



Cuando la lista de las cosas que te estresan es larga y la lista de cosas por hacer es aún más larga



Cuando te enfrentas a las presiones del día a día, puede ser fácil simplemente sonreír y decir, “Estoy bien”. Pero a veces, las emociones como el estrés, la tristeza o el enojo pueden perdurar.

En esos momentos, puedes contar con la ayuda de Soluciones para el bienestar emocional. Este es un programa de asistencia al empleado (EAP), moderno y flexible que en conjunto con WorkLife Services ofrece apoyo para la vida diaria. Llama a Soluciones para el bienestar emocional las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para hablar de lo que te preocupa y obtener los recursos que pueden ayudarte. No necesitas buscar cuando necesites cuidado de niños, reparaciones domésticas, asistencia para personas mayores u otros servicios en tu comunidad porque WorkLife Services te proporciona una lista verificada. También puedes encontrar en línea artículos, videos y herramientas útiles para ti. Estos servicios están disponibles sin costo adicional para todos los miembros de tu núcleo familiar, incluso para los hijos que viven fuera de casa.

**Apoyo para
cada día
de tu vida**



Para obtener más información, escanea el código QR o visita **liveandworkwell.com**.

Para encontrar el apoyo adecuado para ti, regístrate con tu ID de HealthSafe o ingresa con el código de acceso de tu empresa: 11040

Disponibilidad las 24 horas del día, los 7 días de la semana | **Confidencial** | **Sin costo para ti**

Más información sobre lo que tienes a tu disposición

Soluciones para el bienestar emocional:

Asesoramiento personal

8 visitas de asesoramiento presenciales o virtuales con un proveedor de nuestra amplia red, sin costo alguno.

Asesoramiento financiero con expertos

Hasta 60 minutos de asesoría gratuita (en incrementos de 30 minutos) con un asesor financiero certificado para cada cuestión de finanzas. Acceso a numerosas herramientas y bibliotecas jurídicas y financieras que te ayudarán a administrar tus finanzas.

Servicios de asesoría jurídica y mediación

Consulta gratuita de 30 minutos por teléfono o en persona con un abogado o mediador cualificado, de cada estado del país en específico, para cada asunto jurídico. Después de la consulta inicial, la continuidad del servicio tiene un descuento del 25% sobre la tarifa actual del bufete de abogados.

Herramientas digitales para el cuidado personal

Visita [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com) para acceder a nuestra serie de herramientas y recursos. Descubre las soluciones y técnicas clínicas que mejor se adaptan a tus necesidades para ayudarte a controlar el estrés, la ansiedad y otras cuestiones, todo en un solo lugar y de forma conveniente.

Visitas virtuales

La tecnología que se adapta a la normativa de la HIPAA ofrece servicios de video, convenientes y accesibles, en la privacidad y comodidad de tu casa o donde tú prefieras. En todos los estados hay proveedores de telemedicina certificados.



WorkLife Services:

Asistencia para adultos y personas mayores

- Duelo y pérdida
- Planes para el retiro
- Programas de cuidado diurno de adultos
- Cuestiones financieras y jurídicas
- Opciones de asistencia a domicilio y de enfermería

Apoyo infantil y familiar

- Opciones para el cuidado de niños
- Recursos para la adopción
- Campamentos diurnos y de verano
- Atención de urgencia y a niños enfermos
- Grupos de apoyo para padres de familia y familias

Apoyo para enfermedades y afecciones crónicas

- Servicios de relevo a cuidadores
- Servicios de cuidados
- Tecnología asistencial
- Recursos para vivienda asequible
- Recursos para comidas y transporte

Servicios convenientes

- Servicios para mascotas
- Soluciones de viaje (de negocios y de placer)
- Reparaciones y mantenimiento para vehículos y residencial
- Recomendaciones para ir de compras, comer y divertirse

Recursos para la educación

- Enseñanza en casa
- Asesoría para la educación profesional
- Clases de educación para adultos
- Planes de educación individuales
- Recomendaciones de escuelas y universidades



Llama al

1-866-248-4104

Visita

liveandworkwell.com.

Ingresa el código de acceso de tu empresa: 11040

**Disponibilidad
las 24 horas del día,
los 7 días de la semana**

Confidencial

**Sin costo
para ti**

Soluciones para el bienestar emocional de Optum, se conoce como un Programa de Asistencia al Empleado (EAP) en California.

Este programa no se debe usar en casos de emergencia o cuando la atención urgente es necesaria. En casos de emergencia, llama al 911 o acude a la sala de emergencias más cercana. Este programa no sustituye la atención médica o de un especialista. Debido a la posibilidad de un conflicto de intereses, no se proporcionará asesoramiento jurídico sobre cuestiones que puedan implicar acciones legales contra Optum o sus afiliados, o contra cualquier entidad a través de la cual la persona que llama esté recibiendo estos servicios directa o indirectamente (p. ej., empresa de trabajo o plan de salud). Este programa y sus diferentes partes pueden no estar disponibles en todos los estados o para grupos de todos los tamaños y están sujetos a cambios. Pueden aplicar exclusiones y limitaciones de la cobertura. Fotos de archivo. Fotos de modelos.