



SAMENBETER

# FitKnip

Het Digitaal Zorgtegoed

EXPERIMENT

START IN SEPTEMBER

**Nu bijna iedereen een smartphone heeft en er voor de gekste dingen apps en software bestaan is het niet zo gek dat er ook allerlei digitale medische producten aangeboden worden. Zelfs zoveel dat je door de bomen het bos niet meer ziet: in de appstores staan duizenden medische, gezondheid, sport en wellness apps.**

Maar ...

- Hoe maak je je keuze?
- Werken die apps wel?
- Zijn de apps het geld wel waard? Kan, of wil ik dat wel betalen?
- Waarom moet ik eerst naar de dokter? Heel veel apps, vooral de meest serieuze, krijg je überhaupt niet te zien zonder dat een dokter je voorschrijft dat je er gebruik van moet maken...

Dat zijn een paar belangrijke redenen waarom de ontwikkeling van kwalitatief hoogstaande digitale 'Health' producten achter blijft bij bijvoorbeeld Game software en Zakelijke software.

FitKnip wil daar wat aan doen!



# EXPERIMENTEER MEE!

Het FitKnip experiment onderzoekt wat er gebeurt als we deze drempels wegnemen: geef mensen een **budget**, richt een **overzichtelijk** winkeltje in met 'goeie' **producten**, en tenslotte, geef mensen **zelf** toegang tot de winkel zonder dat daar een dokter aan te pas hoeft te komen.

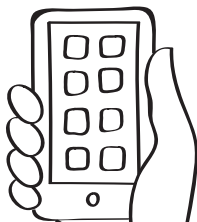
Als je meedoet, participeer je in een onderzoek dat het Leids Universitair Medisch Centrum LUMC doet, naar de manier waarop mensen omgaan met, wat we noemen, een eigen **Digitaal Zorgtegoed**.

Een Digitaal Zorgtegoed is een SamenBeter wens: geef mensen de beschikking over een budget waarmee ze naar eigen inzicht hun Vitaliteit kunnen verhogen. In de SamenBeter droom is het budget weliswaar aanmerkelijk hoger, beschikbaar voor alle bewoners, en is het aanbod breder en rijker, maar eerst onderzoeken we of het werkt met een 'kleine' proefopstelling: Een paar duizend mensen krijgen ieder 100 euro en kunnen dat besteden aan een selectie uit een 30 tal apps.

3000  
MENSEN



30  
APPS



WERK AAN JE  
VITALITEIT

# MELO JE AAN

Hoe doe je mee? FitKnip begint in september 2019 en loopt dan twee jaar door.

Deelnemers krijgen gedurende het experiment de kans om allerlei apps uit te proberen die helpen om gezonder, fitter en gelukkiger te worden. Het Leids Universitair Medisch Centrum vraagt deelnemers om de 100 dagen een vragenlijst in te vullen van ongeveer 30 minuten.

Wacht niet te lang en meld je aan op:

[www.samenbeterwesterpark.nl/fitknip](http://www.samenbeterwesterpark.nl/fitknip)

MET FITKNIP  
AAN DE SLAG MET...

- MEER BEWEGEN
- MINDER STRESS
- GEZONDER ETEN
- ROUW-  
VERWERKING
- VERMOEIDHEID EN  
ANGST BIJ KANKER

... EN NOG VEEL MEER!

SAMENBETER



UMC Utrecht



VNO  
NCW

KNL  
integraal  
kankercentrum  
Nederland



fitknip



Leids Universitair  
Medisch Centrum

