



Haga de su salud mental una prioridad

Cuando se trata de manejar la salud mental, **no estás solo**. Comunícate con tu Programa de Bienestar Mental para hablar con un profesional de salud mental sobre cualquier problema que esté afectando tu bienestar.

Su Programa de Bienestar Mental es confidencial, gratuito y está abierto a los miembros de la familia, y las sesiones de salud mental son proporcionadas por nuestra red de profesionales clínicos.

- Controlar el estrés, la ansiedad, el duelo y la depresión
- Resolver conflictos y mejorar las relaciones familiares
- Abordar preocupaciones sobre el uso indebido de sustancias
- Encontrar apoyo para desafíos personales

Las sesiones son gratuitas, confidenciales y disponibles para los miembros de la familia.

Comuníquese con AllOne Health

Lláme: 800-222-8590

Visita: allonehealth.com/portal
Código: kwiktrip

