Veja abaixo uma sugestão de texto para redes sociais (opções de imagem em anexo) para ajudá-lo(a) a promover o tópico de saúde e bem-estar deste mês – Preparação e reajuste para o Ano Novo – entre os seus membros. Fique à vontade para compartilhar nas suas plataformas de comunicação interna e nas suas próprias contas do LinkedIn, conforme apropriado.

   

* À medida que o ano novo se aproxima, conheça dicas e ferramentas para ajudar você a refletir sobre o ano que passou e se preparar para um novo ano promissor com o kit de ferramentas deste mês. [optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR) #employeehealth #wellbeing
* Saiba mais sobre como proteger o seu tempo, espaço e energia com essas dicas para estabelecer e manter hábitos saudáveis. [optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR) #employeehealth #wellbeing
* Você precisa de ajudar para acreditar em si mesmo e fazer as pazes com os erros do passado? Leia sobre como alterar a sua mentalidade para ser uma pessoa mais positiva no kit de ferramentas deste mês. [optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR) #employeehealth #wellbeing #wellbeing
* Aqui está uma planilha divertida para relembrar o ano que você teve e estabelecer vibrações positivas para o novo ano.
[optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/pt-BR) #employeehealth #wellbeing

**Como publicar no LinkedIn:**

* Abra a sua conta no LinkedIn.
* Selecione o seu texto preferido (incluindo o link) dos exemplos acima, copiando e colando.
* Selecione a imagem preferida e adicione-a à publicação (salve a imagem no seu computador e selecione “Add photo (adicionar foto)” antes de passar para o 4º passo).
* Clique em “Post (Publicar)”.