

# JUNTOS

X LA SALUD MENTAL



## Hablemos de lo que no se ve

El bienestar integral comienza en tu mente. Aunque los síntomas de los trastornos como la ansiedad y la depresión a menudo son invisibles, sus efectos son profundos y reales en el día a día. Reconocer el problema, hablar sobre el tema y solicitar apoyo es crucial en las distintas etapas de nuestras vidas. No ignores las señales.



AUSPICIAN:



ORGANIZAN:



soytemuco.cl

soyvaldivia.cl

soyosorno.cl

soypuertomontt.cl

soychiloé.cl

