

# La vida es un viaje, no un destino

## Programa de Asistencia al Empleado

No importa dónde se encuentre en su viaje, hay ocasiones en las que puede ser necesaria un poco de ayuda para alcanzar sus metas. Desde el control de las tareas diarias hasta la solución de problemas más complejos, su programa le ofrece a usted y a los miembros de su hogar una variedad de recursos, herramientas y servicios para ayudarles a hacer su vida un poco más fácil.

- Desarrolle su resiliencia asistiendo a un seminario web
- Solucione un problema personal al usar una aplicación a su propio ritmo
- Logre un objetivo con la ayuda de un capacitador

## Características clave

- Sin costo para usted ni para los miembros de su hogar
- Servicio íntegramente confidencial proporcionado por un tercero
- Disponible 24/7/365

Obtener la ayuda que necesita cuando la necesita puede resultar en una vida más feliz y productiva.

## Orientación

Su orientador:

- Se reunirá con usted por teléfono o videoconferencia
- Creará un plan de acción claro para ayudarlo a alcanzar sus metas
- Proporcionará recursos, ayudará con la resolución de problemas, seguimiento y responsabilidades

## Asesoría

Acceda a una red nacional de profesionales con licencia para recibir ayuda con desafíos como el estrés, la ansiedad, el dolor, el uso indebido de sustancias, las inquietudes sobre relaciones y más. Reúnase con su consejero en persona o por videoconferencia (si está disponible).

## Programas en línea

Los programas auto guiados pueden ayudar a mejorar su salud y el bienestar emocional en general si tiene problemas de depresión, ansiedad, insomnio, dolor crónico, abuso de sustancias o un trastorno obsesivo compulsivo. Los programas son de fácil acceso y han demostrado ser eficaces.

## Asistencia legal, asesoramiento financiero, resolución en caso de robo de identidad

Consulta con expertos para ayudarle con sus necesidades legales, financieras y de robo de identidad. Acceda a una biblioteca en línea gratuita con recursos para resolución del robo de identidad, presupuesto, gestión de deudas, derecho de familia, testamentos y más.

## Servicios para la vida y el trabajo

Ahorre tiempo y dinero en las necesidades más importantes de la vida. Los especialistas brindan orientación experta y referencias personalizadas a proveedores de servicios que incluyen cuidado de niños, cuidado de adultos, educación, mejoras al hogar, información al consumidor, preparación para emergencias y más.

## Resiliencia

Por lo general, ser resiliente significa que puede adaptarse a los tiempos difíciles, a los desafíos y a otros tipos de adversidades en la vida. Afortunadamente, puede desarrollar habilidades para ser más resiliente y su programa proporciona muchos recursos para ayudarlo en su viaje.



Programa de Asistencia al Empleado  
1-800-327-1393



Programa de Asistencia al Empleado  
1-800-327-1393

Desprenda y mantenga una tarjeta con sus demás tarjetas importantes de modo que sea fácil encontrarla. Entregue la otra a un miembro del hogar para fácil referencia.

# Su vida es un viaje— simplifíquela



## Comience hoy mismo

Su programa está aquí para ayudarlo a lo largo del camino de la vida. No hay situación demasiado grande ni demasiado pequeña. Cuando usted y los miembros de su hogar necesiten asistencia, comuníquese con nosotros en cualquier momento y lo ayudaremos a encontrar el camino correcto para satisfacer sus necesidades.



### Llámenos

Evaluaremos su situación individual y lo conectaremos con el recurso o profesional adecuado para abordar sus desafíos, preguntas o necesidades.



### Consulte nuestro sitio web

Conozca más sobre todos los servicios disponibles para usted y los miembros de su hogar en [MagellanAscend.com](http://MagellanAscend.com).

*IMPORTANT: ¿Puede leer esta carta? Si no, alguien le puede ayudar a leerla. Además, es posible que reciba esta carta escrita en español. Para obtener ayuda gratuita, llame a su número gratuito.*

*IMPORTANT: Can you read this? If not, we can have somebody help you read it. For free help, please call your toll-free number.*

*En California, los servicios son proporcionados por subsidiarias de Magellan: Magellan Health Services of California—Employer Services and Human Affairs International of California.*

**Magellan**  
HEALTHCARE<sup>SM</sup>

©2018 Magellan Health, Inc.  
B-B1019S (6/18)

*“La vida es un viaje con problemas que resolver, lecciones que aprender, pero principalmente, experiencias a disfrutar.”*

— RITU GHATOUREY

La vida está llena altibajos, y su programa brinda asistencia integral y confidencial para usted y los miembros de su hogar durante los momentos buenos y malos, todo sin costo para usted.

Su vida es un viaje—simplifíquela

- Visite [MagellanAscend.com](http://MagellanAscend.com) o llame en cualquier momento para obtener ayuda con temas tales como:
- Bienestar emocional
  - Familia y relaciones
  - Duelo y pérdida
  - Estrés y equilibrio
  - Apoyo en el lugar de trabajo
  - Soluciones para la vida diaria

Su vida es un viaje—simplifíquela

- Visite [MagellanAscend.com](http://MagellanAscend.com) o llame en cualquier momento para obtener ayuda con temas tales como:
- Bienestar emocional
  - Familia y relaciones
  - Duelo y pérdida
  - Estrés y equilibrio
  - Apoyo en el lugar de trabajo
  - Soluciones para la vida diaria

Desprenda y mantenga una tarjeta con sus demás tarjetas importantes de modo que sea fácil encontrarla. Entregue la otra a un miembro del hogar para fácil referencia.