



MEMBER ASSISTANCE PROGRAM

Access the care and resources you need.

LIFE CAN BE HARD.

Finding quality, personalized mental health care doesn't have to be. Your Perspectives Member Assistance Program provides support, counseling and resources to address the stressors that impact your health, in and out of the workplace.

And it's provided at no cost to you.



Mental and Emotional Health

Scheduled counseling and in-the-moment support to improve your life and relationships.



Tools for Tough Times

Help with issues such as stress, depression, grief, anxiety, substance abuse, relationships, divorce, life changes, trauma, PTSD and more.



Caring for Others

Services and resources to navigate family dynamics, parenting, childcare, adoption, senior services, eldercare, military and veterans, disability care and even pet care.



Financial and Legal

Advice and tools to help with money matters and changes in your financial situation. Legal education and access to legal and financial info and forms.



Work-Life Resources

Anytime access to skill-building courses, assessments, forms, calculators, quizzes, videos, articles and more to feel your best at work, home and in your community.

MEMBER ASSISTANCE PROGRAM

Empowering your well-being and success.

Options that put you in control

- 1 Call or text 800.456.6327**
Schedule an appointment with a counselor or contact us for in-the-moment support.
- 2 Use the “Live Chat” feature**
on your Perspectives Online Portal to instant message with a counselor
7am-9pm CST Monday-Friday.
- 3 Download the Perspectives App**
Search ‘Perspectives Ltd’ in the iOS or Google Play Store. Download for free.
- 4 Log in to your WorkLife Online Portal**
for access to online resources and information. Visit perspectivesltd.com/login

Access Code _____

Password **Perspectives**

**Take care of your mental
health and well-being.**

You don't have to do it alone.

perspectivesltd.com

800.456.6327



*Easily access your
Perspectives'
services and
resources.*



Confidential assistance for you and your family 24/7

PROGRAMA DE ASISTENCIA PARA MIEMBROS

Acceda a la atención y los recursos que necesita.

LA VIDA PUEDE SER DIFÍCIL.

Pero encontrar atención médica de calidad y personalizada para su salud mental no tiene que serlo. El programa de asistencia para miembros de Perspectives le ofrece apoyo, consejería y recursos para afrontar los factores estresantes que afectan a su salud, dentro y fuera del lugar de trabajo.

Y no tiene ningún costo para usted.



Salud mental y emocional

Consejería programada y apoyo en el momento para mejorar su vida y sus relaciones.



Herramientas para los tiempos difíciles

Ayuda con problemas como el estrés, la depresión, el duelo, la ansiedad, el abuso de sustancias, las relaciones, el divorcio, los cambios en la vida, las experiencias traumatizantes, el trastorno de estrés postraumático y más.



El cuidado de otras personas

Servicios y recursos para atravesar la dinámica familiar, la crianza de los hijos, el cuidado de los niños, la adopción, los servicios para adultos mayores y el cuidado de personas de edad avanzada, de personas de las fuerzas armadas y los veteranos, de personas con discapacidades e incluso de mascotas.



Orientación económica y legal

Consejería y herramientas para ayudar con problemas de dinero y cambios en su situación económica. Educación sobre temas legales y acceso a información y formularios legales y financieros.



Recursos para equilibrar la vida y el trabajo

Acceso en cualquier momento a cursos, evaluaciones, formularios, calculadoras, cuestionarios, videos y artículos para el desarrollo de habilidades y mucho más para sentirse de la mejor manera en su trabajo, en casa y en su comunidad.

PROGRAMA DE ASISTENCIA PARA MIEMBROS

Empoderamiento del éxito y el bienestar.

Opciones para que usted tome el control

- 1 Llame o envíe un mensaje de texto al 800.456.6327**
Programa una cita con un consejero o comuníquese con nosotros si necesita apoyo en el momento.
- 2 Comuníquese mediante el "chat en vivo"**
en el portal en línea de Perspectives para intercambiar mensajes con un consejero, de lunes a viernes, de 7 a. m. a 9 p.m., hora del centro.
- 3 Descarga la aplicación Perspectives**
Busque 'Perspectives Ltd' en iOS o Google Play Store. Descargar gratis.
- 4 Inicie sesión en el portal en línea WorkLife (la vida y el trabajo)**
para acceder a información y recursos en línea. Visite perspectivesltd.com/login
Código de acceso _____
Contraseña **Perspectives**

**Ocúpese de su bienestar
y salud mental.**

Pero no necesita hacerlo solo.

perspectivesltd.com

800.456.6327



Acceda fácilmente a
los servicios y recursos
de Perspectives.



***Asistencia confidencial para usted y su familia 24/7.**