



# <digital> & <smart>



ARAG als Gesundheitspartner:

KV Voll-Services bei **psychischer Belastung**

Psychische Leiden treffen immer mehr Menschen. Schnell an einen Psychotherapieplatz zu kommen wird immer schwieriger. Eine schnelle professionelle Hilfe ist bei seelischen Problemen besonders wichtig, weil diese sonst chronisch werden können. Um Ihre Kunden genau da zu unterstützen und schwerwiegende Erkrankungen vorzubeugen, können Sie Ihnen folgende Unterstützung bieten:

## Selfapy Online-Programm – auch mit telefonischer Begleitung

*Schnelle Unterstützung schon bei ersten Anzeichen einer psychischen Belastung*

- ✓ Selfapy bietet digitale Selbsthilfeprogramme für Depressionen, Essstörungen, Angst und Panik als niedrighschwelligem Einstieg
- ✓ 12 wöchiges Online-Programm auch mit psychologischer Begleitung (individualisierte Inhalte, interaktive Übungen, Videos und informative Texte)
- ✓ Die Nutzung des Programms ist kostenlos
- ✓ Gleich das Programm starten unter: [www.selfapy.de/arag/](http://www.selfapy.de/arag/)



## MindDoc Video-gestützte Online-Therapie

*Psychotherapie ortsunabhängig und im gewohnten Umfeld*

- ✓ MindDoc bietet Psychotherapiesitzungen über eine geschützte Videoleitung für Depression, Essstörungen und Burn Out
- ✓ Behandlung bequem von zuhause, keine Anfahrt oder Wartezeit
- ✓ Die Online Psychotherapiesitzungen werden im tariflichen Rahmen erstattet
- ✓ Erstgespräch online vereinbaren unter: [www.minddoc.de/standorte/](http://www.minddoc.de/standorte/)



## Ambulante Therapie ohne lange Wartezeit

*Schnelle Hilfe bei Therapieplatzsuche*

- ✓ therapeutenverbund.de organisiert innerhalb von 10 Tagen einen Therapieplatz in Wohnortnähe für sämtliche psychische Erkrankungsbilder
- ✓ Die Therapieplatzvermittlung ist kostenfrei, die Psychotherapiesitzungen werden im tariflichen Rahmen erstattet
- ✓ Sofort mit [therapeutenverbund.de](http://therapeutenverbund.de) in Kontakt treten: 0800 8920870 oder per Mail: [info@therapeutenverbund.de](mailto:info@therapeutenverbund.de)



Sie haben Fragen? Ihr Makler-Service Center ist für Sie da.  
Telefon: 0211 963-4545 ++ E-Mail: [MSC@ARAG.de](mailto:MSC@ARAG.de)