



Wir geben Ihnen
die gesuchte Orientierung

pronovaBKK
Partner für Ihre Gesundheit

Wir unterstützen Sie
auf Ihrem Weg

pronovaBKK
Partner für Ihre Gesundheit



Lübecker Str. 126, 22087 Hamburg
Tel. 040 22 63 06 755 (zum Ortstarif)
www.ivpnetworks.de

KOMPASS

Finden Sie individuelle
und schnelle Hilfe
bei psychischen Problemen

„Wer kann mich beraten?“

„Welche Therapie ist die beste für mich?“

„Wo gibt es Hilfe?“

„Wie bekomme ich zeitnah einen Termin?“

Diese und weitere Fragen haben Sie sich vielleicht in den letzten Wochen gestellt. Ihre pronova BKK unterstützt Sie im Rahmen des Versorgungsangebotes *KOMPASS* dabei, Antworten zu finden. Gemeinsam mit unserem Kooperationspartner, der IVPNetworks GmbH, bieten wir Ihnen individuelle und flexible Hilfestellung während und nach schwierigen Lebensphasen.

Das speziell geschulte Therapeuten-Team von IVP ermittelt mit Ihnen gemeinsam Ihren individuellen Versorgungsbedarf. Wenn abgeklärt ist, inwieweit eine Versorgung im Rahmen von *KOMPASS* für Sie möglich ist, bietet *KOMPASS* Ihnen einen schnellen Zugang zu der für Sie bestmöglichen Unterstützung. Zugeschnitten auf Ihre persönliche Situation. Denn Sie und Ihre Gesundheit stehen im Zentrum der Versorgung.

Gemeinsam stark

IVP ist als Partner von Krankenkassen seit mehr als zehn Jahren darauf spezialisiert, Menschen in belastenden und krisenhaften Situationen zu unterstützen.

Ein Netzwerk aus Fachärzten, Psychologen und Psychotherapeuten ist sehr erfahren darin, Ihnen auf Ihrem Weg zu körperlichem und seelischem Gleichgewicht individuelle Orientierung und Hilfestellung zu geben.

Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt

Die Hilfsangebote im psychiatrischen Bereich sind sehr vielfältig. Sie hingegen sind einzigartig. Daher beginnt das Programm mit einem ausführlichen Vorgespräch. Ein speziell geschulter Therapeut erfasst gemeinsam mit Ihnen und ggf. unter Einbezug der Berichte Ihres Arztes Ihre aktuelle Situation. Dies kann je nach Bedarf telefonisch oder persönlich erfolgen.

Anschließend erhalten Sie die Empfehlung für eine auf Sie zugeschnittene Versorgung.

Die Hilfe ist auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt. Das bedeutet, sie berücksichtigt Ihre derzeitige seelische, soziale und körperliche Situation ebenso wie Ihre Mobilität.

Die Behandlung ist flexibel und kann neben Psychotherapie z.B. auch telefonische Begleitung oder die Teilnahme an einem Online-Selbsthilfeprogramm beinhalten.

Im nächsten Schritt sorgen wir dafür, dass Sie zeitnah einen Termin für den Behandlungsstart erhalten. Wir unterstützen Sie bei der Organisation und Koordination Ihrer Behandlung. Die Teilnahme an *KOMPASS* ist für Sie kostenfrei.

Sie möchten teilnehmen oder haben weitere Fragen?

Wir sind für Sie da:

040 / 22 63 06 755 (zum Ortstarif)

kompass@ivpnetworks.de

Die richtige Unterstützung für Sie

Bei der Vielfalt angebotener Unterstützungsmaßnahmen fällt eine Orientierung nicht immer leicht.

Wir entwickeln mit Ihnen aus den folgenden Bausteinen Ihr optimales Unterstützungsprogramm:

- **Vorgespräch**
Individuelle Klärung Ihrer persönlichen Situation und Ihres Unterstützungsbedarfs
- **Psychosoziale Beratung**
Unterstützung bei sozialen Problemen (z.B. Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen, kirchliche und staatliche Hilfsangebote)
- **Krisenhotline**
In schwierigen Phasen rund um die Uhr Hilfe finden
- **Online-Selbsthilfeprogramm**
Lösungsansätze und Auseinandersetzung mit Ihrer Erkrankung in einem webbasierten Programm
- **Telefoncoaching**
Regelmäßige Telefongespräche mit erfahrenen Psychologen
- **Psychoedukation**
Erklärung zu Ursachen und Hintergründen Ihrer Erkrankung und Entwicklung von Bewältigungsstrategien
- **Psychotherapie**
Problembewältigung in Einzel- oder Gruppensitzungen

