

Rede de Apoio dos Trabalhadores

Programa de Assistência a Membros (PAM)

A vida apresenta-nos diariamente desafios no trabalho e em casa. Não tem de enfrentar esses desafios sozinho, estamos aqui para ajudar.

Os benefícios do PAM estão disponíveis para membros elegíveis e seus dependentes SEM CUSTOS. O PAM oferece aconselhamento confidencial, apoio e soluções práticas para problemas da vida real. Pode aceder a estes serviços confidenciais, ligando para o número gratuito e falando com a nossa equipa de apoio. **A ajuda está apenas a uma chamada de distância.**

Serviços para Colaboradores e Famílias

Aconselhamento confidencial

Até **8** sessões de aconselhamento telefónico por ano sobre questões de relações e família, stress, ansiedade e outros desafios frequentes.

Recursos trabalho/vida

O PAM não se destina apenas a problemas de abuso de álcool ou substâncias, pode ajudar em questões do dia-a-dia. Temos recursos para ajudar em questões de adoção, cuidados a crianças/idosos, reparações domésticas, serviços de mudanças/relocalizações, pet sitting/canil, tutores e muito mais!

Terapia em consultas externas, Tratamento assistido por medicação e Elevados níveis de cuidado

Podemos ajudá-lo(a) a encontrar o nível de cuidados mais adequado em centros da rede, permitindo-lhe poupar dinheiro.

Portal de Apoio aos Trabalhadores

Pesquise na biblioteca de saúde artigos sobre bem-estar emocional, saúde física e fitness, questões financeiras e jurídicas, e muito mais. Descubra o centro de formação para o(a) ajudar a construir competências para crescimento pessoal e profissional.



Rede de Apoio aos
TRABALHADORES

Estamos aqui para ajudar 24/7

Telefone: 1-800-522-6763

Consulte: hmc.personaladvantage.com

CÓDIGO DE ACESSO: MALAB