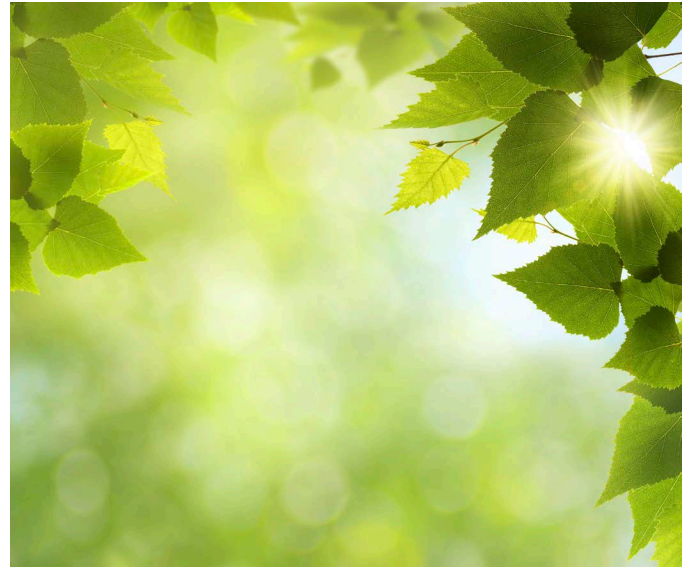


# Осигуряване на консултация и насоки, помагачи за успеха Ви на работа и в дома.



## Какво представлява програмата за подпомагане на служителите?

Програмата за подпомагане на служителите (ППС) е доброволна и изцяло поверителна услуга, предоставяна на служителите и съответните членове на семействата им с цел да им помогне да се справят с житейските предизвикателства. ППС е ценен ресурс, който може да помогне да се установят и разрешат всякакви трудности на работното място, в семейството, социални и икономически проблеми и такива, свързани с психичното здраве. Нашата ППС може да има положително въздействие върху работната среда и благосъстоянието на служителите и семействата им.

## Условия за участие, цена и поверителност

Участието в ППС е безплатно и се предлага на служителите и съответните членове на семействата им. Услугите и условията за участие може леко да се различават на различните местоположения. Повече подробности можете да научите от своя пряк ръководител или от представител на отдела по човешки ресурси. Независимо дали се свързвате с ППС сами, или програмата Ви бъде препоръчана от прекия Ви ръководител, всички услуги са напълно поверителни и безплатни.

## Как помага ППС

Повечето от нас дават всичко от себе си, за да помагат на своите близки, приятели, съседы или религиозни лидери. В наши дни много често се случва да разговаряме с обучени специалисти, които да помогнат за разрешаването на лични проблеми. Когато се налага допълнителна помощ, тя може да струва скъпо и да е трудно да се намери.

ППС се предоставя от специалисти, които са обучени да преценяват и да ни помагат да разрешим разнообразни лични и професионални проблеми. Когато са необходими допълнителни услуги, те ни насочват към подходящите ресурси. Достъпът до услугите е много лесен. Трябва само да се обадите на местното лице за контакт за програмата за подпомагане на служителите, да уговорите среща и да разговаряте с някой от специалистите по телефона или да се срещнете лично с него.



# ПРОГРАМА ЗА ПОДПОМАГАНЕ НА СЛУЖИТЕЛИ



## Услуги

Наличността на някои от услугите по ППС варира в различните местоположения. Като цяло услуги по ППС може да са налични по телефона, чрез директен контакт или онлайн за много от важните житейски ситуации, включително:

### Семейни проблеми

- Отговори на финансови въпроси и проблеми
- Юридически въпроси
- Въпроси за децата
- Помощ при взаимоотношенията
- Помощ за справяне с болест или възрастен родител
- Баланс между личния и служебния живот
- Стрес в личния живот

### Служебни проблеми

- Отговори на въпроси, свързани с работата
- Адаптиране към промени
- Управление на конфликти
- Взаимоотношения и комуникация на работното място
- Насоки за кариерата – вземане на най-доброто решение
- Справяне със стреса на работното място

### Лични проблеми

- Управление на стреса
- Справяне с гнева
- Грижи за себе си
- Съвети при ниско самочувствие или депресия
- Отговори на въпроси, свързани с психичното здраве
- Отговори на въпроси, свързани с тютюн или алкохол
- Справяне с проблеми/трудности на средната възраст

## България

Номер за достъп

**00800-120-1132**

[workhealthlife.com/global](http://workhealthlife.com/global)

