Vous trouverez ci-dessous des suggestions de textes pour les médias sociaux (options d’images jointes) qui vous aideront à promouvoir le thème de Santé et Bien-être de ce mois-ci - L’anxiété et la panique - auprès de vos membres. N’hésitez pas à les partager sur vos plateformes de communication internes et via vos propres comptes LinkedIn, le cas échéant.

   

* Ce mois-ci, nous partageons des ressources, des conseils et des outils pour comprendre ce qui peut être à l’origine de vos pensées et sentiments anxieux — et comment les gérer. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing
* Il est naturel de se sentir inquiet, nerveux et mal à l’aise de temps en temps, et parfois, c’est même une bonne chose pour vous. Découvrez pourquoi et ce que vos pensées et sentiments anxieux peuvent vous dire. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing
* Apprenez ce qu’est une crise de panique, ce que l’on peut ressentir et obtenez des conseils pour vous en sortir ou en sortir quelqu’un d’autre. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing
* Le racisme menace la santé et le bien-être de nombreuses personnes dans le monde. Découvrez ce qu’est un traumatisme lié au racisme, des outils pour y faire face et comment trouver le soutien dont vous pourriez avoir besoin pour en guérir. [optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR](https://optumwellbeing.com/newthismonth/fr-FR) #employeehealth #wellbeing

**Comment publier sur LinkedIn** :

* Ouvrez votre compte LinkedIn
* Sélectionnez votre texte préféré (lien y compris) dans la liste ci-dessus. Copiez-collez-le
* Choisissez votre image préférée et ajoutez-la à votre message (sauvegardez l’image sur votre disque dur, sélectionnez « ajouter une photo » avant l’étape 4).
* Cliquez sur « Publier »