

# Obtén el apoyo que necesitas para alcanzar tus metas de peso

Comienza con un plan creado solo para ti



## Únete al Programa de Manejo de Peso: Positively Me

Manejar el peso puede ser difícil, por eso EMI Health y WebMD Health Services ofrecen herramientas y apoyo. **Este programa es voluntario, confidencial y gratuito.** Nuestra misión es ayudar a los miembros a crear hábitos saludables mediante asesoría y lograr avances duraderos hacia sus metas de peso.

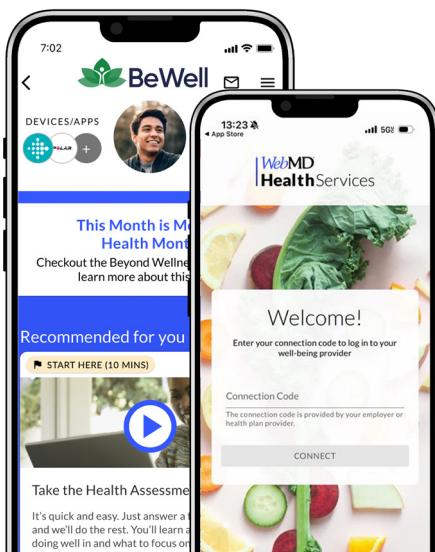
### ¡Empieza hoy mismo! Descarga la app BeWell.

1. Escanea el código QR abajo para descargar la app Wellness at Your Side.
2. Usa el código de conexión: BeWell
3. Inicia sesión con tu cuenta de My EMI Health.

**¿No tienes una cuenta?** Regístrate en [emihealth.com/account](http://emihealth.com/account).

### Aprende cómo unirte a Positively Me:

- 1. Completa la Evaluación de Riesgo de Salud en tu portal BeWell**  
Tus resultados incluirán un puntaje de bienestar y consejos personalizados para mejorar tu salud.
- 2. Conéctate con un coach de salud**  
Después de la evaluación, ingresarás tu información de contacto para que un coach pueda comunicarse contigo.
- 3. Un coach dará seguimiento pronto**  
Si calificas para el programa, tu coach se comunicará directamente contigo para ayudarte a comenzar.



### ¡Conéctate con un coach de salud BeWell hoy!

Escanea el código QR para ingresar a BeWell o llama al 1-888-263-0209 para más información.