

मानसिक स्वास्थ्य
जागरूकता

मानसिक स्वास्थ्य का अर्थ

यह जानना है
कि खुद की
देखभाल करना
स्वार्थ नहीं है



QR कोड को स्कैन करें, या
optumwellbeing.com पर जाएं,
और पता करें कि मानसिक स्वास्थ्य
आपके लिए क्या हो सकता है।

Optum