



SPRING 2022

## ¿TE SIENTES CANSADO, SOLO Y SIN APOYO? ¡ENTONCES ESTE PROGRAMA DE BIENESTAR ES PARA TI! GRATIS Y CONFIDENCIAL

Acceso virtual las 24 horas del día, los 7 días de la semana, grupos de bienestar para mejorar tu salud física y mental, horarios flexibles incluyendo fines de semana, coaching personalizado y nuevas conexiones sociales.

Registro Abierto a partir del 15 de Septiembre/2022

Regístrate hoy enviando un correo a [Admin@ThinkHopeful.Com](mailto:Admin@ThinkHopeful.Com).  
y participa para ganar una tarjeta de regalo.  
Este programa es bilingüe (Español, Ingles) gratis y confidencial.

\*No te pierdas de esta gran oportunidad. Los cupos son limitados.

¿Preguntas? Contáctenos: [studenthealthcenter@cuesta.edu](mailto:studenthealthcenter@cuesta.edu)

Para más información,  
visite nuestro sitio web o  
escanee el código QR:



[cuesta.edu/student/resources/  
healthcenter/about-health-  
services/newsandevents](http://cuesta.edu/student/resources/healthcenter/about-health-services/newsandevents)