**La salute mentale delle donne**

L’8 marzo è la Giornata internazionale della donna. Questo mese, ci concentriamo sul sostegno alla salute mentale delle donne, attraverso importanti transizioni e sfide della vita.

|  |
| --- |
| **Tra gli strumenti di coinvolgimento del mese troverai:****Articolo in primo piano** su come affrontare l’infertilità**Articolo in primo piano** su come mostrare supporto a una persona cara che sta affrontando l’infertilità**Suggerimenti** per promuovere la salute mentale delle donne**Guida interattiva** sui segni e sintomi della depressione post-partum e dell’ansia**Corso di formazione per soci “**Menopausa e salute mentale**”****Risorse per la formazione dei manager, incluso il podcast “**Leader a sostegno della salute mentale delle donne sul posto di lavoro**”** |

[Visualizza gli strumenti di lavoro](https://optumwellbeing.com/newthismonth/it-IT)

**Cosa aspettarsi ogni mese:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Ultimi argomenti**: connettiti per accedere a contenuti aggiornati ogni mese su un nuovo argomento. |
|  | **Più risorse**: accedi alle risorse aggiuntive e agli strumenti di auto-aiuto. |
|  | **Libreria dei contenuti**: accesso continuo ai tuoi contenuti preferiti. |
|  | **Supporto per tutti**: condividi gli strumenti con le persone che ritieni possano trovare importanti le informazioni. |