Poniżej znajduje się sugerowana treść do publikacji w mediach społecznościowych (załączone są opcje graficzne). Może to przydać się do propagowania tematu tego miesiąca dotyczącego zdrowia i dobrego samopoczucia — Zdrowie psychiczne młodzieży — wśród członków. Zachęcamy do udostępnienia publikacji na wewnętrznych platformach komunikacyjnych oraz za pośrednictwem własnych kont na portalu LinkedIn, w zależności od sytuacji.

   

* Życie niesie ze sobą wiele wyzwań. W tym miesiącu zestaw narzędzi oferuje sposoby pomagania młodym ludziom w budowaniu odporności, zarządzaniu ważnymi zmianami i radzeniu sobie z traumatycznymi wydarzeniami życiowymi. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing
* Kiedy dziecko będące pod twoją opieką przechodzi przez traumatyczne wydarzenie życiowe lub jest jego świadkiem, możesz nie wiedzieć, co zrobić lub jak mu pomóc. Oto kilka sugestii, od czego zacząć. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing
* W zestawie narzędzi na ten miesiąc znajdziesz wskazówki dla opiekunów, jak pomóc dzieciom i nastolatkom przetrwać stres związany z dużymi zmianami, takimi jak rozpoczęcie nowego roku szkolnego. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing
* Czy Twój nastolatek przygotowuje się do samodzielnego życia? Oto arkusz wskazówek, który pomoże mu się przygotować. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing

**Jak zamieszczać posty na LinkedIn:**

* Otwórz swoje konto na LinkedIn
* Wybierz preferowany tekst powyżej (wraz z linkiem). Skopiuj i wklej.
* Wybierz preferowaną ilustrację i dodaj do postu (zapisz ilustrację na dysku, przed krokiem 4 wybierz „Add photo (dodaj zdjęcie)”
* Kliknij „Post (Post)”.