



El estrés es una parte necesaria de la vida. Y a veces viene de cosas positivas como un nuevo bebé o un gran ascenso laboral. Una vez que la emoción desaparece, las preocupaciones se asientan.

Si desea ayuda para adaptarse a una "nueva situación normal", EAP ofrece apoyo confidencial para el manejo de:

- Estrés, ansiedad y depresión
- Necesidades de los padres y la familia
- Preocupaciones en el lugar de trabajo
- Problemas para dormir
- Abuso de sustancias

¿Cómo funciona el servicio?

Llame para hablar con un especialista que escuchará sus necesidades y lo pondrá en contacto con el recurso apropiado, ya sea un médico, un consejero, un mediador, un abogado o un asesor financiero. Usted puede aprovechar la asesoría a corto plazo u obtener una referencia para una atención más prolongada. Y, haremos todo lo posible para adaptarnos a cualquier género, idioma o preferencia cultural.

¿Qué es un médico clínico?

Un médico clínico puede ser un psicólogo o un especialista de nivel de maestría capacitado en trabajo social, consejería profesional o terapia familiar y matrimonial.

¿Cuánto cuesta este servicio?

Como parte de sus prestaciones, los servicios de EAP están disponibles sin costo adicional para usted. Esto incluye referencias, ver a médicos de la red, acceso a liveandworkwell.com y consultas iniciales con mediadores o financiero y expertos legales.

¿Desea contratar a un abogado después de su consulta? Tendrá un descuento del 25 por ciento.

¿Qué otros recursos hay disponibles?

Usted y su familia también tienen acceso privado las 24 horas a liveandworkwell.com. Este sitio web interactivo ofrece herramientas y recursos para ayudarle a mejorar su trabajo, salud y vida. En el sitio, usted puede:

- Revisar su información de prestaciones/beneficios
- Enviar solicitudes de servicio en línea
- Buscar en el directorio de médicos en línea
- Utilizar nuestros centros de ayuda virtuales para obtener información y recursos sobre cientos de temas relacionados con el trabajo y la vida diaria
- Acceder a las calculadoras financieras, artículos legales y otras herramientas
- Buscar en nuestras bases de datos sobre guarderías, asilos de ancianos y otros recursos locales
- Participar en programas interactivos y personalizables de mejora personal

Cualquier miembro de su hogar puede usar liveandworkwell.com, incluso los hijos que viven fuera de casa.

Dedicado a hacer su
vida más fácil
No hay costo por llamar

Acceso fácil las 24 horas
del día con ayuda
confidencial
No hay costo por llamar

¿Es EAP confidencial?

Sí. Todos los registros se conservan de manera confidencial de acuerdo con las leyes federales y estatales. Nunca compartimos sus registros personales con su empleador ni con nadie sin su permiso.

Gente real. Vida real. Soluciones reales

Su programa de asistencia de empleados

866-248-4094

o acceda a la página liveandworkwell.com

Viva y trabaje bien:

- Servicios de consejería
- Consejería financiera y legal
- Apoyo familiar
- Ayuda en las relaciones
- Y más

Este programa no debe ser usado para emergencias o necesidades de atención de urgencia. En caso de emergencia, llame al 911 o acuda a la sala de emergencias más cercana. Este programa no es un sustituto de la atención de un médico o profesional. Es posible que este programa y sus componentes no estén disponibles en todos los estados y es posible que se apliquen exclusiones de cobertura.

© 2016 Optum, Inc. All rights reserved. PRJ2268 56556-052016 1234 092518



ES IMPOSIBLE

estar estresado

CUANDO LAS COSAS VAN BIEN

TRUE OR FALSE

Verdadero o Falso

FALSO

Incluso las cosas buenas causan estrés