



- indsigt og dialog -

Hvordan går det?

- Hvad har du lavet i dag?
- Hvordan havde du det sidste uge?
- Hvad lavede du sidste tirsdag?

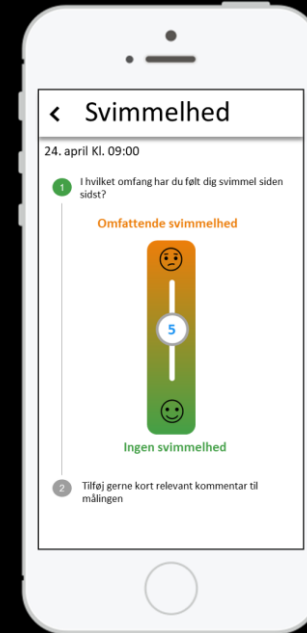
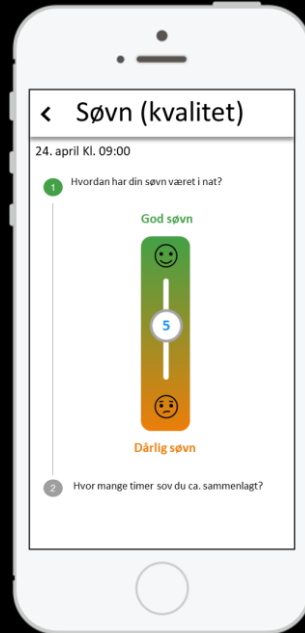
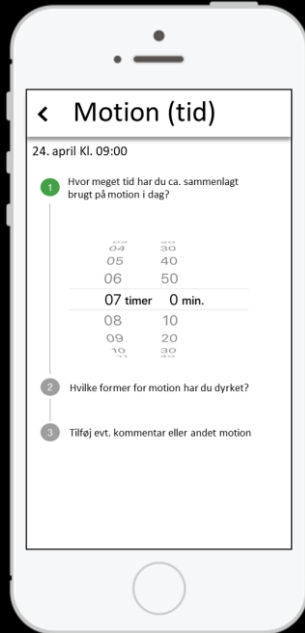
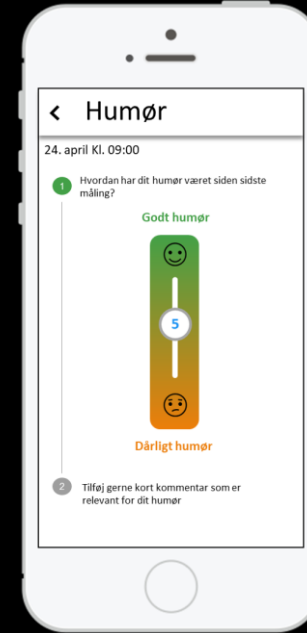
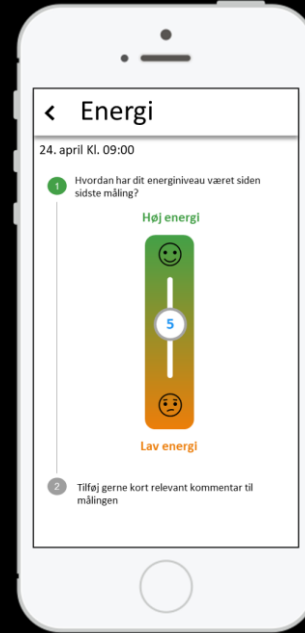
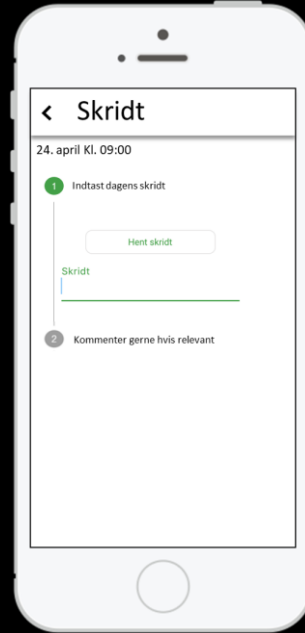


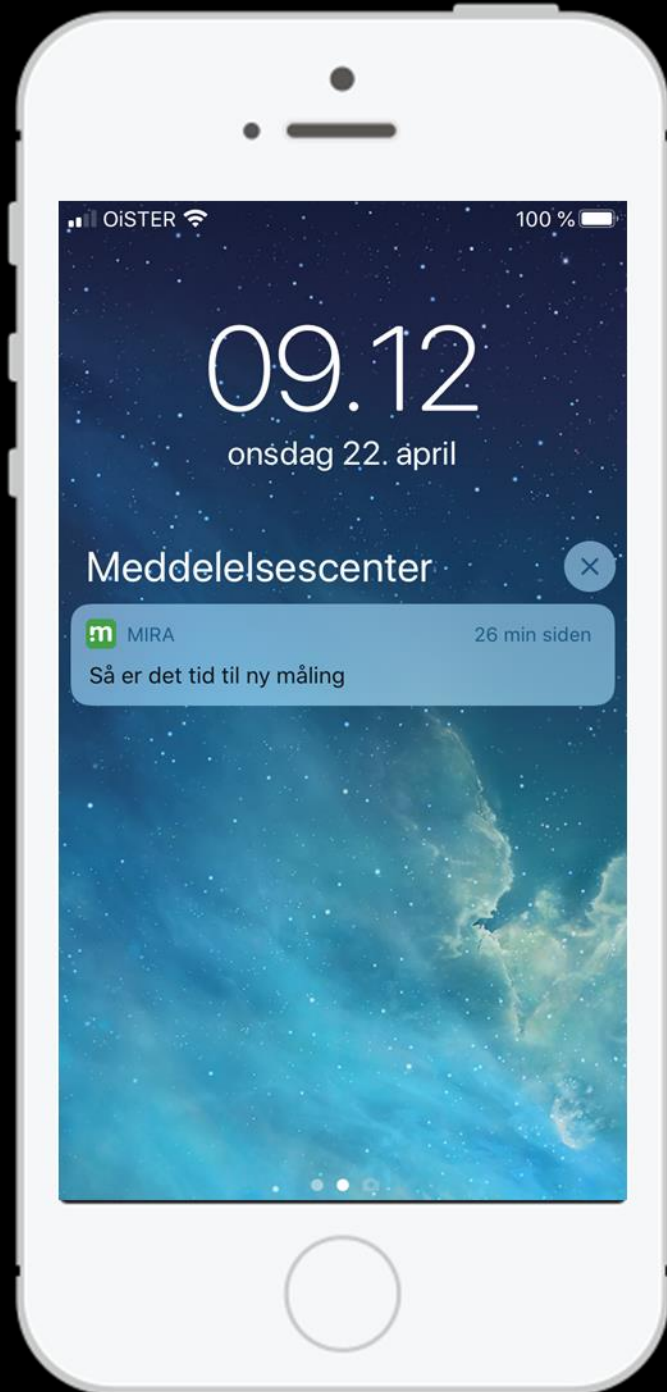
https://youtu.be/Utn_VjuB3SE

miras tilpasningsevne



Eksempel på en afdelings målepunkter





OISTER

100 %

09.12

onsdag 22. april

Meddelelsescenter



MIRA

26 min siden

Så er det tid til ny måling

Indtastning

(2 mangler)

Vis færdige

I dag 22. april

Kl. 09:00



Søvn (kvalitet)



Smerter
lænd



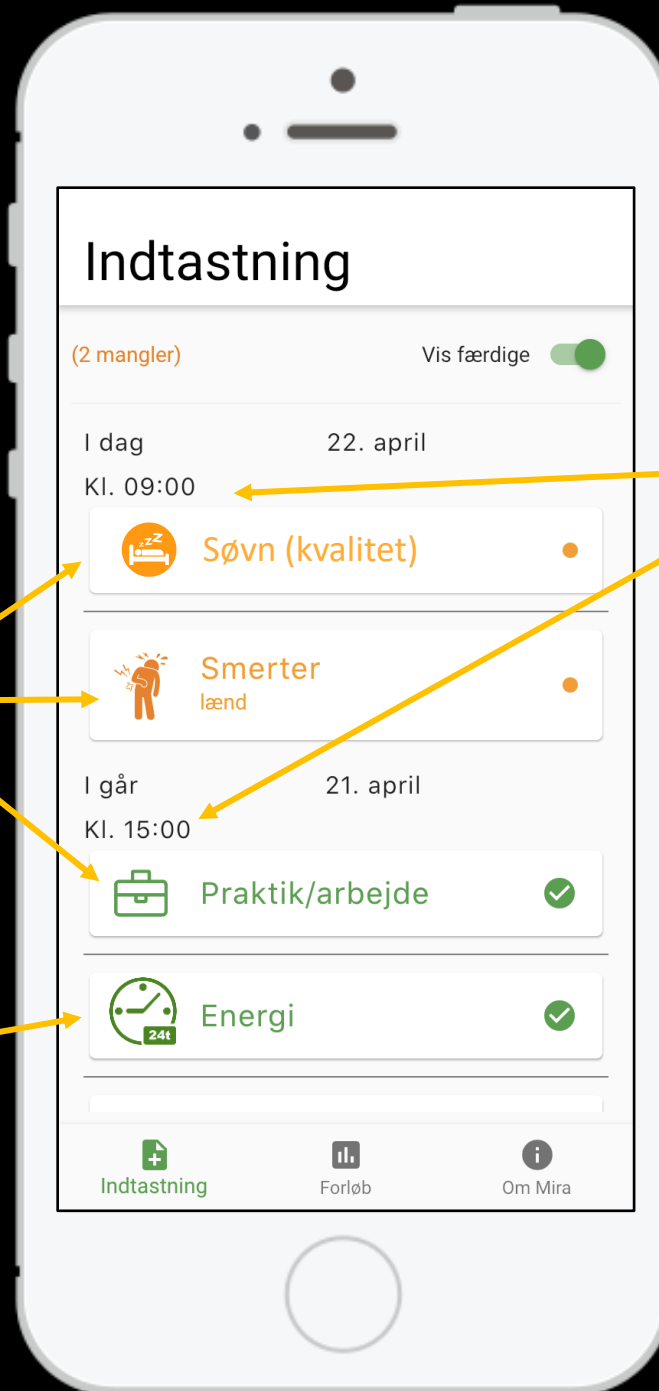
Indtastning



Forløb



Om Mira



Antallet et daglige påmindelser er 1-5 (men også på ugentlige niveau)

Mange muligheder for forskellige målepunkter

Ikonet kan skiftes

04	30
05	40
06	50
07 timer	0 min.
08	10
09	20
10	30

Hent skridt

Skridt

< Søvn (kvalitet)

24. april Kl. 09:00

1 Hvordan har din søvn været i nat?

Dårlig søvn

5

God søvn

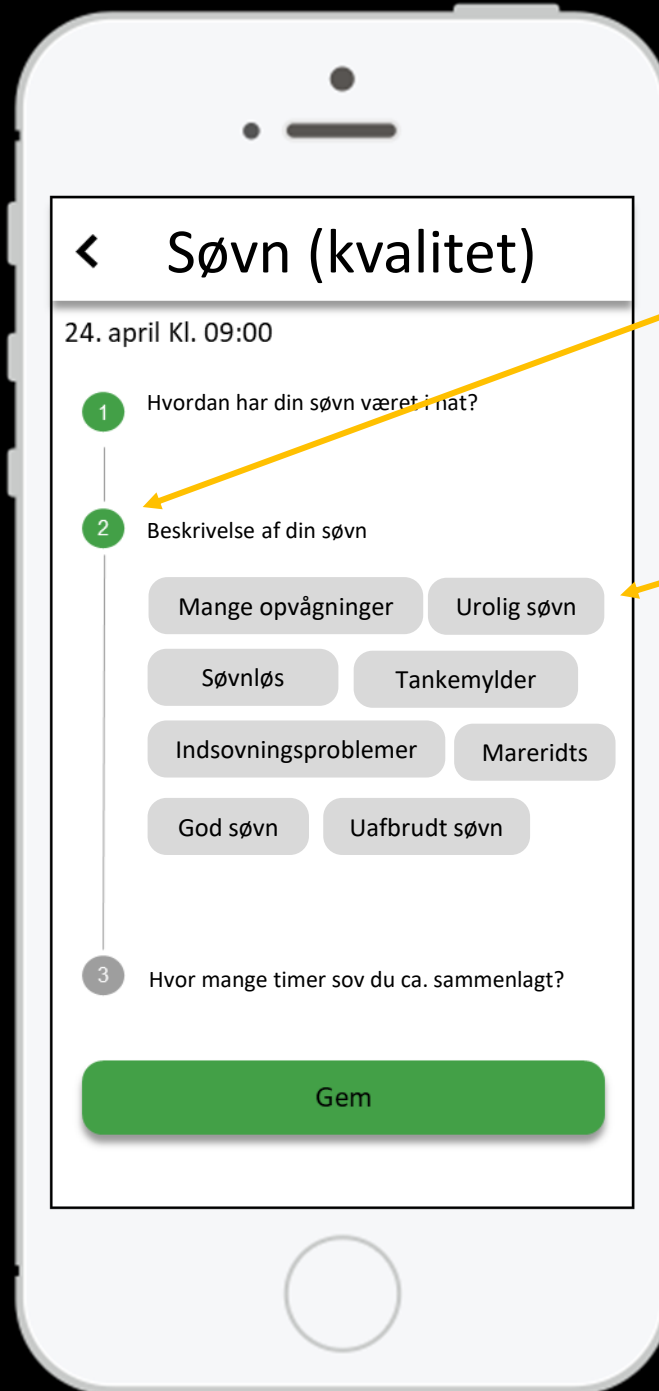
2 Beskrivelse af din søvn

3 Hvor mange timer sov du ca. sammenlagt?

Vi styrer formuleringen af spørgsmålet

Vi styrer målemetoden (her en 0-10 slider) – og retningen

Vi styrer ikonet og hjælpeteksten



< Søvn (kvalitet)

24. april Kl. 09:00

1 Hvordan har din søvn været i nat?

2 Beskrivelse af din søvn

Mange opvågninger

Urolig søvn

Søvnløs

Tankemylder

Indsovningsproblemer

Mareridts

God søvn

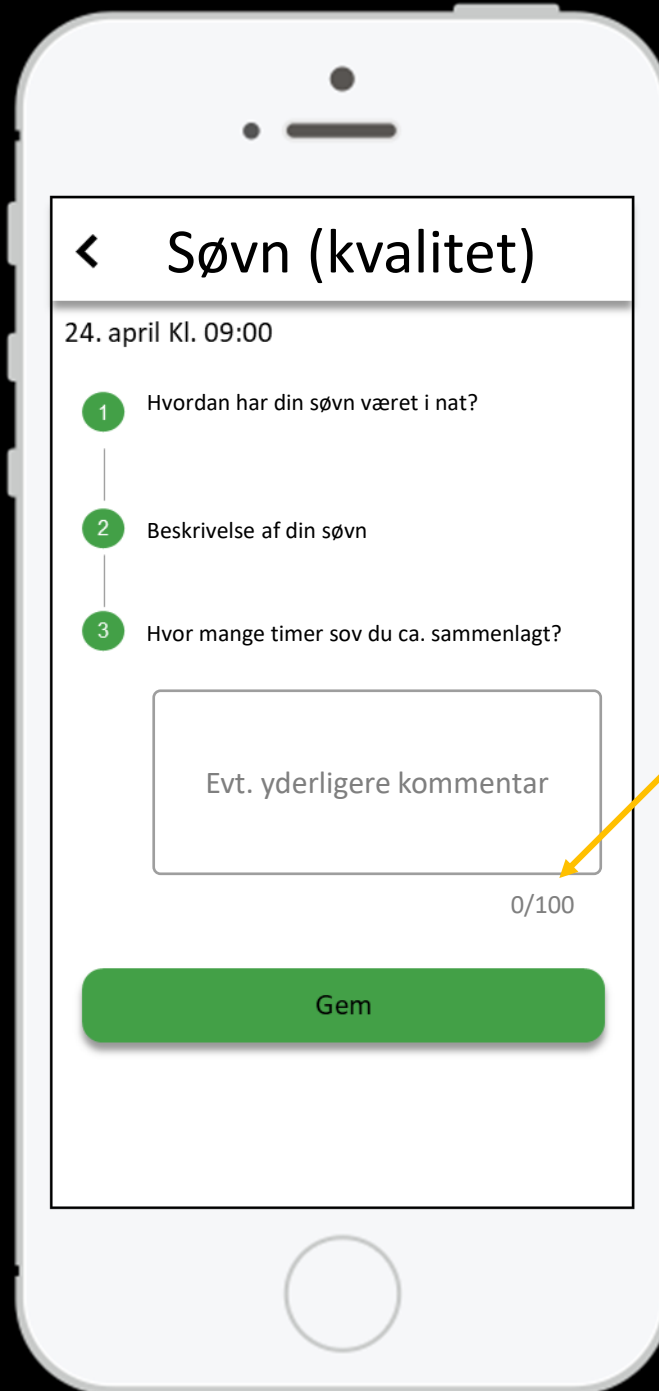
Uafbrudt søvn

3 Hvor mange timer sov du ca. sammenlagt?

Gem

Vi bestemmer om vi ønsker tilføjelser til en måling

Vi styrer antallet af tags og ordlyden



< Søvn (kvalitet)

24. april Kl. 09:00

1 Hvordan har din søvn været i nat?

2 Beskrivelse af din søvn

3 Hvor mange timer sov du ca. sammenlagt?

Evt. yderligere kommentar

0/100

Gem

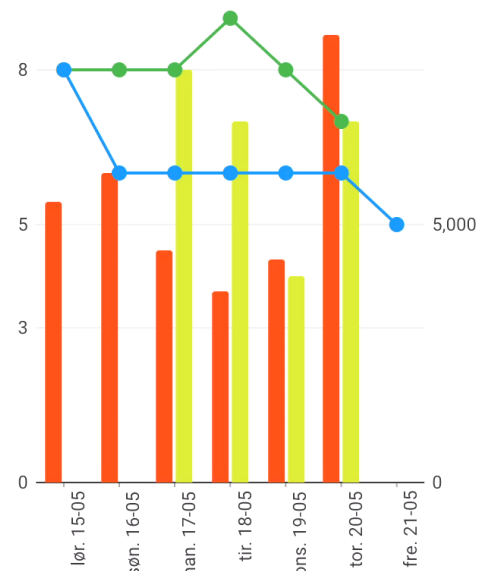
Vi styrer antallet af tegn

Forløb

15. maj 2021 - 21. maj 2021

Min dag Skridt Smerte (Skulder) Arbejde

10 10,000



lør. 15 maj 2021

Indtastning

Forløb

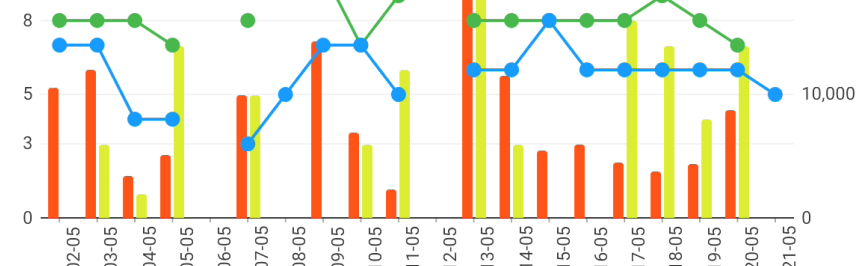
Om Mira

Forløb

2. maj 2021 - 20. maj 2021

Min dag Skridt Smerte (Skulder) Arbejde

10 20,000




Eksempel på tilpasningsparathed

< Arbejdstrivsel

29. maj kl. 21

1 I hvilket omfang trives du på jobbet i denne uge?

Høj grad af trivsel

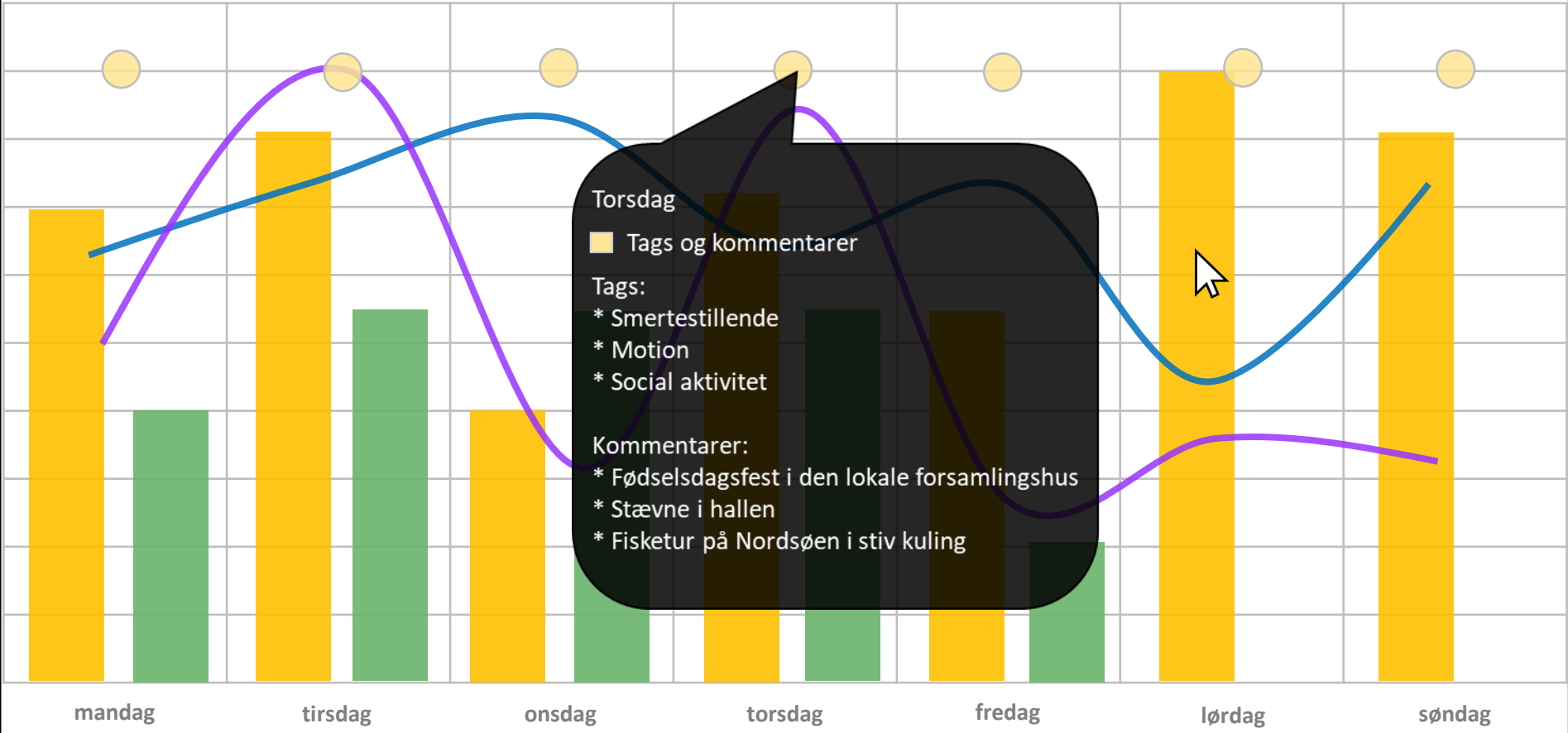


Høj grad af mistrivsel

2 Hvad har kendetegnet din arbejdsuge?

3 Evt. yderligere kommentarer

Skridt Praktik/arbejde Dagen-i-dag Energi Kommentarer og tags



A.



Socialfaglige indsatser

B.



Sundhedsfaglige indsatser

C.



Virksomhedsrettet indsatser



Simple og intuitiv løsning

Implementering



1.



Quicktur i backend
spilletid: 3min 32sek

2.



Opret borger og plan
spilletid: 2min 54sek

3.



Se borgers forløb
spilletid: 3min 7sek

4.



Rediger og pauser plan
spilletid: min sek.

5.



Gode råd
spilletid: min sek.

6.



mira i anvendelse

ekstra materiale



FAQ



Evaluering



YouTube
ABONNER



Explainer video



Handout



Version 1.11

Udgivet: 01-02-2021

Opdateret: 02-03-2021

Husk dette når I går hjem

- Mira er en elektronisk dagbog og dialogværktøj
 - ✓ Kvalificerer dialogen og borgerforløb
 - ✓ Det skaber indsigt - "aha-oplevelsen"
 - ✓ Bedre medarbejder forberedelse
- Mira er en intuitiv teknologisk løsning med fokus på brugervenlig
- Mira er tilpasningsparat og kan tænkes ind i mange sammenhænge
- Mira er skalerbar
- Mira er et samlet produkt bestående af:
 - ✓ Teknologi (app + backend)
 - ✓ Digital instruktionsbog til implementering
 - ✓ Evaluering (både virkning og effekt)

Kontakt mig endelig hvis du vil vide mere:



Anders Rosgaard
Fysioterapeut
Sociallægeinstitutionen
Fredens Torv 6
8000 Aarhus C

andr@aarhus.dk

41 85 46 41



[linkedin.com/in/andersrosgaard](https://www.linkedin.com/in/andersrosgaard)