Lucet™ | Programa de Asistencia al Empleado

Atención y recursos personalizados, *cuando los necesite.*

Ya sea para planificar su futuro financiero o para empezar a buscar recursos de salud mental, su Programa de Asistencia al Empleado (EAP, por sus siglas en inglés) está aquí para ayudarle. Disponible para usted y los miembros de su hogar, el EAP de Lucet es su primer paso para obtener recursos, asesoramiento y mucho más para respaldar su bienestar.

Verdadero apoyo para la vida real.

Un beneficio sin costo para usted de su lugar de trabajo, su EAP puede ayudarlo o a usted o a cualquiera de su familia a:

- recibir apoyo cuando no se sienta como usted mismo
- obtener ayuda con las responsabilidades que lo distraen o estresan
- mejorar las relaciones personales
- recibir atención después de un evento traumático o diagnóstico
- tomar decisiones de estilo de vida saludables
- mejorar e inspirar su vida diaria
- estar más presente y ser más productivo en el trabajo
- desarrollar habilidades personales y profesionales
- con asesoramiento legal o preguntas
- asistencia con el presupuesto o inquietudes financieras

Siempre estamos aquí para usted.

La vida sucede sin importar el día o la hora. Estamos disponibles las 24 horas del día, los 365 días del año. Siempre que necesite ayuda, estaremos aquí para usted.

Su EAP puede ayudarle a:

Reducir el estrés | Hacer frente a una crisis | Concentrarse en el trabajo | Liderar a otros | Navegar por el sistema legal

Reducir la deuda | Vivir una vida más saludable | Apoyar y mejorar las relaciones | Ser resiliente

No importa lo que la vida le depare, *estamos aquí para ayudarlo.*

Estrés, relaciones, trabajo y dinero. Estas son las razones más comunes por las que las personas recurren al EAP cada año. No importa los problemas que enfrente, los recursos a los que accede son confidenciales, así que siéntase seguro sabiendo que puede comenzar a abordar cualquiera de sus desafíos personales hoy mismo.

Asesoramiento

Le ofrecemos varias formas de conseguir lo que necesita. **El asesoramiento está disponible de diversas formas sin costo:**

- Presencial
- Recursos
- Telefónico

Coaching de vida

Los servicios de coaching de vida promueven la autoconciencia y lo ayudan a aclarar sus visiones, valores, intenciones y objetivos. Este servicio se basa en las fortalezas que ya tiene para ayudarlo a establecer y alcanzar sus objetivos. **Con el coaching, puede:**

- Programar sesiones telefónicas con un coach calificado
- Trabajar con su coach para establecer y alcanzar objetivos
- Identificar recursos para mantenerse en el buen camino

Los temas de coaching pueden incluir el manejo del estrés, el equilibrio entre el trabajo y la vida , la gestión del tiempo, los desafíos personales y más.

Legales y financieros en línea

Navegar por las finanzas y/o el sistema legal puede ser abrumador y confuso. **Afortunadamente, su EAP puede ayudarlo con servicios como:**

- Una consulta de 30 minutos sin costo para usted con un experto financiero certificado o un abogado
- Herramientas en línea que incluyen plantillas de presupuesto, calculadoras financieras, documentos de preparación de impuestos, testamentos, acuerdos comerciales y otros documentos legales
- Recursos y hojas de consejos

Trabajo/Vida

Los servicios de Trabajo/Vida pueden ayudarlo a abordar su lista de tareas pendientes con especialistas que pueden localizar proveedores, obtener referencias y encontrar recursos para usted y las necesidades de su hogar.

- Consultapersonalizada con un especialista altamente capacitado por teléfono o mediante chat en línea
- Remisiones a proveedores y recursos locales
- Hojas de consejos, listas de verificación y otras herramientas útiles

Los temas de Trabajo/Vida incluyen familia y cuidado, educación, asuntos legales y financieros, carrera y trabajo, y salud y bienestar.

Servicios en línea

Nuestro sitio web integral facilita el acceso a la información sobre los beneficios del EAP y la solicitud de servicios.
El sitio web y la aplicación ofrecen:

- Remisiones a través de la admisión en línea
- Kit de herramientas de salud mental
- Recursos para el consumo de sustancias
- Seminarios web mensuales en vivo
- Recursos de capacitación
- Biblioteca de recursos integral

Su bienestar es nuestra prioridad.

Lucet EAP proporciona apoyo, servicios de asesoramiento y recursos confidenciales para ayudarle a superar los desafíos de la vida y vivir una vida feliz y equilibrada.

Llame al 800-624-5544 | Visite eap.lucethealth.com

Su código de empresa:

sesiones de asesoramiento/coaching, por tema, al año.

Escanee para obtener más información en **eap.lucethealth.com**

LCT00154-20241001