Nachfolgend finden Sie einen Vorschlag für einen Text für die sozialen Medien (Bildoptionen im Anhang), der Ihnen helfen soll, Ihren Mitgliedern das Gesundheits- und Wellnessthema dieses Monats — Vorbereitung und Neustart an den Weihnachtsfeiertagen — vorzustellen. Sie können den Beitrag gern über Ihre internen Kommunikationsplattformen oder auf Ihren LinkedIn-Konten teilen.

   

* Das neue Jahr rückt näher. Hier finden Sie Tipps und Tools, um über das vergangene Jahr nachzudenken und sich auf ein strahlendes neues Jahr vorzubereiten. [optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE](https://optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE) #employeehealth #wellbeing
* Erfahren Sie mehr darüber, wie Sie Ihre Zeit, Ihren Raum und Ihre Energie mit diesen Tipps schützen, sich gesunde Grenzen setzen und sie einhalten. [optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE](https://optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE) #employeehealth #wellbeing
* Brauchen Sie Hilfe, um an sich selbst zu glauben und Frieden mit Fehlern der Vergangenheit zu schließen? Lesen Sie, wie Sie im Toolkit dieses Monats, wie Sie zu einer positiveren Einstellung finden. [optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE](https://optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE) #employeehealth #wellbeing
* Mit diesem unterhaltsamen Arbeitsblatt können Sie das Jahr Revue passieren lassen und positive Vorsätze für das neue Jahr festlegen. [optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE](https://optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE) #employeehealth #wellbeing

**So veröffentlichen Sie einen Beitrag auf LinkedIn:**

* Öffnen Sie Ihr LinkedIn-Konto.
* Wählen Sie den gewünschten Text (inkl. Link) oben aus, kopieren Sie ihn und fügen Sie ihn ein.
* Wählen Sie das gewünschte Bild aus, fügen Sie es zum Beitrag hinzu (speichern Sie das Bild auf Ihrem Laufwerk und wählen Sie „Add photo (Foto hinzufügen)“ aus) und gehen Sie zum vierten Schritt.
* Klicken Sie auf „Post (Veröffentlichen)“.