

Mass General Brigham

Resous pou Rediksyon Estrès ak Konstriksyon Rezilyans

Mass General Brigham EAP

Rele 866-724-4327 pou pran yon randevou oswa pale ak sou apèl imedyatman.



Lè wap chèche resous byennèt, Mass General Brigham EAP se kote pou kòmanse.

Si emosyon yo santi akablan ak twò entans, si ou gen pwoblèm konsantre nan travay, ou pa ka dòmi, oswa si ou santi enkyetid ki pa amelyore, Lè sa a, konsidere jwenn asistans. EAP a se yon resous gratis epi konfidansyèl. Ou ka jwenn plis enfòmasyon sou sa nou fè sou sitwèb EAP:

eap.partners.org.

EAP Webinars & Mini Sessions



EAP ofri seminè an dirèk ak anrejistreman ki kouvri teknik detant, sipò paran, sijè swen granmoun aje, edikasyon finansye, ak fòmasyon manadjè. Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#).

Ti liv EAP Konpetans pou Siviv



Konsèy sou rezistans estrès, jere enkyetid, ak kalme lespri a ak kò pandan peryòd nan malèz emosyonèl oswa detrès. Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#).

Aplikasyon pou byennèt

Anplwaye MGB gen aksè gratis nan:

SilverCloud | Headspace | Koa 360

Ki fèt pou detant, iCBT ak meditasyon.

Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#) pou jwenn aksè nan "Resous oto-gide."



Koneksyon Sante Mantal (MHC)

MHC se yon sèvis evalyasyon klinik ki konekte anplwaye MGB ak manm fanmi yo nan kay la (konjwen, patnè, depandan) ak tretman sante konpòtman ki pi apwopriye ak aksesib, ni anedan ni andeyò sistèm nan, nan yon fason apwopriye ak efikas.

Eskane kòd QR la oswa [klike isit la](#).

Contact MHC by email

mentalhealthmatters@partners.org



Gwoup Sipò Viryèl EAP chak mwa

Sipò ak Eldercare & Caregiving

- [EAP Monthly Eldercare & Caregivers Group](#)



Reyinyon vityèl kote patisipan yo pataje enkyetid yo, diskite sou swen tèt yo ak resous oswa jere defi inik nan pran swen moun ki aje yo.

Gwoup Sipò pou Paran yo

- [Gwoup Sipò Virtual chak mwa](#)

- [Gwoup Next Step chak mwa](#)

(Sipò pou Divòs ak Separasyon)



Lyra Health

Lyra disponib pou anplwaye Mass General Brigham ak fanmi yo enskri nan Mass General Brigham Health Plan epi li bay aksè an sekirite ak konfidansyèl nan sèvis sante mantal ki pwouve klinikman, soti nan modil byennèt oto-gide rive nan terapi ak jesyon medikaman. Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#).



Resous Imigrasyon

Pwosesis imigrasyon an ka difisil ak konplike. Resous yo sou sitwèb nou an ka ede w konprann ak navige sistèm sa a. Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#).



Resous LGBTQ+

Resous ki anba yo ka sipòte manm kominote LGBTQ+ ak alye yo. Eskane kòd QR la oswa [klike sou isit la](#).



Fè enspeksyon kòd QR sa a pou yon kopi dijital feyè sa a. Disponib tou an panyòl ak kreyòl ayisyen.



Ou santi w estrès?

Rele Pwogram Asistans Anplwaye MGB 24/7

866-724-4327

Oswa eskane kòd QR la pou w jwenn seksyon "Fè yon randevou" pou jwenn yon fòm demann randevou

