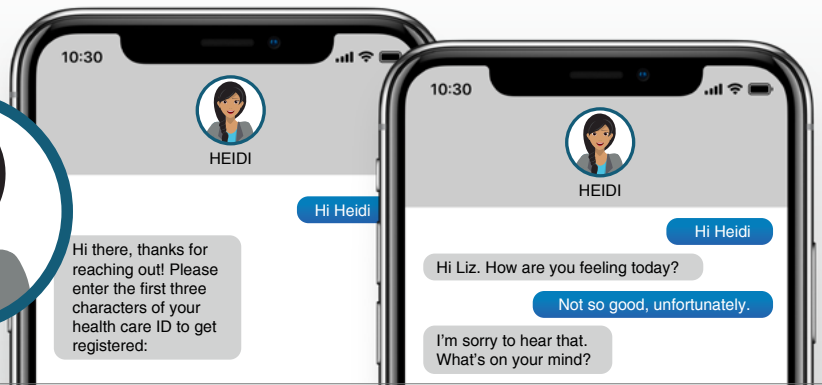


MEET HEIDI



Have you been experiencing stress or anxiety? Feeling down? Could you benefit from a helpful chat?

Say **“hi”** to HEIDI, a text-based chatbot that provides on-demand emotional support to help you manage stress, stay balanced, and be resilient.

Here's How It Works

- 1 Simply send the message **“Hi”** to HEIDI at **+1 (917) 746-5614**. (You will need to enter the first three characters of your health care ID, which can be found on your insurance card.) *standard data fees apply.
- 2 Tell HEIDI what's on your mind, and discover HEIDI's coping tools and strategies.

HEIDI is Secure and Confidential

- ✓ Just like conversations with a healthcare professional – your employer will not have access to your conversations.

HEIDI is Trained by Psychologists

- ✓ HEIDI uses self-learning artificial intelligence. The more you chat, the more she learns how best to help you.

HEIDI is free and available on-demand 24/7 for you and your family.



To get started
Text **“Hi”** to
+1 (917) 746-5614

This program is brought to you by Pinnacle Health Management to help you manage your mental health more effectively and live a happier and more balanced life.

PINNACLE
HEALTH MANAGEMENT

PHM-HEIDI-EE-051120

CONOZCA A HEIDI



¿Has estado experimentando estrés o ansiedad? ¿Deprimido? ¿Podría beneficiarse de un chat útil?

Saluda a HEIDI, un chatbot basado en texto que brinda apoyo emocional a pedido para ayudarte a controlar el estrés, mantenerte equilibrado y ser resistente.

Así es como funciona

- 1 Simplemente envíe el mensaje **“Hola”** a HEIDI al **+1 (917) 746-5614**. (Deberá ingresar los primeros tres caracteres de su ID de atención médica, que puede encontrar en su tarjeta de seguro.) **se aplican tarifas de datos estándar.*
- 2 Dile a HEIDI lo que tienes en mente y descubre las herramientas y estrategias de afrontamiento de HEIDI.

Heidi es seguro y confidencial

- ✓ Al igual que las conversaciones con un profesional de la salud, su empleador no tendrá acceso a sus conversaciones.

HEIDI es entrenado por psicólogos

- ✓ HEIDI usa inteligencia artificial de autoaprendizaje. Cuanto más chateas, más aprende cómo ayudarte mejor.

HEIDI es gratis y está disponible a pedido las 24 horas, los 7 días de la semana para usted y su familia.



**Para empezar
Envía “Hola” a
+1 (917) 746-5614**