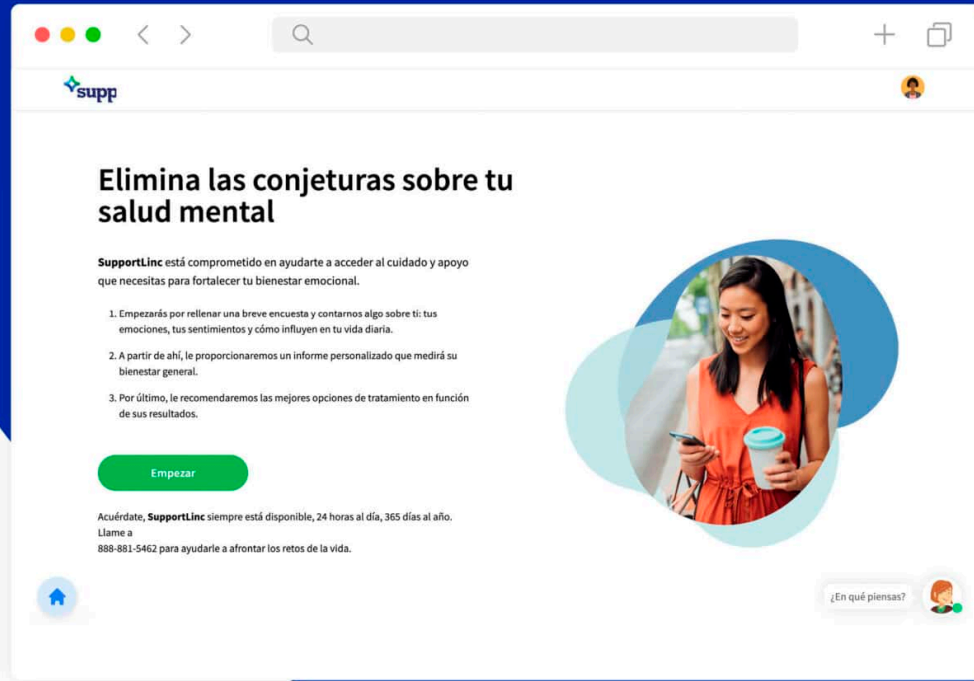




# Mental Health Navigator

Que la salud mental no sea un juego de adivinanzas



Cuando la vida se complica, el bienestar emocional puede pasar a ser la última prioridad. Si enfrenta una situación estresante, incertidumbre sobre el futuro o desafíos en el trabajo o el hogar, recibir consejos que le indiquen el camino puede ser un gran alivio. Solo siga estos pasos para comenzar:

## Fácil y rápido

Mental Health Navigator consiste en solo tres sencillos pasos:

1. Complete una breve encuesta y cuéntenos un poco sobre usted: sus emociones, sus sentimientos y cómo estos afectan su vida cotidiana.
2. Revise el informe personalizado que mide su bienestar general y recomienda opciones de cuidado.
3. Haga clic en los botones junto a las recomendaciones de cuidado para recibir ayuda y acceder a médicos con licencia, servicios de orientación, recursos autoguiados y más.

## ¡Comience ya!

[supportlinc.com](https://supportlinc.com)  
código de grupo: **rrd**



¡Descargue la aplicación móvil hoy mismo!

