



Lidera ConscienteMENTE

Cinco maneras de cuidar de tu salud mental.




Advent Health



Heart of Florida United Way



Las poblaciones hispanas enfrentan desafíos únicos de salud mental como el estrés de la inmigración y la adaptación cultural. 1 de cada 4 hispanos atavesamos dificultades con nuestra salud mental, sin embargo, solo 1 de cada 20 habla de ello.

Hemos creado este **Mapa Mental** para fomentar un ambiente de apertura y confianza, donde expresar sentimientos, preocupaciones y esperanzas no solo sea bien visto, sino que se convierta en la base para la construcción de un futuro más saludable y resiliente para todos.

23-CFDS-02602

Aprende más visitando
LideraConscienteMENTE.com