

## Ihr Service vor Ort

Das kostenfreie psychosoziale Beratungsservice der TGKK steht Ihnen in folgenden Servicestellen zur Verfügung:

### Ges. f. psychotherapeutische Versorgung Tirols

Museumstraße 23  
6020 Innsbruck

### Servicestelle Imst

Dr.-Carl-Pfeiffenberger-Straße 2  
6460 Imst  
imst@tgkk.at

### Servicestelle Lienz

Bründlangerweg 1  
9900 Lienz  
lienz@tgkk.at

### Servicestelle Reutte

Dr. Machenschalk-Straße 1  
6600 Reutte  
reutte@tgkk.at

### Servicestelle Schwaz

Dr.-Körner-Straße 3  
6130 Schwaz  
schwaz@tgkk.at

### Servicestelle Wörgl

Poststraße 6c  
6300 Wörgl  
woergl@tgkk.at

Hotline zur Terminvereinbarung  
**+43 664 1991991**

10:00 – 12:00 Uhr (Mo –Fr)

Gesellschaft für psychotherapeutische Versorgung Tirols

### Ges.f.P.V.T

Postfach 200  
6010 Innsbruck  
www.psychotherapie-info.at

### Tiroler Gebietskrankenkasse

Klara-Pölt-Weg 2  
6020 Innsbruck  
Telefon: 059160-0  
E-Mail: tgkk@tgkk.at

**TGKK** TIROLER  
GEBIETSKRANKENKASSE



**Psycho-  
soziale  
Beratung**

**Orientierung für  
Behandlungssuchende**



**TGKK** TIROLER  
GEBIETSKRANKENKASSE

**Jener, der den Berg abtrug,  
war derselbe, der anfang,  
kleine Steine wegzutragen.**

chinesisches Sprichwort

**Informieren Sie sich bei uns, wenn Sie bei sich oder Ihren Angehörigen Symptome bemerken, wie:**

- Schlafstörungen
- Verspannungen & Schmerzen
- alle Arten von Ängsten
- depressive Verstimmungen
- Konzentrationsstörungen
- Schwierigkeiten bei der Arbeit
- verändertes Verhalten, insbesondere bei Kindern & Jugendlichen (Essstörungen, Selbstschädigung, Konsumverhalten, ...)
- Selbstzweifel & Selbstwertprobleme

## Unterstützung von Experten

### Ihr Beratungsservicepaket

Die TGKK bietet Menschen mit psychischen Problemen in Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für psychotherapeutische Versorgung Tirols durch Psychotherapeuten wohnortnah folgendes Servicepaket an:

- vertrauliche Einzelgespräche zur Erstororientierung
- rasche Abklärung des Behandlungsbedarfs
- Information über Behandlungsmethoden
- Information über Behandlungsdauer
- Information über Behandlungskosten
- Information über Anbieter
- bedarfsgerechte Vermittlung von Behandlungsmöglichkeiten
- Teilnahmemöglichkeit an einem weiterführenden Gruppenangebot

#### SCHRITT 1

vertrauliche **Einzelgespräche** zur Erstororientierung  
**rasche Abklärung** des Behandlungsbedarfs  
**Information** über Behandlungen

#### SCHRITT 2

**Unterstützung** bei der bedarfsgerechten Behandlungsauswahl

#### SCHRITT 3

**Teilnahmemöglichkeit** an weiterführendem Gruppenangebot

## Brauche ich Hilfe?

### Wann sollte ich an psychosoziale Beratung denken?

Tagtäglich sind wir mit Situationen konfrontiert, die uns seelisch belasten. Teilweise nehmen wir diese Belastungen nicht bewusst wahr.

Belastungen wirken direkt auf unsere geistige und in der weiteren Konsequenz auch auf unsere körperliche Gesundheit ein. Diesen Zusammenhang zu erkennen, ist oftmals gar nicht so einfach.

Wir können Ihnen dabei helfen!

### Muss ich dafür etwas zahlen?

Nein. Das psychosoziale Beratungsservice der TGKK ist vollkommen kostenfrei und steht Ihnen während der Beratungszeiten uneingeschränkt zur Verfügung.

## Ihre Gesundheit ist unser Anliegen

### Weshalb bietet die TGKK dieses Service an?

Der Tiroler Gebietskrankenkasse ist psychische Gesundheit ein zentrales Anliegen. Gemeinsam mit der Gesellschaft für psychotherapeutische Versorgung Tirols stellt die Tiroler Gebietskrankenkasse ein qualitativvolles und bedarfsgerechtes Beratungs- und Versorgungsangebot bereit.

Ein niederschwelliger, möglichst wohnortnaher Zugang zur psychosozialen Beratung kann bei sich anbahnenden psychischen Problemen die Entwicklung von schweren psychischen Störungen verhindern helfen.