



## Cuando la vida se sienta desafiante, busque ayuda confidencial y atenta.

Su Programa de Asistencia al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) ofrece acceso a apoyo personalizado, recursos y referencias sin costo. Es ayuda personalizada confidencial de un especialista de nivel de maestría.

### Acceso sin costo las 24 horas del día, los 7 días de la semana para brindar soporte en los momentos que importan

El EAP le ayuda a usted y a su familia con una variedad de problemas, que incluyen:

- Identificar recursos para manejar el estrés, la ansiedad y la depresión
- Ofrecer ayuda especializada para mejorar las relaciones en el hogar o el trabajo
- Proporcionar orientación sobre preocupaciones legales y financieras
- Encontrar maneras de ayudarlo a lidiar con el estrés ocupacional y el agotamiento
- Conectándolo con la atención para abordar los problemas de consumo de sustancias

Llamar al EAP al  
**1-888-887-4114**

- 3 sesiones de asesoramiento gratuitas por incidente, por año
- Confidencial y privado; los servicios no se compartirán con su empleador.



Escanea para  
obtener más  
información

Use la cámara de su  
teléfono para escanear  
este código y obtener  
más información

