­­

LINEA GRATUITO:   
**800-633-3353**

SITIO WEB:   
[**www.mygroup.com**](http://www.mygroup.com) **> My Portal Login > Work-Life**

NOMBRE DE USUARIO:  
**usuario**

CONTRASEÑA:  
**guest**

**SU** PROGRAMA DE **ASISTENCIA** AL EMPLEADO

***Basta llamar o iniciar sesión para comenzar.***

**NECESITE LO QUE NECESITE,**

**ESTAMOS AQUÍ PARA AYUDAR.**

Disponible en cualquier momento, cualquier día, su Programa de asistencia al empleado es un beneficio gratuito y confidencial que lo ayuda a equilibrar los aspectos laboral, familiar y personal de su vida.



Ser cuidador (de un niño o un padre que está envejeciendo) insume tiempo, recursos y energía. Si bien ser cuidador es una función importante, la única manera de que usted dé lo mejor es cuidar de su propio bienestar. Deje que su Programa de asistencia al empleado lo ayude ofreciendo:

- **Asistencia en la transición:** Especialistas en tercera edad ayudan a las familias mientras estas acompañan la transición de un ser querido hacia la atención para adultos mayores, y los *coaches* de crianza asisten a los empleados en su reincorporación al trabajo después de un permiso parental.

- **Apoyo emocional:** Consejeros profesionales pueden ayudarlo a superar la ansiedad, mejorar su salud y aumentar la resiliencia ante el estrés.

- **Asistencia práctica:** Consultores capacitados pueden remitirlo a recursos locales, ya sea que usted necesite cuidado infantil o vivienda para adultos mayores.

**Asistencia al cuidador**

**Usted cuida de otros: déjenos cuidar de usted**

Noviembre