

LOS PROBLEMAS SON PARTE DE LA VIDA.

Todos enfrentamos problemas de vez en cuando. Por lo general, podemos solucionarlos por nosotros mismos sin la ayuda de recursos externos.

Pero a veces tiene más sentido buscar ayuda. Es por eso que su empleador le brinda a usted y a su familia un Programa de Ayuda al Empleado confidencial, un beneficio que proporciona recursos y soluciones para los problemas que surjan. Al igual que el seguro de salud está diseñado para tratar su salud física, su beneficio de EAP está diseñado para ayudar a su bienestar emocional y salud mental. Y como su empleador ha cubierto el costo total de los servicios, no hay costo para usted.



CÓMO OBTENER LA AYUDA QUE NECESITA

Llame en cualquier momento para obtener ayuda confidencial. Para comunicarse con un consejero para cualquiera de sus necesidades de EAP, llame al número gratuito:

**800-252-4555 O 800-225-2527
O VISITE theEAP.com**

BENEFICIOS DE CONSEJERÍA

Ayuda con problemas personales desde las relaciones incluyendo el estrés y el abuso de sustancias.

TRABAJO/BENEFICIOS DE VIDA

Asistencia para otros asuntos legales personales y financieros.

LOS BENEFICIOS DE RECURSOS DE INFORMACIÓN

Tienen acceso a una amplia colección de herramientas y artículos de autoayuda.

BENEFICIOS DEL ESTILO DE VIDA

Descuentos para ayudar con el buen estado físico, la nutrición y el control del peso.

BENEFICIOS DE DESARROLLO PERSONAL

Ayuda para establecer equilibrio entre su trabajo, vida y carrera.

BENEFICIOS DE BIENESTAR

Información y recursos para mejorar su bienestar general.

OBTENER AYUDA ES SIMPLE

Simplemente llame al **800.252.4555**, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para obtener un consejero profesional.



TotalCare EAP
Public Safety EAP
Educators' EAP
Higher Ed EAP
HealthCare EAP
Union AP

Presentamos su Programa de Ayuda al Empleado

CÓMO FUNCIONA EAP?

Obtener la ayuda que necesita es simple. Puede llamar al EAP las 24 horas del día, los 7 días de la semana para comunicarse con un consejero profesional. Llame a nuestro número gratuito o inicie una sesión en nuestra red cibernética para acceder a otros beneficios.

800-252-4555
theEAP.com

MÁS BENEFICIOS PARA USTED

Su EAP brinda acceso a más recursos para la solución de problemas que cualquier otro EAP. Y casi el 99% de los que usan EAP están satisfechos con la experiencia.



BENEFICIOS DE CONSEJERÍA

Muchos problemas complejos se resuelven mejor con la asesoría de un profesional de salud del comportamiento. Usted puede considerar pedir ayuda si tiene problemas como:

- Problemas de pareja y familiares
- Depresión, estrés o ansiedad
- Pena o pérdida de un ser querido
- Trastornos de la alimentación o abuso de sustancias
- Dificultades en el lugar de trabajo

Cuando usted llama, se conecta inmediatamente con un consejero. Cada uno de nuestros consejeros experimentados tiene una maestría o doctorado nivel de entrenamiento. En caso de que deba ser referido a un consejero local para visitas personales, tenemos más de 40,000 proveedores disponibles para garantizar que tenga un consejero cerca de su hogar o lugar de trabajo.



BENEFICIOS DE TRABAJO/VIDA

La asistencia para asuntos personales, familiares, financieros y legales está disponible para sus problemas cotidianos de trabajo/vida, que incluyen:

- Asesoría y reestructuración de deudas
- Problemas legales no relacionados con inquietudes de empleo o médicas
- Asistencia de cuidado de niños y ancianos
- Información financiera
- Ayuda y recursos para aquellos que son cuidadores
- Preocupaciones de bienes raíces y arrendatarios/arrendadores
- Relaciones interpersonales con familiares y compañeros de trabajo
- Centro de ayuda para mascotas

RECURSOS DE AUTOAYUDA

Los recursos de autoayuda le brindan acceso a una colección vasta de miles de herramientas y artículos informativos que cubren prácticamente cualquier problema que pueda enfrentar. Puede llamar o iniciar sesión en la red cibernética para acceder a estos beneficios. Algunos recursos disponibles incluyen:

- Salud del comportamiento: información sobre todo, desde el abuso del alcohol hasta el estrés personal
- Financiera: artículos, herramientas e información para ayudar con prácticamente todas las preguntas financieras
- Información legal: temas que van desde la adopción hasta testamentos
- Herramientas para tiempos difíciles: Recursos para asistirle con dificultades financieras.

ENTRENAMIENTO PARA RENDIMIENTO ÓPTIMO

El entrenador personal y profesional está disponible a través de entrenadores de ESI de nivel superior. Obtenga entrenamiento por medio telefónico y apoyo individual, así como recursos de autoayuda y capacitación en línea. El entrenamiento está disponible para:

- Entrenador financiero certificado
- Equilibrio entre el trabajo y el hogar
- Resiliencia
- Comunicación efectiva
- Compra de casas
- Deuda estudiantil
- Relajación para principiantes
- Conflicto en el lugar de trabajo
- Jubilación
- Tener éxito como supervisor

BENEFICIOS DE ESTILO DE VIDA

Sus beneficios de estilo de vida incluyen descuentos para ayudarte a mejorar su calidad de vida. Llame o visite la red cibernética para obtener descuentos en nutrición, acondicionamiento físico y pérdida de peso.

DESARROLLO DE CARRERA Y BENEFICIOS DE CAPACITACIÓN

Nuestro entrenamiento y recursos en línea ayudan con el crecimiento personal. Si usted es un supervisor o espera convertirse en uno, le ofrecemos un recurso de capacitación de supervisión en línea. Puede equilibrar sus objetivos de trabajo, vida y carrera con la ayuda de tutoriales, ejercicios y hojas de trabajo.

BENEFICIOS DE BIENESTAR

El beneficio de bienestar de EAP le permite acceder a información y recursos para mejorar su bienestar general y el de su familia, incluyendo la reducción del estrés, mejoramiento físico, dieta y cesar el hábito de fumar.

- Centro de bienestar en línea

