



Programa de  
Asistencia a los  
Empleados (EAP)

24/7



Programa de  
Asistencia a los  
Empleados (EAP)

24/7

## Que la salud y el bienestar sean su prioridad.

### Seminarios nacionales sobre bienestar del EAP:

Participe en seminarios mensuales todo el año sobre temas relacionados con inquietudes de la vida real. Puede mirarlos en vivo o a demanda desde una computadora, un teléfono inteligente o una tableta en:

[www.Cigna.com/EAPWebCasts](http://www.Cigna.com/EAPWebCasts).

### Serie sobre concientización acerca de problemas de salud del comportamiento:

Cigna ofrece seminarios mensuales gratuitos enfocados en la concientización acerca de problemas de salud del comportamiento, como autismo, trastornos de la alimentación, consumo de sustancias y problemas de salud del comportamiento en los niños. Para obtener más información, visite: [www.cigna.com/personal/health-and-well-being/behavioral-awareness-series/](http://www.cigna.com/personal/health-and-well-being/behavioral-awareness-series/)

¿Tiene alguna pregunta? ¿No ve lo que está buscando? Comuníquese con nosotros para obtener la asistencia que necesite.

Llame al **1.866.640.2772**

Inicie sesión en [www.myCigna.com](http://www.myCigna.com)

identificación de su empleador: **PCUSA**

Para los miembros  
de The Board of Pensions of  
the Presbyterian Church  
(U.S.A.) y los convivientes del  
mismo hogar.



PODEMOS

AYUDARLE

Explore los programas y servicios  
disponibles para usted.



Todos los productos y servicios de Cigna se brindan exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, entre las que se incluyen Cigna Behavioral Health, Inc. y Cigna Health and Life Insurance Company. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc.

Base Catalog 818480SP e 03/18 © 2018 Cigna. Parte del contenido se suministra bajo licencia.

818480SP e 03/18 SR # 50953575-110611644



# RESPIRE PROFUNDO. ESTAMOS PARA SERVIRLE.

En algún momento de nuestras vidas, todos enfrentamos cambios y desafíos. Cuando necesite apoyo adicional, es reconfortante saber que Programa de Asistencia a los Empleados (EAP) de Cigna está siempre disponible con solo una llamada o un clic.

Todos estos servicios son confidenciales y están disponibles sin costo adicional para usted y los convivientes del mismo hogar.

## Llámenos en cualquier momento, cualquier día.

Estamos aquí para escuchar sus inquietudes, conseguirle la información que necesite y brindarle orientación para llegar a la solución correcta.

Nuestros consultores profesionales de asistencia a los empleados con licencia están disponibles para atender consultas telefónicas relacionadas con inquietudes de todos los días o urgentes.

También podemos recomendarle una gran variedad de recursos útiles en su comunidad.

## Visite a un proveedor de la red del Programa de Asistencia a los Empleados (EAP, por sus siglas en inglés).

Dispone de 1-6 sesiones por tema por año para usted y los miembros de su hogar. Llámenos para pedirnos referencias o visítenos en línea, realice búsquedas en el directorio de proveedores y obtenga una autorización..

También se ofrecen sesiones en video que se adaptan a su ajetreada rutina. Llame para obtener información.

## Encuentre información útil en línea.

- › Acceda a herramientas interactivas y materiales educativos sobre temas relacionados con el trabajo y la vida personal.
- › Explore nuestro Conjunto de herramientas para controlar el estrés, acceda a ejercicios de concientización y descubra técnicas para mantener el estrés bajo control.

## Una oferta bien equilibrada para ayudarle a vivir una vida bien equilibrada.

Llámenos o visite para encontrar referencias y recursos para recibir servicios tales como:

**Adopción:** Infórmese más sobre sus opciones y las agencias que pueden ayudarle.

**Cuidado de niños:** Le ayudaremos a encontrar un lugar, programa o persona que sea adecuado para su familia.

**Hijos con necesidades especiales:** Déjenos ayudarle a comprender mejor y atender las necesidades únicas de su familia.

**Guía para la educación:** Le ayudaremos a tomar las mejores decisiones para su familia en lo relativo a búsqueda de universidades y mucho más.

**Referencia para servicios financieros:** Consultas financieras gratuitas de 30 minutos por teléfono y un 25% de descuento en la preparación de declaraciones de impuestos.

**Robo de identidad:** Reciba una consulta gratuita de 60 minutos con un experto por teléfono, tanto para prevenir como si fue víctima.

**Consultoría legal:** Reciba una consulta gratuita de 30 minutos con un abogado de la red y un 25% de descuento en determinados honorarios.†

**Crianza de los hijos:** Encuentre orientación sobre cualquier tema, desde el control de esfínteres hasta la rivalidad entre hermanos.

**Cuidado de mascotas:** Desde veterinarios hasta paseadores de perros, le ayudaremos a asegurarse de que sus mascotas estén bien cuidadas.

**Atención prenatal:** Encuentre orientación en todas las etapas del embarazo.

**Cuidado de personas mayores:** Entérese de soluciones relacionadas con el cuidado de los seres queridos mayores.

## Programa de Asistencia a los Empleados (EAP)

# 24/7



Contáctese con nosotros  
en cualquier momento.

Llame al

**1.866.640.2772**

Visite

**www.myCigna.com**

identificación de su  
empleador:

PCUSA



Contáctese con nosotros  
en cualquier momento.

Llame al

**1.866.640.2772**

Visite

**www.myCigna.com**

identificación de su  
empleador:

PCUSA