Berikut ialah cadangan salinan media sosial (pilihan imej dilampirkan) untuk membantu anda mempromosikan topik kesihatan dan kesejahteraan bulan ini — kesihatan mental wanita — di kalangan ahli anda. Sila berkongsi di platform komunikasi dalaman anda dan di akaun LinkedIn anda, mengikut kesesuaian.

   

* 8 Mac ialah Hari Wanita Antarabangsa. Ketahui cara untuk anda boleh menyokong kesihatan dan kesejahteraan mental wanita dalam hidup anda melalui peralihan hidup dan cabaran utama. [optumwellbeing.com/newthismonth/ms-MY](https://optumwellbeing.com/sec_NewThisMonth/ms-MY) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* Sekiranya anda bergelut dengan kemandulan, tiada sesiapa yang boleh memberitahu anda apa yang perlu anda rasa dan lakukan. Tetapi mudah-mudahan dengan membaca artikel ini dapat membantu anda menghadapi keadaan yang anda sedang lalui ini dan berasa disokong. [optumwellbeing.com/newthismonth/ms-MY](https://optumwellbeing.com/sec_NewThisMonth/ms-MY) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* Secara amnya, ramai wanita yang hamil atau baru melahirkan anak mengalami kemurungan dan kebimbangan — kedua-dua keadaan itu boleh dirawat. Ketahui tentang tanda dan gejala serta pilihan rawatan bantuan diri dan profesional. [optumwellbeing.com/newthismonth/ms-MY](https://optumwellbeing.com/sec_NewThisMonth/ms-MY) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024
* Menopaus ialah proses biologi semula jadi yang biasanya berlaku apabila wanita semakin menua. Namun, sangat sedikit orang yang bercakap mengenai perkara ini. Bantu memulakan perbualan — baca ikhtisar ringkas ini tentang perkara yang boleh dijangka semasa menopaus. [optumwellbeing.com/newthismonth/ms-MY](https://optumwellbeing.com/sec_NewThisMonth/ms-MY) #employeehealth #wellbeing #internationalwomensday #IWD2024

**Cara membuat siaran di LinkedIn:**

* Buka akaun LinkedIn anda.
* Pilih teks pilihan anda (termasuk pautan) daripada atas. Salin + tampal.
* Pilih imej pilihan anda dan tambah pada siaran anda (simpan imej pada pemacu anda, pilih “Tambah foto” sebelum langkah 4).
* Klik “Siar”.