



Sitio web de Programa de Asistencia a los Empleados (EAP)

Un recurso para obtener asistencia las 24 horas, los 7 días de la semana

Programa de Asistencia a los Empleados (EAP) está aquí para ayudarte a afrontar las dificultades de la vida, ya sean grandes o pequeñas. En el sitio web de EAP encontrarás artículos educativos, podcasts, seminarios en línea y otros recursos para que puedas lograr un equilibrio entre la vida laboral y personal y cuidar tu salud emocional. Te ofrecemos lo siguiente:

Equilibrio entre la vida laboral y personal

Cuestiones monetarias, presupuestación y protección contra el robo de identidad. Aprende sobre las deudas relacionadas con las tarjetas de crédito, las tasas de préstamos, los planes de jubilación y las calculadoras financieras. También puedes acceder a nuestro programa de compras con descuentos para ahorrar hasta un 25 %.

Servicios de asesoramiento jurídico. Consulta con un profesional sobre temas relacionados con el tribunal de reclamaciones menores, infracciones de tránsito, la confección del testamento y otras cuestiones jurídicas.

Educación y herramientas para la crianza. Asesórate con expertos en temas relacionados con la adopción, formas de reducir la ansiedad escolar de los niños, la preparación para la universidad, la crianza de niños con necesidades especiales y las familias ensambladas.

Búsqueda de servicios de cuidado. EAP puede ayudarte a buscar servicios de cuidado de niños, adultos mayores y mascotas de primera calidad.

Consejos y recursos para llevar un estilo de vida saludable. Recibe orientación para mejorar tu alimentación, tu estado físico y tus hábitos de sueño.

Bienestar y salud emocional

Estrés, ansiedad y depresión. Descubre nuevos métodos para aliviar el estrés y accede a información, servicios y programas relacionados con la salud del comportamiento.

Adicciones y rehabilitación. Conoce las opciones de orientación y asistencia que se centran en tratamientos de larga duración.

Duelo y pérdida de un ser querido. Accede a recursos relacionados con la salud emocional, como la biblioteca digital de artículos sobre el bienestar y materiales sobre la intervención para crisis.

Asistencia adicional. Programa una visita confidencial, presencial o virtual, con un consejero autorizado.

EAP quiere facilitarte el acceso a los recursos que necesitas.

Visita anthemEAP.com. Allí, puedes hacer lo siguiente:

- Ver las noticias especiales del mes.
- Buscar información por tema.

También puedes llamar al 1-800-865-1044 para hablar con nosotros de forma directa.



Anthem Blue Cross and Blue Shield es el nombre comercial de los enumerados a continuación: En Colorado: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Los productos HMO están asegurados por HMO Colorado, Inc. En Connecticut: Anthem Health Plans, Inc. En Georgia: Blue Cross and Blue Shield of Georgia, Inc. En Indiana: Anthem Insurance Companies, Inc. En Kentucky: Anthem Health Plans of Kentucky, Inc. En Maine: Anthem Health Plans of Maine, Inc. En Missouri (excepto 30 condados del área de Kansas City): RightCHOICE® Managed Care, Inc. (RIT), Healthy Alliance® Life Insurance Company (HALIC) y HMO Missouri, Inc. RIT y algunos afiliados administran beneficios que no corresponden a planes HMO asegurados por HALIC y beneficios de planes HMO asegurados por HMO Missouri, Inc. RIT y algunos afiliados brindan solamente servicios administrativos para planes autofinanciados y no aseguran beneficios. En Nevada: Rocky Mountain Hospital and Medical Service, Inc. Los productos HMO están asegurados por HMO Colorado, Inc., que opera bajo el nombre comercial HMO Nevada. En New Hampshire: Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc. Los planes HMO son administrados por Anthem Health Plans of New Hampshire, Inc., y asegurados por Matthew Thornton Health Plan, Inc. En Ohio: Community Insurance Company. En Virginia: Anthem Health Plans of Virginia, Inc., comercializa a través del nombre comercial Anthem Blue Cross and Blue Shield en Virginia; su área de servicios abarca todo Virginia, con excepción de City of Fairfax, Town of Vienna y el área al este de State Route 123. En Wisconsin: Blue Cross Blue Shield of Wisconsin (BCBSWI), asegura o administra PPO y pólizas de indemnización y asegura los beneficios no incluidos de pólizas POS ofrecidas por CompCare Health Services Insurance Corporation (CompCare) o Wisconsin Collaborative Insurance Corporation (WCIC). CompCare asegura o administra pólizas HMO o POS; WCIC asegura o administra pólizas Well Priority HMO o POS. Licenciarios independientes de Blue Cross and Blue Shield Association. ANTHEM es una marca comercial registrada de Anthem Insurance Companies, Inc. Los nombres y los símbolos de Blue Cross y Blue Shield son marcas registradas de Blue Cross and Blue Shield Association.