



Cómo criar a un adolescente y prepararse para la universidad

Los años de la adolescencia están llenos de hitos emocionantes como conseguir un primer trabajo, prepararse para graduarse de la escuela secundaria y explorar nuevos deportes y actividades. También son un momento de intenso crecimiento, no solo físicamente sino también emocional e intelectualmente. Los adolescentes están descubriendo cómo expresarse, encontrando sus identidades y aprendiendo a gestionar nuevas experiencias. Esto puede conducir a episodios de angustia y conflicto para los adolescentes y los padres. Su programa puede proporcionar apoyo para navegar estos años turbulentos a través de una variedad de recursos gratuitos y confidenciales disponibles las 24 horas del día, los siete días de la semana, los 365 días al año.

¿Con qué puede ayudar su programa?

Consejos para comunicarse de manera efectiva con su hijo(a) adolescente y ayudarlo(a) a desarrollar el autoestima, tomar decisiones positivas y desarrollar relaciones apropiadas.

Programas para tener un estilo de vida saludable y equilibrado mediante el establecimiento de buenos hábitos para una nutrición adecuada, acondicionamiento físico, sueño y bienestar general de la mente y el cuerpo.

Descuentos en artículos como electrónica y automóviles, y servicios como membresías de gimnasios, tutorías, cursos de preparación para la universidad y más.

¿Qué recursos hay disponible?



Asesoramiento: Tiene asesoramiento disponible para usted y los miembros de su hogar para recibir ayuda en casos de ansiedad, depresión, estrés y otras



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



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

Hay ayuda disponible. Llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-356-7089 (TTY 711) o conéctese a Member.MagellanHealthcare.com.

¿Con qué puede ayudar su programa?

Recursos para ayudarles a planificar y ahorrar para gastos futuros como préstamos estudiantiles, compra de un automóvil, etc.



Apoyo para su hijo(a) adolescente a través de cada etapa de la vida con recursos en línea sobre resiliencia, resolución de conflictos, atención plena y más.



¿Qué recursos hay disponible?

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

Sitio web de los miembros: Acceda a todos los servicios y aplicaciones del programa junto con artículos, videos y seminarios web desde su computadora o dispositivo móvil.