



## Mental Health Online

### Mentale Gesundheit im „Mein ias“-Portal

Mit digitalen Services und individuellen Angeboten Mitarbeitende und Führungskräfte befähigen, die eigene Gesundheit und Resilienz jederzeit aktiv zu fördern.

Mental Health Online bietet aktuelle Gesundheits-, Lern- und Beratungsangebote für Mitarbeitende und Führungskräfte. Es umfasst Fachinformationen, Videos, Podcasts, E-Learnings, Live-Veranstaltungen wie den virtuellen Gesundheitstag, aktive Pausen und Online-Seminare, die auf individuelle Bedürfnisse und Interessen zugeschnitten sind. Die EAP - Mental Health Beratung ist auf Wunsch in der Sofortberatung direkt verfügbar und sichert qualifizierte Unterstützung ab dem ersten Kontakt zu.

Die Services von Mental Health Online sind über jedes internetfähige Gerät zugänglich. Unabhängig davon, ob es um arbeitsplatzbezogene Angelegenheiten wie Führung oder um die Förderung des mentalen Wohlbefindens geht.

Alle gebuchten Leistungen sind im „Mein ias“-Portal, der digitalen Kundenplattform, zugänglich. Mitarbeitende erhalten Zugang auf ihr individuelles Profil mit spezifischen Handlungsempfehlungen.

#### Ihr Mehrwert

- Maßgeschneiderte Lösungen zur Förderung der mentalen Gesundheit zum attraktiven Paketpreis
- Flatrate von digitalen und Live Angeboten
- Schnelle und einfache Kontaktaufnahme zur persönlichen EAP - Mental Health Beratung
- Multimediale Fachbeiträge von Fachexpert:innen der ias-Gruppe
- Zukaufoptionen wie Elder Care, Medical Hotline, Legal Care (Rechtscheck), Family Care (Kinderbetreuung & Elterncoaching) und Fitnesswelt sind jederzeit buchbar

#### Demo-Zugang

**Mental Health Online**  
[www.meinias.de/demo](http://www.meinias.de/demo)



# Mental Health Online

## Mentale Gesundheit – Jederzeit und überall

### Leistungen

**Gesundheitsjournal** mit Fachbeiträgen zu Ergonomie, mentaler und körperlicher Gesundheit und einem expliziten Bereich für Führungskräfte zum Thema Mental-Health-Leadership sowie virtuellem Gesundheitstag und Aktive Pause Live.

**Campus** mit Live-Online-Seminaren, E-Learnings und persönlicher Lernwelt.

**Meine Gesundheit** mit dem evidenzbasierten Selbstcheck für personalisierte Handlungsempfehlungen und persönlichen Gesundheitsprofil mit Gesundheitsbericht.

**Mediathek** mit Videobeiträgen von Fachexpert:innen und Podcasts zu Themen der Mentalen Gesundheit.

### EAP – Mental Health Beratung

als zeitnahe Sofortberatung per Telefon, Live-Chat oder Online-Terminbuchung durch unsere langjährigen EAP Fachexpert:innen zur Unterstützung von Mitarbeitenden bei psychosozialen Herausforderungen oder Stärkung der eigenen Resilienz im privaten und beruflichen Bereich.

### Zukaufoptionen

Sie haben die Möglichkeit, Zusatzleistungen wie Legal Care (Rechtscheck), Elder Care (Pflegeberatung), Medical Hotline (medizinische Gesundheitsberatung) und Family Care (Kinderbetreuung & Elterncoaching) jederzeit hinzuzufügen.

### Mental Health Online im „Mein ias“-Portal steht in zwei Produkten zur Verfügung, mit optional erweiterbaren Beratungsleistungen:

#### Mental Health Online

- Gesundheitsjournal
- Campus
- Meine Gesundheit
- Mediathek

#### Mental Health Online mit EAP – Mental Health Beratung

- Gesundheitsjournal
- Campus
- Meine Gesundheit
- Mediathek

#### Plus: EAP – Mental Health Beratung

Persönliche Beratung für Mitarbeitende und Führungskräfte durch unser langjähriges EAP-Berater-Team, online oder telefonisch.

#### Optionale Erweiterungen\* zur EAP – Mental Health Beratung:

- + Legal Care (Rechtscheck)
- + Elder Care (Pflegeberatung)
- + Medical Hotline (medizinische Gesundheitsberatung)
- + Family Care (Kinderbetreuung & Elterncoaching)

\* Diese kostenpflichtigen Erweiterungen sind einzeln oder in jeder gewünschten Kombination buchbar.



Diese Leistung wird angeboten von:

ias mental health GmbH  
Am Wall 162/163  
28195 Bremen  
[www.ias-gruppe.de](http://www.ias-gruppe.de)

#### Haben Sie noch Fragen?

Gerne beraten wir Sie zur Leistung Mental Health Online sowie deren Einführung in Ihrem Unternehmen.

Wenn Sie bereits Kunde sind, wenden Sie sich an Ihren ias-Kundenbetreuer:in. Andernfalls richten Sie Ihre Anfrage gerne per Mail an: [imh.vertrieb@ias-gruppe.de](mailto:imh.vertrieb@ias-gruppe.de)

Bildnachweis:  
©AdobeStock\_Parradee