

# Hoe kan e-health mensen met een licht verstandelijke beperking ondersteunen in het dagelijks leven?

Het inzetten van e-health gebeurt steeds vaker. Kan e-health ook goede ondersteuning bieden in het dagelijks leven van mensen met een licht verstandelijke beperking? En zo ja, op welke manier? Hiernaar is door de AWVB (literatuur)onderzoek gedaan. In deze infographic vind je de resultaten.

E-health is het gebruik van digitale techniek om de (mentale) gezondheid te bevorderen. Daarbij kun je denken aan apps, videobellen en online filmpjes.

## Wie gebruikt e-health?

Sommige mensen met een licht verstandelijke beperking gebruiken e-health in hun dagelijks leven. Een aantal van hen heeft naast de licht verstandelijke beperking ook een andere stoornis, zoals autisme. Vaak hebben mensen met een licht verstandelijke beperking verschillende mogelijkheden, voorkeuren, wensen en behoeften bij het gebruik van e-health. Ons onderzoek laat zien dat er weinig wordt gevraagd naar deze mogelijkheden, voorkeuren, wensen en behoeften. Bijvoorbeeld of mensen met een licht verstandelijke beperking een voorkeur hebben voor het gebruik van bepaalde apparaten, zoals een laptop of tablet.

## Waar en hoe vindt ondersteuning via e-health plaats?

E-health kan thuis plaatsvinden, maar ook op school, op het werk, onderweg of op andere plekken. Meestal wordt het tijdelijk gebruikt om eenvoudige en praktische vaardigheden aan te leren. Bijvoorbeeld leren koken of reizen met het openbaar vervoer.

## Kenmerken van e-health tools



Inzicht geven in stappen die nodig zijn bij het uitvoeren van een taak



Ondersteuning bieden bij het uitvoeren van een taak



Informatie en directe feedback geven in het hier en nu



Een leeromgeving bieden die net echt is



Direct contact mogelijk maken met begeleiders op afstand

## Tips voor het gebruik van e-health



Ken de mogelijkheden, voorkeuren, wensen en behoeften van de gebruiker om de meest passende e-health tool voor de hulpvraag te kiezen.



Benut de ervaringskennis van familie, begeleiders en leerkrachten bij het bepalen van een passende e-health tool.



Train het gebruik van e-health tools stap voor stap via voordoen, samendoen en zelf doen.

Deze infographic is gebaseerd op de resultaten van een deelstudie uit het promotieonderzoek 'E-health in de ondersteuning, behandeling en therapie bij mensen met een verstandelijke beperking'. Drs. Cathelijn Oudshoorn van de Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking (AWVB, Tranzo, Tilburg University) en ASVZ voert dit onderzoek uit onder begeleiding van prof. dr. Petri Embregts (AWVB) en prof. dr. Heleen Riper (Vrije Universiteit).

**Meer weten?** Neem dan contact op met Luciënne Heerkens, kennismanager van de AWVB: [awvb@tilburguniversity.edu](mailto:awvb@tilburguniversity.edu)