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

   

* W związku ze zbliżającym się nowym rokiem, zapoznajcie się ze wskazówkami i narzędziami przedstawionymi w zestawie narzędzi na ten miesiąc, które pomogą Wam zastanowić się nad minionym rokiem i przygotować się na nowy rok. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing
* Dzięki tym wskazówkom dowiecie się więcej o tym, jak chronić swój czas, przestrzeń i energię, jak ustalać i utrzymywać zdrowe granice. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing
* Potrzebujecie pomocy, aby uwierzyć w siebie i pogodzić się z błędami z przeszłości? W zestawie narzędzi na ten miesiąc przeczytajcie o tym, jak zmienić swój sposób myślenia na bardziej pozytywny. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing #wellbeing
* Oto ciekawy arkusz roboczy, dzięki któremu podsumujecie swój rok i ustalicie pozytywne intencje na nowy rok. [optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pl-PL) #employeehealth #wellbeing

**Jak zamieszczać posty na LinkedIn:**

* Otwórz swoje konto na LinkedIn.
* Wybierzcie preferowany tekst (w tym link) z góry, skopiujcie + wklejcie.
* Wybierzcie preferowaną ilustrację i dodajcie do postu (zapiszcie ilustrację na dysku, przed krokiem 4 wybierzcie „Add photo (dodaj zdjęcie)”)
* Kliknij „Post”.