La aplicación y portal para miembros AllOne Health—

# Acceso instantáneo a tu programa de Bienestar Mental

Cuidar su salud mental debe ser sencillo, con apoyo y siempre a su alcance. Por eso creamos la aplicación y portal para miembros AllOne Health, para que le sea más fácil que nunca acceder a la atención que necesita, cuando la necesita.

Ya sea que esté enfrentando los desafíos de la vida, buscando recursos o simplemente necesite hablar con alguien, estamos aquí para ayudarle.

## QUÉ ENCONTRARÁ

**Asesoría virtual simplificada**
Programe usted mismo sus sesiones de asesoramiento virtual directamente a través de la aplicación.

**Izzy, su navegador de salud mental con inteligencia artificial**
Reciba orientación y apoyo personalizado en tiempo real.

**Recursos de autoayuda disponibles a solicitud**
Explore la terapia autoguiada (iCBT), artículos, videos, evaluaciones y herramientas.

**Servicios de atención familiar y apoyo al estilo de vida**
Solicite referencias para cuidado infantil, cuidado de ancianos, legal, consulta financiera, asistencia personal y apoyo médico.

**Apoyo humano real**
Asistencia en vivo 24/7, siempre cerca de usted cuando quiera hablar con alguien.

## CÓMO FUNCIONA

1. **Descargue la aplicación AllOne Health** usando la Apple App Store o Google Play Store, o visita allonehealth.com/portal.
2. **Regístrese** usando el código del portal y la app. La dirección de correo electrónico y la contraseña utilizadas para crear su cuenta funcionarán tanto para la app como para el portal para miembros.
3. **Empiece a explorar** – Agende sesiones, chatee con Izzy y descubra recursos que apoyan su salud integral.

**Algunas características aún no están completamente traducidas.*

**Descargue la aplicación y dé el primer paso**
No importa en qué etapa de su camino se encuentre, aquí encontrará apoyo, porque su salud mental merece una atención fácil de obtener, siempre disponible y centrada en usted.

Descárgalo en el App Store

DESCARGAR EN Google Play

**Comuníquese con AllOne Health**
Llame: 800-222-8590
Visita: allonehealth.com/portal
Código: kwiktrip

ALLONE HEALTH