



Starke Eltern für starke Kinder:

Das digitale Elternttraining für Eltern von Kindern mit ADHS von 4-11 Jahren

Entdecken Sie die Vorteile:

- Erziehungsverhalten und Kind stärken
- Verhaltensprobleme verringern
- Entspannteren Familienalltag erleben





Das personalisierte Elternteraining als digital angeleitete Selbsthilfe

Aktiv an der Behandlung Ihres Kindes mitwirken

Mit Ihrem individuellen Trainingsplan erhalten Sie umfassende Unterstützung, um den Familienalltag gemeinsam mit Ihrem Kind besser zu meistern.

Sofort verfügbar und flexibel nutzbar

Leicht verständliche Hilfestellungen begleiten Sie Schritt für Schritt.

Klinisch getestetes Medizinprodukt

Das als Medizinprodukt zugelassene digitale Training basiert auf dem bewährten und weit verbreiteten Therapieprogramm THOP¹. Sie erlernen Verhaltensstrategien für die direkte Umsetzung im Alltag.

Ihre Daten und die Ihres Kindes sind geschützt und unterliegen einem besonderen Sicherheitsstandard.²



Mehr Informationen
finden Sie auf der
hiToco[®]-Webseite:



Worauf Sie sich freuen können



Alles Wissenswerte & Hilfen bei ADHS

Ursachen der ADHS verstehen und
nützliche Hilfen entdecken



Eigene Herausforderungen meistern

Stress im Alltag reduzieren und mit eigenen
Stärken und Schwächen umgehen lernen



Liebevolles Miteinander ausbauen

Den Fokus auf schöne Momente richten und
die Beziehung mit Ihrem Kind stärken



Schritt für Schritt zum Erfolg

Den Umgang mit Verhaltensproblemen
für den Alltag üben



Mit vielen unterstützenden Werkzeugen

Alltagstaugliche Hilfen zu jeder Zeit verfügbar

¹ Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten (Döpfner, Schürmann, Frölich 2019)

² DSGVO und Digitale-Gesundheitsanwendungen-Verordnung (DiGAV) konform

hiToco® ist ein Medizinprodukt und wurde als digitale Therapie von führenden ADHS-Expert:innen entwickelt.

Die **Kosten** für die App hiToco® werden zu **100% von gesetzlichen Krankenkassen übernommen.**

Private Krankenversicherungen unterstützen hiToco® auf Anfrage.

So erhalten Sie hiToco®:

1 Rezept bekommen

Fragen Sie die Ärzt:in oder Therapeut:in Ihres Kindes nach hiToco® und lassen Sie Ihrem Kind ein Rezept ausstellen.

2 Rezept einreichen

Laden Sie ein Foto des Rezepts auf **hitoco.de/rezeptservice** hoch. Wir leiten das Rezept an die Krankenkasse weiter.

Alternativ können Sie das Rezept selbst bei der Kasse Ihres Kindes einreichen.

3 Freischaltcode erhalten

Die Kasse schickt Ihnen anschließend einen App-Freischaltcode per Post zu.

4 hiToco® herunterladen und durchstarten

Laden Sie hiToco® im App- oder Google Play Store des Smartphones oder Tablets herunter. Erstellen Sie einen Account und starten Sie mit dem digitalen Elterstraining.