Carta de Bienvenida

**Bienvenido al Programa de Asistencia de Empleados (EAP)**

Su salud y bienestar son importantes para {{*company name*}}. Es por eso que proveemos seguro médico para cubrir sus necesidades de salud – y el Programa de Asistencia para Empleados (PAE) de VITAL WorkLife para ayudar con su salud de comportamiento y a balancear su vida/trabajo. Los beneficios de su PAE incluyen asesoramiento y una variedad de recursos en línea, los cuales puede accesar las 24 horas del día. Esperamos que aproveche al máximo estos servicios que tiene a su disposición.

Todos los servicios de su PAE son completamente confidenciales y pueden ser utilizados por usted o cualquier miembro de su familia, incluyendo su esposo/a, pareja, hijos (no importa la edad ni dónde vivan), y hasta miembros de su familia extendida. Nosotros como su empleador, no sabremos quién usa estos recursos, cuándo, ni por qué razón.

Su PAE incluye los siguientes recursos. Puede encontrar más detalles sobre algunos de estos recursos más adelante y en otros documentos que le han sido entregados.

* Apoyo por teléfono al momento
* Asesoramiento en persona
* Entrenamiento para compañeros de Enfermería
* Entrenamiento para compañeros de Educación
* App de VITAL WorkLife
* Consultas y recursos legales y financieros
* Recursos en línea sobre Vida & Trabajo

**Asesoramiento / Consultas**

**Ayudándolo a enfrentarse a los retos de Vida y Trabajo**

* Su PAE incluye apoyo por teléfono al momento, disponible las 24 horas, cualquier día, y además incluye consultas en persona con un consejero licenciado en salud del comportamiento. El asesoramiento de EAP:
* Está disponible gratis para usted y miembros de su familia
* Incluye {X} sesiones en persona, por incidente
* Es a corto plazo y sin diagnóstico
* Es confidencial

VITAL WorkLife puede ayudarlo con una variedad de situaciones, incluyendo pero no limitadas a:

* Explorar problemas de relaciones matrimoniales, o con otros
* Atender síntomas y causas de depresión, estrés y ansiedad
* Resolver problemas entre padres e hijos
* Asesoramiento y consejería relacionados a abuso de alcohol o uso de drogas
* Cómo manejar sentimientos de rabia, pérdida o profunda tristeza
* Superar problemas legales y financieros
* Cómo manejar conflictos o retos que surjan en el trabajo

**Conseguir ayuda es tan fácil como simplemente llamar al 800.383.1908.**

Cuando usted llame, un miembro autorizado le tomará sus datos básicos para asegurarse de referirlo al debido consejero, a quién usted podrá contactar para hacer una cita. Usted decide si prefiere sesiones cara a cara, o por teléfono.

Si necesita una solución a largo plazo, su consejero de VITAL WorkLife le proveerá los recursos apropiados en su comunidad, dentro de su plan de salud, donde sea necesario.

**Recursos En Línea**

**Herramientas En Línea para Vivir una Vida Saludable y Productiva**

El diario vivir puede ser muy complejo en todas su facetas. Por eso, VITAL WorkLife provee un sitio web para sus miembros, al que puede ingresar las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para buscar ayuda relacionada con situaciones como preocupaciones de cuido para niños o personas mayores, dónde encontrar buen cuidado de mascotas, o un buen contratista, o cómo lidiar con problemas de salud o de relaciones interpersonales, para ayudarle a alcanzar su bienestar emocional y más.

Cuando entre al sitio web con su membresía, encontrará más de 5,000 artículos, cursos y audios en línea de 15-20 minutos de duración, seminarios mensuales sobre variedad de temas, calculadoras, recursos financieros y legales, y mucho más.

**Cómo accesar su recurso En Línea de su PAE**

1. Hacer clic en "Member Login"
2. Ingresar su usuario (username): **username** y contraseña (Password): **member**

Eso es todo. A partir de ahí, puede enterarse de todos los aspectos de su PAE y accesar los recursos en línea, incluyendo recursos legales y financieros.  
  
**App de VITAL WorkLife**

El App de VITAL WorkLife puede ayudarlo a evaluar y mejorar su bienestar y acceder fácilmente a sus recursos VITAL WorkLife siempre que los necesite. A través del App de VITAL WorkLife, puede:

* Conectarse con los recursos del programa, tales como consejería, entrenamiento entre pares de enfermeras o educadores, y recursos legales y financieros; simplemente toque para llamar o enviar un correo electrónico a VITAL WorkLife.
* Realizar evaluaciones para cada una de las seis dimensiones del bienestar (físico, profesional, relacional, emocional, financiero/legal, espiritual) y recibir recomendaciones basadas en sus resultados.
* Establecer metas personales y establecer recordatorios para mantener el rumbo.
* Acceder a [Insights](https://insights.vitalworklife.com/) y videos, incluido [su video de orientación EAP.](https://info.vitalworklife.com/eap-orientation-link)

Descargue el App de VITAL WorkLife de su tienda de aplicaciones e inicie sesión con sus credenciales para acceder a sus recursos de EAP hoy.

**Usuario (username): username**

**Contraseña (password):** **member**

[VITAL WorkLife Mobile. Available on the App Store:](https://t.sidekickopen84.com/s3t/c/5/f18dQhb0S7lC8fLJn2W1hXWzL5_6WxgW3LyZZy1Vpbf_W1hFty14b_x0wVJz-2Z2z6DqTf2m8VPs02?te=W3R5hFj4cm2zwW3zfPTB4fLG8zW3JFYt51LzQJYn3P0tq61Z3&si=4639229537812480&pi=fd2cbba5-e26e-49be-8878-4a982ae59c17)[VITAL WorkLife Mobile. Get it on Google Play.](https://t.sidekickopen84.com/s3t/c/5/f18dQhb0S7lC8fLJn2W1hXWzL5_6WxgW3LyZZy1Vpbf_W1hFty14b_x0wVJz-2Z2z6DqTf2m8VPs02?te=W3R5hFj4cm2zwW45RjbS1Jz9RGW3P3n_M3Fbt5SW4cQhLH3JFWKdW45V76R3K9DsyW3Z--x13GP9STW45lxD34fDXZNF43WgqCPbY51&si=4639229537812480&pi=fd2cbba5-e26e-49be-8878-4a982ae59c17)

**VITAL WorkLife Está Ahí para Ayudarlo a Mejorar su Vida**

Si usted, o algún miembro de su familia, está atravesando una situación difícil, le aconsejamos que llame antes de que el problema se vuelva muy grande. Los recursos confidenciales de VITAL WorkLife son gratis para usted y miembros de su familia, las 24 horas. Por favor, no dude en contactar a VITAL WorkLife llamando al **800.383.1908** o a través del **VITAL WorkLife App,** para cualquier problema o preocupación que tenga.

Atentamente,

*{{Name}}*

*{{Title}}*

30-128-0420