

First Choice Health™

Healthy Employees. Healthy Companies.™

**Programang Tulong
para sa Empleyado**
(Employee Assistance Program - EAP)



www.FirstChoiceEAP.com
(800) 777-4114

Ano ang EAP?

Ang First Choice Health ay nagkakaloob ng Programang Tulong para sa Empleyado (Employee Assistance Program - EAP), para sa iyo at sa iyong pamilya. Ang mga serbisyo ng EAP ay libre, madaling maintidihan/isagawa/puntahan, at kumpidensiyal. Kasama sa nasasakupan ng EAP ang isang asawa o isang ka-live in, at ang mga karapat-dapat na mga anak na umaasa sa kanila.

Kabilang sa EAP ang mga sesyon kung saan nagkakaroon ng mga pagtatasa at pagpapayo, kasama ang isang lisensiyadong dalubhasa sa kalusugan ng pag-iisip (licensed mental health professional), bilang pagtugon sa iba't ibang mga alalahaning may kaugnayan sa emosyon o damdamin, sa asal o pag-uugali, sa pamilya, sa mga ka-relasyon, at sa mga bagay-bagay na may kinalaman sa pagkalulong sa kemikal.

- Pagod (stress) at pagkabagabag (anxiousness)
- Mga palatandaan ng labis na kalungkutan o panlulumo (depression)
- Mga Mag-asawa/Mag-partner, Mga Ka-relasyon
- Wastong kilos/gawi ng pagiging magulang at mga alalahaning may kaugnayan sa pamilya
- Pagbibinata/Pagdadalaga
- Pagsangguni ukol sa mga bagay-bagay na may kaugnayan sa batas o sa pera
- Mga problemang may kaugnayan sa alak/droga
- Tagapamagitan pang-personal/pam-pamilya
- Komunikasyon
- Pagbabago ng, at mga pagkakaiba sa, pamumuhay
- Pagkontrol sa bugso ng damdamin
- Pangangasiwa ng Krisis
- Mga suliraning may kaugnayan sa pagtulog
- Pagdadalamhati at ukol sa pagpanaw
- Alitan sa trabaho
- Suliraning kaugnay ng pagsusugal
- Konsultasyon para sa bata o matatanda

Pagtatasa at Pagtuturo o Referral

Sa pagtatasa at pagtuturo o referral, nangangahulugan na may isang tagapayo o counselor na makikipagtulungan sa iyo upang madetermina ang iyong mga alalahanin, at para gumawa ng mga nararapat na gawin upang mabigyan ng solusyon ang mga isyung nakapaloob sa mga naririyang nang pagbisita para sa EAP. Ang tagapayo ay magbibigay din ng mga rekomendasyon tungkol sa halaga ng iyong paggagamot, pagkatapos ng pagtatasa ng EAP, bilang pagtugon sa iyong kalagayan o sitwasyon.

Matatawagan mo ang EAP sa loob ng 24 na oras kada araw, 7 araw kada linggo. Kapag tumawag ka, sasalubungin ka ng boses ng isang propesyunal sa ganitong serbisyo para sa kustomer, na handang tumugon sa iyong mga tanong, mga pangangailangan at mga kagustuhan, at mayroon ding isang tagapayong pang-kalusugan na palaging naroroon upang makipag-usap sa iyo o sa miyembro ng iyong pamilya.

Malapit lamang sa iyong lugar o madaling marating mula sa iyong pinagtatrabahuhan, ang mga nagkakaloob ng pagtatasa o assessment providers ng aming network ay mga lisensiyadong tagapayo sa kalusugan ng pag-iisip (licensed mental health counselors), mga psychologist, mga manggagawa sa klinika at social worker, mga tumutulong sa mga bagay-bagay na may kaugnayan sa kasal at sa pamilya, at mga dalubhasang para sa mga nalulong sa kemikal

Mga Kumpidensiyal na Serbisyo

Ang mga serbisyo ng EAP ay kumpidensiyal at tumutulong ang ito na matukoy mo ang mga problema, mabigyan ng solusyon ang mga distraksyon o mga nakakasagabal, malampasan ang mga kahirapan, makagawa ng mga pagbabago, at makalikha ng mga bagong kasanayan. Kung wala kang ginawang kahilingan at wala kang pirmadong pahintulot, ang impormasyon tungkol sa iyo na hawak ng EPA ay hindi kahit kailan isisiwalat, maliban na lamang kung kailanganin ito ng batas ng estado o ng batas sa iyong lugar.

Programang Tulong para sa Empleyado
(Employee Assistance Program)

One Union Square
600 University Street, Suite 1400
Seattle, WA 98101
(800) 777-4114
www.FirstChoiceEAP.com



Mga Serbisyon ng Online ng EAP

Sa www.FirstChoiceEAP.com, mapapanood mo ang Oryentasyon (Orientation) o Makakapag-iskedyul ka ng Pakikipagkita o Appointment. Sa aming mga Screening Tools, natatasa kung ang isang tao ba ay vulnerable sa pagod (stress) pagkabagabag (anxiety) o labis na kalungkutan o panlulumo (depression). Magagamit mo ang Komperensiyang Online (Online Conference) para masangguni ang isang lisensiyadong dalubhasa sa kalusugan ng pag-iisip (licensed mental health professional) o maaari mo ring balik-aralin ang mga nakalathala sa mga naipon naming lathalain (Newsletter archive).

Kabilang sa nasa menu na maaari mong gawing mag-isa (self serve menu), ng Mga Mapapagkunan ng Para sa Trabaho/Buhay (Work/Life Resources) ang mga paksang sumasakop sa pamumuhay, mula sa pagka-sanggol (infancy) hanggang sa pagdadalaga o pagbibinata (adolescence) hanggang sa pagsapit sa hustong gulang (adulthood), hanggang sa pagtanda (senior) – at ang lahat-lahat nang mga pangyayaring nakapamagitan sa mga panahong ito. Sa website, ng EAP, i-klik lamang ang buton para sa Mga Mapagkukunan nang para sa Trabaho/Buhay (Work/Life Resources).

Mga Mapapagkunan nang para sa Trabaho at Buhay

(Work Life Resources)

USERNAME: firstchoice

PASSWORD: health2005