

# La vida viene con desafíos. AllOne Health está aquí para ayudarle.

AllOne Health puede ayudarle a reducir el estrés, mejorar la salud mental y facilitarle la vida al conectarlo con la información, los recursos y las referencias correctos.

Todos los servicios son gratuitos, confidenciales y están disponibles para usted y los miembros de su familia. Esto incluye el acceso a asesoramiento a corto plazo y la amplia gama de servicios que se enumeran a continuación:

## Sesiones de salud mental

Controle el estrés, la ansiedad y la depresión, resuelva conflictos, mejore las relaciones y aborde cualquier problema personal. Elija entre sesiones en persona, asesoramiento por video o asesoramiento telefónico.

## Asesoramiento de vida

Alcance metas personales y profesionales, maneja las transiciones de la vida, supere obstáculos, fortalezca las relaciones y logra mayor equilibrio.

## Consulta financiera

Desarrolle bienestar financiero relacionado con el presupuesto, compra de vivienda, pago de deudas, resolver preguntas fiscales generales, prevención del robo de identidad y ahorro para la jubilación o enseñanza.

## Referencias legales

Reciba referencias para asuntos legales personales, incluyendo la planificación patrimonial, testamentos, bienes raíces, bancarrota, divorcio, custodia y más.

## Recursos y referencias de trabajo-vida

Obtenga información y referencias cuando busque cuidado de niños, adopción, apoyo para necesidades especiales, cuidado de ancianos, vivienda, transporte, educación y cuidado de mascotas.

## Asistencia personal

Ahorre tiempo con referencias para viajes y entretenimiento, búsqueda de servicios profesionales, servicios de limpieza, entrega de alimentos a domicilio y gestión de tareas cotidianas.

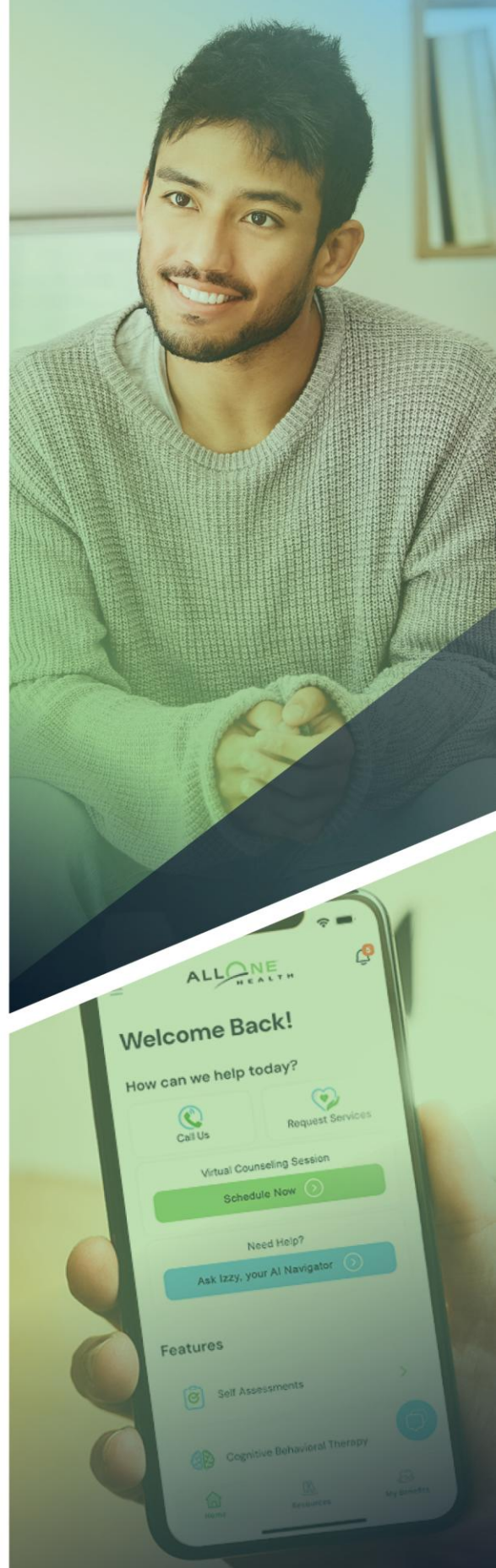
## Apoyo médico

Obtenga ayuda para navegar los seguros, obtener referencias médicas, asegurar equipo médico, y planificar la atención de transición y el alta.

## Portal para miembros y la app AllOne Health

Acceda al instante a apoyo de salud mental 24/7/365 con sesiones de terapia virtual autoprogramadas, recursos de autoayuda a demanda y la guía de Izzy, su navegador de IA. Descargue la app AllOne Health y use el código de compañía que aparece a continuación para registrarse.

*Las ofertas específicas pueden variar según el diseño del plan del Programa de Asistencia de su organización.*



Comuníquese con AllOne Health  
Llame al: 800-451-1834  
Visita: [allonehealth.com/portal](https://allonehealth.com/portal)



Descargue la  
app AllOne  
Health

**ALLONE**  
HEALTH