Vous trouverez ci-dessous une proposition de texte à publier sur vos réseaux sociaux (options d’images en pièces jointes) pour promouvoir le thème de la santé et du bien-être de ce mois-ci « Gérer le stress » auprès de vos membres. N'hésitez pas à partager sur vos plateformes de communication internes et sur vos propres comptes LinkedIn, le cas échéant.

   

* Le 7 avril est la Journée mondiale de la santé. Consultez ces conseils de développement personnel pour gérer le stress et protéger votre santé et votre bien-être. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing #worldhealthday
* Le stress fait naturellement partie de la vie, mais vous pouvez mieux contrôler l'impact qu'il a sur votre vie. Cet article propose des approches pratiques pour vous soulager un peu de la pression. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing #worldhealthday
* Vous cherchez un moyen amusant de réduire le stress ? Rendez votre propre récréation sensorielle amusante ! Voici une recette simple de pâte à modeler, utilisant des ingrédients courants [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing #worldhealthday
* C'est un fait : les animaux de compagnie peuvent améliorer votre vie. Découvrez comment et comment déterminer si l’acquisition d’un animal de compagnie vous convient. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing #worldhealthday

**Comment publier sur LinkedIn** :

* Ouvrez votre compte LinkedIn.
* Sélectionnez le texte que vous préférez (y compris le lien) ci-dessus. Faites un copier-coller.
* Choisissez l’image que vous préférez et ajoutez-la à votre publication (enregistrez l'image sur votre dispositif, sélectionnez « ajouter une photo » avant l'étape suivante).
* Cliquez sur « Publier ».