

PRESSEMITTEILUNG vom 14. Juni 2019

Raus aus dem Burnout: MentaCare-Filmspot klärt auf

Stuttgart: Mit einem Filmspot klärt MentaCare Stuttgart auf YouTube darüber auf, wie man der Burnout-Falle entkommt. Die Welt wird immer komplexer, die Informationsflut immer größer und gleichzeitig soll der Einzelne immer erreichbar sein. Hektik, Leistungsdruck oder persönliche Krisen können so schnell zu Überlastung, Erschöpfung und Problemen in der Partnerschaft bis hin zu körperlichen Beschwerden oder psychischen Erkrankungen führen. Einen Ausgleich zum Stress zu finden kann ein Anfang sein. Für eine gesunde Balance bedarf es zuweilen professioneller Hilfe. Betroffene erhalten bei MentaCare Stuttgart kompetente Beratung, individuell abgestimmte psychotherapeutische Unterstützung und eine wirksame Behandlung nach aktuellen wissenschaftlichen Kriterien.

„Mich beeindruckt immer wieder, wie gestresste Menschen dank unserer Behandlung neue Wege zu ihren kreativen Energien finden, besonders durch die Kombination von sprechender Medizin und körperorientierten und künstlerischen Therapien“, berichtet Dr. med. Thomas Bolm, Chefarzt von MentaCare. „Da zeigt sich, was wissenschaftlich gut belegt ist: Kreativ tätig zu sein entspannt und löst Blockaden. Es setzt innere Kräfte frei, die gerade hochbeanspruchte Menschen heutzutage dringend benötigen.“

Der Film ist auf der Startseite von MentaCare abrufbar:

www.mentacare.de

Der Filmspot ist dauerhaft im YouTube-Kanal des Klinikums Christophsbad abrufbar:

<https://www.youtube.com/watch?v=M7NZNvQRcOY&feature=youtu.be>

MentaCare, Zentrum für psychische Gesundheit, Azenbergstr. 68, 70192 Stuttgart

Ca. 1.735 Zeichen

Über MentaCare

MentaCare, das Zentrum für psychische Gesundheit im Herzen von Stuttgart gehört zur Gruppe Klinikum Christophsbad in Göppingen und ermöglicht Patienten seit 2013 ein umfassendes Therapieprogramm. Ärzte und

Therapeuten der Tagesklinik und Ambulanz setzen auf eine maßgeschneiderte Therapie, die sich zum einen an den Erfordernissen der Behandlung, zum anderen an den Möglichkeiten und Bedürfnissen der Patienten orientiert. Mit seinen vernetzten Leistungen bietet MentaCare einen individuell angepassten alltags- und berufsbegleitenden Betreuungsumfang. Das therapeutische Konzept bei MentaCare umfasst verschiedene hocheffektive Methoden, die abhängig vom Therapieziel kombiniert werden.

www.mentacare.de

Ihre Ansprechpartnerin

Dr. phil. Ute Kühlmann

Kommunikationsreferentin

Telefon 07161 601-8482

Fax 07161 601-9313

E-Mail presse@mentacare.de

MentaCare

Azenbergstr. 68

70192 Stuttgart