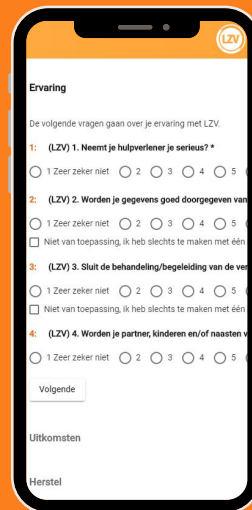


De digitale thermometer waarmee je de voortgang van jouw zorgtraject in beeld kan krijgen.

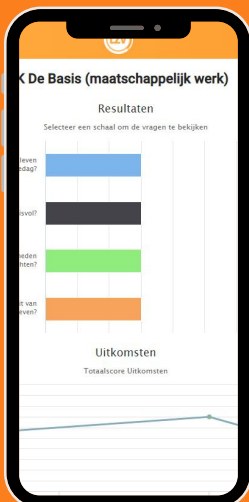
iTRACK kan helpen om je bewust te worden van je veerkracht. Het laat je ups en downs zien. Heb je moeite om onder woorden te brengen hoe je je voelt? Dan kun je iTRACK gebruiken om het te laten zien, bijvoorbeeld aan je partner of aan je hulpverlener, en daarover in gesprek te gaan.

Geïnteresseerd? Ga naar itrack.mijnzorgpeiler.nl

Voor iTRACK kun je gebruik maken van een bestaand account. Of je meld je aan bij mijnzorgpeiler. Daarmee maak je een eigen beveiligde omgeving. De eerste keer moet je een aantal basisgegevens invullen, bijvoorbeeld van welke instelling je begeleiding krijgt. Jouw gegevens worden versleuteld opgeslagen. Daardoor zijn ze voor anderen niet leesbaar.



Vervolgens kun je op ieder gewenst moment snel antwoord geven op 10 vragen. Dat kan op je computer, maar ook heel eenvoudig op je telefoon of tablet.



De resultaten van de 10 vragen worden weergegeven in een overzichtelijke grafiek. Wanneer je de lijst al eerder ingevuld hebt, is onder de grafiek het verschil in verloop van tijd zichtbaar.

Gebruik iTRACK zoals jij dat wilt. iTRACK helpt bijvoorbeeld om in gesprek te gaan met je hulpverlener. Jullie bespreken samen wat de beste zorg is die bijdraagt aan jouw persoonlijke doelen en herstel. Maar je kunt iTRACK ook alleen voor jezelf als thermometer gebruiken.

