**Salute mentale giovanile**

La vita porta molte sfide. Questo mese ci concentreremo su come aiutare i ragazzi a sviluppare nella propria vita un senso di resilienza, gestire le transizioni più significative e rispondere a eventi di vita traumatici.

|  |
| --- |
| **Tra gli strumenti di coinvolgimento del mese troverai:**  **Articolo in evidenza** su come aiutare i bambini ad affrontare gli eventi traumatici  **Articolo in evidenza** con i passaggi da seguire per agevolare le transizioni nei ragazzi  **Consigli per i caregiver** su come aiutare in modo sano i giovani a navigare negli spazi digitali  **Consigli per gli adolescenti** che si preparano a vivere da soli  **Foglio di lavoro interattivo** che offre modi per celebrare e promuovere la salute mentale giovanile  **Guida rapida** sull'ansia sociale  **Link** per far accedere facilmente i membri al portale dei vantaggi  **Corso di formazione per i membri** “Essere genitori in un mondo in continua evoluzione”  **Risorse per la formazione dei manager**, tra cui “Leader che supportano i dipendenti con figli” |

[Visualizza gli strumenti di lavoro](http://optumwellbeing.com/newthismonth/it-IT)

**Cosa aspettarsi ogni mese:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Ultimi argomenti**: connettiti per accedere a contenuti aggiornati ogni mese su un nuovo argomento. |
|  | **Più risorse**: accedi alle risorse aggiuntive e agli strumenti di auto-aiuto. |
|  | **Libreria dei contenuti**: accesso continuo ai tuoi contenuti preferiti. |
|  | **Supporto per tutti**: condividi gli strumenti con le persone che ritieni possano trovare importanti le informazioni. |