

# La vida viene con desafíos. Su Programa de Asistencia está aquí para ayudarle.

Su Programa de asistencia puede ayudarle a reducir el estrés, mejorar la salud mental y facilitarle la vida al conectarlo con la información, los recursos y las referencias correctos.

Todos los servicios son gratuitos, confidenciales y están disponibles para usted y los miembros de su familia. Esto incluye el acceso a asesoramiento a corto plazo y la amplia gama de servicios que se enumeran a continuación:

## **Sesiones de salud mental**

Controle el estrés, la ansiedad y la depresión, resuelva conflictos, mejore las relaciones y aborde cualquier problema personal. Elija entre sesiones en persona, asesoramiento por video o asesoramiento telefónico.

## **Asesoramiento de vida**

Alcance metas personales y profesionales, maneja las transiciones de la vida, supere obstáculos, fortalezca las relaciones y logre mayor equilibrio.

## **Consulta financiera**

Desarrolle bienestar financiero relacionado con el presupuesto, compra de vivienda, pago de deudas, resolver preguntas fiscales generales, prevención del robo de identidad y ahorro para la jubilación o enseñanza.

## **Referencias legales**

Reciba referencias para asuntos legales personales, incluyendo la planificación patrimonial, testamentos, bienes raíces, bancarrota, divorcio, custodia y más.

## **Recursos y referencias de trabajo-vida**

Obtenga información y referencias cuando busque cuidado de niños, adopción, apoyo para necesidades especiales, cuidado de ancianos, vivienda, transporte, educación y cuidado de mascotas.

## **Asistente personal**

Ahorre tiempo con referencias para viajes y entretenimiento, búsqueda de servicios profesionales, servicios de limpieza, entrega de alimentos a domicilio y gestión de tareas cotidianas.

## **Apoyo médico**

Obtenga ayuda para navegar los seguros, obtener referencias médicas, asegurar equipo médico, y planificar la atención de transición y el alta.

## **Portal para miembros**

Acceda a sus beneficios 24/7/365 a través de su portal para miembros con solicitudes en línea y opciones de chat. Explore miles de herramientas y recursos de autoayuda, incluidos artículos, evaluaciones, podcasts y localizadores de recursos.

*Las ofertas específicas pueden variar según el diseño del plan del Programa de Asistencia de su organización.*



Comuníquese con AllOne Health  
Lláme: 877-679-1100  
Visita: [triadeap.com](http://triadeap.com)

**ALLONE**<sup>®</sup>  
HEALTH