



Feel like yourself again

Now available

Don't wait to get the support you need



In addition to your Teladoc Health General Medical services, you now have Mental Health support. Get confidential therapy 7 days a week for conditions like depression, anxiety, stress, marital or family issues and much more by phone or video.

The benefits of using Teladoc Health Mental Health

- ✓ Choose the therapist who best fits your needs
- ✓ Speak with an expert from wherever you are most comfortable
- ✓ Schedule an appointment when it's convenient for you
- ✓ Confidential treatment for as little or as long as you need

Find a therapist who works for you

Visit [Teladoc.com](https://www.teladoc.com)

Call 1-800-TELADOC (800-835-2362) | Download the app  | 

Refer to your employee booklet at [umar.com](https://www.umar.com) for Teladoc benefits



Vuelva a sentirse como antes

Ya disponible

No espere para recibir la ayuda que necesita



Además de los servicios médicos generales de Teladoc Health, ahora usted también dispone de apoyo para la salud mental. Haga terapia los 7 días de la semana de manera confidencial para trastornos como depresión, ansiedad, estrés, problemas matrimoniales o familiares, y mucho más por teléfono o video.

Beneficios de usar los servicios de salud mental de Teladoc Health

- ✓ Elija al terapeuta que mejor se adapte a sus necesidades
- ✓ Hable con profesionales expertos desde el lugar que usted prefiera
- ✓ Programe una cita cuando le resulte conveniente
- ✓ Reciba tratamiento de manera confidencial por el tiempo que usted necesite

Encuentre profesionales adecuados para usted

Visite [Teladoc.com](https://www.teladoc.com)

Llame al 1-800-TELADOC (800-835-2362) | Descargue la aplicación  | 

Refer to your employee booklet at [umar.com](https://www.umar.com) for Teladoc benefits

Teladoc Health no ofrece una línea directa para crisis. Las citas deben programarse.