

Welcome to Your New EAP Benefit

Dear Members of the Cement Masons – Employers Health, Welfare & Vacation Trust

The following notice applies to all Members and Retirees covered under the Health Plan

Effective January 1, 2023 the Trustees are pleased to announce that Canopy Wellbeing has been selected to provide our Employee (member) Assistance Program (EAP) services. Canopy is a national private EAP provider that has been providing EAP services since 1978 and has a proven record for providing the highest quality services possible.

In today's complicated and challenging world, it's not unusual for people to encounter difficulties with finances, stress, substance misuse, family or marital relationships, or their own emotions. We recognize that these difficulties can adversely affect job performance and the overall quality of life. To address more effectively these and other concerns, we have provided our members and their families an EAP.

The EAP provides free, confidential, and professional assistance, including assessment, problem solving, and referral for a wide variety of personal or family concerns. Services include **five (5)** confidential face-to-face counseling sessions, legal consultations, simple wills, financial coaching, child and eldercare resource retrieval services, identity theft services, and more.

A key factor in the program is confidentiality. Records of member visits and the reasons for those visits are maintained solely by Canopy Wellbeing. Your employer will not have access to such records.

For additional information, and to access services, go to: canopywell.com, click "Member Log in" and Register as a new user. Then, create your own account and use **Cement Masons** in the "Company Name" field.

Our lives can be significantly enhanced if we seek prompt help in dealing with problems relating to family, stress, substance misuse, anxiety, and depression. We hope that you will give Canopy a chance to assist you and your family members with any life problems – large or small.

call: 800-433-2320 text: 503-850-7721 visit: canopywell.com



Bienvenido a su nuevo Beneficio EAP

Estimados miembros de la Cement Masons – Employers Health, Welfare & Vacation Trust

El siguiente aviso se aplica a todos los Miembros y Jubilados cubiertos por el Plan de Salud

A partir del 1 de enero de 2023, los fideicomisarios se complacen en anunciar que Canopy Wellbeing ha sido seleccionado para brindar nuestros servicios del Programa de asistencia para empleados miembros (EAP). Canopy es un proveedor privado nacional de EAP que ha estado proporcionando servicios de EAP desde 1978 y tiene un historial comprobado de proporcionar servicios de la más alta calidad posible.

En el mundo complicado y desafiante de hoy, no es inusual que las personas encuentren dificultades con las finanzas, el estrés, el abuso de sustancias, las relaciones familiares o matrimoniales, o sus propias emociones. Reconocemos que estas dificultades pueden afectar negativamente el desempeño laboral y la calidad de vida en general. Para abordar de manera más efectiva estas y otras preocupaciones, hemos proporcionado a nuestros miembros y sus familias un EAP.

El EAP proporciona asistencia gratuita, confidencial y profesional, que incluye evaluación, resolución de problemas y referencia para una amplia variedad de preocupaciones personales o familiares. Los servicios incluyen **cinco (5)** sesiones confidenciales de asesoramiento cara a cara, consultas legales, testamentos simples, entrenamiento financiero, servicios de recuperación de recursos para niños y ancianos, servicios de robo de identidad y más.

Un factor clave en el programa es la confidencialidad. Los registros de las visitas de los empleados y las razones de esas visitas son mantenidos únicamente por Canopy Wellbeing. Su empleador no tendrá acceso a dichos registros.

Para obtener información adicional y acceder a los servicios, vaya a: canopywell.com, haga clic en "Iniciar sesión de miembro" y Regístrese como nuevo usuario. Luego, crea el tuyo propio cuenta y usa **Cement Masons** en el campo "'Nombre de la empresa'".

Nuestras vidas pueden mejorar significativamente si buscamos ayuda inmediata para enfrentar los problemas relacionados con la familia, el estrés, el abuso de sustancias, la ansiedad y la depresión. Esperamos que le dé a Canopy la oportunidad de ayudarlo a usted y a los miembros de su familia con cualquier problema de la vida, ya sea grande o pequeño.

llame al: 800-433-2320 texto: 503-850-7721 visita: canopywell.com



Resources for Life

Legal / Mediation

A free 30-minute consultation with an attorney or mediator. A 25% discount is available thereafter.

Financial Coaching

Unlimited access to reach your financial goals.

Identity Theft Services

Consultation with a Fraud Resolution Specialist™ (FRS).

Home Ownership Program

Assistance and discounts for buying, selling, and refinancing a home.

Resource Retrieval

EAP Specialists will do the research and get back to you within three business days.

Childcare & Eldercare

Canopy will locate caregiving options and resources based on your family's specifications, budget, and location.



SCAN ME

call:

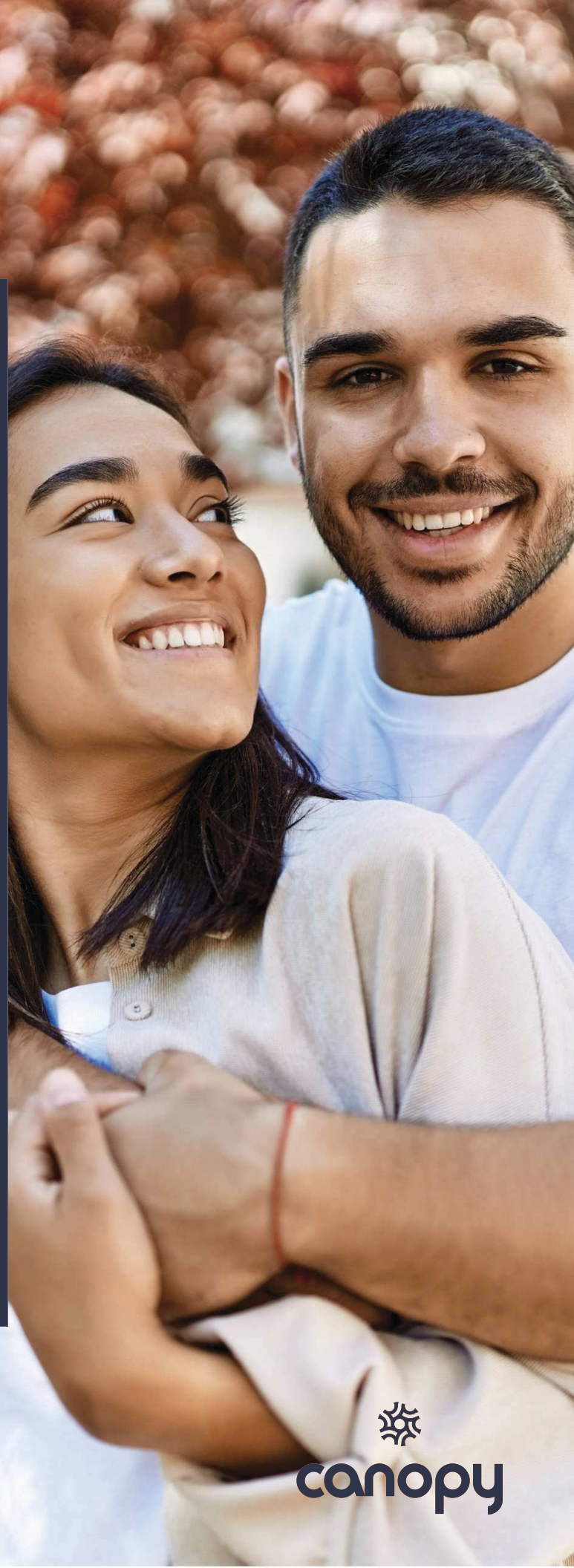
800-433-2320

email:

info@canopywell.com

visit:

my.canopywell.com



canopy

Recursos para la vida

Legales/Mediación

Una consulta gratuita de 30 minutos con un abogado o mediador. Después tiene disponible un descuento del 25%.

Asesoría financiera

Acceso ilimitado para alcanzar sus metas financieras.

Servicios para robo de identidad

Consulta con un especialista en resolución de fraudes.

Propiedad y ayuda a la vivienda

Asistencia y descuentos para comprar, vender y refinanciar una vivienda.

Recuperación de recursos

Los especialistas del EAP harán la investigación y le darán respuesta en tres días hábiles.

Cuidado de niños y adultos mayores

Canopy encontrará opciones y recursos de cuidado, basados en las especificaciones, el presupuesto y la ubicación de su familia.



Escanéame

llama al:

800-433-2320

manda un texto:

503-850-7721

visite:

my.canopywell.com



canopy



EAP Summary of Services

A benefit for you and your family members provided by Cement Masons - Employers Health, Welfare and Vacation Trust

The Employee Assistance Program (EAP) is a **FREE** and **CONFIDENTIAL** benefit that can assist you and your eligible family members with any personal problems, large or small.

Counseling with an EAP Professional

Five (5) counseling sessions face to face, over the phone, or virtually for concerns such as:

- Relationship conflict
- Stress management
- Alcohol or drug abuse
- Conflict at work
- Family relationships
- Grieving a loss
- Depression
- Anxiety
- Professional development

Resources for Life

Canopy will help locate resources and information related to childcare, eldercare, caregiving, and anything else you may need.

Legal Consultations/Mediation

Contact Canopy for a free thirty-minute office or telephone consultation. A 25% discount from the attorney's/mediator's normal hourly rate is available thereafter.

Financial Coaching

Coaches will provide unlimited financial coaching to help develop better spending habits, reduce debt, improve credit, increase savings, and plan for retirement.

Identity Theft

Up to 60-minute free consultation with a Fraud Resolution Specialist™ (FRS) who will conduct emergency response activities and assist with restoring their identity, good credit, and dispute fraudulent debts.

Home Ownership and Housing Support

Assistance and discounts for buying, selling, and refinancing. Resource retrieval for housing assistance.

Coaching

Five (5) phone or video sessions with a Coach to support goal setting, healthy habits, and personal development.

Pet Parent Resources

Free pet information and support, including pet insurance discounts, new pet parent resources, and bereavement support.

Wellbeing Tools

- Fertility health support
- Will kit questionnaire
- Online legal tools
- Gym membership discounts

Member Site

Innovative educational tools, chat for support, take self-assessments, view videos and webinars, access courses, download documents and more. Access at my.canopywell.com, and register as a new user or log-in. Enter **Cement Masons** for company name when you register.

Crisis Counselors are available by phone **24/7/365**

call: 800-433-2320

text: 503-850-7721

email: info@canopywell.com



canopy

Canopy is committed to creating a safe, inclusive,
and equitable society for all.



EAP Resumen de Servicios

Una red de Beneficios Para Usted y su Familia por Cement Masons - Employers Health, Welfare and Vacation Trust

El programa de ayuda al empleado (EAP) es un beneficio **GRATIS** y **CONFIDENCIAL** que puede ayudarle a usted y a sus familiares elegibles con cualquier problema personal, grande o pequeño.

Consejería psicológica con un profesional de EAP

Cinco (5) sesiones de consejería cara a cara, por teléfono, o virtualmente para inquietudes como:

- Conflicto relacional
- Conflictos en el trabajo
- Depresión
- Manejo del estrés
- Relaciones de familia
- Ansiedad
- Problemas de abuso de alcohol o de drogas
- Adaptación cuando hay pérdida de familiares
- Desarrollo profesional

Recursos para la vida

Canopy te ayudará a localizar recursos e información relacionados con el cuidado de niños y ancianos, ser cuidador, y cualquier otra cosa que puedas necesitar.

Legal / Mediación

Comunícate con Canopy para obtener una consulta gratuita de treinta minutos por teléfono o en persona. A partir de ese momento, se aplicará un descuento del 25% sobre la tarifa horaria habitual del abogado/mediador.

Asesoramiento Financiero

Asesores brindarán consejería financiera ilimitada para ayudar a desarrollar mejores hábitos de gasto, reducir deudas, mejorar su crédito, aumentar sus ahorros y planificar su jubilación.

Servicios Para Víctimas de Robo de Identidad

Consulta gratuita de hasta 60 minutos con un especialista en resolución de fraudes (FRS) altamente capacitado que llevará a cabo actividades de respuesta de emergencia y ayudará a restablecer tu identidad, buen crédito, y disputar las deudas fraudulentas.

Propiedad y ayuda a la vivienda

Asistencia y descuentos para comprar, vender y refinanciar. Recopilación de recursos para la ayuda a la vivienda.

Coaching

Accede a Cinco (5) sesiones telefónicas o de vídeo con un coach para apoyar el establecimiento de objetivos, hábitos saludables y desarrollo personal.

Recursos para padres de mascotas

Apoyo e información gratuita sobre mascotas, incluyendo descuentos en seguros de mascotas, recursos para nuevos padres de mascotas y apoyo en caso de duelo.

Herramientas para el bienestar

- Apoyo para la salud de la fertilidad
- Kit de preparación para un testamento
- Herramientas legales en línea
- Descuentos de Membrecía para el Gimnasio

Sitio de miembros de EAP

Herramientas educativas innovadoras, chat para obtener ayuda, realizar autoevaluaciones, ver videos y seminarios web, acceder a cursos, descargar documentos y más. Para acceder vaya a www.my.canopywell.com, regístrese como nuevo usuario o inicie la sesión. Ingrese **Cement Masons** para el nombre de la compañía cuando se registre.

Consejeros de crisis están disponibles las
24 horas 7 días por semana, 365 días al año

llame: 800-433-2320

texto: 503-850-7721

correo electrónico: info@canopywell.com

Canopy se compromete a crear una sociedad
segura, inclusiva y equitativa para todos.



Want to boost your mental health?

Canopy offers free and confidential coaching, counseling, education, and resources for life to help you feel better and move forward.



SCAN ME

Get started today

my.canopywell.com 800-433-2320
info@canopywell.com. Register as a new user by entering "Cement Masons" in the company field.



¿Quieres aumentar tu salud mental?

Canopy ofrece coaching gratuito y confidencial, consejería de la salud mental, educación y recursos para la vida que te ayudarán a sentirte mejor y a seguir adelante.



Escanéame

Empieza hoy mismo

my.canopywell.com 800-433-2320

info@canopywell.com. Regístrese como nuevo usuario ingresando "Albañiles de Cemento" en el campo de empresa.



Housing Support



Canopy offers diverse and inclusive resources:

Financial Coaching

Education, budgeting, savings, and improving credit scores

Legal

Assistance in the purchase or sale of a home, landlord/tenant concerns such as evictions, security deposit, and more

Renter Resource Retrieval Locating

temporary, emergency, or long-term rental housing, resources for housing assistance, and rental property alert notifications

Home Ownership Program

Credit counseling, down payment resources, education and discounts on buying, selling and refinancing a home

call: 800-433-2320 text: 503-850-7721 my.canopywell.com
At my.canopywell.com enter "Cement Masons" in the company name field



Apoyo a la vivienda



Canopy ofrece recursos diversos e inclusivos:

Asesoramiento financiero

Educación, presupuestación, ahorros y mejora de los puntajes de crédito

Servicio legal

Asistencia en la compra o venta de una casa, inquietudes de propietarios/inquilinos como los desalojos, depósito de seguridad y más

Búsqueda de recursos para inquilinos

Localización de viviendas de alquiler temporales, de emergencia o a largo plazo. Recursos para la asistencia de vivienda y notificaciones de alerta de propiedades de alquiler

Programa de asistencia al dueño de hogar

Consejería de crédito, recursos de pago inicial, educación y descuentos en la compra, venta y refinanciamiento de una vivienda



canopy

llama al: 800-433-2320 manda un texto: 503-850-7721 my.canopywell.com

Canopy Quick Reference Guide

It's easy for you and your family to use free and confidential coaching, counseling, financial, legal, life, discounts, and self-help resources

1

Convenient Connection

Phone, text, email, or virtual care navigation with a mental health expert

2

Personalized Care Plan

We'll guide you to the appropriate resources based on your unique needs and preferences

3

Fast Access

Benefit from quick connection with resources and providers

Utilize Your Member Site:

Get guided support to the services that best meet your needs, or browse all of the available resources.

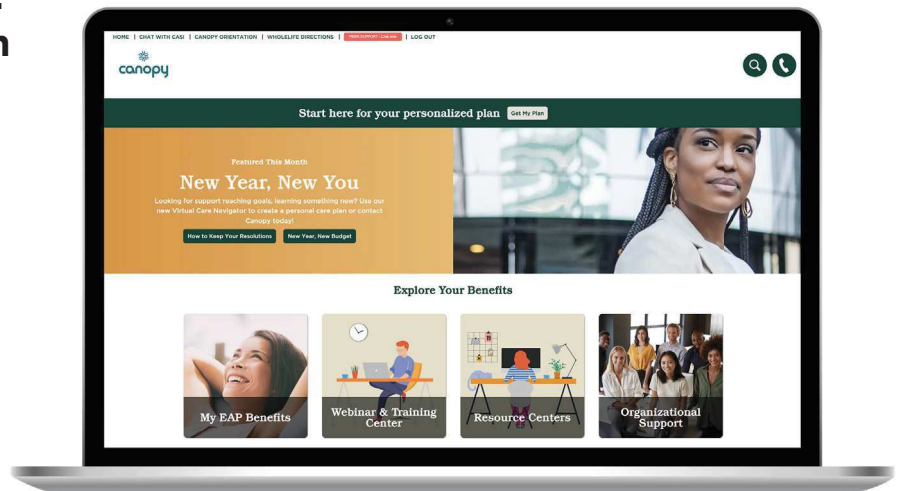
Log in at: my.canopywell.com

Get Started Now:

call: 800-433-2320

text: 503-850-7721

visit: my.canopywell.com



Guía de referencia rápida de Canopy

Es fácil para ti y tu familia utilizar recursos gratuitos y confidenciales de coaching, consejería, financieros, jurídicos, de vida, descuentos y autoayuda

1

Conexión práctica

Asistencia telefónica, por texto, correo electrónico o virtual con un experto de la salud mental

2

Plan de cuidado personalizado

Te guiaremos hacia los recursos adecuados según tus necesidades y preferencias.

3

Acceso rápido

Benefíciate de una conexión rápida con recursos y proveedores

Utilice a su sitio para miembros:

Obtén ayuda guiada hacia los servicios que mejor se adapten a tus necesidades, o explora todos los recursos disponibles.

Inicia una sesión:
my.canopywell.com

Empieza ahora mismo:

llama al: 800-433-2320
manda un texto: 503-850-7721
visite: my.canopywell.com

