

# PROMETO: **Make It OK**

NOMBRE \_\_\_\_\_

## Tres pasos para Make It OK

- 1 **APRENDA MÁS.** Cuanto más aprendamos de las enfermedades mentales, más cuenta nos daremos de lo comunes que son.
- 2 **HABLE SOBRE ELLAS.** Cuanto más hablemos sobre las enfermedades mentales, más cerca estaremos de acabar con el estigma.
- 3 **DÍGASELO A OTROS.** Anime a los demás a unirse a la causa haciendo una promesa por internet.

Comience el diálogo y adquiera consejos en la página [MakeItOk.org/Hablemos](https://MakeItOk.org/Hablemos)

19-440456-440475 (4/19) ©2019 HealthPartners

# PROMETO: **Make It OK**

NOMBRE \_\_\_\_\_

## Tres pasos para Make It OK

- 1 **APRENDA MÁS.** Cuanto más aprendamos de las enfermedades mentales, más cuenta nos daremos de lo comunes que son.
- 2 **HABLE SOBRE ELLAS.** Cuanto más hablemos sobre las enfermedades mentales, más cerca estaremos de acabar con el estigma.
- 3 **DÍGASELO A OTROS.** Anime a los demás a unirse a la causa haciendo una promesa por internet.

Comience el diálogo y adquiera consejos en la página [MakeItOk.org/Hablemos](https://MakeItOk.org/Hablemos)

19-440456-440475 (4/19) ©2019 HealthPartners

# PROMETO: **Make It OK**

NOMBRE \_\_\_\_\_

## Tres pasos para Make It OK

- 1 **APRENDA MÁS.** Cuanto más aprendamos de las enfermedades mentales, más cuenta nos daremos de lo comunes que son.
- 2 **HABLE SOBRE ELLAS.** Cuanto más hablemos sobre las enfermedades mentales, más cerca estaremos de acabar con el estigma.
- 3 **DÍGASELO A OTROS.** Anime a los demás a unirse a la causa haciendo una promesa por internet.

Comience el diálogo y adquiera consejos en la página [MakeItOk.org/Hablemos](https://MakeItOk.org/Hablemos)

19-440456-440475 (4/19) ©2019 HealthPartners

# PROMETO: **Make It OK**

NOMBRE \_\_\_\_\_

## Tres pasos para Make It OK

- 1 **APRENDA MÁS.** Cuanto más aprendamos de las enfermedades mentales, más cuenta nos daremos de lo comunes que son.
- 2 **HABLE SOBRE ELLAS.** Cuanto más hablemos sobre las enfermedades mentales, más cerca estaremos de acabar con el estigma.
- 3 **DÍGASELO A OTROS.** Anime a los demás a unirse a la causa haciendo una promesa por internet.

Comience el diálogo y adquiera consejos en la página [MakeItOk.org/Hablemos](https://MakeItOk.org/Hablemos)

19-440456-440475 (4/19) ©2019 HealthPartners