**Geestelijke gezondheid van vrouwen**

8 maart is Internationale Vrouwendag. Deze maand richten we ons op het ondersteunen van de geestelijke gezondheid van vrouwen, bij grote levensovergangen en uitdagingen.

|  |
| --- |
| **In de engagement-toolkit van deze maand vind je:**  **Een uitgelicht artikel** over omgaan met onvruchtbaarheid  **Eenuitgelicht artikel** over het tonen van steun aan een dierbare die worstelt met onvruchtbaarheid  **Tips** voor het bevorderen van de geestelijke gezondheid van vrouwen  **Interactieve begeleiding** bij tekenen en symptomen van postnatale depressie en angst  **Trainingscursus voor leden "**Menopauze en geestelijke gezondheid**"**.  **Trainingsmiddelen voor managers, waaronder de podcast "**Leiders die de geestelijke gezondheid van vrouwen op de werkplek ondersteunen**"**. |

[Bekijk de toolkit](https://optumwellbeing.com/newthismonth/nl-NL)

**Wat kun je elke maand verwachten:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Nieuwste thema's** — Leg verbinding met actuele inhoud die elke maand op een nieuw thema is gericht. |
|  | **Meer middelen** — Krijg toegang tot aanvullende middelen en zelfhulpinstrumenten. |
|  | **Inhoudsbibliotheek** — Voortdurende toegang tot je favoriete inhoud. |
|  | **Steun voor iedereen** — Deel toolkits met degenen van wie je denkt dat ze de informatie zinvol vinden. |