

## INFORMACIÓN GENERAL

# Apoyo de Comportamiento y Salud mental Para la Familia Entera

Encuentre atención confidencial para su salud emocional y mental, cómo, cuándo y dónde la necesite. Ya sea que se sienta estresado, ansioso o deprimido, el apoyo de Lyra puede ayudarlo a recuperarse.

Ver sufrir a un ser querido también afecta su bienestar. En Lyra, todos los miembros de la familia—incluyendo niños de 2 años adelante, adolescentes, adultos y parejas—obtienen la atención que necesitan.



### Autocuidado guiado con un entrenador

Obtenga un plan de atención diseñado por su entrenador de Lyra y aprenda nuevas estrategias de salud mental a su propio ritmo.



### Terapia en persona y por video

Reúnanse con un terapeuta para el diagnóstico y tratamiento de condiciones de salud mental como depresión, trastorno de estrés posttraumático y más



### Entrenamiento de salud mental

Llegue a la causa principal de sus desafíos con la atención efectiva de un entrenador de salud mental a través de video o mensajes en vivo.



### Esenciales

Aproveche las herramientas de bienestar autodirigidas en cualquier momento y en cualquier lugar.

**Para aprender más llame al (877) 500-3244**

[care@lyrahealth.com](mailto:care@lyrahealth.com) | [amys.lyrahealth.com](https://amys.lyrahealth.com)

# Lyra



## No importa por lo que está pasando, Lyra puede ayudarle.

Atención confidencial de proveedores de la mejor calidad, para que pueda sentirse mejor más rápido.

### Cómo funciona Lyra

- ✓ Comenzar es fácil**

Comparta lo que está pasando en su vida, obtenga recomendaciones de cuidado y haga una cita. Los miembros de Lyra pierden menos tiempo buscando atención y usted pasa más tiempo sintiéndose mejor.
- ✓ Atención de alta calidad que funciona**

Lyra se dedica a ofrecer el mejor cuidado posible y apoya solamente tratamientos que son los más efectivos en el alivio de los síntomas, dentro de un período de corto tiempo.
- ✓ Los mejores entrenadores y terapeutas disponibles al nivel nacional**

Nuestros proveedores están listos para encontrarse con usted donde se encuentre, a través de video en vivo, mensajes en vivo o incluso en persona. Muchos usan lecciones y ejercicios digitales para mejorar su experiencia de atención entre sesiones.
- ✓ Aproveche los servicios adicionales de trabajo y vida**

Recibe asesoramiento de expertos para ayudarle a priorizar su vida ocupada, incluyendo los asuntos legales, financiero, robo de identidad y servicios de atención para sus dependientes.

### ¿Quién es elegible?

**Todos los empleados de tiempo completo de Amy's Kitchen y sus dependientes, incluidos los niños 2 años adelante, tienen acceso a 16 sesiones sin costo para usted.**

**Para aprender más llame al (877) 500-3244**

[care@lyrahealth.com](mailto:care@lyrahealth.com) | [amys.lyrahealth.com](https://amys.lyrahealth.com)

Lyra Health, Inc. trabaja en asociación con Lyra Clinical Associates P.C. y otros socios contratados ser su equipo de atención de Lyra y prestar servicios clínicos. Para exclusiones de atención, consulte las preguntas frecuentes de Lyra.