Tu Programa de Asistencia al Empleado

Tu Programa de Asistencia al Empleado (EAP) está aquí para ayudarte a ti y a tu hogar en los momentos difíciles. Los siguientes recursos son privados, confidenciales y están disponibles para ti las 24 horas, los 7 días de la semana, sin costo adicional.[1]

Consejería y salud mental

- Obtén 6 visitas gratis para consejería presencial o virtual por persona en tu hogar, por problema cada año.[2]

Recursos para equilibrar la vida laboral y personal

- Encuentra información sobre empleo, crianza de los hijos y cómo equilibrar la vida laboral y personal.
- Encuentra cuidados de alta calidad para niños, ancianos y mascotas.
- Recibe descuentos especiales en una variedad de productos y servicios, incluidos alimentos, viajes y ropa.

Apoyo para el robo de identidad

- Regístrate para obtener ayuda con la supervisión de la identidad y la resolución de un robo para minimizar los efectos del robo de identidad o recuperarte de estos.

Recursos para la automejora

- Inicia sesión para realizar autoevaluaciones, acceder a la herramienta Guía para el cuidado (Guidance to Care) y obtener una lista de recursos del EAP específicos para tus necesidades.
- Usa recursos para el bienestar emocional para conectar con asesoramiento personalizado y herramientas digitales para la autoayuda.

Recursos legales y financieros

- Reserva una consulta sin costo y recibe una tarifa rebajada de abogados locales participantes sobre servicios legales continuos.[3]
- Explora una biblioteca en línea de recursos legales, formularios y documentos esenciales.
- Ten consultas por teléfono ilimitadas con un profesional en finanzas y accede a calculadoras financieras y herramientas de presupuesto en línea.

Apoyo ante una crisis las 24 horas, los 7 días de la semana

- Obtén apoyo en el momento cuando experimentas una crisis personal.
- Encuentra ayuda para navegar por recursos y obtener apoyo si te ves afectado por una tragedia o un desastre natural.

Obtén la ayuda que necesitas las 24 horas, los 7 días de la semana

- Visita **anthemEAP.com/sisc**. También puedes escanear este código QR con la cámara de tu teléfono.
- Llama al EAP al **800-999-7222** para obtener ayuda con preguntas.

Anthem

SISC
Self-Insured Schools of California
Schools Helping Schools

1 De acuerdo con las leyes federales y estatales, y con las normas de ética profesional.

2 Las citas están sujetas a la disponibilidad de un terapeuta. La consejería en línea no es adecuada para tratar todos los tipos de problemas. Si estás atravesando una crisis o tienes pensamientos suicidas, es importante que busques ayuda de inmediato. Llama a la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 988 y solicita ayuda. En caso de una emergencia, llama al 911 o dirígete a la sala de emergencia más cercana.

3 Excluye los problemas comerciales, de beneficios o de empleo. Las consultas gratuitas de media hora se aplican por cada problema legal, por año. Eres elegible para una nueva consulta para cada problema nuevo, anualmente.

Este documento tiene propósitos informativos generales. Consulta a tu empleador para obtener información específica sobre los servicios disponibles para ti.

Además de usar el servicio de telesalud, puedes recibir atención virtual o en persona de tu propio médico o de otro proveedor de cuidado médico de la red de tu plan. Si recibes atención de un médico o proveedor de cuidado médico que no esté en la red de tu plan, tu parte del costo puede ser más elevada. Es posible que recibas una factura por cualquier cargo no cubierto por tu plan médico.

Los productos del Programa de Asistencia a los Empleados (EAP) se ofrecen a través de Anthem Insurance Companies, Inc.

Anthem Blue Cross es el nombre comercial de Blue Cross of California. Anthem Blue Cross y Anthem Blue Cross Life and Health Insurance Company son licenciatarios independientes de Blue Cross Association. Anthem es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc.

108413CAMSPABC VPOD Rev. 03/24