



**Magellan**  
HEALTHCARE®

## Generar más paz y equilibrio en el trabajo y hogar



Aprende sobre las estrategias y técnicas disponibles para hacer que los elementos de su vida fluyan juntos de manera más fluida. En este webinar en vivo:

- Definir lo que significa la paz y el equilibrio en la vida moderna.
- Describa cómo establecer expectativas prácticas como parte de una mentalidad saludable.
- Identifica estrategias para ayudar a crear calma y administrar el flujo de trabajo y vida.

Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) o visite [MagellanAscend.com](https://MagellanAscend.com) (use Principal Core) para obtener recursos útiles.