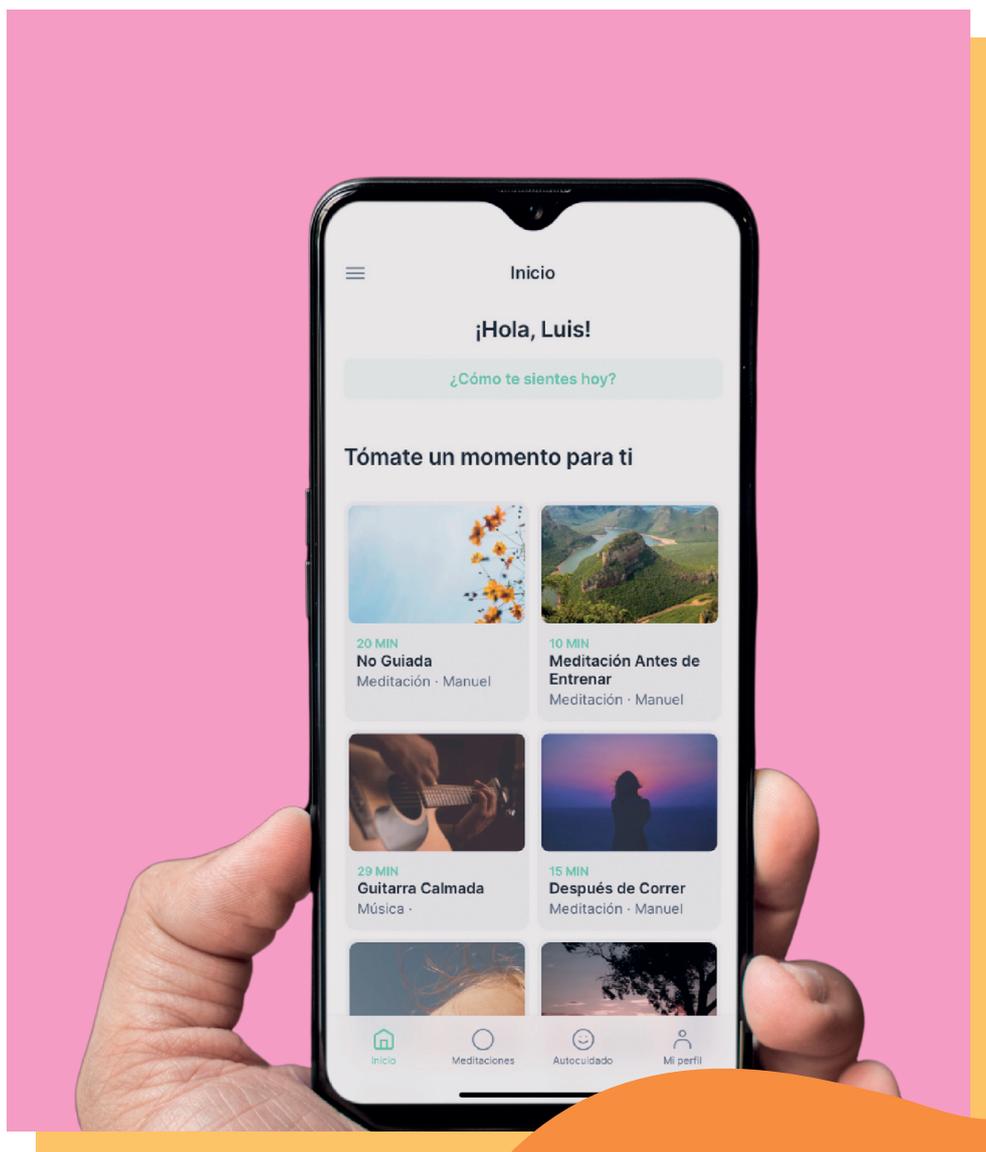




## Instrucciones para acceder a Self-Care



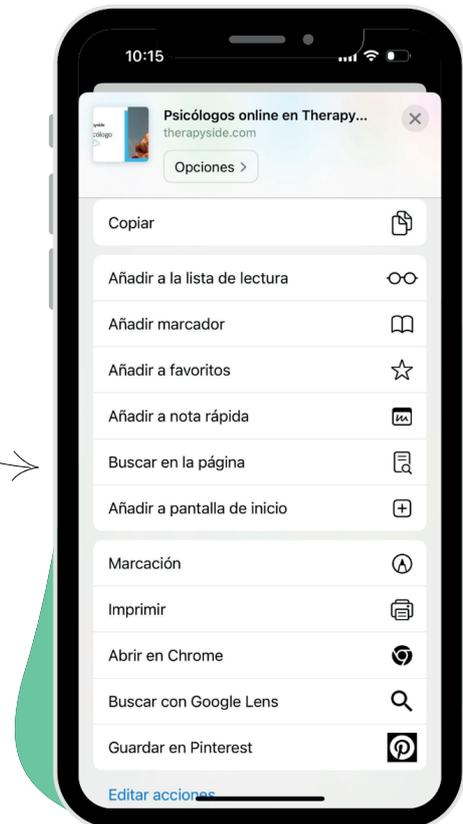
# Para Iphone

- 01 Abre Safari:** entra en el navegador Safari en tu iPhone e introduce la dirección [selfcare.therapyside.com](https://selfcare.therapyside.com)
- 02 Regístrate:** introduce el correo que tengas registrado en el portal de empresa
- 03 Código de Confirmación:** te enviaremos un correo electrónico con un código de confirmación
- 04 Personaliza tu Perfil:** añade tu nombre, apellido y una foto de perfil (opcional)

- 05 Para instalar en Iphone:**
  1. Haz clic en el botón de compartir (icono en la parte inferior de Safari)
  2. Selecciona "Agregar a la Pantalla de Inicio"



Para cualquier aclaración, ponte en contacto con nuestro equipo de soporte a través de este [formulario](#).

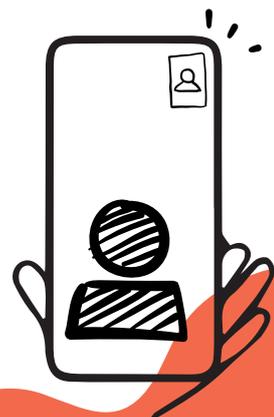


# Para Android

- 01** **Abre Chrome:** entra en el navegador Chrome en tu Android e introduce la dirección [selfcare.therapyside.com](https://selfcare.therapyside.com)
- 02** **Regístrate:** introduce el correo que tengas registrado en el portal de empresa
- 03** **Código de Confirmación:** te enviaremos un correo electrónico con un código de confirmación
- 04** **Personaliza tu Perfil:** añade tu nombre, apellido y una foto de perfil (opcional)
- 05** **Para instalar en Android:**
  1. Haz clic en el botón de compartir (icono en la parte inferior de Chrome)
  2. Selecciona "Agregar a la Pantalla de Inicio"



Para cualquier aclaración, ponte en contacto con nuestro equipo de soporte a través de este [formulario](#).

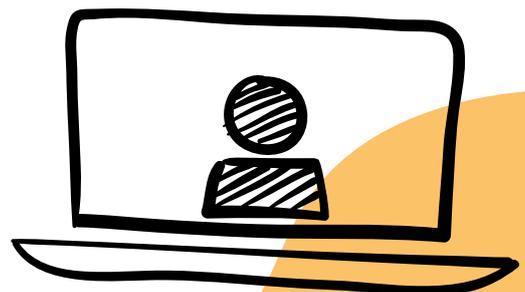


# Desde el ordenador

- 01 Abre Navegador Web:** entra en cualquier navegador en tu ordenador e introduce la dirección: [selfcare.therapyside.com](https://selfcare.therapyside.com)
- 02 Regístrate:** introduce el correo que tengas registrado en el portal de empresa
- 03 Código de Confirmación:** te enviaremos un correo electrónico con un código de confirmación
- 04 Personaliza tu Perfil:** añade tu nombre, apellido y una foto de perfil (opcional)
- 05 Marcador en el Ordenador:** marca la página como favorita para un acceso rápido en el futuro



Para cualquier aclaración, ponte en contacto con nuestro equipo de soporte a través de este [formulario](#).





Therapyside facilita el acceso a apoyo psicológico de calidad a través de la terapia online. Con el objetivo principal de poner la salud mental en el centro, trabaja para acercar la psicología al día a día de las personas y contribuir a su desestigmatización, ayudando a derribar los obstáculos que dificultan el acceso a terapia y ejerciendo como punto de encuentro entre los profesionales de la psicología y aquellas personas que quieren mejorar su bienestar emocional.