



THE LIFE CONNECTION

Nuestro personal profesional con licencia puede aconsejarle sobre temas que puedan afectarles a usted o a miembros de su hogar, y puede referirle a diversos recursos. Estos servicios de consulta confidencial son una manera de establecer un mejor bienestar emocional en su vida cotidiana, y sus efectos son duraderos.

- Cinco sesiones gratuitas por año calendario*
- En persona o telefónicas o visitas virtuales
- Confidenciales

Los problemas típicos incluyen:

- Sensaciones de ansiedad y depresión
- Conflictos emocionales/personales
- Duelo y pérdida
- Conflictos conyugales
- Inquietudes sobre la paternidad
- Preguntas sobre el alcohol, las drogas o el juego
- Estrés laboral
- Control de la ira



¿Como consigo ayuda?

Para programar una visita confidencial con nuestro personal profesional, para solicitar una consulta telefónica o para recibir ayuda con recursos en línea, llame al:

1-800-280-3782, TTY 711

Los servicios de crisis a través de The Life Connection están a su disposición las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

La función del Programa de Asistencia al Empleado es identificar problemas relacionados con la salud física o mental o el abuso de alcohol u otras sustancias y coordinar la referencia a atención de la salud para recibir asesoramiento, terapia o tratamiento.

Behavioral Healthcare Options, Inc. (BHO) ofrece esta información a los empleados y sus familias. Su empresa no garantiza la validez de la información incluida en este documento. Además, BHO y su empresa no serán responsables de ningún daño directo, indirecto o de otra índole como resultado de la información incluida en este documento.



BEHAVIORAL HEALTHCARE OPTIONS, INC.™

bhoptions.com

©2020 Behavioral Healthcare Options, Inc.

BHO7473S_20.1

(01/20)



The Life Connection (TLC)

Su conexión con recursos para "una vida más simple".



Behavioral Healthcare Options, Inc.

¿Qué es The Life Connection (TLC)?

Los servicios de TLC se desarrollaron para ayudarle a equilibrar las exigencias del hogar y del trabajo. TLC consta de tres partes: sesiones de consulta con un profesional con licencia (ya sea en persona o telefónicas, o visitas virtuales, dependiendo de los problemas), información y recursos en línea, y consultas telefónicas con profesionales legales, financieros, de cuidado de niños, de cuidado para personas de la tercera edad y de la vida diaria.

Todos los servicios prestados directamente por TLC son gratuitos para usted y su familia.

¿Quiénes son elegibles para los servicios de TLC?

Los servicios de TLC están disponibles para todos los empleados elegibles y toda persona que viva en su hogar, ya que sus problemas a menudo afectan la actitud y la salud de los empleados.

Para conocer los requisitos de elegibilidad, comuníquese con su oficina de recursos humanos o de beneficios.





CONEXIÓN LEGAL

Consultas en persona con un abogado con licencia sobre su problema:

- Consulta gratuita de 30 minutos
- Es posible que haya honorarios con descuento disponibles
- Sin límite en la cantidad de veces que se utiliza

Consultas telefónicas con un abogado con licencia; los asuntos más frecuentes incluyen:

- Quiebra/ejecución de hipoteca
- Asuntos de derecho de familia/penal
- Planificación del patrimonio para el cuidado de personas de la tercera edad
- Sin límite en la cantidad de veces que se utiliza

Recursos en línea sobre cientos de temas, entre ellos:

- Testamentos vitales e instrucciones por anticipado
- Formularios legales
- Proceso de adopción
- Asuntos del consumidor



CONEXIÓN FINANCIERA

Consulta telefónica con un asesor financiero sobre temas tales como:

- Planificación financiera personal
- Asesoramiento sobre deudas
- Consultas impositivas
- Sin límite en la cantidad de veces que se utiliza

Recursos en línea sobre cientos de temas, entre ellos:

- Consejos para el consumidor sobre tarjetas de crédito/bancarias
- Ahorro e inversión
- Calculadoras de finanzas
- Protección frente al robo de identidad
- Software de preparación de impuestos TaxACT



CONEXIÓN PARA EL CUIDADO DE NIÑOS

Consulta telefónica con un especialista en la relación trabajo/vida para obtener referencias a:

- Centros de cuidado de niños
- Campamentos de verano
- Recursos de asistencia y en caso de que los niños se enfermen
- Escuelas públicas y privadas
- Tutores
- Sin límite en la cantidad de veces que se utiliza

Recursos en línea sobre cientos de temas, entre ellos:

- Listas de verificación para elegir centros de cuidado de niños
- Familia monoparental
- Comunicación eficaz



CONEXIÓN PARA EL CUIDADO PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

Consulta telefónica con un especialista en la relación trabajo/vida para obtener referencias a:

- Centros de vida asistida
- Asilos de convalecencia
- Comunidades para jubilación
- Sin límite en la cantidad de veces que se utiliza

Recursos en línea sobre cientos de temas, entre ellos:

- Envejecer bien
- Planificar para el futuro
- Duelo, pérdida y depresión en personas de la tercera edad



RECURSOS ADICIONALES EN LÍNEA**

Sitio sobre la relación trabajo/vida:

artículos, cuestionarios de autoayuda, herramientas interactivas y videos breves sobre temas que incluyen el trabajo, el equilibrio, la crianza de los hijos, la prosperidad y más.

Artículo mensual destacado y noticias para usted:

ofrece temas oportunos, tales como una buena situación fiscal, consejos para padres y más.

Centros: además de tener acceso a servicios en el Centro Legal y Financiero, Centro de Bienestar y Centro de Planificación Anual, están disponibles los siguientes centros:

- Centro de Ahorro: programa gratuito para ahorros de hasta 25% en artículos de marca, de uso diario y de lujo
- Centro para Traslados: ya sea que se mude a la otra punta del país o a la otra calle, puede encontrar escuelas, perfiles de vecindarios y más
- Centro CareSpace: un lugar para conectarse con otras personas que proveen cuidado para los padres u otros seres queridos
- Centro para el Desarrollo de Habilidades: cursos en línea que se pueden completar en 15-20 minutos, con un certificado de finalización para imprimir
- LiveConnect (Conexión en Directo): lo pone en contacto con asesores experimentados en la relación trabajo/vida a través de mensajería instantánea

Seminarios mensuales en línea sobre temas de interés, tales como Superar la Tristeza, Comprar una Casa 101, Interrumpir Pensamientos Negativos, Mantener Vivo el Amor, Jubilación, Criar Niños Bien Adaptados, y mucho más.

**PARA VER EL SITIO DE INTERNET:

- Visite **bhoptions.com**
- Haga clic en el ícono “Work-Life Resources”.
- Introduzca el código de su compañía: **CCSD**

No discriminamos por motivos de raza, color, origen nacional, sexo, edad, o discapacidad física o mental, en programas y actividades relacionados con la salud.

Prestamos servicios gratuitos para ayudarle a comunicarse con nosotros. Por ejemplo, cartas en otros idiomas o en letra grande. O bien, puede pedir un intérprete. Para pedir ayuda, llame al número de teléfono gratuito que aparece en su tarjeta de identificación del plan de salud o los documentos del plan.

