



El coaching de vida puede ayudarte a alcanzar metas personales

Trabaja con un coach de vida certificado a través de tu Programa de Bienestar Mental para recibir orientación y perspectiva que te ayuden a alcanzar tus metas personales y desbloquear tu máximo potencial.

Comunícate con tu Programa de Bienestar Mental para

Comunícate con tu Programa de Bienestar Mental para sesiones de mentoría individual que aborden tus 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

Tu Programa de Bienestar Mental ofrece sesiones gratuitas de consejería y coaching de vida.

Si no estás seguro de qué tipo de sesión es adecuada para ti, comunícate con nosotros y te guiaremos en la dirección correcta. Las sesiones de coaching son gratuitas, confidenciales y están abiertas a los miembros de la familia.

Comuníquese con AllOne Health

Lláme: 800-222-8590

Visita: allonehealth.com/portal
Código: kwiktrip

ALLONE[®]
HEALTH