

# MindApps

MindApps.dk - Apps til psykiske vanskeligheder

MindApps nyhedsbrev

## NYE ANMELDELSER PÅ MINDAPPS.DK

---

På Mindapps.dk anbefaler vi apps til dig, der har en psykisk lidelse eller som har det svært. Vi anbefaler apps til dig som er behandler og gerne vil anbefale brugbare apps. Og vi anbefaler apps til dig, der er pårørende til en person der har en psykisk lidelse.

### **Hvordan anmelder vi?**

Når vi løbende anmelder apps på Mindapps.dk vurderer vi dem blandt andet i forhold til datasikkerhed – f.eks. hvilke persondata appen indsamler og om det opbevares i skyen eller lokalt. Kvalitet, funktioner og design testes igennem af

vores testhold, og vi undersøger appens score igennem **Apptjekkeren** på Mindapps.dk. Vores testhold består af psykologer, læger, sygeplejersker, ergoterapeuter, ingeniører og brugere.

### **Senest anmeldte apps**

På Mindapps.dk har vi senest anmeldt:

- 1) *eMoods Bipolar Mood Tracker*, som er en app, der giver dig mulighed for at få et overblik over dit humør, vægt og søvn.
- 2) *Find behandler*, som er en opslagsapp, hvor du kan finde den nærmeste behandler i området eller finde adressen på en specifik behandler. Samtidig kan du se lokale tandlægepriser.
- 3) *SAFE RSJ*, som er en app, der giver dig inspiration og viden til beroligende metoder, såsom Mindfulness, musik og åndedræsteknikker.

## **Har du gode idéer til apps vi kan anmelde?**

Bruger du en god app, som hjælper dig i din hverdag? Og er det noget du vil dele med andre? Så skriv til [mindapps@rsyd.dk](mailto:mindapps@rsyd.dk) om hvilke(n) app(s) du ønsker vi skal teste.

***Vi glæder os til at høre fra dig***

// Jackline fra Mindapps.dk

**P.S. Drømmer du om en app, der kan hjælpe dig igennem corona-tiden, så kig [her](#)**

Du kan afmelde vores nyhedsbrev her: [Afmeld nyhedsbrev](#)

MindApps.dk • Heden 11 • 5000 Odense C  
Tlf: 29265950 • Email: MindApps@rsyd.dk