

Logo, company name

Description automatically generated

Salud digital

**Estar más presente**

Fijar límite al tiempo frente a las pantallas y a la forma de consumo mediático puede conducir a hábitos saludables. Podemos ayudarlo a aprender estrategias para fijar límites.

PODEMOS AYUDARLE

LÍNEA GRATUITA: 800-633-3353

SITIO WEB: [www.mygroup.com](http://www.mygroup.com) >

My Portal Login > Work-Life

NOMBRE DE USUARIO: organización especifica

CONTRASEÑA: guest

Siempre disponible | Gratis | Confidencial

JULIO DE 2022

SU PROGRAMA DE ASISTENCIA AL EMPLEADO