

**¿Estresado? ¿Problemas familiares? ¿La vida le
deprime?**

¿Necesita alguien con quien hablar?

!!!DTK tiene un par de opciones para usted!!!

#1- Capellanes: un grupo de personas que pueden reunirse con usted, llamarle por teléfono o enviarle un mensaje de texto para hablar de cualquier problema al que se enfrente. Se trata de un servicio en todo el país que también puede utilizar su familia.

Formas de contacto-

- **Descargue la aplicación MyChap (código de localización 121776)**
- **Póngase en contacto con su supervisor o director regional**
- **Póngase en contacto con el departamento de RH (713-275-2681).**

#2- El Centro Esperanza y Curación- una organización sin fines de lucro que tiene diferentes programas para muchas necesidades. Aquí hay un enlace a su sitio web <https://hopeandhealingcenter.org/resources/> y también el número para llamar 1-713-871-1004.

Ambos son confidenciales. DTK no tendrá conocimiento de las conversaciones que mantengan.

¡¡¡Por favor, utilice estas herramientas ya que usted es nuestro más VALIOSO ELEMENTO!!!

**Stressed??? Family Issues??? Life getting you
down???**

Need someone to talk to???

DTK has a couple of options for you!!!

#1- Marketplace Chaplains- a group of people who can meet with you, call you or text you to discuss any issues that you may be facing. They are a nationwide service that can be used by your family as well.

Ways to contact-

- **Download the MyChap app (location code 121776)**
- **Contact your Supervisor or Regional Manager**
- **Contact the HR department (713-275-2681).**

#2- Hope & Healing Center- a non-profit organization that has different programs for many needs. Here is a link to their website-

<https://hopeandhealingcenter.org/resources/>

and number to call as well- 1-713-871-1004.

Both are confidential. DTK will not know about any conversations you may have.

**Please use these tools as you are our most
VALUABLE ASSET!!!**