**Психическое здоровье женщин**

8 марта – Международный женский день. В этом месяце мы уделяем внимание поддержке психического здоровья женщин, которые столкнулись с крупными переменами в своей жизни и переживают непростые времена.

|  |
| --- |
| **В материалах по вовлеченности этого месяца вы найдете следующее:****Тематическую статью** о том, как справиться с диагнозом «бесплодие»**Тематическую статью** о том, как поддержать близкого человека, который столкнулся с диагнозом «бесплодие»**Советы** по заботе о психическом здоровье женщин**Интерактивные рекомендации** по признакам и симптомам послеродовой депрессии и тревожности**Обучающий курс для участников «**Менопауза и психическое здоровье**»****Обучающие ресурсы для руководителей, в том числе подкаст «**Поддержка психического здоровья женщин на рабочем месте со стороны руководителей**»** |

[Просмотреть материалы](https://optumwellbeing.com/newthismonth/ru-RU)

**Чего ожидать каждый месяц:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Актуальные темы**. Получите доступ к обновляемому контенту и ежемесячно знакомьтесь с новой темой. |
|  | **Дополнительные материалы.** Дополнительные материалы и советы о том, как помочь самому себе. |
|  | **Библиотека контента.** Постоянный доступ к предпочитаемому контенту. |
|  | **Поддержка для каждого**. Делитесь этими советами со всеми, кто, по вашему мнению, найдет их полезными. |