

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 sencillo sonreír y decir, “Estoy bien”. Pero a veces, las emociones como el estrés, la tristeza o el enojo pueden perdurar.

En esos momentos, Soluciones para el bienestar emocional está aquí para ti. Es un programa de asistencia al empleado (EAP) moderno y flexible que ofrece apoyo para cada día de tu vida. Llama en cualquier momento para hablar con un especialista en bienestar emocional que escuchará tus necesidades y te redirigirá con los recursos que pueden ayudarte. Está disponible para todos los miembros de tu hogar, incluso si los hijos viven lejos de casa.

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

Confidencial

**Sin costo
para ti**

**Apoyo
para cada día
de tu vida**



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

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

Soluciones para el bienestar emocional está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana sin costo para ti

Esto incluye derivaciones, visitas a proveedores de la red, acceso a liveandworkwell.com y consultas iniciales con mediadores o expertos financieros y jurídicos.

La ayuda está disponible por teléfono o en línea, en cualquier momento.

Los especialistas en bienestar emocional están disponibles por teléfono para ofrecer ayuda con una serie de preocupaciones vitales y factores estresantes, entre los que se incluyen:

- Problemas interpersonales
- Conflictos y cambios de lugar de trabajo
- Problemas de paternidad y familiares
- Apoyo a la tercera edad
- Estrés, ansiedad y depresión
- Preocupaciones legales y financieras

También puedes acceder 5 a visitas de asesoramiento en persona o virtualmente con un proveedor de nuestra amplia red, sin costo alguno. Todas las conversaciones son confidenciales y nunca compartimos tus registros personales con tu empleador u otra persona sin tu consentimiento.

800-622-7276

O regístrate en liveandworkwell.com.

Regístrate con tu ID de HealthSafe o accede con el código de acceso de tu empresa: tnga



*Optum, soluciones para el bienestar emocional, es conocido 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 llame está 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.