



Mayo es el Mes de la

Concientización de la Salud Mental

LifeMatters® te puede ayudar con tus preocupaciones sobre la salud mental



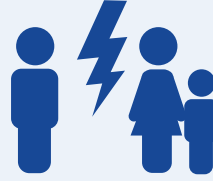
Factores de Riesgo



Estrés Frecuente



Enfermedad Crónica



Conflicto Familiar



Abuso de Substancias

Manejo de Síntomas



Actividad Física



Atención Plena



Hablar con una Amistad



Planear para Días Difíciles

Recursos para Ayudarte

Contacta a

LifeMatters®



Proveedor(a) del Cuidado de la Salud



Apoyo de Colegas y Amistades

LifeMatters® de Empathia

1-800-367-7474

Asistencia con tu Vida, tu Trabajo, tu Familia, y tu Bienestar
mylifematters.com • 24/7/365

Llama por cobrar al +1 262-574-2509 si llamas fuera de Norteamérica

Los servicios de ayuda en los idiomas hablados y escritos que usted prefiera están disponibles en forma gratuita llamando al 1-800-367-7474.

