

Recursos para el bienestar emocional y el equilibrio entre el trabajo y la vida personal para que se esté lo mejor posible



Allied Care Solutions es un recurso confidencial que ayuda usted y su familia enfrentan los desafíos de la vida



Apoyo al momento

Comuníquese con un consejero clínico licenciado 24/7/365



Pericia financiera

Planificación financiera experta y consulta



Asistencia legal

Consulta legal gratuita en persona o por teléfono



Sesiones de asesoramiento

Acceda hasta **Cinco (5) a sesiones** en persona o de video para tratar problemas como depresión, estrés, problemas de relación, pérdidas, abuso de sustancias, ansiedad u otros problemas de salud emocional



Asistencia familiar

Consultas y referencias para problemas de la vida cotidiana, incluido el cuidado de dependientes, reparación de automóviles y mejoras en el hogar



Confidencialidad

Los estrictos estándares de confidencialidad garantizan que nadie sepa que ha accedido al programa sin su permiso por escrito, excepto cuando lo exija la ley



En el portal web

- Su ventanilla única para acceder a recursos, referidos, consultas con expertos, descuentos y mucho más con contenido en inglés y español
- Explore la capacitación a pedido y recursos prácticos para impulsar su bienestar y equilibrio de vida
- Utilice motores de búsqueda, calculadoras financieras y recursos profesionales

Apoyo al alcance de su mano

- **eConnect® móvil**
Lo conecta con soporte confidencial y ofrece experto, contenido buscable
- **Textcoach®**
Intercambie mensajes de texto, notas de voz y recursos con un consejero licenciado a través de la aplicación de escritorio y móvil
- **Animo**
Contenido autoguiado, recursos prácticos e inspiración diaria para fomentar un cambio de comportamiento significativo y duradero



Comienza con Navigator

Elimine las conjeturas de su aptitud emocional. Haga clic en el icono del Mental Health Navigator en el portal web o la aplicación móvil, complete un breve cuestionario y reciba orientación personalizada para acceder a la asistencia y los recursos del programa.



¡Descargar la aplicación móvil hoy!



1-800-440-1440



alliedbenefit.com/caresolutions
Groupcode: **arcmercer**