

Contact us anytime you need help with life's concerns.

Optum



Easy access to confidential help 24 hours a day.

There's no cost to call.



YOU,
supported

866-248-4096

Or log on to liveandworkwell.com.

To find the right support for you, register with your HealthSafe ID or enter your company access code: **WISE**

Contact your EAP and WorkLife Services for help with:

- Balancing work and life issues
- Childcare and eldercare referrals
- Counseling services
- Financial and legal advice, and more

**Real people.
Real life.
Real solutions.**

866-248-4096

This program should not be used for emergency or urgent care needs. In an emergency, call 911 or go to the nearest emergency room. This program is not a substitute for a doctor's or professional's care. Due to the potential for a conflict of interest, legal consultation will not be provided on issues that may involve legal action against Optum or its affiliates, or any entity through which the caller is receiving these services directly or indirectly (e.g., employer or health plan). This program and its components may not be available in all states or for all group sizes and are subject to change. Coverage exclusions and limitations may apply.

© 2022 Optum, Inc. All rights reserved. WF7261814 219204-042022

When other people's stress feels contagious



Optum



YOU, supported

From listening to your child talk about being bullied to witnessing a traumatic event, secondhand stress can affect you too. If you're finding it hard to stay positive when tough things happen to others, your Employee Assistance Program (EAP) and WorkLife Services benefit offer confidential support for managing:

- Anxiety and depression
- Parenting and family issues
- Relationship problems
- Workplace changes
- Living with chronic conditions
- Substance use
- Childcare and eldercare support



What's a clinician?

A clinician may be a psychologist, psychiatrist or master's-level specialist trained in social work, nursing, professional counseling, or family and marriage therapy.

How does it work?

A specialist will listen to your needs and connect you to the appropriate resources, whether it's a counselor, mediator, clinician, lawyer or financial advisor. You can take advantage of short-term counseling, or get a referral for more extended care. And we'll try our best to accommodate any gender, language or cultural preferences.



Is EAP confidential?

Yes. All records are kept confidential in accordance with federal and state laws. We never share your personal records with your employer or anyone else without your permission.

How much does this cost?

As part of your benefits, EAP and WorkLife Services are available at no extra cost to you.

This includes referrals, seeing network providers, access to **liveandworkwell.com**, and initial consultations with mediators or financial and legal experts.

Want to retain a lawyer after your consultation? You'll get a 25% discount.

What other resources are available?

You and your family also have 24-hour private access to **liveandworkwell.com**. This interactive website offers tools and resources to help you enhance your work, health and life.

Any member of your household can use **liveandworkwell.com**, even children living away from home. On the site, you can:

- Check your benefits information
- Submit online service requests
- Search the online clinician directory
- Use our virtual help centers to find information and resources for hundreds of everyday work and life issues
- Access financial calculators, legal articles and other tools
- Search our databases for childcare, nursing homes and other local resources
- Participate in interactive, customizable self-improvement programs



Dedicated to making
your life easier

Contact us anytime you
need help with life's concerns.

Your EAP and
WorkLife Services

Call
866-248-4096

Or log on to
liveandworkwell.com.
Access code: **WISE**

Contáctenos en cualquier momento que necesite ayuda con las preocupaciones de la vida.

Optum



Acceso fácil a ayuda confidencial las 24 horas del día.

La llamada es gratuita.

USTED,
con apoyo



866-248-4096

O inicie sesión en liveandworkwell.com.

Para encontrar el apoyo adecuado para usted, regístrese con su ID HealthSafe o ingrese el código de acceso de su compañía: **WISE**

Contacte a sus Servicios de WorkLife y del EAP cuando necesite ayuda para las siguientes situaciones:

- Encontrar equilibrio entre el trabajo y la vida personal
- Referencias para el cuidado de menores y adultos mayores
- Servicios de asesoramiento
- Consejos legales y financieros, y más

**Gente real.
Vida real.
Soluciones reales.**

866-248-4096

Este programa no debe usarse para necesidades de emergencia ni de atención de urgencia. En caso de emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana. Este programa no sustituye la atención brindada por un médico o profesional. Debido a la posibilidad de un conflicto de intereses, no se brindará asesoramiento jurídico sobre asuntos que puedan implicar acciones legales contra Optum o sus filiales, o cualquier entidad a través de la cual la persona que llama está recibiendo estos servicios de forma directa o indirecta (por ejemplo, el empleador o el plan de salud). Es posible que este programa y sus componentes no estén disponibles en todos los estados o para grupos de todos los tamaños y están sujetos a cambios. Es posible que se apliquen exclusiones y limitaciones de cobertura.

© 2022 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF7261814 220019-062022

Quando el estrés de los otros se siente contagioso



Optum



USTED, con apoyo

Desde escuchar a su hijo hablar sobre el acoso escolar hasta presenciar un acontecimiento traumático, el estrés de otras personas también puede afectarle a usted. Si le resulta difícil mantener una actitud positiva cuando a los demás les ocurren cosas difíciles, su Programa de Asistencia al Empleado (EAP) y los Servicios WorkLife le ofrecen apoyo confidencial para lidiar con lo siguiente:

- Ansiedad y depresión
- Cuestiones de paternidad, maternidad y familia
- Problemas con las relaciones
- Cambios en el lugar de trabajo
- Vivencia con las afecciones crónicas
- Consumo de sustancias
- Apoyo con el cuidado infantil y de adultos mayores



¿Qué es un médico clínico?

Un médico puede ser un psicólogo, un psiquiatra o un especialista con una maestría, capacitado en trabajo social, enfermería, asesoramiento profesional o terapia de familia y matrimonio.

¿Cómo funciona?

Un especialista escuchará sus necesidades y lo pondrá en contacto con los recursos apropiados, ya sea un asesor, mediador, profesional clínico, abogado o asesor financiero. Aproveche el asesoramiento a corto plazo u obtenga una referencia para un cuidado más prolongado. Y haremos lo mejor para adaptarnos a preferencias de género, idioma o cultura.



¿El EAP es confidencial?

Sí. Según las leyes federales y estatales, todos los registros se mantienen de forma confidencial. Nunca compartimos sus registros personales con su empleador ni otra persona sin su permiso.

¿Qué costo tiene?

Como parte de sus beneficios, los Servicios de WorkLife y de EAP están disponibles sin ningún costo adicional. Esto incluye referencias, visitas a los proveedores de la red, acceso a [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com) y consultas iniciales con mediadores o expertos financieros y legales.

¿Quiere contratar a un abogado después de la consulta? Obtendrá un 25 % de descuento.

¿Qué otros recursos hay disponibles?

Usted y su familia también tienen acceso privado a [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com). Este sitio web interactivo ofrece herramientas y recursos que le ayudan a mejorar su trabajo, salud y vida personal.

Todos los miembros de su hogar pueden usar [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com), incluso los niños que viven lejos de casa. En el sitio, puede hacer lo siguiente:

- Verificar la información de sus beneficios
- Enviar solicitudes de servicio en línea
- Buscar el directorio clínico en línea
- Usar nuestros centros de ayuda virtual para encontrar información y recursos para cientos de problemas laborales y de la vida cotidianos
- Acceder a calculadoras financieras, artículos legales y otras herramientas
- Buscar cuidado infantil, asilos de convivencia y otros recursos locales en nuestra base de datos
- Participar en programas de superación personal, personalizables e interactivos



Dedicados a hacer su vida más fácil

Contáctenos en cualquier momento que necesite ayuda con las preocupaciones de la vida.

Sus Servicios de WorkLife y de EAP

Llame al **866-248-4096**

O inicie sesión en [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com).
Código de acceso: **WISE**