

July is BIPOC Mental Health Awareness Month

Protect and manage your closest relationships

Black, Indigenous and People of Color (BIPOC) are at risk of experiencing unique trauma. Practice recognizing triggers, setting boundaries and engaging in self-care to protect relationships.

Find additional information and resources at MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH.



B-D1185E-MHC (5/23) ©2023 Magellan Health, Inc.
Sources: Mental Health America, Psychology Today, Inclusive Therapists

Magellan
HEALTHCARE®

Julio es el Mes de Concientización sobre la Salud Mental de BIPOC

Proteja y gestione sus relaciones más cercanas

La población negra, los indígenas y las personas de color (BIPOC) corren el riesgo de sufrir un trauma único. Practique reconocer los desencadenantes, establecer límites y ejercer el autocuidado para proteger las relaciones.

Obtenga información y recursos adicionales en MagellanHealthcare.com/BIPOC-MH.

