

Quli ondersteunt Positieve Gezondheid in vijf stappen:

1. Je kiest een vragenlijst en start met het invullen. Quli biedt alle vragenlijsten. Bijvoorbeeld ook voor kinderen.
2. De uitkomsten worden inzichtelijk via een zogenaamd spinnenweb.
3. Als je in organisatieverband werkt, kan Quli je informatie geven over mogelijke vervolgstappen. Bijvoorbeeld: regionale (gezonde) activiteiten, coaching, ervaringsdeskundigen, leefstijl, GGz-appwijzer, sociaal domein of regionaal community-platform. De organisatie vult contentpagina's binnen Quli en maakt verwijzingen naar lokale informatie en mogelijkheden.
4. Je slaat de uitkomsten op in je eigen dossier in Quli. Als je de vragenlijst vaker invult, kun je via de spinnenweb makkelijk zien wat je vorderingen zijn.
5. Je kunt de uitkomsten delen binnen Quli met coaches en anderen in je persoonlijke netwerk. Je kunt ze ook downloaden en per email naar iemand sturen.



Meer informatie via deze QR >



Case: Vitaal Vechtdal en vitaliteitsteams



Vitaal Vechtdal werkt met een groot aantal partijen samen bij de inrichting van Vitaliteitsteams. Deze teams vormen een schakel tussen zorg, welzijn en de lokale gemeenschap, werken aan de hand van de gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) 'Samen Sportief in Beweging' en zijn gebaseerd op het principe van Positieve Gezondheid.

In deze teams werken leefstijlcoaches, fysiotherapeuten, diëtisten, beweegcoaches en sociaal werkers samen aan het verbeteren van de gezondheid van deelnemers.

De Vitaliteitsteams gebruiken Quli. Door het gebruik van Quli binnen de Vitaliteitsteams kunnen deelnemers aan de GLI meer inzicht krijgen in de eigen gezondheid en worden ze gestimuleerd om actief te werken aan een gezonde leefstijl. Het stelt hen in staat om beter geïnformeerde beslissingen te nemen over de eigen gezondheid en biedt ondersteuning bij het volgen van adviezen en behandelingen van zorgverleners. Onderdeel van Quli is het spinnenweb van positieve gezondheid en de vragenlijst met 44 vragen. Deelnemers kunnen verschillende aspecten van hun gezondheid bijhouden en monitoren, zoals lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, kwaliteit van leven en dagelijks functioneren. Daarnaast kunnen ze via Quli gegevens invoeren, zoals fysieke metingen, slaappatronen en stemmingen. Deze gegevens kan de gebruiker vervolgens delen met zijn zorgverleners binnen het Vitaliteitsteam waardoor gebruikers inzicht krijgen in hun gezondheidstoestand. De gegevens worden ook gebruikt bij het actieonderzoek gericht op de Vitaliteitsteams.

Meer informatie over de case Vitaal Vechtdal >



Case: Stichting Je Leefstijl als Medicijn (Wim Tilburgs)

Een betere gezondheid en kwaliteit van leven voor zo veel mogelijk mensen, dat is waarom Stichting Je Leefstijl Als Medicijn en Quli samenwerken. Vanuit Positieve Gezondheid kun je de regie over je eigen gezondheid nemen. Dus vul een vragenlijst in via jouw dossier in Quli en we verwijzen je door naar online of lokaal aanbod.

Je Leefstijl Als Medicijn ondersteunt je verder met online supportgroepen, met lokale initiatieven zoals samen bewegen en supportgroepen voor diabetespatiënten, en met toegankelijke informatie over leefstijl en gezondheid. Inmiddels hebben we vele duizenden mensen kunnen ondersteunen bij leefstijlveranderingen waarmee ze een blijvende gezondheidsverbetering hebben gerealiseerd.

Meer informatie en een overzicht van al onze supportgroepen vind je op www.jeleefstijlalsmedicijn.nl.



Meer informatie over Je Leefstijl als Medicijn >



Hoe ga jij Positieve Gezondheid toepassen met Quli?

- A. Wil je de vragenlijsten direct toegankelijk maken voor mensen? Dit kan via een gratis individueel account in Quli. De Quli-gebruiker kan de uitkomsten delen met contacten in het persoonlijke sociale en professionele netwerk.
- B. Als je de vragenlijsten wil aanbieden aan specifieke groepen. En deze mensen willen de uitkomsten bespreken met coaches. En je wil koppelen met leefstijl, sociale kaart en ehealth. En je wil vanuit een organisatie kunnen monitoren met garanties voor anonimiteit. Start dan een project met Quli: info@quli.nl.
- C. Wil je met een organisatie of regionaal initiatief Positieve Gezondheid breder implementeren. Bijvoorbeeld als start van een beweging, en combineren met metingen en coaching? Dan kun je met gezondheidsplatform Quli een concept opzetten, waar Positieve Gezondheid een onderdeel van is: info@quli.nl.



Zelf ervaren? Maak account aan bij Quli >

