Minddistrict GmbH

Tochtergesellschaft der Minddistrict BV Niederlande -

DER Spezialist für e-Health/ internetbasierte Gesundheitsinterventionen

www.minddistrict.nl

Minddistrict

2005 Gründung *Annazorg* (Online-Klinik)
2008 Gründung *Minddistrict*
2009 Sieger Innovationspreis Ministerium
2011 Übernahme *The Health Agency*
2011 Gründung *Minddistrict GmbH*
2011 Partner *Leuphana Universität*
2012 Start 2G Plattform (ua multilingual)
2012 Marke von 50 Kunden erreicht
2013 Fokus auf NL, D, UK, ES

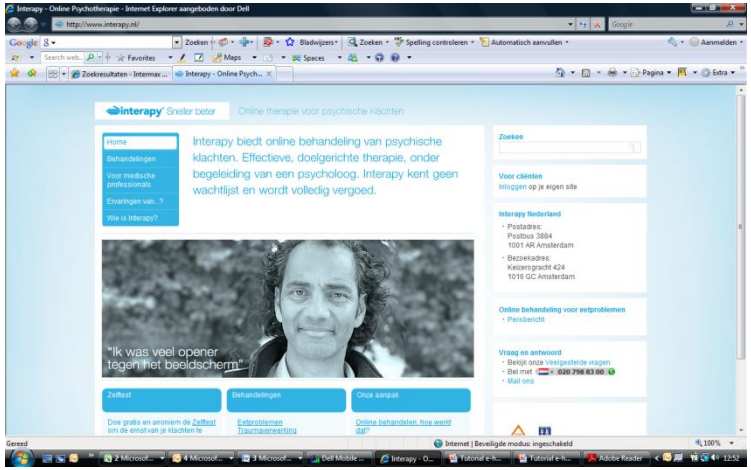
Online -Trainings für spezifische Zielgruppen mit wissenschaftlich nachgewiesenem Erfolg

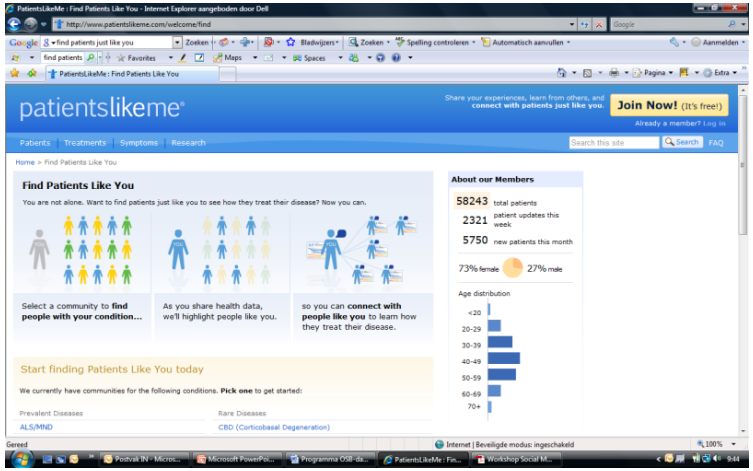
Vision

Unser Ziel ist es, Menschen die Möglichkeit zu geben, ihre psychische Gesundheit wirksam zu fördern und ihre Lebensqualität selbstbestimmt zu steigern.

Dazu nutzen wir die Möglichkeiten des Internets und mobiler Technologie.

Wie ist Online-Begleitung/Therapie entstanden?





- Erster Online-Kontakt zwischen Klient und Therapeut 1973 (VS)
- In den Niederlanden entwickelt durch Prof. A. Lange, UvA, 1999, Informationen und Schreibübungen (KVT) via Website für PTSS
- Beschleunigte Entwicklung unter Einfluss von ‘Patient 2.0’
  - 84% nach Dr. Google
  - 70% hat ein Netzwerk-Profil
  - 14-34 Jahre: 99%/11h/W
  - 57% teilt Erfahrungen online

Schnelle Entwicklung der Internet-Therapie

Second line/ Ambulant

First line

Prevention

Self help

Health care

Technologie

Mobile

Workflow

Chat

Forum

PTSS

Burnout

Alkohol

Sex

...

Störungen

Applikationen

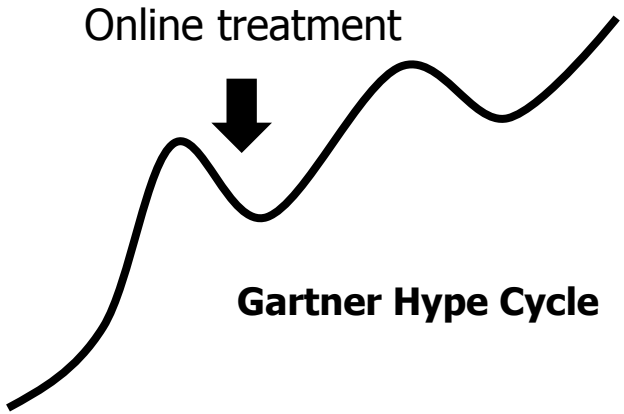
Internet-Therapie

Warte Liste/ Nachsorge

Hybride Therapie

Gruppen-Therapie

Online treatment is in an important phase

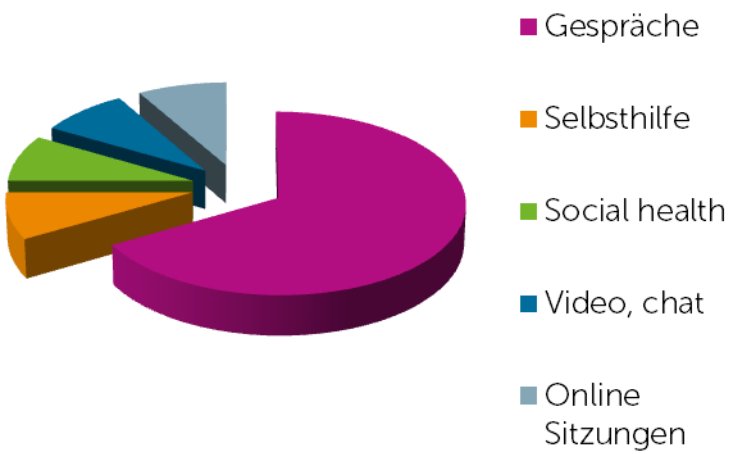


- Integration
- 20-40% of the ambulant contacts online
- Implementation

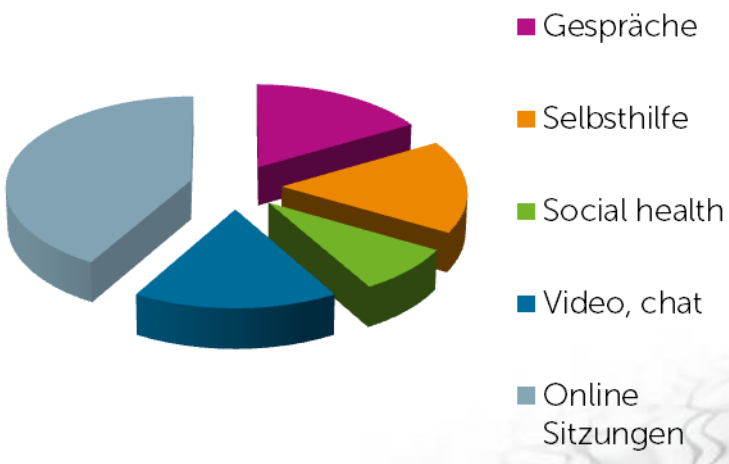
1st generation	2nd generation
2000-2008	2008-
Standalone solution	Integrated solution
100% online therapy	Blended (f2f + online) therapy
Fixed protocol	Therapist assembles protocol
Supplier generated programmes	Healthcare organisation generated programmes
Brand supplier	Brand healthcare organisation
Focus on effectiveness	Focus on quality and efficiency
Eg. Interapy, Alcohol-de-baas, Grip-op-je-dip, Beating-the-blues	Minddistrict

Veränderungen in der Versorgung …

Versorgungsmischung jetzt



Versorgungsmischung später



Katalog Minddistrict I

Unsere Produktentwicklungen

Erwachsene

- Depression
- Burnout
- Generalisierte Angststörungen
- Panik
- Phobie
- Soziale Angst
- Alkoholprobleme
- Cannabissucht
- Essstörungen– Bulimie
- Loved ones (CRA)
- Sexualprobleme – Männer
- Sexualprobleme – Frauen
- ADHS
- ADHS - Medikation
- Absetzung von Beruhigungsmitteln
- Somatoforme Störungen
- Aggression
- Leben mit ein Chronischer Erkrankung
- Autismus
- Kreative Therapie
- Psychosen
- Postpartum Depression
- Beziehungstherapie

Unterstützende Module

- Entspannung
- Soziale Kompetenzen
- Selbstbild
- Ziele und Werte
- Grübeln reduzieren
- Verhaltensexperimente
- Aktivieren
- Besser schlafen
- Traumaverarbeitung
- Gedankenschemata

Jugend

- Angst
- Depression
- ADHS
- Panik
- Soziale Angst

Eltern

- Kinder mit ASS
- Kinder mit ADHS
- Medikationsmodul ADHS

Kurztherapie

- Balance Arbeit-Privatleben
- Nein sagen können
- Besser schlafen
- Besseres Selbstbild
- Versagensangst verringern
- Situationen beeinflussen
- Entscheidungen treffen
- Grübeln reduzieren
- Stressbewältigung
- Beziehungscoaching
- Gesunder Lebensstil
- Weniger Angst beim Zahnarzt

Prävention

- Balance Arbeit-Privatleben
- Depressionsprävention
- Stressbewältigung
- Rauchentwöhnung (entw.)
- Gesunde Ernährung
- Mehr Bewegen
- Soziale Fertigkeiten
- Regeneration/Schlafprobleme
- Alkoholprobleme

Suchtmodule

- Alkohol
- Cannabis
- Benzodiazepine
- Kokaine
- Suchtproblematik
- Sucht (Forensische Psychiatrie)
- Sucht - Nachsorge

Selbsthilfetrainings

- Depression
- Alkohol
- Stress auf der Arbeit
- Grübeln
- Angst
- Schlafprobleme

Senioren

- Angst
- Depression
- Generische Module

Jedes Programm ist als Selbsthilfe- oder betreute Intervention verfügbar

Katalog Minddistrict II

unsere Produktentwicklungen

Leuphana Universität

- Vor-stationäre Depressionstherapie
- Depressions-Prävention
- DB-Training für Diabetiker
- Panik und Agoraphobie
- Alkoholkonsum
- Stressbewältigungs-Training
- Regenerationstraining
- Regenerationstraining für Lehrerinnen
- Problemlösen bei Lehrern
- Prokrastination/Aufschieben

Universität Marburg

- Depressionstherapie Nachstationair (auch in Türkischer Sprache)
- Vaginismus

Universität Freiburg

- Depressionsintervention für depressive Rückenschmerzpatienten

VU Universität

Alles unter Kontrolle
Alles unter Kontrolle Kind & Jugend
Depression
Fobie unter Kontrolle
Happy@work
Bessere Stimmung Online
Weniger Sorge
Schlafstörungen bewältigen
Schalfstörungen + Medikation
Kopfsachen
Kopfsorge
Leben mit Leukämie/ Lymphom
Leben mit Lungkrebs
Mamakits

Job Coaching *

- Akquisition
- Besser Entscheiden
- Konfliktbehandlung
- Kreatives Denken
- Effektive Meetings
- Stabiles Verhalten bei der Arbeit durch RET
- Karriereplanung
- Bewerbungsstrategien
- Erfolgreich Kommunizieren
- Erfolgreich Unternehmen

***Zielgruppe Business-Coaching**

Blau: Präventionsprogramme

Jedes Programm ist als Selbsthilfe- oder betreute Intervention verfügbar

Unsere Programme.....

Expertise

- wurden gemeinsam mit Psychotherapeuten, Psychiatern und Universitäten entwickelt
- evidenzbasierte Methoden

Trainingsinhalte

sind sehr gut geeignet für indizierte Prävention und Gesundheitsförderung.
berücksichtigen verschiedene Lernmethoden
Selbsthilfetrainings, oder mit Begleitung

.

Flexibilität

können komorbide Problematiken (Kombination von mehreren Störungen) behandeln
jederzeit, Anonym, vertrauter Umgebung

Struktur der Programme

- Training mit strukturierten Aufgaben
- Dauer & Häufigkeit
  - 4 – 26 Einheiten
  - 15 – 60 Minuten pro Einheit
- Trainingsinhalte
  - KVT, problemlösen
  - Fokussierte Trainings – Breitbandtrainings
- Freie Dosierung der Unterstützung
- durch Gesundheitsexperten/Psychologen

Programmbausteine

– Programm – besteht aus wöchentlichen Psychoedukationen und Übungen

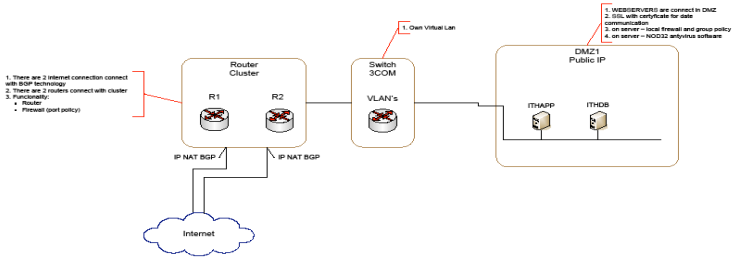
– Online-Tagebuch - Das Programm wird durch ein Online-Tagebuch ergänzt, das täglich ausgefüllt werden soll.

– Fragebogen - zur Messung der Symptome und Symptomverlauf (inkl. graphischer Darstellung)

– SMS-Coach: Die Teilnehmer erhalten (kostenfreie) SMS, die bei der tieferen Verankerung der Programminhalte mit Hilfe von Tipps und kleinen Übungen behilflich ist.

– Motivierende Nachrichten: Der Teilnehmer erhält ein bis zwei Nachrichten pro Lektion.

Ist Online-Therapie sicher?



– Zertifizierung: ISO 27001/2:2005

Stimmt überein mit den Anforderungen des Bundesamtes für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI)

– Technischen Massnahmen:

- Encryption/SSL-Verbindungen
- Firewalls
- Jeder Kunde eigene Datenbank
- Authentifizierung (seperate Kommunikation Benutzername/Passwort)
- Stündliche Back-ups

– Merke: Emailing ist nicht sicher!

Ihre Ansprechpartner in Deutschland

Minddistrict GmbH, Munstermannskamp 1, 21335 Lüneburg
Tel. 04131-7898248, E-Mail: info@minddistrict.de

Geschäftsführer: Dr. Mark Willems,
Mobil: 0031-6-11355544
E-Mail: m.willems@minddistrict.nl

Leitung Kundenmanagement: Pauline Post,
Mobil: 0151-67220127
E-Mail: p.post@minddistrict.de

Leuphana Universität Lüneburg
David Daniel Ebert (Psychotherapieforschung)
Dr. Dirk Lehr (occupational health)

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Minddistrict
Europa fördert Niedersachsen
EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Fonds für regionale Entwicklung