

Los años de escuela pueden ser estresantes.

Hablemos de eso.

Los deberes, el hostigamiento (*bullying*), la presión de los pares, las calificaciones, las redes sociales. Puede haber días en que todo eso parezca demasiado. En esos momentos, hablar con alguien puede ser de mucha utilidad. La familia y los amigos, desde ya, son un buen punto de partida, ¿pero con quién podría hablar si prefiere que no sea alguien conocido?

La **Línea de Apoyo Escolar** puede ayudarle.

La Línea de Apoyo Escolar es un servicio confidencial sin costo, que pone a los estudiantes y las familias en contacto con profesionales de salud mental que saben escuchar, hacer las preguntas adecuadas y ofrecer asesoramiento. Además, está disponible en todo momento para usted y los miembros de su familia.



Línea de Apoyo Escolar:

833-MeCigna

(833.632.4462)

Estamos para servirle a toda hora, los 365 días del año

¿Necesita ayuda? Llámenos.

No es necesario ser cliente de Cigna para poder llamar.

Si va a la escuela o tiene un hijo que va a la escuela, la **Línea de Apoyo Escolar se creó para usted.**



SIN COSTO

Le ayudamos sin cargo. Punto.



CONFIDENCIAL

Respetamos su privacidad. Ni siquiera es necesario que nos diga su nombre completo.



CALIFICADA

Hable con un profesional de salud mental capacitado y experimentado.



Sabemos por lo que está pasando. Ahora le damos una respuesta.

Por eso, hacemos más que escuchar. Nosotros también hicimos nuestros deberes para poder comprender los desafíos a los que los estudiantes y sus familias se pueden estar enfrentando hoy en día.

No lo haga solo. Hay muchos motivos para pedir ayuda. Algunos son comunes, otros son más graves. De cualquier modo, hable con nosotros hoy mismo si usted o un miembro de su familia se están enfrentando a algo de lo siguiente:

- > Ansiedad
- > Depresión
- > Abuso de sustancias
- > Trastornos alimentarios
- > Hostigamiento (*bullying*)
- > Daño a sí mismo
- > Adicciones
- > Presión de pares
- > Pensamientos suicidas
- > O cualquier otra condición



Si está luchando con alguno de estos problemas, llame a la **Línea de Apoyo Escolar: 833-MeCigna** (833.632.4462)

Los menores de 14 años que llamen necesitarán la autorización verbal de un padre/tutor para acceder a la Línea de Apoyo Escolar.

Contigo paso a paso.®



La disponibilidad de los productos puede variar según la ubicación y el tipo de plan, y está sujeta a cambios. Todas las pólizas de seguro y los planes de beneficios colectivos pueden contener exclusiones, limitaciones, reducciones de beneficios y términos en virtud de los cuales es posible que continúe o se interrumpa la vigencia de las pólizas. Para conocer los costos y los detalles completos de la cobertura, comuníquese con su representante de Cigna. Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Life Insurance Company of North America y Cigna Life Insurance Company of New York (New York, NY). Formulario de póliza: TL-004700 y otras