



Open camera
i-phone.

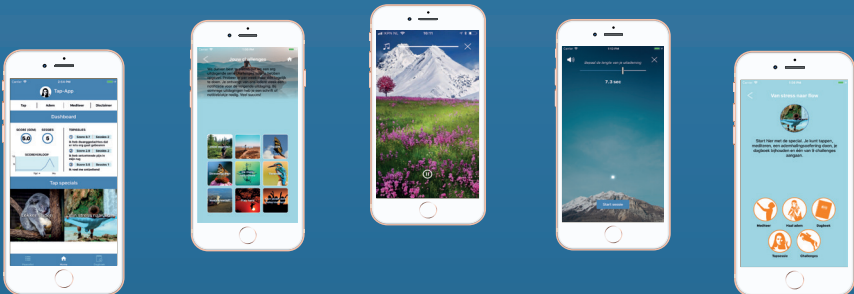
QR-code wordt
vanzelf gescand



OpenMind

EFT | MEDITEER | ADEM | CGT

***Dé meest complete app om jouw negatieve
emoties aan te pakken!***



*"Een super fijne manier om écht aan mijn
issues te werken: een aanrader boordevol
tips, tricks en oefeningen!"*

- Marianne, juriste -

*"Ik gebruik OpenMind het liefst bij al mijn
cliënten. Makkelijke communicatie en een
prima ondersteuning op afstand!"*

- Barbara, psychologe -

WAAROM?



Kleine of wat grotere problemen: we hebben allemaal af en toe last van negatieve emoties. Toch is dit nog best een taboe-onderwerp om over te praten. De app 'OpenMind' helpt je om zelf, of met professionele hulp van een psycholoog of andere professional, met jouw problemen te dealen. Begeleid door psychologe Merel biedt de app je CGT-dagboeken ademhalings-, meditatie- en SMARTTAPPING EFT oefeningen.

Daarnaast hebben we specials gemaakt rond thema's als stress, slapeloosheid en angst. Daarin vind je speciaal geselecteerde oefeningen en hebben we een uitdagende serie challenges voor je klaarstaan om daadwerkelijk aan jouw issues te gaan werken. En doordat je je smartphone altijd op zak hebt, kun altijd direct aan de slag met de oefeningen en opdrachten, waar je ook bent!. De OpenMind -app helpt je makkelijker los te laten, relaxt en stressvrij te leven en geeft je inzicht in jezelf!

VOOR WIE?

OpenMind is er voor mensen met een drukke baan en gezin, die meer bewust in het leven willen staan en hun problemen écht willen loslaten.

Verlicht de impact van jouw issues met de OpenMind-app

Meer dan 100 ademhalings-, meditatie-, -EFT-oefeningen en opdrachten in één app met begeleiding van psychologe Merel

Werk aan jouw thema's zoals stress, slapeloosheid, piekeren angst of depressie

Houd dagboekjes bij en deel deze evt. met je psycholoog of coach

Voor psychologen en coaches

Behandel jouw cliënten effectiever en verbeter het klantcontact met de OpenMind app.

De oefeningen en opdrachten zijn gebaseerd op voor professionals zeer bekende formats, concepten en methodes

Ontvang voor de sessie dagboeken en statistische info van je cliënt

Ondersteun jouw cliënten effectiever op afstand