



**Mitgliederschulung:**

**Menopause und mentale Gesundheit**

**Vorgestellte Schulung im März**

**Menopause und mentale Gesundheit.** Mit Menopause (oder auch Wechseljahren) wird der Lebensabschnitt von Frauen bezeichnet, in dem die Periode und die furchtbaren Jahre enden. Manche Frauen freuen sich auf diese Änderung, andere jedoch nicht. Die meisten Frauen freuen sich jedoch nicht über die Symptome der Wechseljahre, besonders hinsichtlich ihrer mentalen Gesundheit. In dieser Sitzung werden wir uns die Menopause und die mentale Gesundheit näher ansehen und dabei einige Gerüchte zerstreuen und die Tatsachen präsentieren. Außerdem werden in der Sitzung praktische Strategien für Frauen in den Wechseljahren angesprochen sowie Tipps für Kollegen, Manager und Organisationen, die gerne ein tieferes Verständnis hätten und Frauen unterstützen möchten.

**Inhalte der Sitzung:**

* Verstehen, was die Menopause ist und wie sie sich auf die mentale Gesundheit auswirkt.
* Erkunden, wie sich die Kultur auf die Erfahrungen auswirken kann, die Frauen in den Wechseljahren haben.
* Diskutieren, wie Sie am Arbeitsplatz einen Dialog über die Menopause einleiten und was Sie tun könnten, um einer einzelnen Person oder auf betrieblicher Ebene zu helfen.

Melden Sie sich für die einstündige Schulung an oder rufen Sie sie über die On-Demand Option ab und sehen sich die Schulung, wenn es Ihnen passt. Die Schulungen werden weltweit in englischer Sprache angeboten.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Aufgezeichnete Sitzungen**Auf Abruf(keine Fragen und Antworten)**[Hier ansehen](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/c113de3a8dbd103cbb7f005056818b09/playback)****Sie haben wenig Zeit?**Die zehnminütige Zusammenfassung finden Sie  **[hier](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/f9652a848dc5103c9faf00505681b4d1/playback)** | **5. März**7.00 bis 8.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27KY000000TNBAYA4) | **5. März**19.00 bis 20.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27KY000000TNBKYA4) | **7. März**17.00 bis 18.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27KY000000TNBPYA4) | **8. März**13.00 bis 14.00 Uhr (GMT)(mit Fragen und Antworten)[**Jetzt anmelden**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27KY000000TNBUYA4) |

**Die Teilnehmerzahl der Live-Schulungen ist begrenzt, bitte melden Sie sich vorher an.**

Dieses Programm ist nicht für Notfälle oder dringenden Behandlungsbedarf bestimmt. Rufen Sie in Notfällen in den USA unter 911 den Rettungsdienst. Außerhalb der USA wenden Sie sich bitte an den örtlichen Notruf oder gehen in die nächstgelegene Notaufnahme. Dieses Programm ist kein Ersatz für die Beratung durch einen Arzt oder eine medizinische Fachkraft. Wegen möglicher Interessenskonflikte werden keine rechtlichen Beratungen zu Problemen angeboten, die rechtliche Schritte gegen Optum, seine Partnerunternehmen oder andere Einrichtungen nach sich ziehen, über die der Kläger oder die Klägerin direkt oder indirekt Leistungen erhält (z. B. Arbeitgeber oder Krankenversicherung). Dieses Programm und alle seine Komponenten, insbesondere Dienstleistungen für Familienmitglieder unter 16 Jahren, sind möglicherweise nicht an allen Standorten verfügbar und können ohne vorherige Ankündigung geändert werden. Die Erfahrung und/oder das Ausbildungsniveau im Programm zur Mitarbeiterunterstützung können je nach Vertragsbedingungen oder landesspezifischen behördlichen Anforderungen unterschiedlich sein. In bestimmten Fällen ist eine Deckung ausgeschlossen oder nur eingeschränkt möglich.

© 2023 Optum, Inc. Alle Rechte vorbehalten. Optum ist eine eingetragene Marke von Optum, Inc. in den USA und in anderen Rechtsgebieten. Alle anderen Marken- oder Produktnamen sind Marken oder eingetragene Marken der jeweiligen Eigentümer. Als Arbeitgeber fördert Optum die Chancengleichheit.