

Kanopée, 1ère application de compagnons virtuels pour aider aux problèmes de sommeil, d'addiction et de stress liés au confinement



Kanopée est une application proposant un repérage clinique et des conseils par un compagnon virtuel pour limiter des problèmes de **sommeil** et de **comportements addictifs** marqueurs précoces de **l'anxiété**, du **stress** et de la **dépression** liés à la crise du COVID-19.

A qui s'adresse Kanopée ?

- A l'ensemble de la population dont la crise sanitaire a impacté son rythme de vie habituel

Comment ça marche ?

- 1 : **téléchargement** de l'application Kanopée
- 2 : Kanopée vous propose un **entretien** avec nos agents et des **conseils** pour s'adapter au confinement et au stress lié au COVID-19
- 3 : si besoin, Kanopée propose un **suivi hebdomadaire** pour évaluer l'évolution de votre état
- 4 : Kanopée donne des **conseils** personnalisés en fonction de votre suivi
- 5 : si les conseils de Kanopée n'améliorent pas complètement votre état, vous pouvez adresser une demande directement de l'application Kanopée à une messagerie informatique médicalisée pour qu'un soignant puisse vous recontacter.

