

## mHealthINX

The mental Health eXperience; Indication - iNtervention - eXperience

|                                 |  |                        |               |
|---------------------------------|--|------------------------|---------------|
| <b>Programm / Ausschreibung</b> | benefit, Ambient Assisted Living Joint Programme, AAL - 12. Ausschreibung 2019 | <b>Status</b>          | abgeschlossen |
| <b>Projektstart</b>             | 02.03.2020   | <b>Projektende</b>     | 31.05.2023    |
| <b>Zeitraum</b>                 | 2020 - 2023  | <b>Projektlaufzeit</b> | 39 Monate     |
| <b>Keywords</b>                 | mentalHealth, disorder prevention, older employees, VR-based interventions     |                        |               |

### Projektbeschreibung

Die mHealthINX-Lösung wird eine völlig neue User Experience (UX) bei der Bewältigung des sensiblen, aber sehr wichtigen und dringenden Themas der psychischen Gesundheit (PG) im beruflichen Umfeld bieten. Die Lösung zielt auf die Unterstützung älterer Mitarbeiter (50+) und die Prävention stressbedingter Erkrankungen wie Depressionen, Angstzuständen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen ab. mHealthINX wird ein innovatives System mit PG-Bewertungen und PG-fördernden Funktionen (z. B. kognitives Training, Achtsamkeit usw.) bieten, mit denen PG-Probleme entstigmatisiert werden können und das Wohlbefinden der Mitarbeiter auf unaufdringliche und angenehme Weise gefördert werden kann. Benutzer können die mHealthINX-Lösung während ihrer Arbeitszeit, aber auch in einem privateren Umfeld verwenden (z. B. zu Hause, während ihrer Freizeit).

### Abstract

The mHealthINX solution will provide an entirely new user experience (UX) in coping with the sensitive but very important and urgent topic of Mental Health (MH) in occupational settings. The solution targets the support of older employees (50+) and the prevention of stress-related diseases such as depression, anxiety and cardiovascular diseases. mHealthINX will provide an innovative system with MH assessments, and MH promoting features (e.g. cognitive training, mindfulness, etc), helping to de-stigmatize MH issues and fostering employees' wellbeing in an unobtrusive and enjoyable manner. Users will be able to use the mHealthINX solution during their working time but also in a more private context e.g., at home, during their leisure time.

### Projektpartner

- AIT Austrian Institute of Technology GmbH