

# Connect Care

## Bienestar en el Lugar de Trabajo

BY DR. ROGER HABER

El bienestar en el lugar de trabajo es sin duda un énfasis bienvenido en la cultura del mercado durante estos días.

El CDC Centro de Recursos de Salud en el Lugar de Trabajo, en su tarjeta de salud del lugar de trabajo afirma: "El bienestar es la capacidad de las personas para afrontar el estrés normal, trabajar productivamente y alcanzar su máximo potencial".

Esta es exactamente la razón por la que tu empresa te ha proporcionado un capellán para ti, tus compañeros de trabajo y también para tus familiares.

Tu capellán está ahí para ti y tu familia. Recuerda, esto es voluntario. Todo lo que compartas con tu capellán es confidencial (a menos que vayas a lastimarte a ti mismo o a otra persona). Ya sea que tu o alguien de tu familia necesite una visita al hospital, atención de duelo o simplemente un oído atento, tu capellán está a tu disposición las 24 horas del día, los 7 días de la semana. Si tienes familiares en otras partes del continente, también podemos brindarte atención. Simplemente infórmeselo a tu capellán y tu capellán se encargará de satisfacer las necesidades de tu familiar.

Entonces, como puedes ver, el bienestar en el lugar de trabajo es un beneficio para ti, tu familia, tus compañeros de trabajo y tu empresa: un beneficio mutuo para todos.

Tu capellán también está familiarizado con otras disposiciones de bienestar en el lugar de trabajo que tu empresa te ofrece.



**“CUIDA TU CUERPO,  
ES EL ÚNICO LUGAR  
QUE TIENES PARA  
VIVIR.”**

---

**JIM ROHN**

---



Te animamos para que cada mes te conectes con tu capellán. Podrías considerar conectarte con el líder de tu empresa o el director de recursos humanos este mes y agradecerle por brindarte atención con tu capellán para crear una “cultura de bienestar”.

Los estudios continúan demostrando que la salud mental juega un papel fundamental para el éxito en el trabajo. En 2020, el 30% de los estadounidenses mostraron síntomas de ansiedad, depresión o ambas. Y sólo el 20% de los empleados sintió que sus necesidades estaban satisfechas.

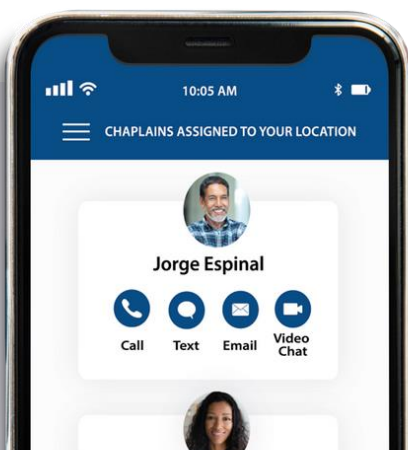
Si tienes dificultades en estas áreas, habla con tu capellán. Nadie necesita cargar con este tipo de situaciones por sí solo. Tu capellán está familiarizado con recursos que podrían resultarte útiles y beneficiosos.

Según la Sociedad para la Gestión de Recursos Humanos, muchas empresas con programas de bienestar afirman que menos del 10% de los empleados utilizan sus beneficios.

Tu empresa te brinda la atención del capellán como parte de su deseo de velar por tu bienestar. Muchos líderes de empresas están pasando beneficio “bueno de tener” a convertirse en un beneficio esencial.

Tu capellán es parte integral de la preocupación de tu empresa por tu bienestar. ¿Ya te has conectado con tu capellán? Si aún no has descargado la aplicación MyChap, por favor ve las instrucciones en la parte de abajo. Luego, te recomendamos que utilices la aplicación para enviar mensajes de texto, llamar o enviar correos electrónicos a tu capellán hoy. Puedes compartir una alegría o una lucha o simplemente hacerle saber algo sobre ti o tu familia.

**¿Has descargado la aplicación MyChap? ¿Por qué no lo haces ahora mismo y le dices a tu capellán como te gustaría conectarte? Puedes llamar, enviar mensajes de texto, enviar un correo electrónico o chatear por video.**



24/7 acceso a su equipo de cuidado personal a través de la aplicación MyChap

\* gratis en su tienda de aplicaciones



## Cómo Funciona



Ingrese el ID de ubicación de su empresa  
ID:  
**121776**



Seleccione un capellán para llamarle, enviarle un mensaje de texto, un correo electrónico o una video llamada directamente desde la aplicación.



Buscar recursos adicionales

# Connect Care

## Well-Being in the Workplace

BY DR. ROGER HABER

Well-being in the workplace is certainly a welcome emphasis in the culture of the marketplace during these days.

The CDC Workplace Health Resource Center, in their work site health card states, "Well-being is the ability of individuals to address normal stresses, work productively, and realize one's highest potential."

This is exactly why your company has provided a chaplain for you, your co-workers, and your family members as well.

Your chaplain is there for you and your family. Remember, this is voluntary. Everything you share with your chaplain is confidential (unless you are going to harm yourself, or someone else). Whether you or someone in your family needs a hospital visit, grief care, or simply a listening ear, your chaplain is there for you—24/7. If you have family members in other parts of the continent, we can provide care for them as well. Just let your chaplain know and your chaplain will see to meeting the needs of your family member.

So, as you can see, well-being in the workplace is both a benefit to you, your family, your co-workers, and your company—a win/win for everyone.

Your chaplain is also familiar with other workplace wellness provisions your company provides for you.



**“TAKE CARE  
OF YOUR  
BODY, IT’S  
THE ONLY  
PLACE YOU  
HAVE TO  
LIVE.”**

---

**JIM ROHN**

---



Every month we encourage you to connect with your chaplain. You might consider connecting with your company leader or HR director this month and thank him or her for providing chaplain care for you in order to create a "culture of well-being."

Studies continue to show that mental health plays a critical role for success at work. In 2020, 30% of Americans showed symptoms of anxiety, depression, or both. And only 20% of employees felt their needs were met.

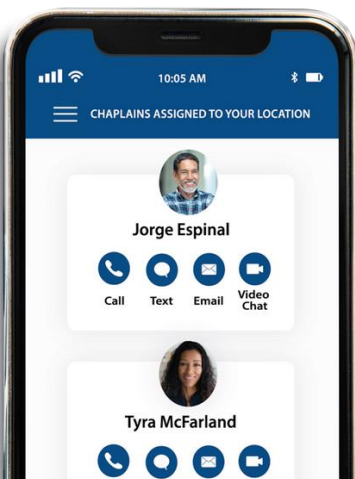
If you are struggling in these areas, please speak with your chaplain. No one needs to shoulder these kind of burdens by himself or herself. Your chaplain is familiar with resources that might be helpful and beneficial to you.

According to the Society for Human Resource Management, many companies with wellness programs say that less than 10% of employees use their benefits.

Your company is providing you with chaplain care as part of their desire to see to your well-being. Many company leaders are moving from this being a "nice-to-have" benefit to an essential benefit.

Your chaplain is an integral part of your company's concern for your well-being. Have you connected with your chaplain yet? If you haven't downloaded the MyChap app yet, please look at the instructions below. Then, we encourage you to use the app to text, call, or email your chaplain today. You can share a joy or a struggle or simply let him or her know something about yourself or your family.

**Have you downloaded the MyChap App?  
Why not do that right now, and let your chaplain know how you'd like to connect?  
You can call, text, email, or video chat.**



## 24/7 access to your Chaplain Team via MyChap App

\*free in your app store



## How It Works



Enter your company's  
Location ID:

**121776**



Select a Chaplain to call, text,  
email, or video chat directly  
from the app.



Browse additional resources