

**CONSEJO DE BIENESTAR:** Encuentre el bien en cada día. Esté presente en lo que hace. Preste atención a lo que come. Haga algo de ejercicio todos los días. Mantenga un espacio ordenado.



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