



Doe mee aan het JADE-onderzoek: Verbeter je stemming met slimme hulp in je broekzak!

Ervaar je depressieve klachten?

En wil je hulp om je dagelijkse activiteiten weer op te pakken?

Wij zoeken deelnemers* voor een onderzoek naar een nieuwe, digitale manier om behandeling effectiever te maken: Just-in-Time adaptieve interventies via je smartphone.

Wat is het JADE-onderzoek?

Het JADE-onderzoek test een innovatieve aanpak om je op het juiste moment te helpen met kleine, haalbare activiteiten. Je krijgt ondersteuning via je smartphone op momenten dat je die het hardst nodig hebt.

Wat levert het jou op?

- ✓ Persoonlijke suggesties voor activiteiten die passen bij jouw voorkeuren
- ✓ Steun op moeilijke momenten – precies wanneer jij dat nodig hebt
- ✓ Mogelijkheid om jezelf beter te voelen door actief te blijven
- ✓ Meer inzicht in het verloop van je stemming
- ✓ Een vergoeding van €25 na afloop van het onderzoek

Praktisch

- Duur: 8 weken
- Deelname is vrijblijvend en je mag op elk moment stoppen

Interesse?

Mail naar: research@thubble.nl

Meer informatie: www.jadeproject.nl

* Alleen voor mensen die aangemeld zijn of in behandeling zijn bij Thubble of Mindfit.

JADE is een samenwerking tussen Thubble en de Universiteit van Twente