



## Cómo tomar el pulso a su bienestar general.

LifeWorks se unió oficialmente a la familia TELUS y ahora cambia su nombre a TELUS Health. Usted seguirá teniendo acceso al mismo servicio de primer nivel que ya conoce y aprecia, pero con una apariencia renovada. Pronto comenzará a ver la marca TELUS Health en nuestro sitio web y en nuestras comunicaciones. Haga clic [aquí](#) \*en inglés, para obtener más información acerca de TELUS Health.

### Estrategia para la preparación.

La vida puede plantearle muchas situaciones inesperadas. Sin importar si se trata de un desastre natural, una reparación de emergencia en el hogar o asegurarse de estar preparado(a) para la jubilación, puede tomar medidas para gozar de cierto nivel de tranquilidad, como por ejemplo, elaborar un plan para cualquiera de los acontecimientos de la vida y prepararse para los momentos imprevistos.



#### Preparación para emergencias: cómo crear un plan y estar preparado(a) para emergencias.

Elaborar un plan de emergencia para sí mismo(a), o para familiares y amigos, le ayudará a estar preparado(a) en caso de que ocurra un desastre, una crisis u otra emergencia.

[Más información](#)



#### Cómo planificar su retiro: cuestiones a considerar.

Al momento de pensar en el retiro, es importante elaborar un plan sólido que incluya la supervisión de las finanzas, las relaciones personales y las actividades que consideramos importantes.

[Más información](#)

### Exclusivo para usuarios registrados.



#### Cómo organizar sus documentos importantes en caso de emergencia.

[Acceda aquí](#)

### Artículo destacado del mes.



#### Cómo afrontar la inseguridad financiera y el estrés que generan las deudas.

[Acceda aquí](#)



### Más recursos para explorar este mes.

- Explore la sección [Soporte y Recursos](#) de la aplicación para acceder a contenido útil como artículos, videos, podcasts y herramientas para ayudarle a promover su bienestar mental, físico, social y financiero.

**Promovemos su bienestar general. Estamos a su disposición las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para proporcionarle asesoramiento y asistencia confidencial a través de la aplicación, la web y por vía telefónica.**

Es posible que el programa de su organización no incluya todos los servicios y características. Para obtener más información, inicie sesión en su cuenta, revise sus beneficios laborales o hable con el representante de Recursos Humanos.