

Esta es la línea nacional de apoyo al alumno que el Tec abrió para ti



Karla Escobar | Redacción Nacional

Apoyo en el área emocional, médica, nutricional, legal y de economía familiar son los servicios que la línea telefónica nacional para estudiantes del Tecnológico de Monterrey brinda las 24 horas.

Esta línea está ya en funcionamiento en todo el país; solo tienes que llamar al **01800 - 813 - 9500**.

Llama al 01800 - 813 -9500.

La línea es para alumnos, aunque **también** puede ser usada por los **padres de los estudiantes**.

La atención para temas emocionales o médicos está disponible las 24 horas del día, mientras que en el **área de nutrición** podrás ser atendido de **lunes a viernes en un horario de 9 am. a 9 pm.** y la **asistencia legal y de economía familiar de lunes a sábado de 9 am. a 9 pm también.**

La información que tú brindes es totalmente confidencial, así que puedes sentirte con la confianza para poder hablar sobre cualquier tema en relación a las áreas ya mencionadas.

Además, como estudiante del **Tecnológico de Monterrey** puedes también ingresar al sitio web tec.orienta-me.com en donde al ingresar tu matrícula podrás encontrar **artículos, videos, rutinas de ejercicio, tips, recetas, entre otros.**

Si eres de las personas que prefieren escribir, **también puedes enviar la duda o problema que tengas a través de este portal y en un lapso no mayor a 24 horas recibirás información.**

Esta línea de atención a alumnos pertenece al programa **Te Queremos** que busca llegar a los estudiantes para que gocen de un **balance de vida y decisiones inteligentes y productivas.**

Recuerda que cuentas con profesionales que están por y para ti, brindándote apoyo.

Si ya terminaste de leer, ahora **es momento de recomendar y difundir esta información** para ayudar a más personas. **Una llamada puede hacer la diferencia.**