

Psychische Erkrankungen

Homepage - BARMER Special:
Informationen & Hilfsangebote

Vorsorgen, behandeln und verstehen

Psychische Erkrankungen

Vorsorgen, behandeln und verstehen

Depressionen, Burn-out-Syndrom, Angstattacken

➤ **BARMER** Special: Psychische Erkrankungen

<https://www.barmer.de/gesundheit-verstehen/psychische-erkrankungen>

Aufklärung, Information, Hilfsangebote

- Schritte führen zur Psychotherapie – Erklärvideo, <https://youtu.be/fUqepGs28g4>
- Podcast: Wann ist eine Therapie sinnvoll? <https://youtu.be/dfJ2UN49IDg>
- Ärztlicher Rat per Videochat- BARMER Teledoktor-App <https://www.barmer.de/unsere-leistungen/apps-skills/teledoktor-app>
- Gegen Cybermobbing: Was können wir tun, um Cybermobbing zu verhindern? www.barmer.de/a005559
- Gegen Hassrede im Internet - Hatespeech www.barmer.de/a006267
https://youtu.be/D_AMSpF6c10



BARMER

Psychische Erkrankungen

Weitere Online-Angebote der BARMER

Psychotherapie per Video-Chat:

- MindDoc – bei Depression, Ess-, Angst- oder Zwangsstörung.

Online-Kurse zum Stressabbau und zur Verbesserung des Wohlbefindens:

- HelloBetter Stressfrei
- HelloBetter Depression vorbeugen
- Hatha-Yoga
- Achtsamkeitstraining

Gesundheits-Apps und -Skills, die Sie im Alltag dabei unterstützen, gelassener zu sein:

- 7Mind
- Schlafenszeit

Medizinischer Rat - Immer und überall:

- BARMER Teledoktor.



BARMER