

Lo-plan espezifiko bat antolatzen diegu, egunean zehar hobeto errenditzeko eta nekatuta edo buruko minez daudela ez sentitzeko.

Hori guztia 5 minuturen buruan, Ezker Abertzaleak dena antolatuko zuen galdera batzuei erantzunez.

Horren berrikuntza da ez dugula medikamenturik erabiltzen, hala nola pilulak, hautsezko gutun-azalak edo meditazioak.

Aplikazio hau berritzailea da; izan ere, 5 minutuz galderak erantzuten dituzunean, IA zure bizimoduari egokitzen zaio, eta ez zara sofatik mugitu behar medikuarengana edo farmaziara joateko.

Gizartean atsedena hobetzeko eta eguneroko errendimendua hobetzeko diseinatutako lotarako aplikazio baten balioa zehazteko, aplikaziotik bezeroak erakartzen eta mantentzen lagun diezaguketen funtsezko hainbat alderdi daude. Horretarako, tresna hauek erabiliko ditugu:

1. Loaren kalitatea

Jarraipen zehatza: Teknologia aurreratua erabiliz, loaren jarraipen zehatza egingo dugu eta bezero bakoitzaren lo-zikloi buruzko txosten zehatzak sortuko ditugu.

2. Diseinu intuitiboa eta irisgarria

Erabiltzaile-interfazea: Sortuko dugu interfaze erabilerraza eta erakargarria da, erabiltzaileei aplikazioa erraz erabiltzeko aukera emango diena.

3. Segurtasuna eta pribatutasuna

Datuen babesa: Erabiltzailearen datuak zifratze batekin babestuta daudela ziurtatuko dugu, pribatutasun-politikak betez.

Gardentasuna: Konfiantza sortuko dugu, erabiltzailearen datuak bezeroekin nola erabiltzen diren argituz.

4. Edukia eta hezkuntza-baliabideak

Loaren gida: Loaren gaineko eduki hezitzailea, erlaxazio-teknikak eta erabiltzailearen errendimendua eta atsedena hobetzeko ohitura osasungarriak eskaintzen ditugu.

5. Funtzio aurreratuak (Pass premium)

Erloju iratzargailu adimenduna: Erloju iratzargailu bat diseinatuko dugu erabiltzailea loaren zikloaren unerik onenean esnatzeko eta horrela nekea murrizteko.

Soinuak eta meditazioa: Soinu lasaigarriak, meditazio gidatua eta musika aktibatu ahal izango dituzte erabiltzaileei loa errazago hartzen laguntzeko, pass premium-aren harpidetzaren bidez.

6. Arrazoizko prezioa

Harpidetza-eredu malgua: Harpidetza-aukera desberdinak ematen ditugu erabiltzailearen beharretara egokitzeko, eta erabiltzaileak hilero edo urtero ordaindu ahal izango du harpidetza.

Essentziazko harpidetza (Doan)

Pass premium (hilean 4,99 €edo urtean 54,99 €)

7. Bi asteko doako harpidetza

Harpidetza-metodo hau erabiliko dugu erabiltzaileak probatzeko eta aplikazio horretara moldatzeko.

Badakigu zein garrantzitsua den atsedena onateko izatea eta nola eragin diezaioketen lo egiteko zailtasunek zure eguneroko ongizateari. Lo egiteko edo atsedena sakon bat izateko borrokan bazaude, jakin ezazu hemen gaudela zuri laguntzeko. Gure helburua da zure loaren kalitatea hobetzen eta zure energia modu osasungarrian lehengoratzen lagunduko dizuten irtenbide eraginkor eta naturalak eskaintzea. Aholku praktikoak, gomendatutako produktuak edo, besterik gabe, zure kezkek partekatzeko espazio bat bilatzen baduzu, gure esperientzia eta konpromisoa eskaintzen dizkizugu gau lasaiagoak lortzen laguntzeko. Gogoratu, atsedena onateko funtsezkoa da zure osasun fisiko eta emozionalerako. Ez zaude bide honetan bakarrik, eta elkarrekin aurkituko dugu hori lortzeko modurik onena.

Gure aplikazioa zure loaren kalitatea hobetu nahi duten bezero-segmentu ugari erantzuteko diseinaturik dago. Horien artean daude:

1. Familia-gurasoak: Familiako ardurak eta haurren zaintza direla eta, sarritan atsedena sakrifikatzen duten helduak. Euren seme-alabentzat osasungarriak diren lo-errutinak ezartzen lagunduko dieten konponbideak bilatzen dituzte.
2. Adinekoak: zahartu ahala lo-ereduak alda ditzaketen gizabanakoak. Talde honek bere behar espezifikoetara egokitutako aholkuak eta teknikak bilatzen ditu gaueko atsedena hobetzeko.
3. Loaren nahasmenduak dituzten pazienteak: insomnioa, loaren apnea edo bestelako nahasmenduak diagnostikatutako pertsonak, beren baldintzak kudeatzeko eta atsedena hobetzeko tresnak eta baliabideak bilatzen dituztenak.

Datuen babesa:

Datuen segurtasuna bermatuko dugu zifratzearen eta pribatutasun-araudiak betetzearen bidez.

Software-garatzailerak

Programatzaileak eta garatzailerak: aplikazioaren diseinuaren eta mantentze-lanen arduradunak.

Diseinatzaileak: Interfaze erakargarria eta erabilerraza sortuko dugu.

Lo-adituak

Neurologoak eta psikologoak: Ezagutza zientifiko eta medikoak ematen dituzte. Loaren medikuntzako espezialistak: ebidentzian oinarritutako funtzionalitateak garatzen laguntzen dute.

Bazkide teknologikoak

Zibersegurtasun enpresak: Erabiltzaileen datuen babesa bermatzen dute.

Marketina eta Komunikazioa

Marketin-agentziak: Telebista bidez sustatuko dugu aplikazioa, eta erabiltzaileak erakarriko ditugu.

Inbertitzaileak eta finantzatzaileak

Arrisku-kapitaleko inbertitzaileak: Aplikazioa garatzeko eta abiarazteko finantzaketa ematen dute.

Dirulaguntzen programak: Proiektu berritzaileetarako finantzaketa publikoa edo pribatua.

Arautegiak betetzeari buruz aholkatzen dute..

Erabiltzaileak dira app-aren arrazoi nagusia, eta, beraz, haien gogobetetzeak izan behar du lehentasuna.

Garatzaileak arduratzen dira aplikazioa teknikoki sendoa eta funtzionala izateaz. Diseinatzaileak app-aren erabilgarritasunean eta erakargarritasun bisualean oinarritzen dira.

Osasun eta lo arloko adituek bermatzen dute aplikazioak ebidentzia zientifikoan oinarritutako gomendioak eskainiko dituela.

Marketinek aplikazioa ezagutarazten eta audientzia egokira iristen laguntzen dute.

Erabiltzaileen komunitateak aplikazioak hobetzeko balio duen atzeraelikadura ematen du.

Biltegitratze- eta prozesatze-zerbitzuen hornitzaileek babestu egiten dute app-ak behar bezala funtzionatzea ahalbidetzen duen azpiegitura.

Inbertitzaileek berebiziko garrantzia dute finantzaketan, nahiz eta eguneroko app-etan duten eragina mugatua izan.

Gure lo egiteko aplikazioan, gure erabiltzaileei atsedeenaren kalitatea hobetzen laguntzeko konpromisoa dugu. Gure plataformaren iraunkortasuna eta hazkundea bermatzeko, arrakastarako gako diren hainbat diru-sarrera identifikatu ditugu. Hona hemen iturri horien analisia eta gure negozio ereduan duten garrantzia:

1. Premium Harpidetzak: Harpidetza-eredu bat eskaintzen dugu funtzio aurreratueterako sarbidea ematen duena, hala nola loaren azterketa zehatza, programa pertsonalizatuak eta eduki eksklusiboa. Diru-sarrera hau funtsezkoa da, gure diru-sarreraren zati garrantzitsu bat ordezkatzeko baitu.

2. Aplikazio barruko publizitatea: iragarkien estrategiaren bidez, diru-sarrera gehigarriak sortzen ditugu erabiltzailearen esperientzia arriskuan jarri gabe. Ongizatea eta osasuna ardatz dituzten markekin lan egiten dugu, iragarkiak garrantzitsuak eta intrusiboak ez dira ziurtatuz.

Loaren kalitatea hobetzeko bideratutako gure aplikazioaren garapenean, zerbitzuak mantendu eta zabaltzeko aukera ematen diguten hainbat diru-iturri identifikatu ditugu. Jarraian, errenta-iturri bakoitzaren pisuen analisia aurkezten dugu, izan dezakeen eragina eta epe luzearako iraunkortasuna kontuan hartuta.

1. Premium harpidetzak (% 40): hau da gure diru-iturri nagusia. Harpidetza aukerak erabiltzaileei funtzio aurreratueterako sarbidea ematen die, nola loaren azterketa zehatza, pertsonalizatuak eta eduki eksklusiboa programa. Ongizate-aplikazioetan premium zerbitzuen eskaera handiak arlo honetan etengabeko hazkundea proiektatzeko aukera ematen digu.

2. Aplikazio barruko publizitatea (% 25): publizitateak gure diru-sarreraren zati garrantzitsu bat da. Ongizatea sustatzeko gure misioarekin bat egiten duten markekin bat eginez, diru-sarrerak sor ditzakegu erabiltzailearen esperientzia arriskuan jarri gabe. Hala ere, iragarkien kopurua orekatzea ezinbestekoa da, distrakzio bihur ez dadin.

Finantzaketa propioa (Bootstrapping)

Deskribapena: Erabili zure aurrezki pertsonalak edo baliabide propioak proiektuaren hasiera finantzatzeko. Hori izan daiteke aplikazioaren gaineko kontrol osoa mantentzeko modurik zuzenena, hirugarrenen mende egon gabe.

Justifikazioa: Kopuru bat eskuragarri baduzu eta ez baduzu negozioan parte hartzen utzi nahi, aukera ona da hasteko. Hala ere, garrantzitsua da zuhurra izatea eta zure finantza-egonkortasun pertsonalari eragin diezaiokeen kopuru bat arriskuan ez jartzea.

Crowdfunding (Finantzaketa Kolektiboa)

Deskribapena: Kickstarter edo Indiegogo bezalako crowdfunding plataformak erabiltzea zure proiektuan interesa duten pertsonen dirua biltzeko.

Ordainetan, sariak eskaini zenitzake, app-erako alde aurreko sarbide gisa edo ezaugarri eksklusibo gisa.

Justifikazioa: Aukera honekin merkaturatu aurretik merkatuaren interesa balidatu ahal izango duzu eta funtsak lortu ahal izango dituzu enpresan partaidetza laga gabe. Gainera, sortu komunitate bat hasieratik zure produktuaren inguruan.

Inbertsoreak Angeles

Deskribapena: Negozioan partaidetza txiki baten truke kapitala emango duen inbertitzaile aingeru bat bilatu. Inbertitzaile aingeruak hazteko ahalmena duten proiektu berritzaileetan interesatuta egon ohi dira, hala nola zurean.

Justifikazioa: crowdfunding-ak zure behar guztiak betetzen ez baditu edo prozesua bizkortu nahi baduzu, aingeru inbertitzaileak aukera bikaina izan daitezke, esperientzia eta kontaktu-sare baliotsua ere eskaintzen baitute.

Dirulaguntzak edo funts publikoak

Deskribapena: Ikertu startup teknologikoetarako dirulaguntza edo laguntza publikoko programarik ba ote dagoen, bereziki osasunarekin edo

ongizatearekin zerikusia dutenak. Gobernu eta erakunde askok funtsak eskaintzen dizkiete eragin sozial positiboa duten proiektu berritzaileei. Justifikazioa: Zure herrialdean eskuragarri badago, modu bikaina da kapitala lortzeko, enpresan partaidetza laga beharrik gabe. Dirulaguntzak bereziki erabilgarriak izan daitezke ikuspegi soziala edo ongizatezkoa baduzu.

Loaren kalitatea hobetzera bideratutako gure aplikazioan, ulertzen dugu komunikazio eraginkorra funtsezkoa dela gure erabiltzaileei esperientzia aberasgarria eta pertsonalizatua eskaintzeko. Hona hemen, gure komunitatearekin harremanetan jartzeko erabiltzen ditugun komunikazio-modu nagusiak:

1. Push jakinarazpenak: push jakinarazpenak erabiltzen ditugu gure erabiltzaileak lo ohituren abisuei, aholku lagungarriei eta eginbideei buruzko eguneratzeei buruz informatuta mantentzeko. Jakinarazpen hauek pertsonalizagarriak dira, erabiltzaileek jaso nahi dituzten mezuen maiztasuna eta mota aukeratzeko aukera dute.

2. Aplikazio barneko mezuak: aplikazioaren barruan, erabiltzaileak hobeto lo egiteko bidaian gidatzen dituzten mezu interaktiboak eta aholkuak eskaintzen ditugu. Mezu hauek erabiltzailearen aurrerapenera egokitzen dira eta gomendio pertsonalizatuak izan dira bere ereduen arabera.

Aplikazio dendak (hala nola Google Play Store Androiderako eta Apple App Store iOSerako) aplikazioa banatzeko kanal zuzen eta eraginkorrenetako bat dira.

Plataforma horietan ikusgarritasuna funtsezkoa da, eta prozesuak hainbat urrats dakartza, besteak beste:

Dendetako optimizazioa

Aipamenak eta balorazioak:

Ongizatean eta osasunean interesa duen publikoa duten influencer edo marka-enbaxadoreekin lankidetzan aritzea. Horiek osasun-adituak, psikologoak, ongizate-entrenatzaileak edo, besterik gabe, sare sozialetan presentzia handia duten pertsonak izan daitezke, beren esperientzia aplikazioarekin partekatu dezaketenak eta erabiltzea gomendatzen dutenak.

Edukiak banatzeko sareak eta lankidetzak:

- Osasunari eta ongizateari buruzko blogak eta webguneak
- Podcastak eta YouTubeko kanalak
- Atsedenerako produktuen markekin lankidetzan aritzea

Hezkuntza-erakundeekiko eta enpresekiko aliantzak

Unibertsitateekin, ikastetxeekin edo enpresa handiekin akordioak egitea, aplikazioa beren ongizate korporatiboaren edo osasun-planaren zati gisa eskaintzeko. Ikasleek edo langileek onura gisa jaso dezakete app-erako sarbidea, eta horrek xede-publiko handi batean banatzea errazten du.

1. Esperientzia pertsonalizatua

Loaren jarraipena eta analisisa: Erabiltzaileei lo-patroiei buruzko txosten zehatzak emango dizkiegu, eta haien atsedena hobetzeko gomendio pertsonalizatuak emango dizkiegu.

Jakinarazpen eta Aholku Pertsonalizatuak: Erabiltzailearen lo-datuetan oinarritutako berriarazko jakinarazpenak eta aholkuak bidaliko ditugu, lo-ohiturak hobetzen laguntzeko.

2. Fidelizazio-programa

Puntu eta sari sistema: Sistema bat ezarriko dugu, non erabiltzaileek puntuak irabaziko dituzten aplikazioa erregularitasunez erabiltzeagatik eta lo-helburuak lortzeagatik. Puntu horiek premium harpidetzako deskontuekin edo ongizatearekin lotutako produktuekin trukatu daitezke.

Erronkak eta Lorpenak: Asteroko edo hileroko erronkak sortuko ditugu, erabiltzaileak lo-ohiturak hobetzera bultzatuko dituztenak, intsigniak eta sari birtualak eskainiz erronka horiek osatzeagatik.

3. Komunikazioa eta Engagement

Informazio Buletinak: Eduki erabilgarria duten aldizkari elektroniko erregularrak bidaliko ditugu, loa hobetzeko aholkuak, beste erabiltzaile batzuen istorio arrakastatsuak, eta aplikazioari buruzko nobedadeak.

Ekitaldiak eta Tailer Birtualak: Lineako ekitaldiak eta tailer interaktiboak antolatuko ditugu loaldian eta ongizatean adituak direnekin, parte-hartze aktiboa eta etengabeko ikaskuntza sustatuz.

4. Bezeroarentzako euskarria

Bezeroarentzako arreta azkarra eta eraginkorra: Laguntza teknikoa eta bezeroarentzako arreta eskainiko ditugu hainbat kanalen bidez, hala nola zuzeneko txata, posta elektronikoa eta telefonoa, erantzun azkar eta erabilgarriak ziurtatuz.

Ohiko galderen atala (FAQ): Ohiko galderen atal eguneratua eta osoa mantenduko dugu, erabiltzaileek beren zalantzei erantzunak erraz aurkitzeko aukera izan dezaten.

5. Etengabeko eguneratzeak eta hobekuntzak

Funtzionalitate berriak: Erabiltzaileen feedbackean oinarritutako ezaugarri eta hobekuntza berriak sartuko ditugu aldizka, aplikazio berritzailea mantenduz eta loaren osasun eta teknologiko azken ikerketa eta joerekin bat etorritik.

Beta eta Feedback probak: Erabiltzaileak funtzionalitate berrietarako beta probako programetan parte hartzera eta euren feedbacka biltzera gonbidatuko ditugu, euren iritzia eta esperientziak baloratuak direla erakutsiz.

Harpidetza-ereduak

Oinarritzko harpidetza (doakoa): Erabiltzaileek funtsezko funtzionalitate batzuk probatu ahal izateko oinarritzko bertsioa.

Pass premium (hilean 4,99 € edo urtean 54,99 €): Funtzionalitate guztietarako sarbide osoa, eduki eskusiboa eta pertsonalizazio aurreratua.

Doako proba: Doako probaldia erabiliko dugu erabiltzaileek premium harpidetzaren balioa esperientzatu dezaten aplikazioarekin konprometitu aurretik.

Baliabide ukigarriak

Teknologia eta Tresnak

Hodeiko azpiegitura: Azure edo AWS bezalako plataformen erabilera datuen ostatu seguru eta eskalagarriarako.

Garapen-ekipoak: aplikazioa diseinatzeko, garatzeko eta mantentzeko beharrezkoak diren hardwarea eta softwarea.

Kapital finantzarioa

Inbertitzaileak eta finantzaketa: Arrisku-kapitaleko inbertitzaileengandik, dirulaguntzetatik eta beste finantzaketa-programa batzuetatik lortutako kapitala.

Baliabide Ekonomiko Propioak: Aplikazioaren garapen, marketin eta hedapenerako funtsak.

Lizentziak eta Eskubideak: Hirugarrenen edukia erabiltzeko adostuko dugu, hala nola meditazio gidatuak eta soinu lasaigarriak.

Baliabide ukiezinak

Esperientzia eta ezagutzak

Loan adituak: Neurologo, psikologo eta loaren medikuntzako espezialistekin lankidetzan aritzea, ezagutza zientifikoak eta medikoak ematen baitituzte.

Garapen-taldea: aplikazio mugikorrak, erabiltzaile-interfazeak eta datuak aztertzeke soluzioak sortzen esperientzia duten garatzaile eta diseinatzaileak.

Trebetasunak eta Talentuak

Marketina eta komunikazioa: Marketin digitaleko estrategietako, sare sozialen kudeaketako eta harreman publikoetako gaitasunak.

Bezeroarentzako euskarria: Bezeroarentzako arreta-zerbitzu eraginkorra eskaintzeko eta arazo teknikoak azkar konpontzeko gaitasuna.

Kontaktuen eta Kolaborazioen Sarea

Osasunaren profesionalak: Relac

Baliabide ukigarriak

Teknologia eta Tresnak

Hodeiko azpiegitura: Azure edo AWS bezalako plataformen erabilera datuen ostatu seguru eta eskalagarriarako.

Garapen-ekipoak: aplikazioa diseinatzeko, garatzeko eta mantentzeko beharrezkoak diren hardwarea eta softwarea.

Kapital finantzarioa

Inbertitzaileak eta finantzaketa: Arrisku-kapitaleko inbertitzaileengandik, dirulaguntzetatik eta beste finantzaketa-programa batzuetatik lortutako kapitala.

Baliabide Ekonomiko Propioak: Aplikazioaren garapen, marketin eta hedapenerako funtsak.

Lizentziak eta Eskubideak: Hirugarrenen edukia erabiltzeko adostuko dugu, hala nola meditazio gidatuak eta soinu lasaigarriak.

Baliabide ukiezinak

Esperientzia eta ezagutzak

Loan adituak: Neurologo, psikologo eta loaren medikuntzako espezialistekin lankidetzan aritzea, ezagutza zientifikoak eta medikoak ematen baitituzte.

Garapen-taldea: aplikazio mugikorrak, erabiltzaile-interfazeak eta datuak aztertzeke soluzioak sortzen esperientzia duten garatzaile eta diseinatzaileak.

Trebetasunak eta Talentuak

Marketina eta komunikazioa: Marketin digitaleko estrategietako, sare sozialen kudeaketako eta harreman publikoetako gaitasunak.

Bezeroarentzako euskarria: Bezeroarentzako arreta-zerbitzu eraginkorra eskaintzeko eta arazo teknikoak azkar konpontzeko gaitasuna.

Kontaktuen eta Kolaborazioen Sarea

Osasuneko profesionalak: Loaren medikuekiko eta klinikekiko harremanak, aplikazioa gomendatu dezaketenak.

Elkarte estrategikoak: Hitzarmenak osasun-aseguruen konpainiekin eta enpresa teknologikoekin, aplikazioaren irismena eta gaitasunak zabaltzeko.

Inbertitzaileak eta Mentoreak: Aholkularitza eta laguntza estrategikoa ematen duten inbertitzaile eta mentoreen sare baterako sarbidea.

Berrikuntza eta moldagarritasuna

Berrikuntzaren kultura: sormena eta etengabeko berrikuntza sustatuko dituen lan-ingurunea sustatzea.

Merkatura egokitzeko gaitasuna: Merkatuko joeretara azkar egokitzeko eta erabiltzaileen behar aldakorrei erantzuteko gaitasuna.

Ospea eta marka

Marka-irudia: Erabiltzaileengan konfiantza eragingo duen marka sendo eta fidagarri bat eraikitzea.

Testigantzak eta Iritzi Positiboak: Erabiltzaileen iritzi positiboak eta historia arrakastatsuak biltzea eta sustatzea, aplikazioaren ospea indartzeko.

Erabiltzailearen beharren ikerketa eta analisia:

Funtsezko jarduerak:

Erabiltzaile potentzialei inkestak eta elkarrizketak egitea, haien atsedenean eragina duten faktoreak ulertzeko.

Aplikazio lehiakideak eta horien ezaugarriak aztertzea, hobetzeko aukerak identifikatzeko.

Erabiltzailea ardatz duen diseinua

Funtsezko jarduerak:

Nabigatzeko erraza eta erakargarria izango den erabiltzaile-interfaze bat (IU) garatzea, batez ere testuinguru lasaigarri eta gaueko batean.

Erabiltzaile-fluxu sinplifikatuak sortzea funtzionalitateetarako sarbidea errazteko, hala nola loaren monitorizazioa, soinu lasaigarriak, alarma adimendunak eta abar.

Loa monitorizatzeko teknologia garatzea:

Funtsezko jarduerak:

Sentsoreak (gailu fisikoen kasuan) edo mugikorraren bidezko monitorizazio-funtzioak garatzea edo integratzea (mugimendu-patroien edo bihotz-maiztasunaren analisia, adibidez).

Loa aztertzeko algoritmoak inplementatzea, hala nola loaren faseen jarraipena (arina, sakona, REM), atsedenearen kalitateari buruzko txosten zehatzak emateko.

Loa hobetzeko edukia eta funtzionaltasunak sortzea:

Funtsezko jarduerak:

Soinu lasaigarriak (zarata zuria, musika leuna, soinu naturalak) eta meditazio gidatua garatzea edo integratzea.

Erlaxazio-programak eta arnasketa-ariketak sortzea, lo egin aurretik antsietatea eta estresa murrizteko.

Etengabeko interakzioa eta motibazioa;

Funtsezko jarduerak:

Lo-ohitura osasungarrien jakinarazpenak eta oroigarriak inplementatzea.

Loa hobetzeko erronkak edo xedeak sortzea, hala nola ordu kopuru jakin batean atsedenaldi jarraitua lortzea, konpromisoa sustatzeko.

Berrelkadura positiboa ematea app-aren bidez (adib. grafikoak, pro estatistikak)