

SELFAPY- ONLINE THERAPIEPROGRAMME

- Digitale Gesundheitsanwendungen („DiGA“) - direkte, effektive Hilfe bei psychischen Belastungen
- u. a. **generalisierter Angststörung** und **Depression**

 Über **alle digitalen Geräte** nutzbar
(Computer, Handy, Tablet)





Die Unterstützung, die du brauchst - genau dann, wenn du sie brauchst

Individuell,
u.a. **persönlicher Rückfallkoffer**

Schneller, flexibler und digitaler Zugang zu
fachgerechter psychologischer Hilfe

Online-Therapie,
wenn DU Zeit hast

Wissenschaftlich fundiert

SOS-Button: Notfall-Zugriff auf
wichtige Notfallkontakte

Bedarfsorientierter rundum-Support
inhaltlichen Rückfragen zur Nutzung;
technische, organisatorische Anliegen;
Wahrung der Patientensicherheit

Selfapy
7 gute Gründe

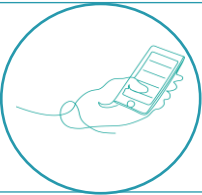
100 % Kassenleistung auf Rezept



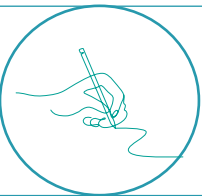
Ein Arzt- oder Therapiebesuch fällt schwer
Start auch ohne persönlichen Besuch in der Arztpraxis möglich



Auf der Suche nach einer Therapie
Direkte, effektive Hilfe – digital, ohne Wartezeit, kostenfrei auf Rezept



Auf einer Wartliste
Mit Selfapy direkt loslegen



Aktuell in einer Therapie
Selfapy ergänzt ideal deine Therapie



Nach einer Therapie dranbleiben
Selfapy bietet hilfreiche Übungen, um Rückfälle vorzubeugen

Für wen?

Wie erhält man Zugang?

