



VRELAX INSTRUCTIEGIDS

CE EN MDR GECERTIFICEERD



Bedankt!

Wat goed dat je aan de slag gaat met VRelax! Deze instructiegids is bedoeld voor de behandelaar en individuele gebruiker van de VRelax app. Lees deze instructiegids volledig door voordat je de VR-bril met de VRelax app in gebruik neemt. Zo bieden we samen de juiste zorg en veiligheid aan gebruikers.

VRelax is een interventie die mensen met stress, pijn of psychische klachten op elk moment zelfstandig kunnen uitvoeren om ontspanning te bevorderen, het niveau van ervaren stress te reduceren en mentaal welbevinden te verbeteren. Veiligheid en wetenschappelijke validatie vinden wij erg belangrijk. VRelax heeft een CE-markering voor Medische Hulpmiddelen. Dit betekent dat de software van VRelax als medisch hulpmiddel veilig is en voldoet aan de Europese richtlijnen.

VRelax B.V. | Rozenburglaan 11, 9727 DL Groningen
050-2110142 | support@vrelax.com | www.vrelax.com

APPVERSIE 4 **PUBLICATIE DATUM 01-06-2024**

De informatie in deze instructiegids wordt met grote zorgvuldigheid samengesteld en onderhouden. Het kan echter voorkomen dat je onjuistheden aantreft. Hiervoor aanvaarden wij geen aansprakelijkheid. VRelax B.V. is en blijft de enige rechthebbende ter zake van de auteursrechten voor deze instructiegids. Voor de meest actuele versie verwijzen wij je graag naar onze website www.vrelax.com/support.

INHOUDSOPGAVE

pagina

4. Doelgroep
4. Klinische voordelen
5. Indicaties
6. Mogelijke risico's
7. Waar moet u op letten?
8. Hygiëne protocol
9. Instructie Meta Quest 3
10. Instructie Pico G3
11. Updaten
12. Inlogprocedure
13. Instructie VRelax app
14. Instructie GRIP app
15. HRV meting (Biofeedback)
16. Aandachtspunten
17. Helpdesk & Updates
18. Ons ecosysteem
19. Wat biedt de VRelax app?

Is jouw organisatie klant bij Zilveren Kruis en wil je VRelax inzetten voor personeel? Vraag ons dan naar de mogelijkheden.

Mede mogelijk
gemaakt door



DOELGROEP

VRelax is bedoeld als ondersteuning voor mensen met een hoog niveau van stress en (risico op het ontstaan van) gezondheidsproblemen. Dit kunnen mensen zijn met psychiatrische of psychologische problemen, maar ook mensen met lichamelijke klachten die als gevolg daarvan stress en mentale klachten ervaren. Daarnaast kan VRelax worden ingezet bij mensen met een verstandelijke beperking of psychogeriatrische problematiek. Ook mensen in werksituaties zijn een doelgroep, wanneer ze te maken hebben met stress door een hoge werkbelasting. VRelax helpt in de detoxificatie fase bij het verlagen van stress, spanning en angst en voorkomt daarmee terugval. Het gebruik van VRelax vraagt niet veel focus of energie en helpt bij het verlagen van medicatie gebruik.

Studies laten zien dat frequent gebruik langdurig en gestapeld effect biedt. Het zelfstandig kunnen verlagen van stress met VRelax, verhoogt tevens het zelfvertrouwen.

(www.vrelax.com/onderzoek).

KLINISCHE VOORDELEN

PSYCHOLOGISCHE EN PSYCHIATRISCHE KLACHTEN

Vermindering van stress en negatieve gemoedstoestand, verbetering van positieve gemoedstoestand en welbevinden, beter herstel van en/of voorkomen van psychiatrische klachten, versterken van autonomie en zelfcontrole (*www.vrelax.com/onderzoek*).

LICHAMELIJKE KLACHTEN

Vermindering van ervaren stress en negatieve gemoedstoestand, verbetering van positieve gemoedstoestand en welbevinden, minder pijn en verbeteren van coping.

VERSTANDELIJKE BEPERKING OF PSYCHOGERIATRISCHE PROBLEMATIEK

Vermindering van ervaren stress, agitatie, probleemgedrag. Verbetering van positieve gemoedstoestand, welbevinden en afleiding. Wetenschappelijk onderzoek en praktijkervaringen laten een direct effect tot 40% stressreductie zien. VRelax is laagdrempelig in gebruik en makkelijk te integreren in processen en behandelprotocollen.

(<https://www.academyhetdorp.nl/projecten/vrelax-ontsnappen-aan-stress-en-pijn-door-virtual-reality>).

INDICATIES

Op basis van verschillende onderzoeken (www.vrelax.com/onderzoek) die zijn uitgevoerd samen met Universitair Centrum Psychiatrie van het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG), komt VRelax tot de volgende indicaties voor gebruik:

INDICATIES

- Stressklachten
- Burn-out
- Pijn
- Angst
- Depressie
- Agitatie/onrust
- Agressie
- Piekeren
- Slaapproblemen
- Somberheid
- Niet naar buiten kunnen, bedlegerig
- Afleiding bij lichamelijk ongemak
- Strikte isolatie i.v.m. medische behandeling
- Stoppen met roken
- Ontwenning drugs, alcohol
- Afbouw medicatie

Bekijk mijn psycho-educatie video over hoe stress werkt in jouw brein en lichaam!



Prof. Wim Veling
Chief Scientific Officer

WAT IS STRESS?

Prof. Wim Veling neemt je mee in de wereld van stress en de effecten van stress op geest en lichaam.



CONTRA-INDICATIES

Bij het toepassen van VRelax dient, bij de te behandelen client/patiënt, uitgevraagd te worden of deze eerder last heeft gehad van onderstaande symptomen. Zo ja, dan wordt Virtual Reality als techniek afgeraden om te gebruiken.

- Foto-sensitieve epilepsie
- Ernstige wonden in het gelaat
- Leeftijd jonger dan 6 jaar
- Ernstige duizeligheid
- Noodzakelijk gebruik van een bril die niet te combineren is met de VR-bril
- Allergie voor latex, PU-materialen, antiseptische- en reinigingsstoffen
- Gebruiker met een laag cognitieve functie die niet in staat is de VRelax software te begrijpen

MOGELIJKE RISICO'S

VRelax werd in onderzoeksverband gebruikt door mensen met psychiatrische klachten, lichamelijke ziekten en werkgerelateerde stress. Bij VRelax zijn geen meldingen geweest van ernstig negatieve effecten, in onderzoeksverband wordt dit systematisch bijgehouden. Voor meer informatie kun je contact opnemen of mailen naar support@vrelax.com of bel ons via +31 50 211 01 42.

Afhankelijk van de kwaliteit van het type VR-bril, de beweeglijkheid van de beelden en de gevoeligheid van de gebruiker kan duizeligheid of een risico op misselijkheid optreden.

WINNAAR
PRIX GALIEN
MEDETECH AWARD

GF
THE GALIEN
FOUNDATION



WAAR MOET JE OP LETTEN?

1. Tijdens het gebruik dient de gebruiker stabiel te zitten of een zitliggende houding aan te nemen (30°) ter voorkoming van vallen of stoten tijdens de behandeling.
2. Gebruik VRelax in een prikkelarme en veilige omgeving zodat de focus op VRelax het ontspannende effect kan vergroten.
3. Zorg er voor dat er voldoende ruimte is om de gebruiker heen, zodat deze zich niet kan stoten of bezeren aan objecten.
4. Wanneer mensen niet bekend zijn met Virtual Reality kan dit een schrikreactie opwekken. Een zorgvuldige introductie over de beelden van VRelax, en wat voor effect dat kan hebben, is van belang.
5. Als de gebruiker is gekoppeld aan medische apparatuur, dient vooraf aan de VRelax sessie door de behandelaar het risico (interferentie, verstikkingen, etc.) te worden ingeschat voordat er met VRelax wordt gestart.
6. Wanneer de patiënt medicatie gebruikt, worden vooraf de risico's ingeschat. Na goedkeuring van de behandelend specialist kan de sessie met VRelax plaatsvinden.
7. Om gehoorbeschadiging te voorkomen, dient vooraf het volume van het geluid te worden gecontroleerd en goed te worden ingesteld.
8. De VR-bril moet na gebruik worden schoongemaakt als deze door verschillende mensen wordt gebruikt. Volg het VRelax hygiëne protocol op pagina 8.
9. Om goede werking te garanderen dient de VR-bril na iedere sessie te worden gecontroleerd op hardware-, en softwarematige defecten.
10. Bij beschadiging van de VR-bril, kabel en/of oplader, dient deze buiten gebruik te worden gesteld en aan een ter zake kundig persoon ter beoordeling worden aangeboden.
11. Om beschadiging van de lenzen van de VR-bril te voorkomen, dient de VR-bril te zijn beschermd tegen direct zonlicht. Schade hierdoor valt niet onder de garantie.
12. Om een allergische reactie bij de gebruiker te voorkomen, dient vooraf aan de gebruiker te worden gevraagd of deze allergisch is voor latex, antiseptische en reinigingsstoffen. Raadpleeg bij twijfel ook de leverancier van de VR-bril.

HYGIËNEPROTOCOL

VÓÓR GEBRUIK

1. Reinig en desinfecteer uw handen.
2. Maak je gebruik van oordoppen of koptelefoon voor beter geluid? Zorg er dan voor dat je gebruik maakt van jouw eigen oordoppen/koptelefoon.
3. Reinig het siliconen of kunstlederen oppervlak van het ingebouwde hoofdmasker met Indicin Oxy Wipes of 75% alcohol*. Maak hierna de lenzen eventueel schoon met het bijgeleverde microvezeldoekje.
4. Zet de VR-bril op en volg de VR-instructies op pagina 9/10/11.

NA GEBRUIK

1. Zet de VR-bril af en laat de gebruiker langzaam weer opstaan.
2. Bij duizeligheid; laat de gebruiker zitten of liggen totdat de duizeligheid verdwenen is.
3. Neem het gezichtskussen, de hoofdbanden, de buitenzijde van de VR-bril en de controller af met Indicin Oxy Wipes. Belangrijk: de lenzen maak je schoon met een zachte droge doek en niet met de Oxy Wipes.
4. Berg de VR-bril en toebehoren op in een droge stofvrije ruimte
5. De lenzen zijn kwetsbaar, de VR-bril beschermen tegen direct zonlicht.
6. Desinfecteer je handen.

** Alcohol kan na verloop van tijd zorgen voor het broos worden van kunststof. Dit gaat dan met name om zachte kunststoffen, zoals de foam facepad. Waterstof peroxide zou bijv. een verkleuring kunnen geven. Eventuele vervanging van onderdelen is voor rekening van de gebruiker.*

*** Onder zeer kwetsbare gebruikers verstaan wij mensen met een verhoogde infectiegevoeligheid zoals hematologie patiënten.*



umcg

Tot stand gekomen i.s.m. het Infectiepreventieteam van het UMCG

INSTRUCTIE META QUEST 3



Aan/uit knop

STAP 1

Start de VR-bril door 3 seconden op de aan/uit knop te drukken. Deze knop bevindt zich aan de rechterzijde. Zorg dat de hoofdband goed is afgesteld voor comfortabel gebruik van de VR-bril.



Selectieknop

STAP 2

Je bent nu in het hoofdmenu en hebt hier de controller nodig. Kies de juiste controller afhankelijk van jouw voorkeur voor rechts of links. Je ziet een 'pointer' waarmee je kunt richten om items te selecteren. Om jouw keuze te bevestigen gebruik je de knop bij de wijsvinger.



Snelle instellingen



Apps

STAP 3

Om updates en nieuwe content te ontvangen, is het nodig te verbinden met het internet. Beweeg de pointer naar 'Snelle instellingen' onderin de menubalk. Kies bij 'Wi-Fi' het netwerk waar je mee wilt verbinden.



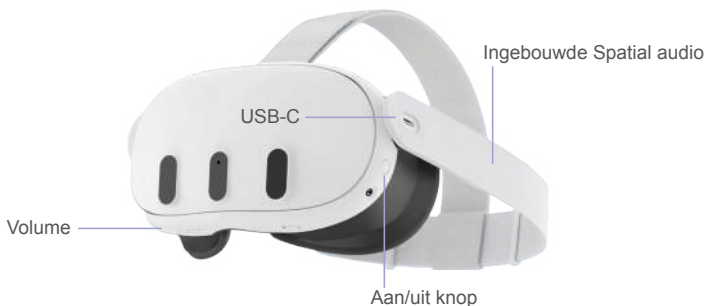
VRelax app

STAP 4

Klik vervolgens op 'App bibliotheek' rechts in de hoek. Selecteer de VRelax app in het app overzicht. Eenmaal binnen de VRelax app hoef je de controllers niet meer te gebruiken en wordt de app bestuurd met hoofdbewegingen.

LET OP! Zorg dat je Oculus-account is omgezet naar een Meta-account om updates voor de VR-bril en de VRelax app te ontvangen. *Zie pag.17*

KNOPFUNCTIES



INSTRUCTIE PICO G3

STAP 1

Start de VR-bril door 3 seconden op de aan/uit knop te drukken. Deze knop bevindt zich boven op de VR-bril aan de linkerkzijde.




STAP 2

Om updates en nieuwe content te ontvangen, moet je verbinden met het internet. Beweeg de stip  met je hoofd naar het instellingen-icoon onderin de menu balk. Selecteer vervolgens het Wi-Fi icoon (WLAN) en maak verbinding. Kies jouw netwerk door op de ovale selectieknop te drukken (rechterzijde VR-bril).

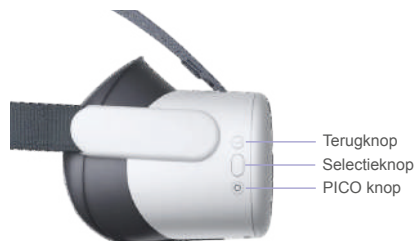
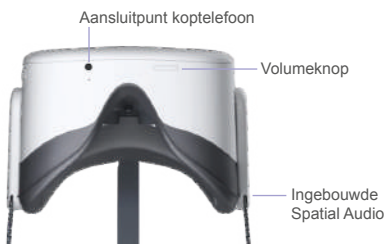


STAP 3

Beweeg de stip  met je hoofd naar 'Bibliotheek' en druk op de ovale selectieknop (rechterzijde van de VR-bril). Selecteer vervolgens de VRelax app.

LET OP! Wil je updates uitvoeren voor de VR-bril of de VRelax app? Dan heb je hiervoor een Pico-account nodig. Per account kunnen meerdere VR-brillen worden gekoppeld. Wil je een Pico-account aanmaken? Kijk dan op pagina 17 hoe je dat kunt doen.

KNOPFUNCTIES



1. De controller is niet vereist om de VR-bril te kunnen gebruiken. Keuzes maken kan ook met de selectieknop.
2. Reset de kijkrichting door 1 seconde op de Pico knop te drukken (onderste knop rechterzijde van de VR-bril).

UPDATEN

VR-BRIL UPDATE

STAP 1

Druk eenmaal op de PICO knop (onderste knop aan de rechterzijde van de VR-bril ☺) om in het menu te komen.

STAP 2

Om updates en nieuwe content te ontvangen, moet je verbinden met het internet. Beweeg de stip met je hoofd naar het instellingen icoon onderin de menubalk. Beweeg de stip met je hoofd naar het Wi-Fi icoon (WLAN). Kies jouw netwerk door op de ovale selectie knop te drukken (rechterzijde VR-bril).

STAP 3

Beweeg de stip met je hoofd naar 'Bibliotheek' en druk op de ovale selectieknop. Druk op Systeemupdate. Een venster laat zien of jouw software up-to-date is of niet.

APP UPDATE

STAP 1

Druk op de aan/uit-knop om de VR-bril op te starten. Wanneer je in het hoofdmenu bent navigeer dan naar 'Bibliotheek'.

STAP 2

Klik op 'Alles' aan de linkerzijde. Hier staat de VRelax app in het overzicht en wordt aangegeven of er een update beschikbaar is. Dat staat in het icoon van de app. Klik op 'update' om de app bij te werken en start daarna de app opnieuw.



SCAN DE QR-CODE

EN BEKIJK DE
HANDLEIDING
VOOR DE PICO G3
VR BRIL

INLOGPROCEDURE

ONLINE

STAP 1

Pak de VR-bril en koppel deze aan WiFi. Afhankelijk van jouw type VR-bril staat bij de relevante instructie beschreven hoe je dit kunt doen.

STAP 2

Start de 'VRelax' app. Klik op 'Ga door' bij het instructiescherm. Hier zie je een 6-cijferige code staan. Leg de bril even weg en ga op je mobiel of computer naar dit webadres: account.vrelax.com/code

STAP 3

Log in met je VRelax account en vul de 6-cijferige code in die je in de bril ziet staan. Heb je geen inloggegevens voor VRelax, vraag dan aan een collega of zij deze wel hebben. Mocht deze ze ook niet hebben, neem dan contact met ons op via support@vrelax.com of +31 50 211 01 42.

STAP 4

Zet de VR-bril weer op, je wordt automatisch doorgezet naar het hoofdmenu en kunt nu aan de slag.

Ben je klaar met VRelaxen? Dan kun je de VR bril uitzetten door 3 seconden op de aan/uit knop te drukken. De volgende keer hoeft je niet in te loggen tenzij je langer dan 60 dagen offline bent geweest en jouw 'sessie' niet kan worden ververst.

OFFLINE

STAP 1

Pak de VR-bril en start de 'VRelax' app. Klik op 'Ga door' bij het instructiescherm.

STAP 2

Krijg je een melding dat je gekoppeld moet zijn aan het internet? Volg dan de stappen uit de online procedure hiernaast.

STAP 3

Ga weer terug naar de 'VRelax' app, je wordt naar het menu geleid en kunt beginnen.

LET OP!

Om het gebruiksgemak te vergroten mag je de VRelax app 60 dagen offline gebruiken. Daarna moet je weer verbinding maken met een WiFi netwerk.

Wij vragen dit omdat wij jou graag updates blijven aanbieden, en de bril data moet kunnen versturen naar ons zodat wij hiervan kunnen leren om de VRelax app nog beter kunnen maken voor jou.

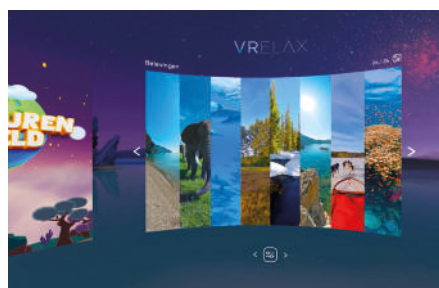
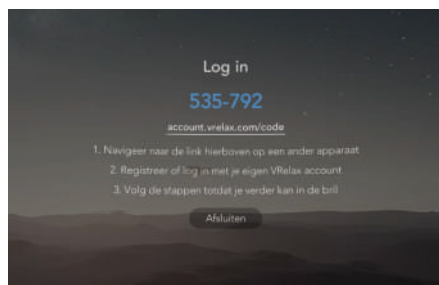
VRELAX

FINALIST
NATIONALE

+ zorg
innovatie

PRIJS 2022

INSTRUCTIE VRELAX APP



STAP 1

Navigeren doe je door je hoofd te bewegen en, de stip die je hiermee aanstuurt, op de knoppen te richten. Door twee seconden naar een knop te kijken, wordt de knop geactiveerd. Je hoeft hiervoor geen controller en knoppen op de bril te gebruiken.

Kijk naar de blauwe knop 'Verder' en wacht totdat de cirkelvormige laadbalk voltooid is. Op deze manier maak je binnen de app keuzes.

STAP 2

Je kunt nu inloggen. Volg hiervoor de stappen die op pagina 12 staan beschreven.

STAP 3

In het menu zie je verschillende vensters. 'Oefeningen' brengt je rechtstreeks naar verschillende ontspanningsoefeningen. 'Avonturenwereld' toont geanimeerde interactieve fantasiewerelden. 'Belevingen' toont verschillende op zichzelf staande werelden. Binnen 'Reizen' kun je op verkenning in werelden die met elkaar verbonden zijn.

TIP! De app kan aangeven dat er nieuwe content gedownload kan worden. Als de bril in slaapstand gaat, wordt er geen nieuwe content gedownload. Mocht het lang duren, neem contact op met support voor tips via 050 211 01 42 of support@vrelax.com voor tips.



SCAN DE QR-CODE
EN BEKIJK DE
INSTRUCTIEVIDEO

INSTRUCTIE GRIP.APP

STAP 1

Is GRIP ingebrepen in jouw licentie? Dan maakt de VR bril zich vindbaar op internet en kun je deze verbinden met de GRIP app. Download de VRelax GRIP app in App store of Play store.

Zorg dat de tablet die je wilt gaan gebruiken, aangesloten is op het lokale WiFi netwerk dat een minimale snelheid heeft van 15mbit download en 15mbit upload. Mochten meerdere apparaten op dit netwerk zitten die data streamen dan kan de kwaliteit van de videostream in de GRIP app lager uitvallen. De tablet moet minimaal 4GB werkgeheugen hebben en mag niet ouder zijn dan 3 jaar.

STAP 2

Log in met je VRelax account. Als je ingelogd bent zie je welke sessies actief zijn. Selecteer een VRelax licentie om mee te verbinden. Open vervolgens het linker panel op de tablet en selecteer 'Start meekijken' om te beginnen.

STAP 3

Je kunt nu meekijken in de VR-bril. Wanneer de gebruiker begint met VRelaxen, kun je de sessie als begeleider ook overnemen door 'Controle overnemen' te selecteren. Je kunt ook kiezen voor 'zelf meekijken' met de VR gebruiker door deze optie te selecteren. Als je dit niet hebt geselecteerd, zie je een stilstaand beeld, hierin kun je zelf rondkijken door met twee vingers te swipen. Door met één vinger te drukken kun je interacties activeren binnen een omgeving.

STAP 4

Wil je terug naar het hoofdmenu? Klik dan met je vinger op de terugknop onderin de 360° omgeving door één keer te drukken.

TIP: Wil de gebruiker snel terug, klik dan op 'Terug naar hoofdmenu'.



**SCAN DE QR-CODE
EN BEKIJK DE GRIP
INSTRUCTIEVIDEO**



HRV METING (HARTSLAGVARIABILITEIT)

BIOFEEDBACK-SENSOR

Doe de sensor om je middel en zorg dat de gladde meetpunten goed contact maken met het lichaam. Blijf in de buurt (2 meter) van de tablet met hierop de GRIP app. Deze tablet zal via bluetooth zoeken naar de sensor. De sensor kan gevonden worden als hij toegang heeft tot de bluetooth en locatie van de tablet. Geef hiervoor toestemming bij 'Instellingen'.

HRV SESSIE STARTEN

STAP 1

Zorg dat de tablet met de GRIP app verbonden is aan een WiFi netwerk. Start de VRelax GRIP app en log in met je VRelax account.

STAP 2

Schuif aan de rechterzijde binnen de GRIP app het biofeedback panel open. Selecteer nu eerst een sessie om te verbinden. Volg de stappen en instructies.

STAP 3

Selecteer de sensor die gevonden wordt door de GRIP app. Verbind pas als de signaalsterkte een groene indicator toont. Je kunt nu de HRV sessie starten.

STAP 4

Voor een goede HRV indicatie dient de sensor minimaal 2 minuten actief te zijn om een zogeheten 'baseline' te tonen. Een sessie moet minimaal 2 minuten actief zijn om de sessie te kunnen opslaan.

De HRV-data wordt nu doorgestuurd naar de GRIP app vanaf de sensor. Na de sessie kunnen de resultaten bekeken worden in het VRelax dashboard.

TIPS

De HRV-meter toont realtime waar jij naartoe beweegt in je stressniveau.

De HRV-grafiek toont het verloop van de sessie van start tot einde. Deze gegevens worden opgeslagen in het VRelax dashboard en kunnen hier na de sessie bekeken worden naast eerdere sessies, om zo een patroon te ontdekken en te leren welk effect VRelax heeft op de gemoedstoestand van de gemeten persoon.

LET OP: het vergt enige ervaring om de HRV-data goed te interpreteren. De behandelaar kent de zogeheten 'context' over de gemeten patient die belangrijk is voor de interpretatie van de HRV-data.

Iemand die bijvoorbeeld net heeft gesport, slecht heeft geslapen, alcohol heeft gehad of een recent trauma heeft opgelopen kan een afwijkende HRV-uitslag hebben. De meting van 1 sessie is daarom puur indicatief, meerdere VRelax sessies zullen een betrouwbaarder beeld schetsen.

AANDACHTSPUNTEN

1. VRelax ondersteunt geen softwareversies die meer dan één versie teruggaan. Zorg er daarom voor dat de VRelax bril op tijd is bijgewerkt om te profiteren van onze nieuwste functies en content. Heb jij moeite met updaten? Contacteer support via 050 211 01 42 of support@vrelax.com en wij helpen je verder.
2. Door het gebruik van de VR-bril zal deze slijten. Om ervoor te zorgen dat de VR-bril goed en veilig kan worden gebruikt, dient deze periodiek te worden gecontroleerd op beschadigingen. Bij beschadigingen dienen de onderdelen of de gehele VR-bril te worden vervangen.
3. Controleer de status van de accu van de VR-bril voor en na ieder gebruik. Zorg dat de VR-bril volledig is opgeladen voor volgend gebruik. Hiermee wordt voorkomen dat de sessie voortijdig moet worden gestaakt.
4. Bewaar de VR-bril op kamertemperatuur in een donkere, droge omgeving en zorg dat deze is uitgeschakeld.
5. Pak de VR-bril aan met schone handen of handschoenen aan de buitenzijde. Vermijd contact met de lenzen om beschadiging en vervuiling te voorkomen.
6. Gebruik de VR-bril bij voorkeur binnen om defecten door zonlicht, temperatuur en vocht te voorkomen.
7. Installeer naast VRelax geen apps van derden om de goede werking van de VRelax app te garanderen en blootstelling aan ongewenste content te voorkomen.
8. Voorkom stoten en vallen van de VR-bril om een goede werking te garanderen.
9. De VRelax app alleen gebruiken in combinatie met de door VRelax aanbevolen hardware. Dit zijn de **PICO G2-4K / G3 / Neo 3**, **Meta Quest 2 / 3**.
10. Werkt de VR-bril niet goed? Zorg dan dat de VR-bril voldoende is opgeladen en check of de VR-bril de laatste software updates heeft. Werkt de bril hierna nog niet? Houdt de aan/uit knop dan 10 tot 20 seconden ingedrukt voor een reset.



Stefan Vogelzang
Chief Executive Officer VRelax

SCAN DE QR-CODE
EN LEES ONS MANIFEST
VOOR DE ZORG



HELPDESK & UPDATES

HELPDESK & FEEDBACK

Voor al jouw vragen, opmerkingen, feedback en/of klachten kun je contact opnemen met onze Customer Support afdeling via support@vrelax.com of via 050-2110142. Ons streven is om jou binnen één werkdag te woord te staan. Wanneer zich tijdens het gebruik van VRelax een ernstig voorval voordoet, dan horen wij dit graag via support@vrelax.com. Ook als je feedback, tips of andere aandachtspunten hebt die je wilt delen.

UPDATES & CONTENT

Binnen de looptijd van jouw licentie ontvang je gratis updates en nieuwe content. Je wordt hierover geïnformeerd via het bij ons bekende e-mailadres. Voor het downloaden hiervan is het noodzakelijk dat je beschikt over een stabiele (WiFi) internetverbinding.

PICO G3

Om te kunnen updaten moet je een PICO account aanmaken. Dit kun je aanmaken via <https://sso-global.picoxr.com/passport>. Bewaar de accountgegevens op een voor jou veilige plek. Er vindt geen overdracht van persoonsgegevens plaats tijdens updates.

Meta Quest 3

Om te kunnen updaten moet je een Meta account aanmaken. Dit kun je aanmaken via <https://auth.meta.com>. Bewaar de accountgegevens op een voor jou veilige plek. Er vindt geen overdracht van persoonsgegevens plaats tijdens updates.



Wij zijn VRelax. Wij helpen jou in de transitie naar slimme zorg.

ONS ECOSYSTEEM

Onze VRelax app moet er voor zorgen dat mentale en fysieke problemen zo snel mogelijk worden verminderd. Als organisatie of behandelaar wil je echter ook weten wat het effect is van VRelax op de gemoedstoestand van de gebruikers. Daarom bieden onze GRIP app en dashboard de nodige handvaten om te leren van deze effecten om VRelax nog effectiever in te zetten.

INZICHT



SCAN DE QR-CODE
EN LEER MEER OVER ONS ECOSYSTEEM



METEN IS WETEN!

VRelax werkt nauw samen met de afdeling Psychiatrie van het UMCG. Zij hebben veel ervaring met het gebruik van biofeedback binnen onderzoeken. Daarom hebben wij in overleg met hen gekozen voor de SUUNTO borstband sensor om zo accuraat mogelijk de hartslag variabiliteit te meten. Deze sensor geeft de beste data en een betrouwbaar beeld van de stressniveaus in het lichaam.



WAT BIEDT DE VRELAX APP?

Onze VR app bevat meer dan 70 hoogwaardige virtuele werelden van fotorealistische kwaliteit. Daarnaast bieden wij 3D geanimeerde avonturenwerelden aan voor jonge gebruikers. Afhankelijk van jouw behoefte naar interactie biedt de VRelax app een gelaagdheid die bij jou past.

Laag 1: Verken talloze werelden voor directe ontspanning zonder interactie

Laag 2: Interacteer met je omgeving, laat je verwonderen en kom nog sneller tot ontspanning

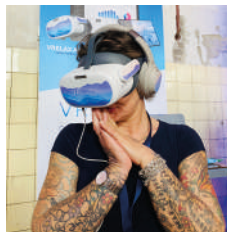
Laag 3: Kies voor ontspanningsoefeningen en train jezelf op het beter kunnen ontspannen.

Jij bepaalt zelf wat je wilt doen, waar en wanneer je dat wilt. De ruimtelijke audiobeleving maakt jouw ontspanning nog effectiever.



ZIEN IS GELOVEN!
SCAN DE QR-CODE EN
VERKEN DE VRELAX WERELD

Bewezen effectief tegen stress, burn-out klachten en pijn...



LEES HUN VERHALEN OP

WWW.VRELAX.COM/ERVARINGEN

VRELAX