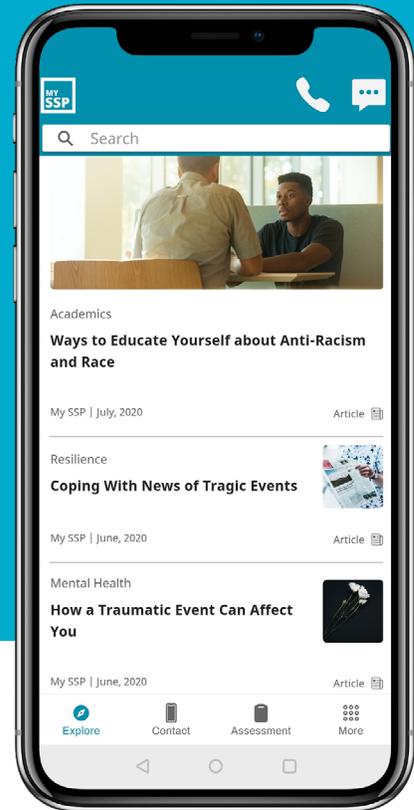


# Tu éxito comienza por un apoyo extraordinario

Si bien asistir a instituciones de enseñanza superior o universitaria constituye una experiencia estimulante, también puede coincidir con momentos de estrés considerables. El programa de apoyo para estudiantes. My SSP está a tu disposición para asistirte. Conéctate con nosotros 24/7 gratuitamente para recibir ayuda confidencial relacionada con la salud mental y el bienestar.

**Llama. Chatea. En todo momento y lugar.  
Descarga la aplicación: conéctate hoy mismo.**



The My SSP app provides free access to a variety of wellbeing resources

- Articles
- Assessments
- Podcasts
- Videos
- Virtual fitness sessions

## Apoyo gratuito y confidencial cuando lo necesitas

- Apoyo telefónico y por chat en tiempo real 24/7
- Apoyo multilingüe disponible
- Buena combinación con un consejero profesional
- Consultas telefónicas y por video mediante cita para recibir apoyo de corto plazo

**My SSP puede ayudarte en todo momento** My SSP puede ayudarte **en todo momento** a adaptarte a nuevos retos, a tener éxito en tu vida escolar, a combatir el estrés y las preocupaciones que genera la vida cotidiana, a responder a tus inquietudes en materia de relaciones, tristeza y soledad, incertidumbre, y mucho más.



**1.866.743.7732**

Desde el extranjero marca el: 001.416.380.6578