

Aprenda Formas Saludables de Vivir lo Mejor Posible

DESCUBRA LOS SEMINARIOS WEB SOBRE BIENESTAR DE HEALTH NET

En 2026, disfrute de los seminarios web sobre bienestar **gratuitos**, de forma sencilla y cómoda para usted.

Obtenga más información sobre cómo mejorar su salud. Regístrese en uno de nuestros seminarios web de 45 minutos, o en todos. Presentados en vivo y en línea, cada seminario web ofrece información sobre una variedad de temas relacionados con el bienestar. Puede elegir una de estas dos maneras para unirse a los seminarios web mensuales:

- Mírelos desde su puesto de trabajo¹ en casa o en la oficina.
- Júntese con sus compañeros de trabajo en una sala de reuniones de la empresa.¹

Además, puede ver cualquiera de los seminarios anteriores que se haya perdido en www.healthnet.com.

Una vez que se inscriba, recibirá un correo electrónico antes de cada sesión con el tema, la fecha y la hora para que pueda ajustar su calendario.



Calendario de seminarios web sobre bienestar para 2026

Enero	Del agotamiento al equilibrio: el reinicio de energía 2026
Febrero	El corazón del bienestar
Marzo	Alimentación intuitiva: cómo sanar su relación con la comida
Abril	El planeta y las personas: juntos por una vida sostenible
Mayo	El poder de la resiliencia
Junio	Días soleados, hábitos saludables
Julio	Muévase al aire libre, viva con energía
Agosto	El dinero importa: aproveche al máximo lo que tiene
Septiembre	La cocina cotidiana: cocine rico, viva mejor
Octubre	Formas naturales de combatir el resfriado y la gripe
Noviembre	Hoy fuerte, mañana más fuerte: los pilares de la longevidad
Diciembre	Finalice el año en paz y con alegría



Para registrarse, visite www.healthnet.com > **Health & Wellness (Salud y Bienestar)** > **Health Net Wellness Webinar Series (Serie de Seminarios Web sobre Bienestar de Health Net)**.

¹ Los seminarios web sobre bienestar en el lugar de trabajo se programan mensualmente.

Health Net of California, Inc. (Health Net) es una subsidiaria de Health Net, LLC y Centene Corporation. Health Net es una marca de servicio registrada de Health Net, LLC. Todas las demás marcas comerciales/marcas de servicio identificadas continúan siendo propiedad de sus respectivas compañías. Todos los derechos reservados.

FLY0613ISP00 (8/25)