



## Programa de Asistencia al Empleado (EAP)



Una amplia gama de servicios de consejería y orientación para ayudarte a salir adelante en la vida

Mejorando la calidad de vida

(800) 356-0845

### Tu programa de asistencia al empleado (EAP)

Cada uno de nosotros experimenta demandas de nuestro tiempo y de nuestra energía, tanto en el trabajo como fuera del trabajo. La clave para equilibrarlo todo es tener acceso a las herramientas, los recursos y el apoyo adecuado. El EAP que tu organización ha seleccionado es Personal Assistance Services (PAS). Teniendo a PAS al alcance es como tener tu propio servicio de conserjería. PAS te proporciona una riqueza de servicios confidenciales y profesionales que te pueden ayudar a tratar los retos y fortalecer tu vida hogareña y en el trabajo.



### ¿Cuáles servicios de consejería son disponibles?

Los consejeros licenciados a nivel de maestría proporcionan consejería personal, a corto plazo enfocada en soluciones para ayudarte a ti y a los miembros de la familia manejar los factores estresantes de la vida, resolver preocupaciones personales o de relaciones y lograr tus metas.

- Fortalecimiento del matrimonio y de las relaciones
- Prosperando como padre o abuelo
- La depresión y ansiedad
- Transiciones en el trabajo y en la vida
- Equilibrio y revitalización en la vida
- La adicción
- La ira
- El trauma
- La seguridad doméstica
- El dolor, la pérdida y superando la soledad
- El manejo del estrés en el trabajo
- Reforzando la capacidad de recuperación y aptitud emocional
- Logrando el bienestar

### ¿Cuáles servicios de capacitación en la gestión de vida son disponibles?

Nuestros consejeros incluyen dietistas licenciadas, abogados, planificadores financieros certificados, administradores para la atención a los ancianos, especialistas en la atención y educación de los niños, profesionales en el



desarrollo de niños, profesionales en la organización y la gestión del tiempo, consejeros de la salud, capacitación en la cesación del tabaquismo y consejeros en las profesiones. PAS proporciona consejería y servicios de consulta telefónica para ayudarte a contestar preguntas, tratar con retos, lograr metas y prosperar en la vida.

#### Estilo de vida y bienestar

- El peso y la nutrición
- Salud personal
- Cesación del tabaquismo
- La vida y el bienestar

#### Legal

- Información legal
- Kit para desarrollar el testamento

#### Financiero

- El robo de la identidad
- El presupuesto y la deuda
- Información y planificación financiera



#### El trabajo y la profesión

- La carrera
- La jubilación
- La educación continua
- La organización y la productividad

#### Recursos y recomendaciones

- Consulta y recomendación para el cuidado de niños
- Planificación educativa
- Coordinación de atención a los ancianos



### ¿Cuánto me costará usar los servicios del EAP?

El EAP es un beneficio pre-pagado, financiado completamente por tu empleador y es gratis para ti y tus dependientes. No habrá ningún recargo para ningún servicio cubierto bajo tu beneficio del EAP. Si tu consejero del EAP recomienda una remisión a un especialista o proveedor de cuidado a largo plazo, la remisión se hace con proveedores de calidad, teniendo en cuenta tu mejor interés. PAS no recibe ningún reembolso del especialista externo por haber hecho la remisión. Tu consejero puede recomendar grupos de auto-ayuda o proveedores con honorarios de escala móvil. Si el proveedor cobra un honorario, estos cargos pueden ser cubiertos por tu plan de beneficios médicos. Sin embargo, es tu responsabilidad financiera pagar por



Para asistencia confidencial, llama al  
(800) 356-0845

Visita a PAS en línea en  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)

servicios proporcionados afuera de tu beneficio del EAP.

### ¿Quién está cubierto bajo el EAP?

Tú y los miembros dependientes de familia están cubiertos. Si tienes alguna pregunta acerca de la elegibilidad para servicios, llama a Personal Assistance Services (PAS) al (800) 356-0845, manda un correo electrónico a [pasadmin@paseap.com](mailto:pasadmin@paseap.com), o comunícate con tu representante de recursos humanos.



## Recursos en línea

- ▶ **Hojas informativas PASWord Express**
- ▶ **Videos informativos**
- ▶ **Centro de recursos LifeTools**

Haga clic en el botón Life Tools para navegar una colección inmensa de información bien organizada:



- Artículos, hojas de sugerencias, calculadoras y listados acerca de varios temas de acontecimientos de la vida y trabajo, podcasts, seminarios virtuales y mucho más!
- La información destacada se enfoca en el bienestar emocional, finanzas, salud, legal, crecimiento personal y las relaciones
- Encuestas y asesoramientos interactivos
- Hojas informativas en línea
- Biblioteca de aplicaciones móviles

### Si uso el EAP, ¿será confidencial?

¡Sí! El EAP es confidencial. PAS no proporciona acceso a los registros del EAP a tu empleador ni divulgará ninguna información a nadie acerca de tu participación en los servicios del EAP a menos que tú des tu consentimiento específico por escrito (excepto como requiere la ley).



### ¿Qué se espera cuando llamo al EAP?

Un consejero del EAP hablará contigo acerca de tu situación personal, contestará cualquier pregunta que tienes acerca de tu beneficio del EAP y arreglará servicios para ti. Consejería en persona, consejería de bienestar, más una gran variedad de servicios profesionales son disponibles. Te conectamos con profesionales que pueden ayudarte a mejorar tu vida.



### ¿Qué se espera cuando me reúno con un consejero del EAP en persona o por teléfono?

Nuestros profesionales te ayudan a identificar las áreas de tu vida que quieres mejorar y te guían por el proceso de establecer y seguir un plan de acción personal. Son cuidadosos, comprensivos y un recurso excelente para ayudarte a lograr tus metas.

### ¿Dónde tomarán lugar las citas del EAP?

Citas de día, tarde y fin de semana son disponibles para consejería en persona y por teléfono. Tendrás la oportunidad de escoger de una variedad de sedes de consultorios fuera del lugar de trabajo para consejería en persona.



Para asistencia confidencial, llama al  
(800) 356-0845

Visita PAS en línea en  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)

Programa de Asistencia al Empleado (EAP)



Ayudándote a mejorar la calidad de vida  
Para mayor información o para hacer una cita, llama al

(800) 356-0845  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)

Programa de asistencia al empleado

Personal, matrimonial y familiar  
Salud y bienestar  
Atención a la familia  
Transiciones de vida  
Organización y productividad  
Legal y financiero  
Servicios de cuidados  
Planificación educativa  
Profesión y trabajo

(800) 356-0845  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)



Programa de Asistencia al Empleado (EAP)



Ayudándote a mejorar la calidad de vida  
Para mayor información o para hacer una cita, llama al

(800) 356-0845  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)

Programa de asistencia al empleado

Personal, matrimonial y familiar  
Salud y bienestar  
Atención a la familia  
Transiciones de vida  
Organización y productividad  
Legal y financiero  
Servicios de cuidados  
Planificación educativa  
Profesión y trabajo

(800) 356-0845  
[www.paseap.com](http://www.paseap.com)

