

MAYO ES EL MES DE LA SALUD MENTAL

MIRAR ALREDEDOR, MIRAR EL INTERIOR

SON MUCHOS LOS FACTORES PRESENTES CUANDO SE TRATA DE LA SALUD MENTAL.

DEDIQUE TIEMPO PARA MIRAR A SU ALREDEDOR Y TOME NOTA DE LO QUE LO RODEA, Y *MIRE* DENTRO DE USTED PARA VER CÓMO PUEDE ESTAR AFECTÁNDOLO.



UNA PRUEBA DE SALUD MENTAL ES UNA DE LAS FORMAS MÁS SENCILLAS DE CHEQUEAR SI ALGO NO ESTÁ DEL TODO BIEN.

[MHASCREENING.ORG](https://mhascreening.org)

MHIA
Mental Health America
mhanational.org | mhascreening.org

[f /mentalhealthamerica](https://www.facebook.com/mentalhealthamerica)
[@mentalhealtham](https://twitter.com/mentalhealtham)
[@mentalhealthamerica](https://www.instagram.com/mentalhealthamerica)
[/mentalhealthamerica](https://www.youtube.com/mentalhealthamerica)

MAYO ES EL MES DE LA SALUD MENTAL

MIRAR ALREDEDOR, MIRAR EL INTERIOR

SON MUCHOS LOS FACTORES PRESENTES CUANDO SE TRATA DE LA SALUD MENTAL.

DEDIQUE TIEMPO PARA MIRAR A SU ALREDEDOR Y TOME NOTA DE LO QUE LO RODEA, Y *MIRE* DENTRO DE USTED PARA VER CÓMO PUEDE ESTAR AFECTÁNDOLO.



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN SOBRE CÓMO EL MEDIO AMBIENTE IMPACTA SU MENTE Y QUÉ PUEDE HACER AL RESPECTO, VISITE **MHANATIONAL.ORG/MAY**.
