

## Online behandeling (e-health)

**Bij de Waag volg je een deel van jouw behandeling online. Er zijn veel onderdelen die je online kunt doen, bijvoorbeeld: dagboeken bijhouden, informatie lezen, opdrachten maken, of vragenlijsten invullen. Ook kan je via de online omgeving videobellen met of berichten sturen naar jouw behandelaar. Samen met de behandelaar bepaal je wat bij jou past.**

Je volgt nooit alleen maar een online behandeling. Je hebt ook altijd gesprekken bij een behandelaar. Met de online behandeling wordt het makkelijker om tussen deze afspraken door met jouw behandeling bezig te zijn. Je kunt oefeningen doen wanneer het jou uitkomt. Je kunt herinneringen ontvangen om een dagboek in te vullen. Ook kunnen jij en jouw behandelaar kort contact hebben, bijvoorbeeld over de opdrachten die je hebt gedaan of om te zeggen hoe het met je gaat. Als je ook online aan jouw behandeling werkt, hoef je soms minder naar de Waag te komen.

### Wat is Minddistrict?

Voor de online behandeling maakt de Waag gebruik van het platform van Minddistrict. Hierop staan verschillende modules. Dat zijn 'digitale werkboeken' die bij jouw behandeling horen. Je kunt ook videobellen en chatten met je behandelaar via dit platform. Je kunt met Minddistrict werken op je computer of via een app op je smartphone of tablet.

### Inloggen

Via Quli kun je inloggen op Minddistrict. Dit is een platform met online modules en dagboeken die je kunnen ondersteunen bij jouw behandeling. Daarnaast kun je via Minddistrict chatten en (video)bellen met jouw (toekomstige) behandelaar. Als je behandeling nog niet is begonnen, kun je

gebruikmaken van zelfhulpmodules. Je kunt ook inloggen via de website van Minddistrict. Hiervoor ontvang je een welkomstmail waarmee je een wachtwoord kunt instellen. Als het inloggen niet lukt, vraag jouw behandelaar dan om jou een nieuwe welkomstmail te sturen. Minddistrict heeft ook een app waarmee je nog gemakkelijker in jouw Minddistrict-account komt. Je kunt deze app downloaden in de App Store en Google Play. Scan je persoonlijke QR-code in jouw Minddistrict account om in te loggen. Vraag eventueel jouw behandelaar om hulp.

### Privacy

Het platform van Minddistrict is beveiligd en voldoet aan de privacyregels. Zo kun je op een veilige manier videobellen en chatten met jouw behandelaar. Als je in modules antwoorden geeft, zijn die alleen voor jou en jouw behandelaar zichtbaar. Minddistrict en de Waag gebruiken alleen geanonimiseerde gegevens om het platform en de online behandeling te verbeteren. Dat betekent dat we nergens jouw naam of andere persoonlijke gegevens voor gebruiken. We kijken bijvoorbeeld alleen hoe vaak een bepaalde module in het algemeen is gebruikt.

### Meer weten?

Kijk op onze website [www.dewaagnederland.nl](http://www.dewaagnederland.nl) bij 'Cliënten en familie' voor meer informatie of stel je vragen

aan jouw behandelaar. Je kunt ook kijken op de website van Minddistrict: [help.minddistrict.com](http://help.minddistrict.com). De Waag is onderdeel van De Forensische Zorgspecialisten.