

Professional support and guidance for everyday life

Life doesn't always go as planned. And while you can't always avoid the twists and turns, you can get help to keep moving forward.

We can help you and your family, those living at home, get professional support and guidance to make life a little easier. Our Employee Assistance Program (EAP) is available to you in addition to the benefits provided with your MetLife insurance coverage. This program provides you with easy-to-use services to help with the everyday challenges of life — at no additional cost to you.



Help is always at your fingertips.

Our mobile app makes it easy for you to access and personalize educational content important to you.

Search “LifeWorks” on iTunes App Store or Google Play. Log in with the user name: **metlifeeap** and password: **eap**

Expert advice for work, life, and your well-being

The program's experienced counselors provided through LifeWorks — one of the nation's premier providers of Employee Assistance Program services — can talk to you about anything going on in your life, including:

- **Family:** Going through a divorce, caring for an elderly family member, returning to work after having a baby
- **Work:** Job relocation, building relationships with co-workers and managers, navigating through reorganization
- **Money:** Budgeting, financial guidance, retirement planning, buying or selling a home, tax issues
- **Legal Services:** Issues relating to civil, personal and family law, financial matters, real estate and estate planning
- **Identity Theft Recovery:** ID theft prevention tips and help from a financial counselor if you are victimized
- **Health:** Coping with anxiety or depression, getting the proper amount of sleep, how to kick a bad habit like smoking
- **Everyday Life:** Moving and adjusting to a new community, grieving over the loss of a loved one, military family matters, training a new pet

Convenient and confidential help when you want it, how you want it

Your program includes up to 5 in person, phone or video consultations with licensed counselors for you and your eligible household members, per issue, per calendar year. You can call **1-888-319-7819** to speak with a counselor or schedule an appointment, 24/7/365.

When you call, just select “Employee Assistance Program” when prompted. You'll immediately be connected to a counselor.

If you're simply looking for information, the program offers easy to use educational tools and resources, online and through a mobile app. There is a chat feature so you can talk with a consultant to guide you to the information you are looking for or help you schedule an appointment with a counselor.

Log on to metlifeeap.lifeworks.com, user name: **metlifeeap** and password: **eap**

Answers to important questions

Are Employee Assistance Program services confidential?

Yes. Any personal information provided to LifeWorks stays completely confidential.*

How do I get help?

Getting professional help is just a phone call away. Simply call 1-888-319-7819 to speak with a counselor or to schedule an in person, phone or video conference appointment. These services are available 24 hours a day, 7 days a week.

When is the right time to call?

That's up to you. Counselors are here whenever you need them —whether you simply need to talk or want guidance on something you are going through.

Is my Employee Assistance Program included with my MetLife coverage?

Yes. There is no cost to you because your employer pays for the services provided within our program. While we offer a broad range of services, there may be some assistance that's not included. You can still work with counselors for these services by arranging to pay for them directly.

Does the program have any limitations?

While we offer a broad range of services, we may not cover all services you may need. Your Employee Assistance Program does not provide:

- Inpatient or outpatient treatment for any medically treated illness
- Prescription drugs
- Treatment or services for intellectual disability or autism
- Counseling services beyond the number of sessions covered or requiring longer term intervention
- Services by counselors who are not LifeWorks providers
- Counseling required by law or a court, or paid for by Workers' Compensation

When you need some support,
we're here to help.



Phone

1-888-319-7819



Web

metlifeep.lifeworks.com

user name: **metlifeep**
and password: **eap**



Mobile App

user name: **metlifeep**
and password: **eap**

*MetLife and LifeWorks abide by federal and state regulations regarding duty to warn of harm to self or others. In these instances, the consultant may have a duty to intervene and report a situation to the appropriate authority.

Some restrictions may apply to all of the above-mentioned services. Please contact your employer or MetLife for details.



Metropolitan Life Insurance Company | 200 Park Avenue | New York, NY 10166

OPT2/3 L1217501378[exp0219][All States][DC,GU,MP,PR,VI] © 2017 METLIFE, INC.

Programa de Asistencia al Empleado

Apoyo y orientación profesional para la vida cotidiana

La vida no siempre sale como la planeamos. Y si bien no siempre se pueden evitar los altibajos, usted puede obtener ayuda para seguir adelante.

Nosotros podemos ayudarlo a usted y a su familia, y a todos los que viven en el hogar, para que tengan apoyo y orientación profesional para que su vida sea un poco más fácil. Nuestro Programa de Asistencia al Empleado (PEA) está a su disposición, además de los beneficios que ofrecidos con su cobertura de seguro MetLife. Este programa le brinda servicios fáciles de usar para ayudarlo con los desafíos de la vida diaria - sin costo adicional para usted.



La ayuda está siempre a su alcance.

Nuestra aplicación móvil hace que sea fácil para que usted acceda y personalice el contenido educativo que es importante para usted.

Descargue "LifeWorks" en iTunes App Store o en Google Play. Inicie sesión con el nombre de usuario: **metlifeeap** y contraseña: **eap**

Asesoría de expertos para el trabajo, la vida y su bienestar

Los asesores experimentados del programa proporcionados a través de LifeWorks — uno de los principales proveedores de la nación de servicios del Programa de Asistencia al Empleado — pueden hablar con usted sobre cualquier situación que se presente en su vida, incluyendo:

- **Familia:** Un divorcio, el cuidado de un familiar anciano, volver al trabajo después de tener un bebé
- **Trabajo:** La reubicación laboral, construir relaciones con los compañeros de trabajo y gerentes, adaptarse a una reorganización
- **Dinero:** Presupuestos, orientación financiera, planes de jubilación, comprar o vender una casa, cuestiones fiscales
- **Servicios Legales:** Las cuestiones relacionadas con el derecho civil, personal y familiar, asuntos financieros, bienes raíces y la planificación del patrimonio
- **Recuperación tras el robo de identidad:** Consejos para evitar el robo de identidad y ayuda de un asesor financiero si usted es víctima de este delito
- **Salud:** Hacer frente a la ansiedad o la depresión, dormir suficiente, cómo superar un mal hábito como fumar
- **Vida cotidiana:** Mudarse y adaptarse a una nueva comunidad, sufrir la pérdida de un ser querido, asuntos familiares-militares, entrenar a nueva mascota

Ayuda conveniente y confidencial cuando usted la requiera, cómo la requiera

Su programa incluye hasta 5 consultas en persona, por teléfono o en video con los asesores con licencia para atenderlo a usted y a los miembros elegibles del hogar, por edición, por año calendario. Puede llamar al **1-888-319-7819** para hablar con un consejero o programar una cita, 24/7/365.

Cuando llame, seleccione el "Programa de Asistencia al Empleado" cuando se le solicite. Usted inmediatamente será contactado con un consejero.

Si usted sólo está buscando información, el programa ofrece herramientas fáciles de usar y recursos educativos en línea ya través de una aplicación móvil. Hay un chat para que pueda comunicarse con un consultor que lo guiará con la información que esté buscando o lo ayudará a programar una cita con un consejero.

Ingrese a metlifeeap.lifeworks.com, Nombre de usuario: **metlifeeap** y contraseña: **eap**

Respuestas a preguntas importantes

¿Los servicios del Programa de Asistencia al Empleado son confidenciales?

Sí. Cualquier información personal proporcionada a LifeWorks es completamente confidencial*.

¿Cómo puedo obtener ayuda?

Usted puede obtener ayuda profesional con sólo una llamada telefónica. Simplemente llame al 1-888-319-7819 para hablar con un consejero o para programar una cita en persona, por teléfono o vídeo. Estos servicios están disponibles las 24 horas del día, 7 días a la semana.

¿Cuándo es el momento adecuado para llamar?

Eso depende de usted. Los consejeros estarán aquí siempre que los necesite —ya sea sólo quiera hablar o si desea orientación sobre algo que le esté sucediendo.

¿Mi Programa de Asistencia al Empleado está incluido con mi cobertura MetLife?

Sí. No hay ningún costo para usted debido a que su empleador paga por los servicios prestados dentro de nuestro programa. Mientras que ofrecemos una amplia gama de servicios, puede haber algún tipo de asistencia que no esté incluida. Aún así usted puede trabajar con los asesores para obtener estos servicios que usted pagará directamente.

¿El programa tiene alguna limitación?

Mientras que ofrecemos una amplia gama de servicios, es posible que no podamos cubrir todos los servicios que necesite. Su Programa de Asistencia del Empleado no proporciona:

- Tratamiento para un paciente interno o externo con cualquier enfermedad que sea médicamente tratada
- Medicamentos con receta
- Tratamiento o servicios para discapacidades intelectuales o autismo
- Servicios de asesoría que rebasen el número de sesiones cubiertas o que requieran una intervención a largo plazo
- Servicios por asesores que no sean proveedores de LifeWorks
- Asesoría requerida por la ley o por un tribunal, o pagada por medio de la Compensación del Empleado

Quando necesite apoyo,
estaremos aquí ayudarlo.



Teléfono

1-888-319-7819



Web

metlifeeap.lifeworks.com

nombre de usuario:

metlifeeap y

contraseña: eap



Aplicación móvil

nombre de usuario:

metlifeeap y

* MetLife y LifeWorks cumplen con las regulaciones federales y estatales con respecto a la obligación de advertir un daño a sí mismo o a terceros. En estos casos, el asesor puede tener la obligación de intervenir e informar de una situación a la autoridad correspondiente.

Algunas restricciones pueden aplicarse a todos los servicios antes mencionados. Por favor, póngase en contacto con su empleador o MetLife para más detalles.