



CONSEJO DE BIENESTAR: Agregue movimiento a su día. Dé un corto paseo, opte por las escaleras en lugar del ascensor o monte en bicicleta o trote en lugar de conducir.

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.