

Orientación y ayuda profesional para la vida cotidiana

La vida no siempre resulta como la planeamos. Y, si bien no siempre se pueden evitar los giros inesperados, puede recibir la ayuda necesaria para seguir avanzando.

Podemos ayudarlo a usted y a su familia, a los que viven en su casa, a obtener orientación y ayuda profesional para que la vida sea un poco más simple. Nuestro Programa de Asistencia al Empleado (EAP) está disponible junto con los beneficios que le brinda su cobertura de seguro de MetLife. Este programa le ofrece servicios fáciles de usar para afrontar los desafíos diarios de la vida sin costo adicional.



Ayuda al alcance de su mano.

Nuestra aplicación le permite acceder y personalizar el contenido educativo importante para usted fácilmente.

Busque "TELUS Health" en iTunes App Store o Google Play. Inicie sesión con el nombre de usuario: **metlfeeap** y la contraseña: **eap**

Asesoramiento de expertos sobre temas laborales, de la vida y del bienestar

Los asesores expertos de TELUS Health, uno de los principales proveedores nacionales de servicios del Programa de Asistencia al Empleado, pueden hablar con usted sobre cualquier asunto de su vida, entre los que podemos mencionar los siguientes:

- **Familia:** divorcio, cuidado de un familiar mayor, vuelta al trabajo después de tener un bebé.
- **Trabajo:** reubicación laboral, construcción de relaciones con colegas y líderes, reorganización.
- **Dinero:** confección de presupuestos, orientación financiera, planificación de la jubilación, compra o venta de viviendas, cuestiones impositivas.
- **Servicios legales:** asuntos relacionados con el derecho civil, de las personas y de familia, asuntos financieros, bienes raíces y planificación sucesoria.
- **Recuperación del robo de identidad:** consejos sobre la prevención del robo de identidad y ayuda de un asesor financiero en caso de que sea víctima.
- **Salud:** afrontamiento de la ansiedad o la depresión, descanso suficiente, abandono de malos hábitos, como fumar.
- **Vida cotidiana:** mudanza y adaptación en una nueva comunidad, luto por la pérdida de un ser querido, asuntos de familias militares, entrenamiento de una nueva mascota.

Ayuda conveniente y confidencial cuando la necesita y como la necesita

Su programa incluye hasta cinco consultas por teléfono o por video con asesores autorizados por año para usted y los miembros elegibles de su familia. Puede llamar al **1-888-319-7819** para hablar con un asesor o programar una cita, las 24 horas del día, los 7 días de la semana, los 365 días del año.

Cuando llame, seleccione "Employee Assistance Program" (Programa de Asistencia al Empleado) cuando se le solicite. Se lo comunicará con un asesor.

Si solo busca información, el programa ofrece herramientas y recursos educativos fáciles de usar, en línea y mediante la aplicación móvil. Hay una función de chat para que pueda hablar con un asesor que lo puede ayudar a encontrar la información que busca o programar una cita con un asesor.

Inicie sesión en one.telushealth.com, nombre de usuario: **metlfeeap** y contraseña: **eap**

Respuestas a preguntas importantes

¿Los servicios del Programa de Asistencia al Empleado son confidenciales?

Sí. Toda la información que proporcione a TELUS Health es completamente confidencial*.

¿Cómo obtengo ayuda?

Puede obtener ayuda profesional con tan solo realizar una llamada. Simplemente llame al 1-888-319-7819 para hablar con un asesor o programar una cita telefónica o por video conferencia. Estos servicios están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

¿Cuál es el horario más conveniente para llamar?

Eso depende de usted. Los asesores están disponibles cuando usted los necesite, ya sea para una simple charla o si necesita orientación sobre alguna situación que esté atravesando.

¿El programa tiene limitaciones?

Si bien ofrecemos una amplia gama de servicios, es posible que no cubramos todos los servicios que pueda necesitar. El Programa de Asistencia al Empleado no ofrece lo siguiente:

- Tratamiento a pacientes hospitalizados o ambulatorios que sufran una enfermedad tratada clínicamente.
- Medicamentos recetados.
- Tratamiento o servicios por discapacidades intelectuales o autismo.
- Servicios de asesoramiento más allá de la cantidad de sesiones cubiertas o que requieran una intervención a más largo plazo.
- Servicios de asesores que no sean prestadores de TELUS Health
- Asesoramiento exigido por la ley o un tribunal, o que sea pagado por la Compensación Laboral.

¿El programa ofrece psicoterapia conductual cognitiva (CBT)?

Muchos proveedores del EAP de TELUS Health están capacitados en este tipo de asistencia, y la base de los programas digitales CareNow de TELUS Health, disponibles a través del sitio web y la aplicación móvil de los programas, son las técnicas de psicoterapia conductual cognitiva (CBT). CareNow ofrece acceso instantáneo a una serie de programas de autoservicio desarrollados por expertos líderes en el mundo, y se centran en el cambio de conductas en las áreas de ansiedad, estrés, depresión y más.

**Cuando necesite apoyo,
estamos para ayudarlo.**



Teléfono
1-888-319-7819



Internet
one.telushealth.com
nombre de usuario: metliffeap
y contraseña: eap



Aplicación móvil
nombre de usuario: metliffeap
y contraseña: eap

* MetLife y TELUS Health respetan las regulaciones federales y estatales sobre el deber de advertir el daño propio o hacia terceros. En estos casos, es posible que el asesor tenga el deber de intervenir e informar la situación a la autoridad correspondiente.

Todos los servicios mencionados anteriormente pueden estar sujetos a algunas restricciones. Comuníquese con su empleador o con MetLife para obtener más información. Los servicios del EAP se prestan a través de un acuerdo con TELUS Health. TELUS Health no es una empresa afiliada ni filial de MetLife. La información revelada directamente a TELUS Health no se revela a MetLife y, por tal motivo, no está sujeta a la política de privacidad de MetLife.

Al igual que la mayoría de los programas de beneficios grupales, los programas de beneficios que ofrece MetLife contienen ciertas exclusiones, excepciones, períodos de espera, reducciones, limitaciones y términos para mantenerlos vigentes. Comuníquese con su representante del grupo de MetLife para obtener información completa y detalles sobre costos.

