नीचे सोशल मीडिया कॉपी (इमेज विकल्प अटैच हैं) का सुझाव दिया गया है ताकि आप अपने सदस्यों के बीच इस महीने के स्वास्थ्य और कल्याण विषय — नए साल के लिए तैयारी और रीसेट — को बढ़ावा दे सकें। कृपया, जहां उचित हो, अपने आंतरिक संचार प्लेटफॉर्म और अपने LinkedIn खातों के माध्यम से इसे साझा करने में संकोच न करें।

   

* जैसे-जैसे नया साल नजदीक आ रहा है, पिछले वर्ष पर विचार करने में आपकी मदद करने के लिए युक्तियों और उपकरणों को खोजें और इस महीने के टूलकिट में एक उज्ज्वल नए साल के लिए तैयार हो जाएं। [optumwellbeing.com/newthismonth/hi](https://www.optumwellbeing.com/newthismonth/hi) #employeehealth #wellbeing
* स्वस्थ सीमाओं को निर्धारित करने और बनाए रखने के लिए इन युक्तियों के साथ अपने समय, स्थान और ऊर्जा को बचाने के तरीकों के बारे में और जानें। [optumwellbeing.com/newthismonth/hi](https://www.optumwellbeing.com/newthismonth/hi) #employeehealth #wellbeing
* अपने आप पर विश्वास करने और पिछली गलतियों से अमन कायम करने में मदद चाहिए? इस महीने के टूलकिट में अधिक सकारात्मक होने के लिए अपनी मानसिकता को कैसे बदलें, इसके बारे में पढ़ें। [optumwellbeing.com/newthismonth/hi](https://www.optumwellbeing.com/newthismonth/hi) #employeehealth #wellbeing
* आपके साल को संक्षेप में दोहराने और नए साल के लिए सकारात्मक इरादों को तय करने के लिए यहां एक मजेदार वर्कशीट है। [optumwellbeing.com/newthismonth/hi](https://www.optumwellbeing.com/newthismonth/hi) #employeehealth #wellbeing

**LinkedIn पर पोस्ट कैसे करें:**

* अपना LinkedIn अकाउंट खोलें।
* ऊपर से अपना पसंदीदा टेक्स्ट (लिंक सहित) चुनें, कॉपी + पेस्ट करें।
* अपनी पसंदीदा इमेज चुनें और अपनी पोस्ट में जोड़ें (इमेज को अपनी ड्राइव में सेव करें, चरण 4 से पहले "Add photo (फ़ोटो जोड़ें)" चुनें।
* "Post (पोस्ट)" पर क्लिक करें।