



ASESORAMIENTO PERSONAL

**Desbloquee su potencial
y diga **SÍ** al éxito**

Empezar es fácil.

Llame al **800-344-4222**. O visite **employees.concernhealth.com** e inicie sesión con el código de su empresa. Después haga clic en "Get Services" (Obtener servicios) para comenzar.

**¿Quiere aprender nuevas habilidades?
¿Desarrollar hábitos más saludables?**

¡TENEMOS UN ORIENTADOR PARA USTED!

Los temas incluyen:

Bienestar físico

Sueño mejorado, alimentación saludable, control de peso, constancia en el ejercicio, afecciones de salud o dolor crónico, y más...

Desarrollo profesional

Inteligencia emocional, resolución de conflictos, gestión del tiempo, aptitud mental, comunicación y más...

Bienestar emocional

Reducción del estrés, ansiedad, agotamiento, agobio, patrones de pensamientos negativos relacionados con el equilibrio laboral y personal, relaciones, conexiones sociales y más...

No pierde nada con intentarlo

Alcance sus metas

Anguien con quien puede contar

Su orientador con habilidades y certificado por la junta le guiará desde el inicio, con un plan personalizado para ayudarlo a alcanzar sus metas.

Estrategias personalizadas y factibles

Mejore su bienestar, fomente la claridad, la concentración y la motivación.

Aumento de la confianza

La orientación aumenta la autoestima, mejora las habilidades y fomenta una mentalidad positiva.

Su beneficio de orientación

Beneficio añadido a la orientación

- cuatro sesiones telefónicas de 30 minutos por año
- programación en línea de manera conveniente
- acceso rápido
- tiempo de espera mínimo

Llame al **800.344.4222** o visite **employees.concernhealth.com**