我们建议您使用下方的社交媒体文案（附可选图片），向会员宣传本月的身心健康主题：让您的会员为新年做好准备和重启工作。您也可以根据具体情况，在内部交流平台和自己的领英账户上分享。

   

* 新年将至，本月的工具包将为您提供一些技巧和工具，帮助您回顾过去的一年，并为美好的新年做好准备。 [optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN](https://optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN) #employeehealth #wellbeing
* 通过设定和维持健康界限的技巧来了解更多有关如何保护自己的时间、空间和精力的信息。[optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN](https://optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN) #employeehealth #wellbeing
* 您是否需要帮助来相信自己并与过去的错误和解？请阅读本月的工具包，了解如何转变心态，让自己更加积极。[optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN](https://optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN) #employeehealth #wellbeing
* 这里有一份有趣的工作表，可以帮助您总结过去的一年，并为新的一年设定积极目标。[optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN](https://optumwellbeing.com/newthismonth/zh-CN) #employeehealth #wellbeing

**如何在领英上发帖：**

* 登录领英帐号。
* 从上方选择您喜欢的文案（包括链接），复制 + 粘贴。
* 选择您喜欢的图片并添加至您的帖子（先保存图片，然后选择“Add photo (添加照片)”，然后进行第 4 步操作）。
* 点击“Post(发布)”。