervaren en testen en lenen."





## **Robert: "Dankzij Tessa krijg ik weer veel dingen gedaan"**

Ook Robert (63) heeft een eigen 'Tessa' in huis. Robert vindt het lastig om planningen te maken voor zijn privéleven en uit zichzelf iets te doen. Ook als hij het wel leuk of nodig vindt, zoals hardlopen, de was ophangen of iemand bellen. 'Dat komt door mijn autisme. Zonder externe structuur en impuls blijf ik op de bank zitten. Aan het eind van de dag heb ik dan niets gedaan. Hoogstens een spelletje op mijn telefoon. Héél frustrerend.' Hoe Tessa Robert helpt? 'Het is een soort pratende agenda. Ik voer via mijn mobiel of tablet zinnen in bij specifieke dagen en tijden. Zoals voor dinsdag 10 uur: "Je moet nu de was doen." En die zinnen spreekt Tessa dan op die momenten uit.' Daarmee neemt Tessa de rol over van een bellende begeleider. 'En dat gaat echt fantastisch', zegt Robert. 'Ik ben verrast dat het zo goed werkt. Dankzij Tessa krijg ik weer veel dingen gedaan en dat is erg bevredigend.' Hij zou de innovatie ook zeker aanraden aan anderen. 'Niet alleen aan vergeetachtige ouderen. Evengoed aan mensen die moeite hebben met plannen, zoals ik. Bij mij werkte het meteen. Wellicht bij anderen ook!'

## **Katinka: "Mijn Calmness percentage is heel erg omhoog gegaan"**

Katinka (27) woont zelfstandig en krijgt begeleiding door de RIBW. Sinds februari 2023 gebruikt ze de Muse hoofdband, een meditatietool. "Omdat ik me vaak onrustig voel, raadde Rik van Tiem van het Digiteam mij aan om de Muse hoofdband eens te proberen. Het heeft mij tot nu toe al veel opgeleverd. Mijn *Calmness* percentage tijdens het gebruik van de Muse is heel erg omhoog gegaan. Ook voel ik de behoefte om de Muse erbij te pakken als ik merk dat ik onrustig of in paniek ben." Wil je meer weten over de Muse en Katinka's ervaring met deze tool? Lees dan [dit](#)

[artikel.](#)







## Het Leerlab E-Health

- Omdat digitale middelen behulpzaam en nuttig kunnen zijn voor jouw zelfredzaamheid
- Wij gaan in dialoog
- Wij gaan experimenteren
- Wij komen naar je toe
- Wij lenen uit
- Wij laten je kennis maken met slimme, digitale oplossingen



Pop-up  
E-Health  
Lab



## Wil je meer weten?

Kijk dan eens op de website van het RIBW Clientenplein. Op [E-health | RIBW Cliëntenplein \(ribwclientenplein.nl\)](#) vind je meer informatie over E-health binnen de RIBW Nijmegen & Rivierenland. Bijvoorbeeld informatie over onze uitleendienst, ons pop-up lab en onze ervaren labs.

## Wil je meer weten?

Bekijk dan het filmpje hiernaast.

## Gegevens

RIBW Digiteam

T: [06 10 36 35 12](tel:0610363512)

E: [ribwdigiteam@ribw-nr.nl](mailto:ribwdigiteam@ribw-nr.nl)



### RIBW Nijmegen & Rivierenland

Kerkenbos 1103a

Nijmegen

088 - 382 24 22

[www.ribw-nijmegenrivierenland.nl](http://www.ribw-nijmegenrivierenland.nl)

[info@ribw-nijmegenrivierenland.nl](mailto:info@ribw-nijmegenrivierenland.nl)