Dein Morbus-Crohn-Sidekick wartet auf dich

Sidekick Health ist eine interaktive Gesundheits-App, die tägliche Unterstützung für den Umgang mit deiner Morbus Crohn (MC) bietet.

Hol dir die App, um dein Leben mit Morbus Crohn lebenswerter zu machen.

Du und dein Sidekick: Unterstützung auf Knopfdruck

Die umfangreiche Sidekick-App macht es dir einfacher, dauerhafte gesunde Gewohnheiten zu übernehmen, und ist bei jedem Schritt an deiner Seite, ob groß oder klein!

Die Programme von Sidekick werden von medizinischen Fachkräften, Psycholog:innen, Wissenschaftler:innen und Betroffenen mit chronischen Beschwerden erstellt. Sie bieten dir die Unterstützung, die du brauchst – wann immer du sie brauchst.

Alle Sidekick-Programme sind DSGVO-konform, da wir uns an die höchsten Datenschutzstandards halten.

Was du mit deinem Sidekick tun kannst

Dein MC-Sidekick hilft dir, in deinem eigenen Tempo auf erreichbare Ziele hinzuarbeiten:

- Deine Aktivitäten, deine Ernährung und deine Fortschritte nachverfolgen
- Neue Möglichkeiten zur Linderung deiner Symptome erlernen
- Besser essen, um dich wohler zu fühlen
- Intelligent Sport treiben
- Achtsamkeitsübungen machen und Zeit für dich selbst nehmen
- Den Überblick über deinen Medikationsplan behalten

Das sagen andere über Sidekick

“Das Programm ist wirklich einfach zu bedienen und wird auf mich angepasst. Das macht das Erlebnis sehr persönlich. Wegen der regelmässigen Tipps und Anregungen wird es viel einfacher, auf meinen Lebensstil zu achten und Gewohnheiten zu vermeiden, die meinen Zustand verschlechtern könnten.”

Jaana Heikkinen

“Ich mochte die Lernvideos sehr. Sie sind besonders hilfreich für Betroffene, die sonst nicht die Möglichkeit haben, sich mit anderen auszutauschen. Hier fühlt man sich verstanden.”

Evelyn Groß

Lege jetzt los

1 **Lade die App via Code herunter**
Scanne den QR-Code mit der Kamera deines Smartphones.

2 **Werde Teil des MC-Programms**
Öffne die App und melde dich an, in dem du ein paar kurze Fragen beantwortest. Das **MC-Programm** wird dann automatisch für dich freigeschaltet.

3 **Los geht's!**
Erledige die ersten Aufgaben in deinem eigenen Tempo und beginne deine persönliche Sidekick-Reise.

Hinweis

Pfizer hat keinen Einfluss auf Funktion und Inhalte der Sidekick Health App oder des darin enthaltenen Programms, sondern fördert im Rahmen einer Kollaboration Sidekick Health finanziell und stellt das darin enthaltene Programm Patienten exklusiv zur Verfügung.