



Cuidar a un ser querido anciano

Cuidar a un parent, cónyuge, pareja o amigo cercano anciano puede ser una experiencia gratificante, pero también presenta desafíos que pueden dejar a los cuidadores ansiosos, abrumados o intimidados por sus deberes. Su programa proporciona beneficios y recursos gratuitos y confidenciales para ayudar a los cuidadores con una variedad de problemas.

¿Con qué puede ayudar su programa?

Identifique los problemas con los que necesita ayuda, como el duelo, el estrés, los problemas de relación, la dificultad para dormir, el establecimiento de límites, el equilibrio entre el trabajo y la vida personal, etc.

Encuentre proveedores de cuidado para personas mayores en su área, así como artículos y guías sobre temas como el cuidado a largo plazo, cómo evitar el agotamiento del cuidador y más.

Acceda a descuentos en todo, desde medicamentos recetados hasta servicios de cuidado en el hogar, comestibles y entrega de comidas, y más.

Orientación con temas financieros, presupuestación y planificación para el futuro.

Ayuda con asuntos de la ley de ancianos como voluntades, fideicomisos, derechos de los ancianos y planificación para el final de la vida.

Aprenda a combatir la fatiga por compasión, dormir mejor, manejar el estrés y mejorar su salud emocional.

¿Qué recursos hay disponibles?

Asesoramiento: Su programa ofrece 3 consultas, por año con un médico clínico autorizado. Tiene asesoramiento disponible para usted y los miembros de su hogar para recibir ayuda en casos de ansiedad, depresión, estrés y otras afecciones.

Servicios en línea para la vida y el trabajo: Seminarios web, charlas en vivo y artículos que ofrecen ideas y estrategias centrados en eventos clave de la vida y desafíos del día a día.

Centro de descuentos: Cientos de ofertas en productos y servicios de marca reconocidos a nivel nacional.

Bienestar financiero: Reúnase con un Money Coach (entrenador financiero) durante 30 minutos hasta tres veces por tema, al año.

Servicios jurídicos: Una consulta gratuita de 60 minutos de duración con un abogado. Visite su sitio web para ver una biblioteca de contenido educativo sobre una variedad de temas legales.

Programa digital de bienestar emocional: Gane puntos y consulte su avance completando actividades sobre decenas de temas de la vida.

Hay ayuda disponible. Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-450-1327 (TTY 711) o conéctese a Member.MagellanHealthcare.com (enter Principal Core).