

Ik gebruik de BETERapp om te **werken** aan mijn **gezondheid**.

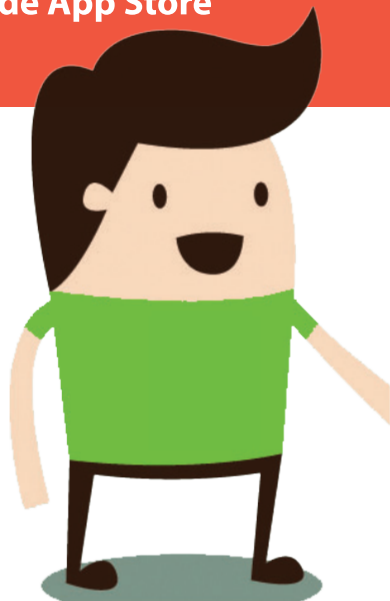
www.beterapp.nl

'Ik zit al een tijdje niet lekker in mijn vel. Ik wil me beter voelen. Met acties zoals meer sporten en gezond eten, ga ik dit doel bereiken. Met de BETERapp score ik mijn dagelijkse gevoel en houd ik bij of ik de door mijzelf gestelde acties haal.

Door mijn doel en acties te delen met mensen die ik vertrouw merk ik dat ik vooruitgang boek. Mijn vrienden staan voor me klaar als het even niet gaat en met de app is mijn coach altijd dichtbij.'



Download de BETERapp in de App Store





Ik gebruik de BETERapp om mensen (vrienden, familie, cliënten) beter te kunnen **helpen**.

www.beterapp.nl



'Ik gebruik de BETERapp omdat mijn broer mij vroeg hem te helpen. Ik wist helemaal niet dat hij niet lekker in zijn vel zat. Hij deelt nu zijn gevoel met me en laat me zien hoe hij aan zijn gezondheid werkt. Ik moedig hem aan en help hem met sporten als ik merk dat hij er zelf even niet meer aan toe komt.

Ik heb het gevoel dat ik hem nu echt help en klaar kan staan als hij me nodig heeft. Hij heeft ook andere helpers bijgeschakeld, waaronder zijn behandelaar: prachtig om te zien wat zij doen en hoe wij hem samen helpen zijn doel te bereiken.'

Surf naar www.mijn.beterapp.nl en maak een account aan!

