

## Ayuda para reducir tus desafíos y aumentar tus oportunidades

Todos enfrentamos problemas de vez en cuando. Normalmente podemos solucionarlos nosotros mismos, pero a veces es mejor buscar ayuda.

Por eso, su empleador le ofrece a usted y a su familia un Programa de Asistencia al Empleado (EAP) confidencial, un beneficio que ofrece recursos y soluciones para los problemas que pueda encontrar. Al igual que el seguro médico se ocupa de su salud física, los beneficios del EAP le ayudan con su bienestar emocional y mental. Además, los beneficios del EAP incluyen mucho más que ayuda para resolver problemas: ¡tenemos una gran variedad de beneficios y oportunidades para ayudarlo a crecer profesionalmente, ahorrar dinero, mejorar su salud y mejorar su vida personal! Lo mejor de todo es que, como su empleador ha cubierto el costo de los servicios, no tiene costo alguno para usted.



### OBTENGA LA AYUDA QUE NECESITA

Llame en cualquier momento para recibir asistencia confidencial. Para comunicarse con un consejero para cualquiera de sus necesidades del EAP, llame sin cargo al:

**800-252-4555** [www.theEAP.com](http://www.theEAP.com)

- **VENTAJAS DEL ASESORAMIENTO**  
Ayuda con problemas personales, desde relaciones hasta estrés y abuso de sustancias.
- **VENTAJAS LABORALES Y PERSONALES**  
Assistance for other personal, financial and legal issues.
- **VENTAJAS DE RECURSOS DE AUTOAYUDA**  
Acceda a una amplia colección de herramientas y artículos de autoayuda.
- **ENTRENAMIENTO DE MÁXIMO RENDIMIENTO**  
Entrenamiento personal y profesional personalizado por teléfono.
- **VENTAJAS DE AHORRO EN EL ESTILO DE VIDA**  
Obtenga descuentos y ofertas negociadas para bienestar, compras, viajes y más.
- **VENTAJAS DE DESARROLLO PERSONAL Y FORMACIÓN**  
Una amplia biblioteca de oportunidades de aprendizaje electrónico para crecer en su vida personal y profesional.
- **VENTAJAS DE BIENESTAR**  
Entrenamiento, información y recursos para mejorar su bienestar general.



© 2025 ESI Employee Assistance Group

Escanea para explorar ¡sus  
beneficios del EAPI!



### OBTENER AYUDA ES SENCILLO

Solo tiene que llamar al **800.252.4555** las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para comunicarse con un consejero profesional.



## ¡Consulta tu Programa de Asistencia al Empleado!

Obtenga ayuda para resolver problemas, crecer personalmente, desarrollarse profesionalmente, ahorrar dinero y mejorar su vida.

## ¿CÓMO FUNCIONA EL EAP?

Obtener la ayuda que necesita es muy sencillo. Llame al EAP las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para comunicarse con un consejero profesional a través de nuestro número gratuito o inicie sesión en nuestro sitio web para acceder a otras ventajas.

800-252-4555 [www.theEAP.com](http://www.theEAP.com)

## MÁS VENTAJAS PARA USTED

Su EAP le proporciona acceso a una amplia gama de soluciones para resolver problemas y ventajas para mejorar su vida. ¡Casi el 99% de las personas que utilizan el EAP están satisfechas con la experiencia!



## VENTAJAS DEL ASESORAMIENTO

Muchos problemas complejos se resuelven mejor con la ayuda de un profesional de la salud conductual. Le recomendamos que solicite ayuda si se encuentra con problemas como:

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

Cuando llame, se comunicará inmediatamente con un consejero. Todos nuestros consejeros experimentados tienen un nivel de formación de maestría o doctorado. Si necesita más ayuda, su consejero trabajará con usted para encontrar la terapia de seguimiento adecuada a sus necesidades y estilo de vida. Estas pueden incluir terapias telefónicas, por mensajes de texto, por chat, por video y presenciales en su localidad.



## VENTAJAS LABORALES Y PERSONALES

Ofrecemos ayuda para cuestiones personales, familiares, financieras y legales relacionadas con su vida laboral y personal cotidiana, entre las que se incluyen:

- Asesoramiento y reestructuración de deudas
- Problemas legales no relacionados con el empleo o cuestiones médicas
- Asistencia para el cuidado de niños y persona mayores
- Información financiera
- Ayuda y recursos para cuidadores
- Asuntos inmobiliarios y relacionados con inquilinos/propietarios
- Habilidades interpersonales con familiares y compañeros de trabajo
- Ayuda con mascotas

## RECURSOS DE AUTOAYUDA

Acceda a miles de herramientas y artículos informativos que cubren prácticamente todos los problemas a los que podría enfrentarse. Puede llamar o iniciar sesión en el sitio web para acceder a estas ventajas. Los recursos incluyen:

- **Salud conductual:** información sobre todo tipo de temas, desde el abuso del alcohol hasta el estrés personal.
- **Finanzas:** artículos y herramientas para ayudarle a responder a sus preguntas y aprender a gestionar su dinero.
- **Información legal:** temas que abarcan desde la adopción hasta los testamentos.
- **Herramientas para tiempos difíciles:** recursos para ayudarle a hacer más con menos en tiempos financieros difíciles.

## ENTRENAMIENTO DE MÁXIMO RENDIMIENTO

Los entrenadores senior de ESI ofrecen entrenamiento personal y profesional. Obtenga entrenamiento y apoyo telefónico personalizado, así como recursos de autoayuda y formación en línea.

El entrenamiento está disponible para:

- Entrenamiento financiero certificado
- Equilibrio entre la vida laboral y familiar
- Resiliencia
- Comunicación eficaz
- Compra de vivienda
- Deuda estudiantil
- Entrenamiento de relajación para principiantes
- Jubilación por conflictos laborales (aspectos prácticos y emocionales)
- Triunfar como supervisor

## VENTAJAS DE AHORRO EN EL ESTILO DE VIDA

Miles de formas especialmente negociadas para comprar, viajar y mejorar su salud y su calidad de vida. Explore ofertas, descuentos y ventajas de sus marcas nacionales favoritas.

## VENTAJAS DE DESARROLLO PERSONAL Y FORMACIÓN

Impulse su crecimiento personal y profesional con una amplia biblioteca en línea de cursos de aprendizaje electrónico, formaciones y videos sobre cuestiones de cumplimiento normativo, ventas y atención al cliente, formaciones en gestión, habilidades empresariales, tecnología y mucho más. Equilibre sus objetivos laborales, personales y profesionales con la ayuda de tutoriales, ejercicios, seminarios en línea destacados, centros de aprendizaje temáticos y mucho más.

## VENTAJAS DE BIENESTAR

Acceda a información y recursos para mejorar su bienestar general y el de su familia.

- Centro de bienestar en línea
- Entrenamiento personalizado sobre bienestar por parte de entrenadores profesionales en nutrición, pérdida de peso, aptitud física, reducción del estrés y dejar de fumar.

