



iPrevail

Wellness Programs - iPrevail

<https://lacounty.iprevail.com/group-students>

No hay una línea de tiempo para el autocuidado. Comience SU viaje de salud mental hoy con iPrevail.

iPrevail ofrece una solución sin costo para USTED como residente del condado de Los Ángeles.

www.iprevail.com

Obtenga apoyo de salud mental 24/7 con lecciones autoguiadas, sesiones de charla en vivo con compañeros y Entrenadores, y acceso a nuestros grupos de apoyo comunitarios.

Cómo Funciona!

Plataforma en línea cómoda y bajo demanda que se puede evaluar de forma anónima. Disponible desde cualquier dispositivo con conexión a Internet 24/7. Esto le permite tener acceso cuando y donde quiera, está disponible para cumplir con su horario.

Ofrecemos una variedad de programas y enfoques que pueden ayudarlo en su camino. Algunos de los enfoques son ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático, estrés, cuidador, soledad y muchos otros.

Nuestros Entrenadores y compañeros están ahí en cada paso del camino. Están ahí para ayudarlo a navegar por nuestros programas terapéuticos digitales, los Entrenadores desempeñan un papel fundamental en SU viaje – desde la introducción del programa, ser un hombro de apoyo, la enseñanza de principios de la Terapia Cognitivo-Conductual y ampliando el conocimiento en su vida diaria.

Puede seguir su progreso y ser recompensado con puntos a medida que completas las actividades. A medida que USTED trabaja hacia sus metas, gana puntos que se pueden canjear por tarjetas de regalo. Esto recompensa a los Usuarios por tomar medidas positivas para mejorar su salud mental y un compromiso continuo con la plataforma y