



Digitale Angebote

ZUR UNTERSTÜTZUNG IHRER REHA

- > Zeit- und ortsunabhängig
- > Selbsthilfe zur Auswahl
- > Optional mit Online-Nachsorge

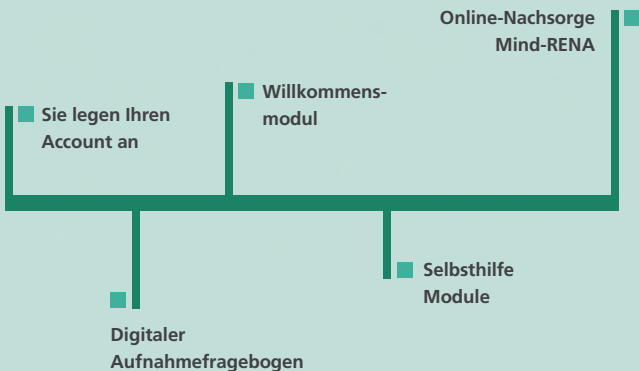
IHRE DIGITALEN ANGEBOTE

Mit Ihrem Minddistrict Account haben Sie Zugang zu vielen **digitalen Angeboten**, die Sie bei Ihrer Reha unterstützen können.

- > **Digitaler Aufnahmefragebogen**
- > **Willkommensmodul**
- > **Selbsthilfe-Module und das Online-Tagebuch „Wohlbefinden“**
- > **Online-Nachsorge Mind-RENA**



LEGEN SIE
JETZT IHREN
ACCOUNT AN!



DIGITALER AUFNAHMEFRAGEBOGEN

Füllen Sie bitte bis spätestens **2 Wochen vor Beginn Ihrer Reha** Ihren Aufnahmefragebogen auf der Online-Plattform aus! So kann Ihre Klinik Ihre Reha optimal **planen und vorbereiten**.

WILLKOMMENSMODUL

Auf der Online-Plattform werden Sie mit dem Willkommensmodul begrüßt. Sie erhalten darin einen Überblick über die digitalen Angebote während Ihres Reha-Aufenthalts und haben die Möglichkeit, Selbsthilfe-Module auszuwählen.

Im Anschluss an das Willkommensmodul können Sie auch das Online-Tagebuch „Wohlbefinden“ nutzen.

SELBSTHILFEMODULE

Sie finden **nützliche Tipps und Übungen** in den Selbsthilfe-Modulen.

Wählen Sie dazu im Willkommensmodul aus den folgenden Themen aus

- > Achtsam leben
- > Denkmuster kennenlernen
- > Meine Risiko- und Schutzfaktoren

ONLINE-NACHSORGE MIND-RENA

Besteht nach Ihrem Reha-Aufenthalt ein Nachsorgebedarf, können Sie eventuell unter bestimmten Voraussetzungen die Online-Nachsorge Mind-RENA nutzen.

Sie kann Ihnen helfen, das Gelernte in den Alltag zu übertragen und somit Rückfällen vorzubeugen – **zeit- und ortsunabhängig** auf Ihrem Smartphone!

BESTANDTEILE VON MIND-RENA

- Online-Modul mit Inhalten speziell für die Zeit nach der Reha
- Digitaler Rückfallpräventionsplan
- Online-Tagebuch „Symptome im Blick“

BETREUUNGSKONZEPT MIND-RENA

Die Online-Nachsorge Mind-RENA wird durch **Therapeut*innen Ihrer Rehaklinik** begleitet.

Diese werden – begleitend zu den Online-Inhalten – bis zu **6 Videogespräche** mit Ihnen führen und Ihnen **4 schriftliche Feedbacks** zu Ihren Einträgen in der Online-Plattform senden.



minddistrict

LOS GEHT'S IN 3 SCHRITTEN!

- 01** Rufen Sie die **Minddistrict Plattform Ihrer Klinik** auf und klicken Sie auf „Ein Konto erstellen“. Ihre Plattform finden Sie über den unten stehenden Link / QR-Code.
- 02** Sie erhalten eine automatische E-Mail, die prüft, ob Ihre E-Mail-Adresse gültig ist. Bitte klicken Sie auf den in der **E-Mail angegebenen Link**.
- 03** Nach höchstens drei Werktagen erhalten Sie eine **E-Mail**, die Ihren Account bestätigt. Jetzt können Sie sich über Ihren Browser oder die Minddistrict App **einloggen** und die digitalen Angebote zur Unterstützung Ihrer Reha nutzen!



[minddistrict.com/de-de/
mindrena-fuer-patient-innen](https://minddistrict.com/de-de/mindrena-fuer-patient-innen)



HABEN SIE FRAGEN?

Wenden Sie sich bitte direkt
an Ihre Reha-Klinik

MEDICLIN Bliestal Kliniken

Zur Kurklinik 18

66440 Blieskastel

Telefon 0 68 42 54-0

Telefax 0 68 42 54-2541

info.bliestal@mediclin.de

*Wir wünschen
Ihnen viel Erfolg.*



www.bliestal-kliniken.de