

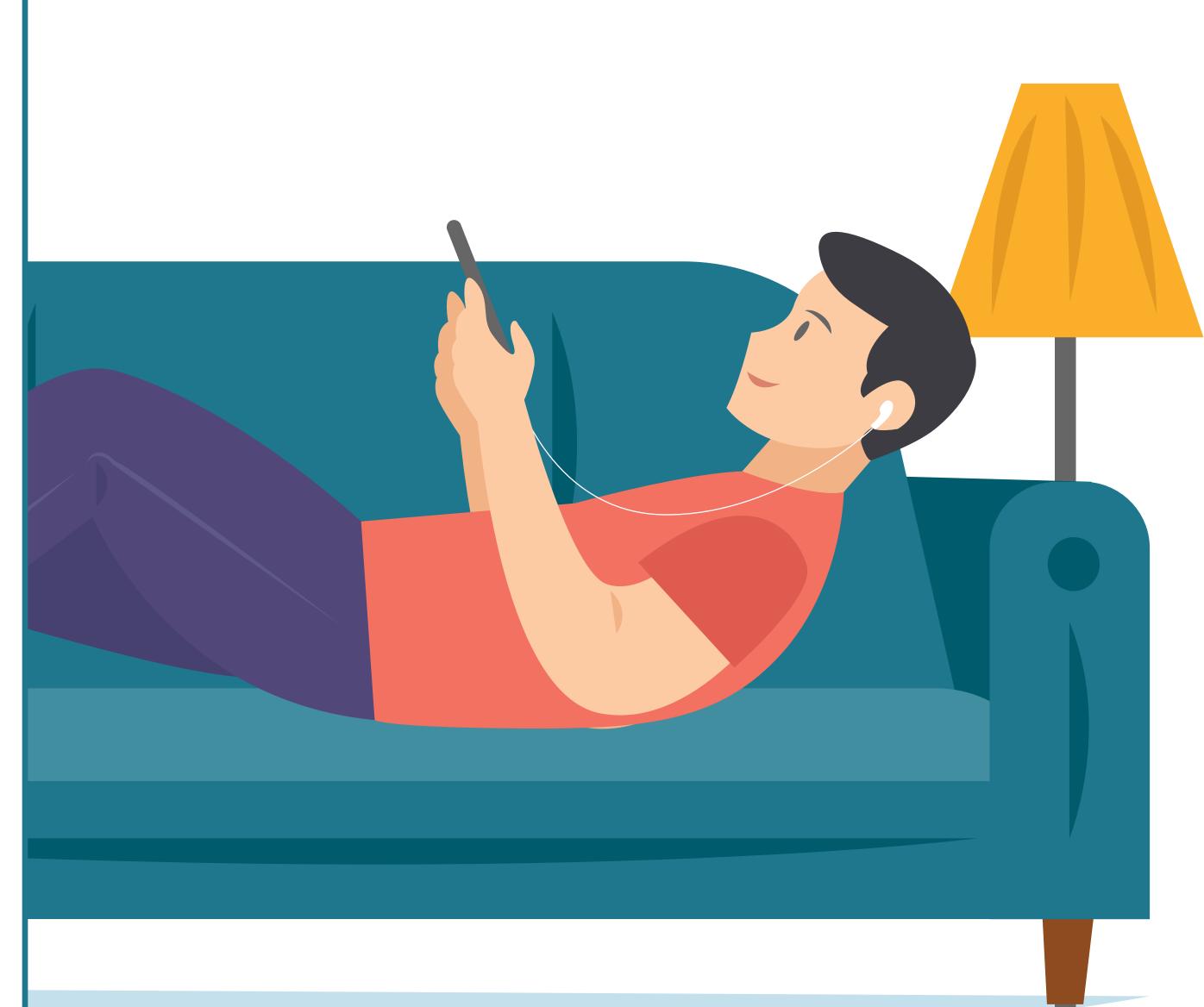


Te invitamos a ser parte y a conocer todos los beneficios a los que puedes acceder

CONOCE MÁS AQUÍ



REGALATE UNA PAUSA DE COSAS BUENAS:



 Realiza ejercicios de respiración consiente

 Regálate baños de agua tibia y espacios de calma

 Conéctate con las cosas que te gustan y divierten

 Realiza actividad física y ejercita tu cuerpo

Cultiva el pensamiento positivo

- Aliméntate de manera saludable
- Dedica tiempo a la música o al arte
- Ventila, ordena y aromatiza tu casa o espacio de trabajo
- ¡Sonríe todos los días!

Fuente: Centro de Terapia del Comportamiento



Este encuentro online a cargo del psicólogo clínico y coach organizacional Gonzalo Beneyto de Altea Consultores

Jueves 15 de julio, de 15:00 a 16:30 horas.



al enlace de Zoom que estará disponible el día del encuentro



Organiza Ministerio del Deporte





diversos centros de terapia y salud mental a lo largo del país, tanto de forma online como presencial Centros en Convenio:

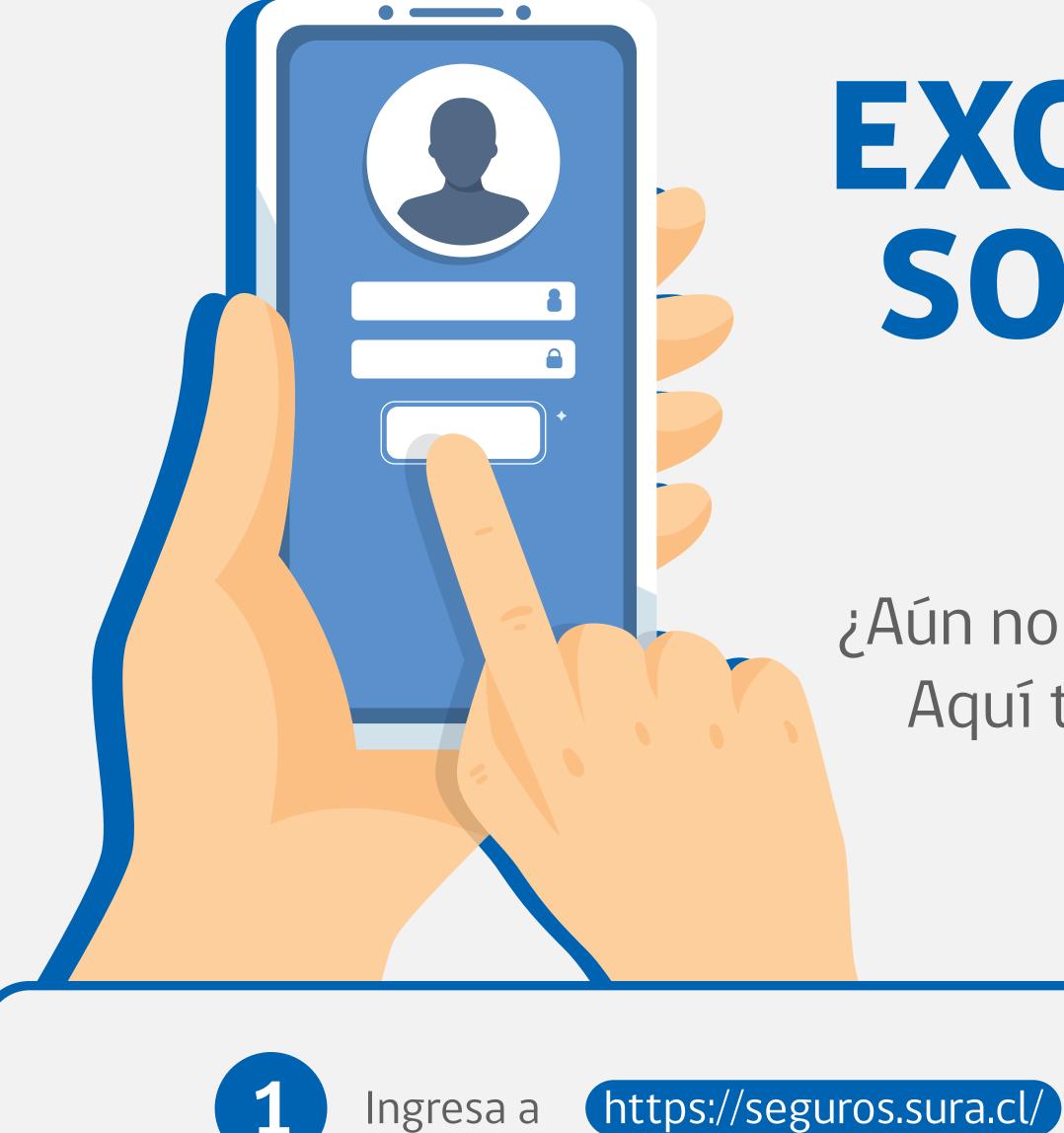
Centro CIESME

Centro de Terapia del Comportamiento Cumbre: Centro de Psicología y Salud Integral

Raíces: Centro de Desarrollo Humano

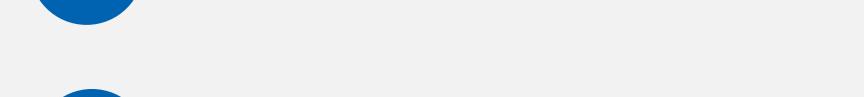
Centro RedPsique





EXCLUSIVO SOCIOS Y SOCIAS SERVICIO DE BIENIESTAR: ¿Aún no tienes clave de acceso para la web de SURA?

Aquí te explicamos el paso a paso para obtenerla y realizar todos tus trámites online



En el botón "INICIAR SESIÓN" elige la opción "SOY CLIENTE"

click en "¿OLVIDASTE TU CONTRASEÑA?"

Una vez ahí, anda a "SEGUROS COLECTIVOS". Digita el Rut del titular del seguro y haz

Esta acción te llevará a otra ventana donde deberás poner nuevamente el RUT y hacer

Al recibir tu clave, ingresa de nuevo al sitio y sigue las instrucciones para crear tu clave

- click en Aceptar. Luego de esto, te enviarán tu nueva clave por mail.
- de cuatro dígitos no consecutivos. ¡Y listo, ya estás registrado(a) con tu sesión!

Recuerda que siempre debes ingresar en: Iniciar Sesión--->Soy Cliente--->Seguros Colectivos ¿Tienes consultas? envíalas al correo bienestarind@ind.cl

DEPARTAMENTO DE GESTIÓN Y DESARROLLO DE LAS PERSONAS IND