



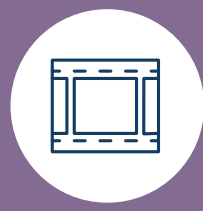
This email has been sent by Mercer on OEGB's behalf.

You can also access the newsletter documents at any time by visiting OEGBinfo.com and clicking on News and Events.

OEGB Cares About Your Mental Health

At OEGB, we care about your mental and emotional health. Life can be stressful. Everyone needs support sometimes. That's why we offer many programs to help with stress, anxiety, substance use, and other challenges. No matter what you need, OEGB is here to help you and your family members.

¡Disponible en español! (Desplácese hacia abajo)



Watch
1-minute video



Read
5-minute article



Listen
17-minute podcast



Resources



Wellness Guide



Explore Your Benefits



Plan Comparison Tool

We want your feedback on the newsletter!

Let us know if you have questions or ideas.

This message provides information about employee benefits to OEGB members. To change your email address, log in to OEGBenroll.com and update your personal information. If you are not eligible for OEGB benefits and received this message in error, please email: oebb.benefits@odhsoha.oregon.gov



Este mensaje electrónico fue enviado por Mercer en nombre de OEGB.

Usted también puede acceder los documentos de la hoja informativa en cualquier momento visitando OEGBinfo.com y haciendo clic en News and Events (Noticias y eventos).

OEGB se interesa en su salud mental

En OEGB nos interesamos por su salud mental y emocional. La vida puede ser estresante. Todos necesitamos apoyo de vez en cuando. Por esto, ofrecemos muchos programas para ayudar con el estrés, la ansiedad, la farmacodependencia y otros retos. No importa lo que usted necesite, OEGB está aquí para ayudarlos a usted y a los miembros de su familia.



Mire
1-minute video



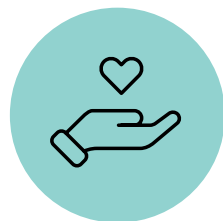
Lea
Un artículo de 5 minutos



Escuche
Un podcast de 17 minutos



Recursos



Guía de bienestar



Explore sus beneficios



Recurso de comparación de planes

¡Queremos su opinión sobre la hoja informativa!

Déjenos saber si tiene preguntas o ideas.

Este mensaje proporciona a los miembros información de OEGB sobre los beneficios de los empleados. Si desea cambiar su dirección electrónica, visite OEGBenroll.com y actualice su información personal. Si no tiene derecho a recibir los beneficios de OEGB y recibió este mensaje por error, sírvase enviar un mensaje electrónico a: oebb.benefits@odhsoha.oregon.gov