

PROGRAMA DE AYUDA A LOS EMPLEADOS - EAP

Cuando la vida lo sobrepasa, acérquese y contáctenos

Seamos realistas: la vida puede ser dura. Cuando sus responsabilidades empiezan a abrumarlo y se le hace difícil llegar a su trabajo todos los días con una sonrisa en el rostro, es importante que se acerque y pida ayuda. Puede confiar y apoyarse en su Programa de ayuda a los empleados (EAP, en inglés).

Nosotros lo respaldaremos.

Un beneficio gratuito de su lugar de trabajo, el EAP puede ayudarlo a usted o a cualquiera en su hogar para que:

- Esté más presente y sea más productivo en el trabajo
- Reciba apoyo cuando no se sienta como usted mismo
- Reciba ayuda con sus responsabilidades que lo distraen o son muy estresantes
- Desarrolle sus habilidades personales y de carrera
- Sea un miembro de la familia o amigo cuidadoso y amoroso
- Reciba atención después de un evento o diagnóstico traumático
- Tome decisiones saludables acerca de su estilo de vida
- Mejore e inspire su vida diaria

Estamos aquí para usted, siempre.

La vida pasa, sin importar el día o momento. Por esa razón estamos disponibles 24 horas al día, los 7 días de la semana, incluso en días festivos. Cuando usted necesite acercarse, estaremos aquí para usted.



Línea gratuita de apoyo
Llame en cualquier momento
al 800-624-5544



Aplicación móvil
Busque el EAP de
New Directions



En línea
Para encontrar recursos
ingrese a ndbh.com

SERVICIOS

- ✓ **Consejería**
 - Presencial
 - Vía telefónica
 - Por mensaje de texto
 - En el momento
- ✓ **Consejería relacionada con**
 - Finanzas
 - Necesidades legales
 - Administración de empleados
 - Vida
- ✓ **Apoyo durante la crisis**
- ✓ **Orientación**
- ✓ **Recursos de atención para niños y adultos**
- ✓ **Capacitación personal y profesional**
- ✓ **Herramientas digitales para la salud mental**

eap.ndbh.com
800-624-5544

Los servicios son gratuitos y su empleador no sabrá que se acercó a nosotros.
Dele vuelta a esta página para ver algunas de las razones más comunes por las que las personas utilizan el EAP.

“ El EAP me ha beneficiado de tantas maneras que no sé cómo habría pasado este proceso sin él.”

Eche un vistazo a nuestra aplicación

Busque New Directions EAP en su tienda de aplicaciones (app store).



Lo que sea que se le presente en la vida, estamos aquí para ayudarlo.

Estrés, relaciones, trabajo y dinero. Estas son las razones más comunes por la que las personas se acercan al EAP cada año. Pero sin importar el problema que esté enfrentando, el EAP es el primer paso perfecto para que usted y su familia:

Reduzcan el estrés

Está bien tener un poco de estrés, pero cuando es demasiado puede ser debilitante y poco saludable. Consejería, evaluaciones, orientación, aplicaciones, prácticas de mediación, herramientas en línea y mucho más para ayudarlo a mejorar las áreas que necesitan trabajo.

Cómo atrapar una bola curva de la vida

El divorcio, una adopción, la pérdida de un ser amado, los cambios de carrera y las mudanzas pueden interrumpirle la vida diaria. La consejería, miles de herramientas en línea, orientación y asesoría pueden ayudarlo a ajustarse.

Cómo reponerse después de una crisis

Procesar mentalmente y reponerse después de un evento traumático generalmente toma tiempo y requiere de la atención de un experto. La consejería, las hojas educativas y la comunicación pueden ayudarle cuando se presenta una crisis.

Apoyo y mejoramiento de las relaciones

Criar a los hijos, vivir con otros o mejorar la amistad puede requerir de guías e inversión. La consejería, hojas con consejos y asesoría facilitan este proceso. Las referencias a centros de atención diurna acreditados, instalaciones de vida asistida, paseadores de perros, médicos, etc., también pueden ayudar.

Enfóquese en su trabajo

En ocasiones, todos experimentamos sentimientos de falta de productividad así como de compromiso en el trabajo. Las capacitaciones, asesoría y estrategias conductuales personalizadas pueden ayudarlo a estar más enfocado.

Dirija a otros

Si supervisa personal en su trabajo, es probable que maneje situaciones complicadas como problemas de desempeño, empleados problemáticos, legislación de laboral y conversaciones difíciles. Los consultores especializados lo pueden guiar para que pueda hacer su trabajo con menos estrés.

Navegación por el sistema legal

Manejar situaciones con un arrendatario, una compra importante, inmuebles o incluso una infracción puede ser más fácil con la ayuda de un experto legal y miles de plantillas en línea para utilizar y poner en acción.

Reducir sus deudas

Las preocupaciones financieras se pueden minimizar con el desarrollo de planes de acción personalizados con un experto financiero para ahorrar, reducir sus deudas o alcanzar la vida que desea tener.

Lleve una vida saludable

Los cambios de conducta al dejar de fumar, perder peso, controlar una enfermedad o hacer más ejercicio puede manejarse mejor cuando se divide en pequeños pasos. La orientación, consejería y herramientas digitales pueden ayudarlo a empezar a vivir una vida saludable.

Dé el primer paso y llame hoy.

ndbh.com
800-624-5544