

## Das therapeutische Angebot von MentaCare

- Einzel- und Gruppenpsychotherapie
  - Mentalisierungsbasierte Therapie
  - Psychodynamische Therapie
  - (kognitive) Verhaltenstherapie
- Theatertherapie



- Kunsttherapie und Imagination



- Körpertherapie
- Bewegung und Entspannungstraining
- Angehörigenberatung
- psychiatrische, bei Bedarf medikamentöse Behandlung

## Kosten

Privatversicherte und Beihilfeberechtigte haben bei medizinisch notwendiger Behandlung einen Anspruch auf Kostenübernahme. Vor einer Therapie erfolgt in jedem Fall eine Voruntersuchung und Indikationsstellung. Eine längere Therapie erfordert eine vorherige Kostenzusage.

Selbstverständlich können Sie unsere sämtlichen Angebote auch als Selbstzahler in Anspruch nehmen. Gerne beraten wir Sie in Fragen der Kostenübernahme auch telefonisch.

## MentaCare

Chefarzt Dr. med. Thomas Bolm  
Azenbergstr. 68  
70192 Stuttgart

Telefon 0711 76100 - 0  
Telefax 0711 76100 - 499  
E-Mail [info@mentacare.de](mailto:info@mentacare.de)  
[www.mentacare.de](http://www.mentacare.de)

Unsere Klinik liegt in ruhiger Halbhöhenlage in der Nähe des Kräherwaldes. Tagesklinikpatienten können in unserer hausinternen Tiefgarage parken.



# DIE PRIVATE TAGESKLINIK UND AMBULANZ IM HERZEN STUTTGARTS



# MENTACARE STUTTGART

## Über uns

In einer immer komplexer werdenden Welt kann es schwierig sein, im Einklang mit sich selbst zu bleiben und dabei den beruflichen und privaten Anforderungen gerecht zu werden. Zeit- und Leistungsdruck sowie persönliche Krisen können zu Überlastung, Erschöpfung und Beziehungsproblemen bis hin zu Körperbeschwerden und psychischen Erkrankungen führen. Diese schränken die Lebensqualität erheblich ein.

Um wieder in eine gesunde Balance zu kommen, bedarf es zuweilen professioneller psychotherapeutischer Hilfe. Bei MentaCare erhalten Sie individuelle psychotherapeutische Unterstützung und kompetente Beratung. Sie erfolgt nach wissenschaftlichen Wirksamkeitskriterien.

Behandlungsziel von MentaCare ist, dass Sie wieder gestärkt ihren Alltag bewältigen und „Ihr Leben“ leben können. Damit dies gelingt, setzen wir auf eine für Sie individuell maßgeschneiderte Therapie in vertraulichem Rahmen und hochwertigem Ambiente.

Durch die Verzahnung von tagesklinischen und ambulanten Angeboten können wir Ihnen flexible Hilfestellung geben und dadurch lange oder wiederholte Klinikaufenthalte sowie Behandlerwechsel vermeiden.

## Behandlungsschwerpunkte

- Depressionen und Ängste
- Stresserkrankungen (u.a. „Burnout“, akute Lebenskrisen, dauerhafte Überbelastung)
- stressbedingte Körperbeschwerden (u.a. Bluthochdruck, Schmerz-, Schlaf-, Verdauungs- oder Potenzstörungen)
- Persönlichkeitsprobleme und -störungen (u.a. Borderline)
- Folgen psychischer Traumatisierung
- Essstörungen

Wir behandeln keine Psychosen, Demenzen, entgiftungspflichtige Suchterkrankungen sowie Zustände akuter Eigen- oder Fremdgefährdung.

## Maßgeschneiderte und effektive Therapie

Das besondere an der **MentaCare-Tagesklinik** und **Ambulanz** ist die Möglichkeit, die Behandlung auf die speziellen Bedürfnisse der Patienten zuzuschneiden. Das betrifft die Intensität, die Frequenz und den Inhalt der Therapien.

Die **Ambulanz** bietet orientierende Vorgespräche und Beratung, Krisengespräche sowie reguläre Einzel- und Gruppenpsychotherapie an. Auch die Teilnahme an nonverbalen Behandlungen ist möglich.

Unser intensives **Tagesklinik**-Angebot ermöglicht die Kombination verschiedener Methoden und Verfahren mit der Teilhabe am Alltag.

## Tagesklinisches Behandlungsmodell

Intensive, begrenzte Kurzzeitbehandlung an 5 Tagen pro Woche

- kurze Wartezeiten ermöglichen eine zeitnahe Aufnahme
- eine Entlastung von Beruf oder häuslichen Verpflichtungen, ohne den Alltagskontakt zu verlieren

Zwei konzentrierte Therapietage pro Woche, über eine Mindestdauer von 3 Monaten, aber auch deutlich länger

- der Kontakt zum (Arbeits-) Alltag bleibt erhalten
- längerer Zeitrahmen für gezielte und nachhaltige Behandlung



## Beratung, Coaching, Kurse und Information: Unser Kompetenzzentrum

Themen zu psychischer Gesundheit und Prävention haben viele Aspekte. Das in MentaCare integrierte Kompetenzzentrum bietet hochkarätige Angebote für unterschiedliche Zielgruppen.

Detaillierte Informationen hierzu finden sie auf unserer Internetseite.

