



**가입자 교육:**

**폐경과 정신 건강**

**3월 주요 교육:**

**폐경과 정신 건강**. 폐경은 여성의 월경과 가임기가 끝났음을 의미합니다. 어떤 여성들은 이러한 변화를 기다리지만 일부는 그렇지 않습니다. 하지만 대부분의 여성은 폐경과 함께 찾아오는 증상, 특히 정신 건강과 관련된 증상을 환영하지 않습니다. 이 세션에서는 폐경과 정신 건강에 대한 몇 가지 잘못된 상식을 바로잡고 사실을 알려드릴 것입니다. 또한 폐경기에 접어든 여성, 폐경기에 대해 자세히 알아보고 지원하려는 동료, 관리자, 회사 등을 위한 실제 전략도 소개합니다.

학습 포인트

* 폐경이 무엇이며 정신 건강에 어떤 영향을 미치는지 이해하기
* 문화가 여성의 폐경 경험에 미치는 영향 알아보기
* 직장에서 폐경이 미치는 영향 논의하기
* 폐경 전, 중, 후 여성을 지원하는 유연하고 창의적인 해결책 제시하기

1시간짜리 라이브 교육 세션에 등록하거나 주문형 옵션을 사용하여 편리한 시기에 교육 내용을 확인하시기 바랍니다. 교육 옵션은 영어로 제공되며 전 세계적으로 이용 가능합니다.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **세션 녹화본**  주문형  (질의 응답 불가)  **[여기서 시청하세요](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/95c5734eac63103dbbf3fa5954ceed9c/playback)**  **바쁘십니까?**  10분 요약본을  **[여기서 시청하세요](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/4f1f3181ac6a103dbed73206c688ef1c/playback)** | **3월 10일**  1-2 PM 그리니치 표준시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWNJYA2) | **3월 13일**  7-8 AM 그리니치 표준시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWLhYAM) | **3월 17일**  5-6 PM 그리니치 표준시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWTlYAM) | **3월 19일**  7-8 PM 그리니치 표준시  (질의 응답 가능)  [**지금 등록하세요**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWWzYAM) |

**라이브 교육 세션은 공간이 제한되어 있으므로 사전 등록을 하시기 바랍니다.**

본 프로그램은 응급 상황이나 긴급 치료 요구를 위해 사용해서는 안 됩니다. 응급 상황이 발생하면 미국의 경우 911번으로 전화하고, 미국 외 지역의 경우 지역 응급 서비스 전화번호로 전화하거나 가장 가까운 응급실을 방문하십시오. 이 프로그램은 의사의 진료나 전문가의 보살핌을 대신하지 않습니다. 잠재적 이해 상충 문제로 인해, Optum 혹은 그 계열사 또는 이러한 서비스를 직간접적으로 제공하고 있는 어떤 단체(예를 들어, 고용주 혹은 건강 플랜)를 상대로 법적 조치를 수반할 수 있는 사안에 대해서는 법적 자문이 제공되지 않을 것입니다. 이 프로그램 및 모든 구성 요소, 특히 16세 미만의 가족 구성원을 위한 서비스는 어떤 지역에서는 제공되지 않을 수 있으며 사전 통지 없이 변경될 수 있습니다. 정서적 웰빙 솔루션 리소스의 경험 및/또는 교육 수준은 계약 요건 또는 국가별 규제 요건에 따라 다를 수 있습니다. 보장 제외 및 제한 사항이 적용될 수 있습니다.

© 2025 Optum, Inc. 모든 권한 보유. Optum은 미국과 관할 지역에서 Optum의 등록 상표입니다. 모든 기타 브랜드 또는 제품 이름은 각 소유주의 자산에 대한 상표 또는 등록 상표입니다. Optum은 동등한 고용 기회를 제공하는 고용주입니다.