

Krankenversicherung



Leben in Balance



In guten Händen. **LVM**

Das LVM-Gesundheitsprogramm,
das Betroffene im Umgang mit
Burnout und Depressionen unterstützt

Ausgebrannt – Burnout & Depression

Das Leben in unserer immer schneller werdenden Gesellschaft hat seinen Preis: körperliche und seelische Erschöpfungszustände sind weit verbreitet. So klagen viele Menschen über Dauerstress, Burnout oder Depressionen. Alleine in Deutschland leiden rund 4 Mio. Menschen an einer Depression. Doch: Depression und Burnout sind gut behandelbar!

Das neue **telefonische** LVM-Gesundheitsprogramm „Leben in Balance“ bietet Ihnen eine zusätzliche Unterstützung auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden und Lebensqualität.

Es hilft Ihnen

- Ihr Selbstmanagement zu stärken
- Positiver mit belastenden Situationen umzugehen und den Alltag besser bewältigen zu können
- Auch für zukünftige Belastungssituationen besser gewappnet zu sein
- Das Rückfallrisiko zu senken

Wenn Sie bereits in therapeutischer Behandlung sind, läuft diese selbsterklärend wie geplant weiter. Das Programm ist eine sinnvolle Ergänzung zu Ihrer Therapie vor Ort.

In unserem Gesundheitsprogramm „Leben in Balance“ steckt die Erfahrung unseres Kooperationspartners, der almeda. Es wurde gemeinsam mit medizinischen Experten und auf Basis aktueller medizinischer Leitlinien & Erkenntnisse entwickelt.

Das Programm im Überblick

Das Gesundheitsprogramm der LVM-Krankenversicherung ist ein exklusiver und für Sie kostenloser Service. Mit der Durchführung haben wir unseren medizinischen Partner, die almeda, beauftragt.

Die qualifizierten und erfahrenen Berater des almeda Gesundheitsteams unterstützen Sie ganz individuell auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden.

Das Programm „Leben in Balance“ läuft ein Jahr und beinhaltet:

- Regelmäßige und individuelle telefonische Beratung und Begleitung durch Ihren persönlichen Ansprechpartner.
- Aktuelle und verständliche Informationen u.a. zum Erkrankungsbild, Therapiemöglichkeiten und gesunder Lebensstil (z.B. Stressabbau/Entspannung) – im Rahmen der Telefonate sowie schriftlich.
- Motivationsstärkung und Unterstützung Ihres Selbstmanagements.
- Gemeinsame Zielplanung auf Grundlage Ihrer aktuellen Lebenssituation und unter Berücksichtigung Ihrer individuellen Möglichkeiten und persönlichen Ziele.
- Unterstützung bei der Facharztsuche.

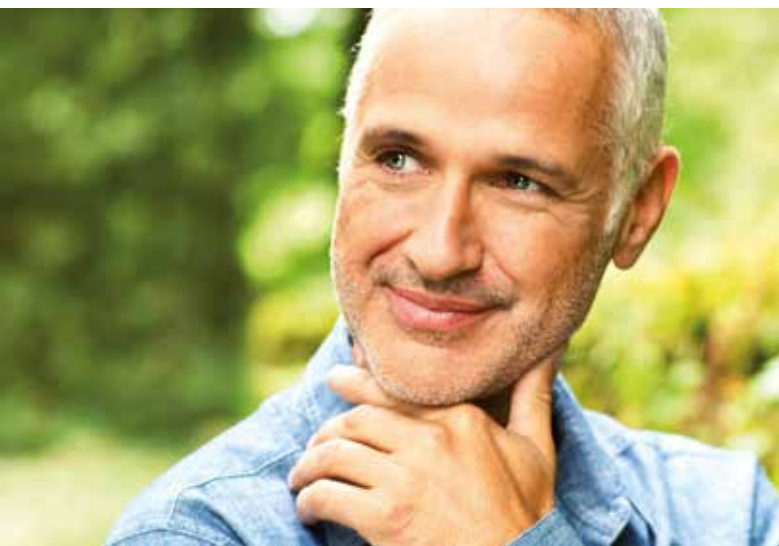
So einfach können Sie teilnehmen:

Ergreifen Sie die Initiative und machen Sie den ersten Schritt:

Füllen Sie die beiliegende Teilnahmeerklärung für das Gesundheitsprogramm „Leben in Balance“ aus und senden Sie diese mit dem beiliegenden Freiumsschlag an LVM Krankenversicherungs-AG, Kolde-Ring 21, 48126 Münster.

Nach Eingang Ihrer Teilnahmeerklärung wird sich Ihr persönlicher Berater von almeda bei Ihnen telefonisch melden, um Sie im Programm zu begrüßen und gemeinsam mit Ihnen die nächsten Schritte zu besprechen.

Mit der Einsendung Ihrer Teilnahmeerklärung gehen Sie keine Verpflichtung ein: Sie können das Programm zu jeder Zeit und ohne Angabe von Gründen beenden.



Jetzt mitmachen!

Bei Fragen rund um das Programm stehen Ihnen die Mitarbeiter des almeda Gesundheitsteams gerne zur Verfügung:

Von Montag bis Freitag zwischen 8.00 und 18.00 Uhr
Telefon (089) 48059-451



Gut geschützt: Vertrauliche Daten

Alle Gesundheitsdaten und persönlichen Informationen, die Sie der almeda im Rahmen Ihrer Programmteilnahme zur Verfügung stellen, werden von almeda streng vertraulich behandelt. Auch die LVM hat keinen Zugriff auf diese Daten.

Im Gegenzug hat auch die almeda keinen Zugriff auf die Daten der LVM. Eine Weiterleitung Ihrer Daten an Dritte erfolgt nicht. Vertrauliches bleibt vertraulich - Datenschutz hat für uns höchste Priorität!



almeda GmbH
Rosenheimer Straße 116 a
81669 München
www.almeda.com

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen ersten Überblick über die Versicherungsleistungen geben. Grundlage für den Versicherungsschutz sind ausschließlich die jeweiligen tarifbezogenen Versicherungsbedingungen.

LVM Versicherung
Kolde-Ring 21
48126 Münster
www.lvm.de

Bedarfsgerechte Vorsorge
braucht fachkundige Beratung.
In der LVM-Versicherungsagentur
in Ihrer Nähe erhalten Sie beides.



Oder rufen Sie uns an:
Zentrale Kundenbetreuung
Mo.-Fr. von 8.00-20.00 Uhr
kostenfrei: 0800 5 86 37 33