

CONSTRUYENDO UNA MEJOR SALUD MENTAL

Consejos para restaurar su paz mental



Mayo 2021

APOYO PARA LAS CIRCUNSTANCIAS COTIDIANAS. TODOS LOS DÍAS.

¿Quiere abordar un problema de salud mental específico, manejar mejor sus emociones o simplemente sentirse más positivo y enérgico? Hay muchas herramientas disponibles que puede utilizar como bloques de construcción para fortalecer su bienestar emocional y encontrar una sensación de calma interior.

SupportLinc brinda consejería confidencial, recursos y referidos para ayudarle a tomar control de su salud mental.

TELÉFONO

1-800-475-3EAP (3327)
Asistencia Confidencial
24 Horas del Día, los 365 Días del Año

WEB

www.supportlinc.com

MÓVIL

