

Septiembre de 2025

Noticias sobre los beneficios



Recursos de OEGB sobre la salud mental

Este documento es parte de la hoja informativa de OEGB de septiembre titulada Ansiedad y depresión. Para tener acceso a otros recursos, visite la [página Noticias y eventos](#).



Canopy (el Programa de Asistencia para los Empleados para los empleados que no son de OSU):

- Aplicación de Canopy: Aplicación móvil de EAP
- Asesoramiento: Reciba 8 sesiones gratis por incidente
- Apoyo de pares: Comunidad anónima de chateos moderados por profesionales clínicos con licencia; haga clic en el botón "Peer Support — Chat Now" (Apoyo de pares — Chatee ahora) que se encuentra arriba



Moda Health

- Asesoramiento sobre salud
- Programas de salud del comportamiento
- Programas y talleres de bienestar



Kaiser Permanente

- Asesoramiento sobre salud
- Servicios de salud mental
- Apoyo para afecciones crónicas: Recursos y programas para afecciones en curso
- Apoyo para la neurodiversidad
- Programas de estilo de vida saludable: Programas personalizados en línea que lo ayudan a crear planes de acción para lograr sus metas de salud
- Programas y talleres de bienestar
- Clases de educación sobre salud mental y corporal
- Recursos de concienciación plena
- Headspace: Aplicación móvil para recibir apoyo emocional 24/7
- Calm: Aplicación móvil sobre sueño y recursos de meditación

