



SERVICIO DE ASISTENCIA TELEFÓNICA MENTALLY FIT: SIEMPRE A TU DISPOSICIÓN

Cuidar la mente es tan importante como cuidar el cuerpo, y el COI sabe lo importante que es tener a alguien con quien hablar cuando necesitas ayuda. Por ese motivo, hemos lanzado Mentally Fit, un servicio de asistencia a la salud mental gratuito y confidencial disponible para todos los atletas olímpicos y paralímpicos durante los Juegos Olímpicos Tokyo 2020.

ASISTENCIA EN TIEMPO REAL DISPONIBLE EN TODO MOMENTO

Como atleta participante a los Juegos Olímpicos o Paralímpicos, puedes acceder a la asistencia gratuita y confidencial tanto si tienes problemas deportivos como personales. Puedes ponerte en contacto con nosotros las 24 horas del día para recibir asistencia en tiempo real, ya sea un asesoramiento profesional a corto plazo o un apoyo telefónico o por videoconferencia instantáneo.

ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDARTE

Nuestros profesionales están dispuestos a ayudarte en los asuntos que te preocupan.

Los temas incluyen, entre otros:

- Gestión de la presión
- Agotamiento físico o psicológico
- Armonía entre el deporte y la vida en el hogar
- Gestión de cambios de vida o carrera
- Manejo del estrés
- Mejora de la comunicación
- Cómo lidiar con las lesiones
- Control de la ansiedad
- Depresión
- Trastornos alimenticios
- Intimidación, acoso y abuso
- Crianza de los hijos

EL SERVICIO ES CONFIDENCIAL

Este servicio lo prestan profesionales expertos completamente independientes de tus

entrenadores, de tu equipo y del COI. Nuestro equipo está sujeto a normas profesionales en materia de confidencialidad y no divulga datos de personas que se hayan puesto en contacto con el servicio. Cualquier información que compartas con sus miembros quedará a su entera discreción y no se compartirá.

TE APOYAMOS EN TODO EL MUNDO

- Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.
- Acceso disponible en todo el mundo por teléfono, correo electrónico o a través de la página web.
- Proporciona información y asesoramiento sobre cualquier tema que sea importante para ti.
- GRATIS: el servicio no tiene ningún coste.
- La ayuda está disponible en tu idioma.

ACCEDER A LA AYUDA ES FÁCIL.

Da igual la hora que sea y el lugar en que te encuentres: tienes apoyo gratuito y confidencial por teléfono, correo electrónico o a través de la página web.

Llama o conéctate para comenzar.

Nuestros asesores te pedirán tu número de acreditación para comprobar si puedes beneficiarse del servicio de asistencia telefónica Mentally Fit. Ten en cuenta que tanto el COI como el CPI transferirán la lista de números de acreditación de los atletas participantes en los Juegos Olímpicos y Paralímpicos, respectivamente, a la WPO, la empresa independiente que gestiona el servicio de asistencia telefónica Mentally Fit, con el fin de que puedan realizar estas comprobaciones de admisibilidad. WPO solo utilizará esta información con este fin y la conservará, únicamente, durante un



plazo máximo de 100 días a partir de la finalización de los Juegos en los que participes.

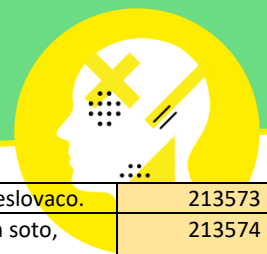




APOYO PARA QUE PUEDAS DAR LO MEJOR DE TI

Idioma	Número de marcación directa	Horas	Descripción de la ruta	Códigos de acceso iCY
العربية	+44 12 8722 1871	De domingos a jueves de 9 a. m. a 5 p. m. (GMT+4).	+44 12 8722 1871 ofrece el servicio en árabe de domingo a jueves de 9 a. m. a 5 p. m. (GMT+4). El resto de horas de asistencia telefónica son en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en árabe.	212859
Bahasa Indonesia	+62 02180657679	De lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. (GMT+7).	+62 02180657679 ofrece el servicio de asistencia en indonesio de lunes a viernes de 9 a. m. a 5 p. m. (GMT+7). El resto de horas de asistencia telefónica son en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en indonesio.	212860
Português do Brasil	+55 11350 07922	Todo el día {24/7}	+55 11350 07922 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en portugués de Brasil.	212861
български	+359 2 493 2513	Todo el día {24/7}	+359 2 493 2513 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en búlgaro.	213577
Canadian English	+1 416 956 2979	Todo el día {24/7}	+1 416 956 2979 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés de Canadá.	212862
Français canadien	+1 416 956 2979	Todo el día {24/7}	+1 416 956 2979 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en francés de Canadá.	212863
廣東話	+852 3002 4445	Todo el día {24/7}	+852 3002 4445 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en cantonés de Hong Kong.	213578
Čeština	+420 239 018 289	Todo el día {24/7}	+420 239 018 289 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en checo.	212864
dansk	+44 2089876273	Todo el día {24/7}	+44 2089876273 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en danés.	212865
Nederlands	+32 92415485	Todo el día {24/7}	+32 92415485 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés.	212866
English	+44 2089876273	Todo el día {24/7}	+44 2089876273 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés.	212867
Pilipino	+63 2 8 395 3455	Todo el día {24/7}	+63 2 8 395 3455 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en filipino.	213565
Suomi	+44 2089876273	Todo el día {24/7}	+44 2089876273 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en finlandés.	212868
Français	+33 359711203	Todo el día {24/7}	+52 55 8526 4935 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en francés.	212869
Deutsch	+49 322 2109 5114	Todo el día {24/7}	+49 322 2109 5114 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en alemán.	212870
Ελληνικά	+30 21 1198 2709	Todo el día {24/7}	+30 21 1198 2709 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en griego.	213567
עברית	+972 3 720 8062	Todo el día {24/7}	+972 3 720 8062 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en hebreo.	213568
हिन्दी	+91 80 66080081	De lunes a viernes {24/7}	+91 80 66080081 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en hindi o inglés de lunes a viernes. El resto de horas de asistencia telefónica son en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en hindi fuera del horario comercial.	212871
magyar	+36 1 999 6726	Todo el día {24/7}	+36 1 999 6726 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en húngaro.	212872
Íslenska	+44 2089876273	Todo el día {24/7}	+44 2089876273 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en islandés.	212873
Italiano	+39 02 8710 3897	Todo el día {24/7}	+39 02 8710 3897 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en italiano.	212874
日本語	+81368662815	Todo el día {24/7}	+81 36866 2815 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en japonés.	212875
한국어	+82 70 4732 0469	Todo el día {24/7}	+82 70 4732 0469 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en coreano.	212876
Español LATAM	+52 55 8526 4935	Todo el día {24/7}	+52 55 8526 4935 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en español latinoamericano.	212877
Melayu	+60377240442	Todo el día {24/7}	+60 377240442 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en malayo.	212878
Pŭtŏnghuà	+86 21 6577 3898	Todo el día {24/7}	+86 21 6577 3898 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en chino por WPO.	213569
Norsk	+47 2405 5493	Todo el día {24/7}	+47 2405 5493 ofrece el servicio de asistencia en noruego.	212879
Polski	+48 22 292 2700	Todo el día {24/7}	+48 22 292 2700 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en polaco.	213570
Română	+40 31 630 0237	Todo el día {24/7}	+40 31 630 0237 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en rumano.	213571
Russkiy	+7 499 951 6690	Todo el día {24/7}	+7 499 951 6690 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en ruso.	213572





slovensky	+421 2 6862 2480	Todo el día {24/7}	+421 2 6862 2480 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en eslovaco.	213573
Sotho, Afrikaanse, etc	+27 875 502 320	Todo el día {24/7}	+27 875 502 320 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en soto, africano, swazi, etc.	213574
Español Europeo	+34 918 368 897	Todo el día {24/7}	+34 918 368 897 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en español de España.	212880
Svenska	+46 7 7575 7455	Todo el día {24/7}	+46 7 7575 7455 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en sueco.	212881
ไทย	+66 2 105 6145	De lunes a viernes de 10 a. m. a 5 p. m. (GMT+7)	+66 2 105 6145 ofrece el servicio de asistencia en tailandés de lunes a viernes de 10 a. m. a 5 p. m. (GMT+7). El resto de horas de asistencia telefónica son en inglés. Se utilizará la línea de idiomas para cualquier necesidad de asistencia en tailandés fuera del horario comercial.	212882
Türkçe	+90 850 390 2141	Todo el día {24/7}	+90 850 390 2141 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en turco.	212883
US English	+1 984 239 2338	Todo el día {24/7}	+1 984 239 2338 ofrece el servicio de asistencia 24/7 en inglés de EE. UU.	212884
Tiếng Việt	+84 284 458 2345	De lunes a viernes de 8 a. m. a 9 p. m. y sábados y domingos de 8 a. m. a 5 p. m.	+84 284 458 2345 ofrece el servicio de asistencia en vietnamita, a través del socio de WPO Hoa Sen Vietnam, de lunes a viernes de 8 a. m. a 9 p. m. y sábados y domingos de 8 a. m. a 5 p. m. Las llamadas fuera de este horario se atenderán en inglés.	213575

PÁGINA WEB: <http://global.helpwhereyouare.com>

CÓDIGO DE LA EMPRESA: Athlete365

CORREO ELECTRÓNICO: support@resourcesforyourlife.com

