



# El coaching de vida puede ayudarte a alcanzar metas personales

Trabaje con un **entrenador de vida certificado** a través de su Programa de Asistencia para recibir orientación e información para lograr metas personales y desbloquear todo su potencial.

Comuníquese con su Programa de Asistencia para **sesiones de asesoramiento individuales** para abordar las prioridades personales:

- Alcanzar metas personales y profesionales
- Gestionar las transiciones de la vida
- Mejorar el estrés y la gestión del tiempo
- Superar los obstáculos
- Fortalecer las relaciones
- Mejorar la comunicación
- Mejorar la gestión del estrés y del tiempo

*Su Programa de Asistencia ofrece sesiones gratuitas de asesoramiento y coaching de vida. Si no está seguro de qué tipo de sesión es el adecuado para usted, comuníquese con nosotros y lo guiaremos en la dirección correcta. Las sesiones de asesoramiento son gratuitas, confidenciales y están disponibles para todos los miembros de la familia.*

Comuníquese con AllOne Health  
Llame: 877-679-1100  
Visita: [triadeap.com](http://triadeap.com)

**ALLONE**<sup>®</sup>  
HEALTH