

Pase algún tiempo a solas. Elija una hora, apague las redes sociales y deje que su mente divague. Se beneficiará de menos estrés, más fuerza mental y de conocerse mejor.

Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) o visite Member.MagellanHealthcare.com (enter Principal Core) para obtener recursos útiles.