Reducir la ansiedad en el momento y más allá

La ansiedad es el trastorno de salud conductual más común en los Estados Unidos.

Inscríbase para este seminario web en vivo el miércoles 8 de noviembre a la 1:00 p. m. CT para:

- Examine los signos y síntomas de esta incómoda y aislante afección.
- Aprenda habilidades que le ayudarán a controlar la ansiedad si es un problema para usted.
- Aprenda a aplicar estas técnicas en su día a día.

**Todos los seminarios web en directo se graban y se publican en el sitio web para miembros.*

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

B-MP1123S (6/23) ©2023 Magellan Health, Inc.