



**会员培训：**

**绝经与心理健康**

**三月特色培训**

**绝经与心理健康**。绝经标志着女性月经期和生育期结束。有些女性期待这种改变，有些则不然。大多数女性都无法欣然接受绝经带来的症状，尤其是对心理健康造成的影响。本课程将探讨绝经与心理健康，否认一些不真实的说法并澄清事实。此外，本课程还将为进入这一人生阶段的女性，以及希望进一步了解并提供支持的同事、管理者和组织提供实用策略。

学习要点

* 了解绝经及其对心理健康的影响
* 探索文化对女性绝经期体验的影响
* 讨论绝经对工作场所的影响
* 提供有创意的灵活解决方案，为女性在绝经前、绝经期和绝经后提供支持

您可以注册参加 1 小时的现场培训课程，或者在方便时按需观看培训课程。培训语言为英语，  
全球各地均可观看。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **录制课程**  按需观看  （无问答环节）  **[点击此处观看](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/95c5734eac63103dbbf3fa5954ceed9c/playback)**  **日程繁忙？**  点击此处观看时长 10 分钟的课程摘要  **[点击此处](https://optum.webex.com/webappng/sites/optum/recording/4f1f3181ac6a103dbed73206c688ef1c/playback)** | **3 月 10 日**  下午 1 - 2 点（格林威治标准时间）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWNJYA2) | **3 月 13 日**  上午 7 - 8 点（格林威治标准时间）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWLhYAM) | **3 月 17 日**  下午 5 - 6 点（格林威治标准时间）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWTlYAM) | **3 月 19 日**  下午 7 - 8 点（格林威治标准时间）  （有问答环节）  [**立即注册**](https://optum-training-form.force.com/NonUSTrainingForm/s/intlregistrationpage?c__recordId=a27UI000000fWWzYAM) |

**直播培训课程名额有限，请务必提前注册。**

本计划不得用于紧急情况或急症护理需求。若遇到紧急情况，如果您在美国，请拨打 911，如果您在美国以外的地区，请拨打当地的紧急服务电话号码，或者前往最近的急诊室。本计划不得替代医生或专业人士的医疗护理。由于可能存在利益冲突，我们不会就可能涉及对 Optum、其附属机构、致电直接或间接通过其接收这些服务的任何实体（例如，雇主或健康计划）采取法律行动的事宜提供法律咨询。某些地区可能无法提供本计划及其任何组成部分（尤其是为 16 岁以下家庭成员提供的服务），如有变更，恕不提前通知。情绪健康解决方案的相关体验和/或教育水平可能因合同要求或国家/地区监管要求而异。可能存在保险责任豁免和限制条款。

© 2025 Optum, Inc. 版权所有。Optum 是 Optum, Inc. 在美国和其他司法管辖区的注册商标。所有其他品牌或产品名称均为其各自所有者的商标或注册商标。Optum 是一家提供平等机会的雇主。