

SAMHSA CELEBRA LA

# Semana Nacional del Bienestar

Tercera semana de septiembre

**El bienestar puede mejorar la calidad de vida** y aumentar la longevidad, sobre todo la de las personas con trastornos de salud mental o de consumo de sustancias.

La Semana Nacional del Bienestar nos sirve para mejorar nuestra salud mientras hacemos inventario de nuestros talentos, destrezas, intereses, relaciones sociales y el entorno en el que nos desenvolvemos.

**¡Celebre la Semana Nacional del Bienestar!** Participe de las actividades programadas cerca de usted.



Si quiere saber más sobre la Semana Nacional del Bienestar de SAMHSA, visite la página web <http://www.samhsa.gov/wellness>



Office of Women's Health

