Spring Health

City of Milwaukee

La vida es más fácil con la asistencia adecuada.

No necesita esperar a que se produzca una crisis para darle prioridad a su salud mental. City of Milwaukee se asocia con Spring Health para brindarle atención y recursos personalizados que sirvan de apoyo ante cualquier reto que plantee la vida.

Spring Health puede cuidar de su salud mental al brindarle fácil acceso a:

Terapia y orientación

Obtenga apoyo cuando sea conveniente para usted. Cada miembro recibe 6 sesiones gratuitas de terapia de orientación o coaching por año.

Orientación especial

Su Asesor de la atención puede guiarlo a través de su plan de atención, ayudarlo a encontrar al terapeuta adecuado y brindarle apoyo cuando lo necesite.

Ejercicios de bienestar

Moments es una biblioteca de ejercicios autoguiados que pueden ayudarlo a controlar el estrés, calmar la ansiedad, vencer el agotamiento, mejorar el sueño y practicar más la atención plena.

Atención personalizada

Realice una breve evaluación en línea y obtenga recomendaciones de atención que le ayuden con sus necesidades inmediatas y sus objetivos a largo plazo.

Proveedores diversos

Elija un terapeuta experimentado con el que se sienta a gusto. Explore recomendaciones o busque por especialidad, género, etnia o idioma.

Servicios de vida y trabajo

Acceda a orientación y recursos de expertos para gestionar asuntos jurídicos o financieros, cuidado de niños, personas mayores, mascotas, servicios domésticos y mucho más.

© Spring Health



Póngase en contacto con Spring Health

1-855-629-0554

Asistencia general: L-V, 8am-11pm ET

Asistencia en caso de crisis: 24/7 (presione 2)

Comience hoy mismo:

cityofmilwaukee.springhealth.com

Aplicación móvil Spring Health

Código de vida y trabajo:

Spring Health está disponible sin costo para todos los s de City of Milwaukee y los .

Su atención con Spring Health es privada y confidencial.