

Cuida tu salud mental Activa tu red de apoyo



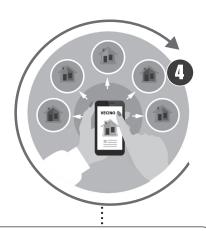
No pierdas el contacto con tu familia. Usa las redes virtuales, para brindar y recibir contención y apoyo mutuo.



Promueve una actitud de acogida y no discriminación con personas infectadas por el virus.



Quédate en casa. Hoy puedes utilizar las plataformas virtuales para comprar alimentos y medicamentos.



Activa tus redes de apoyo con tus vecinos, comunidad y municipio.



Mantén un contacto frecuente con tus colegas y amigos(as) del trabajo.

El Ministerio de Salud tiene habilitado un teléfono para atender consultas sobre Salud Mental en contexto de Covid-19: +56 9 3286 0662 funciona en días hábiles de lunes a jueves de 8:30 a 13:00 horas y de 14:30 a 17:00 horas, mientras que el viernes la atención es de 8:30 a 13:00 horas y de 14.30 a 16:00 horas. Además, está disponible el Fono Salud Responde, 600 360 7777. El número dispuesto para atender consultas exclusivas sobre Covid-19 es el +56 9 8920 3180.

Fuente: Asociación Chilena de Seguridad (ACHS)