



Sentirse bien con su cuerpo, por dentro y por fuera

Todos merecen sentirse seguros y cómodos consigo mismos. Si tiene problemas con la imagen corporal, no está solo: estamos aquí para ayudarle.

Formas de apoyar una imagen corporal positiva

- Dese usted mismo afirmaciones positivas,
- Tómese un tiempo para celebrarse,
- Evite compararse con los demás, ¡usted es único!,
- Identifique y desarrolle sus propias fortalezas,
- Hable con un especialista en salud mental.

¡Sentirse mejor empieza hoy!

Trabajemos juntos para construir una relación más saludable y feliz con usted mismo.

Programe una visita con la atención de salud mental de First Stop Health.



Descargue la aplicación

Utilice la aplicación para programar una visita con tan solo unos toques.

También puede visitar firststophealth.com o llamar al 888-691-7867