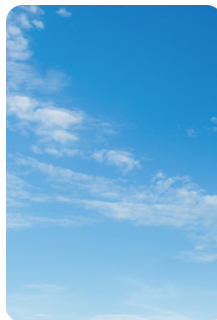




Con Lyra, tienes una mente más sana para tener más fortaleza

Todas las personas necesitamos un poco de ayuda en algún momento. Ya sea que sientas ansiedad, atravieses un duelo, afrontes cambios en la vida, busques mejorar tus relaciones personales o laborales o solo quieras sentirte mejor, Lyra te ofrece cobertura para ti y tus familiares.



✓ 8 sesiones sin costo

Accede a atención de salud mental confidencial y de alta calidad, incluidas sesiones de asesoramiento o coaching que te ayudarán a ti y a toda tu familia.

✓ Apoyo para toda la familia

Recibe apoyo para niños, niñas y adolescentes, y consejos de crianza para que cada miembro de la familia pueda desarrollar habilidades y sentirse lo mejor posible.

✓ Programas que se adaptan a tu cronograma

Habla con tu proveedor de forma virtual o mediante el chat en vivo, incluso por las noches y los fines de semana.

✓ Recursos a pedido

Accede a una biblioteca de recursos de autoayuda, como videos y cursos, para obtener apoyo en tu vida personal y laboral.

✓ Atención individualizada

Lyra te pondrá en contacto con el programa adecuado en función de tus necesidades y con un proveedor que entienda tu historia única.

✓ Servicios adicionales

Orientación gratuita y confidencial para las necesidades de la vida laboral y personal, como servicios legales, apoyo para el cuidado de dependientes y asuntos financieros.

You and your eligible dependents each get 8 free therapy or mental health coaching sessions per year, as well as a library of on-demand resources. Your confidential sessions are paid for by Heidelberg Materials. There is no cost to you.

Comienza a recibir atención en solo unos minutos. Activa tu beneficio hoy mismo.

Visita: hmnam.lyrahealth.com

Llama: Equipo de orientadores de la atención de Lyra al (877) 238-8060



Descarga la aplicación

