

## Umfangreiche Hilfsangebote für zu Hause

### Die IKK classic unterstützt ihre Versicherten auch während der Corona-Pandemie mit digitalen Versorgungs- und Präventionsprogrammen.

Dresden, den 31. März 2020. Viele Menschen mit psychischen Belastungen wie Depressionen, Ängsten oder Burnout sind in der aktuellen Situation zusätzlich verunsichert. Ab dem 1. April 2020 unterstützt die IKK classic die Betroffenen bundesweit mit dem ganzheitlichen, digitalgestützten Therapieangebot ‚valecura‘. ‚valecura‘ kombiniert ein wissenschaftlich fundiertes und nachweislich wirksames Online-Therapieprogramm mit professioneller telefonischer Begleitung, auch niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten werden eingebunden.

„Gerade in Zeiten der Corona-Krise ist es wichtig, unseren arbeitsunfähigen Versicherten mit psychischen Belastungen schnell und unkompliziert zu helfen. Mit ‚valecura‘ können wir den Betroffenen ein innovatives Versorgungsprogramm anbieten, das diese von zu Hause aus auf dem Smartphone absolvieren können“, sagt Daniela Kofferath, Leiterin des Referats Geldleistungen der IKK classic. „Außerdem können Versicherte, die das Versorgungsprogramm nutzen, bei psychischen Krisen jederzeit bei einem Psychologen aus dem ‚valecura‘-Team anrufen“.

Im Bereich der Prävention stellt die IKK classic verschiedene Kurse und Apps zur Verfügung, die online oder auf dem Smartphone genutzt werden können. Eine umfangreiche Datenbank bietet den Versicherten zahlreiche kostenlose Online-Kurse aus den Bereichen Bewegung, Ernährung und Stressbewältigung. Soforthilfe zur Stressreduktion leistet beispielsweise der „Kenkou Stress Guide“ durch alltagspraktische Übungen auf dem Handy.

Mehr Infos unter:

<https://valecura.de/>

<https://ikk-classic.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse/>

[www.ikk-classic.de/apps](http://www.ikk-classic.de/apps)

**Die IKK classic ist mit mehr als drei Millionen Versicherten das führende Unternehmen der handwerklichen Krankenversicherung und eine der großen Krankenkassen in Deutschland. Die Kasse hat rund 8.000 Beschäftigte an 180 Standorten im Bundesgebiet. Ihr Haushaltsvolumen beträgt rund 10 Milliarden Euro.**

---

Kontakt:

Maren Soehring  
Pressereferentin

Tel. 0351 4292-105513  
Fax 0800 455 8888 003  
Mobil 0151 25053904  
[maren.soehring@ikk-classic.de](mailto:maren.soehring@ikk-classic.de)