

CONOZCA A SU

Programa de Asistencia al Empleado (EAP)

Su EAP es un servicio gratuito disponible a través de su empleador. El EAP ofrece sesiones de asesoramiento gratuitas, además de una amplia variedad de servicios para mejorar su bienestar general y promover un equilibrio saludable entre la vida laboral y personal. El programa es completamente confidencial y está disponible para usted y los miembros de su hogar las 24 horas, los 7 días de la semana.



ASESORAMIENTO Y APOYO

Si enfrenta estrés, ansiedad, depresión, problemas en sus relaciones, abuso de sustancias, dificultades laborales u otros desafíos, nuestros asesores altamente calificados pueden brindarle apoyo inmediato. Disponemos de hasta **8 sesiones** de asesoramiento presencial, telefónico o virtual. Los gerentes pueden aprovechar consultas telefónicas ilimitadas relacionadas con sus inquietudes laborales.



CONSULTA LEGAL

Los asuntos legales pueden ser estresantes, costosos y, a menudo, resultar en pérdida de tiempo de trabajo. Contacte al EAP para obtener una referencia para una consulta gratuita de 30 minutos con un abogado para cualquier asunto (excepto asuntos laborales). Si decide contratar al abogado, recibirá un 25% de descuento por tiempo y servicios adicionales.



CONSULTA FINANCIERA

¿Necesita ayuda con su presupuesto, ahorro o con alguna pregunta financiera? Contacte al EAP para una consulta telefónica gratuita de 30 minutos con un experto financiero que le ayudará a encontrar el camino correcto.



SERVICIOS DE APOYO Y DERIVACIÓN PARA CONCILIAR LA VIDA LABORAL Y PERSONAL

Permítanos hacer el trabajo pesado cuando se trata de investigar recursos para cuidadores, centros de fitness, universidades, servicios de adopción, servicios de reubicación, oportunidades de voluntariado, cuidado de mascotas, entretenimiento, médicos, servicios de reparación del hogar y mucho más.



RECURSOS Y HERRAMIENTAS EN LÍNEA

El sitio web que se muestra a continuación es su recurso integral de herramientas e información diseñadas para abordar las preocupaciones más urgentes de la vida. Encontrará seminarios web, autoevaluaciones, capacitaciones, podcasts y artículos. Además, puede explorar localizadores y recursos de cuidado infantil y para personas mayores, acceder a calculadoras, descargar formularios legales y financieros, y mucho más. **Ya disponible: Chat en vivo con un consejero para obtener apoyo y referencias.**



APLICACIÓN MÓVIL

Presentamos **Acentra Connect**, tu app de salud mental y bienestar a la carta, diseñada para acceder a recursos digitales al alcance de tu mano. **También puedes chatear en vivo con un consejero para obtener apoyo y referencias.**



Escanea el código QR para descargar la app móvil de **Acentra Connect**. Usa el código SOWI para registrarte.

Llama 24/7: 1.833.539.7285

Sitio Web: SOWI.MyLifeExpert.com
Código: SOWI



UNIVERSITIES OF
WISCONSIN