



# Apoyo para nuevos padres

Convertirse en un nuevo padre es una experiencia que cambia la vida. Es alegre y agotador. Los padres necesitan aprender a lidiar con muchas cosas nuevas, como dar la bienvenida a un nuevo niño en casa, elegir el cuidado de los niños y regresar al trabajo. Su programa proporciona beneficios y recursos gratuitos y confidenciales para ayudar a los nuevos padres con una variedad de problemas.

## ¿Con qué puede ayudar su programa?

Identifique los problemas con los que necesita ayuda, como la ansiedad, el estrés, la falta de sueño, la depresión posparto, etc.

Encuentre proveedores de cuidado infantil y orientación sobre temas como la transición a la paternidad, los beneficios de la lactancia materna, la elección del proveedor médico de su hijo y más.

Acceda a descuentos en todo, desde cuidado de niños hasta servicios de entrega, comestibles y más.

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

## ¿Qué recursos hay disponible?

» **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 para los padres.

» **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.

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

## ¿Con qué puede ayudar su programa?

---

Ayuda con la planificación patrimonial, como voluntades y fideicomisos o asuntos de derecho de familia, como la custodia o la manutención de los hijos.

Aprenda a controlar la ansiedad, reducir el estrés, equilibrar las emociones intensas y mucho más.

## ¿Qué recursos hay disponible?

---



**Servicios jurídicos:** Una consulta gratuita de 60 minutos de duración con un abogado. Visite su sitio web para miembros 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.