

eMbrace



Próximamente

Un programa de bienestar total para ayudarlo a vivir su mejor vida.

Nos complace anunciar eMbrace, un programa de bienestar total proporcionado por Magellan Healthcare. eMbrace le capacitará con una experiencia guiada y personalizada para avanzar en la calidad de su vida. Este programa es confidencial, está disponible para usted y los miembros de su hogar, y está dirigido por un nuevo sitio web líder en la industria.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

- ☑ Complete la **Encuesta de Bienestar Gallup®** y obtenga un plan personal para mejorar su bienestar en seis áreas clave: Emocional, Profesional, Social, Financiera, Física y Comunitaria.
- ☑ Transforme sus desafíos diarios con **Servicios de enriquecimiento de la vida**. Reúnase con expertos que pueden ayudarlo a construir bienestar financiero, resolver problemas legales, restaurar el crédito, encontrar cuidado infantil y obtener referencias para servicios en el hogar. También recibirá descuentos en hoteles, parques temáticos, comestibles y más.
- ☑ Fortalezca su conexión mente-cuerpo con el **Programa de bienestar digital emocional** completando actividades, rastreando el estado de ánimo y el sueño, y completando módulos digitales de terapia cognitiva conductual.
- ☑ Participe en **Asesoramiento sobre bienestar** para definir sus objetivos, mantenerse responsable y sostener su éxito.
- ☑ Reúnase con un **Consejero** virtualmente o en persona.

Por favor, esté atento a más información sobre eMbrace en las próximas semanas.