



Magellan
HEALTHCARE®

Prosperando durante las Fiestas



La época más maravillosa del año a veces no lo es. Las muchas expectativas, los horarios extraños, el exceso de comida y bebida y las preocupaciones monetarias de la temporada pueden generar un trineo lleno de estrés.

Inscríbase para este seminario web en vivo el miércoles 9 de noviembre a la 1:00 p. m. CT para:

- Discutir por qué las Fiestas son más estresantes que otras épocas del año.
- Aprender a identificar sus "límites" personales durante las Fiestas.
- Adquirir habilidades de afrontamiento para ayudarlo a mantenerse emocionalmente saludable.

Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-356-7089 (TTY 711) o visite Member.MagellanHealthcare.com para obtener recursos útiles.