**Erziehung und Fürsorge**

Der 10. Oktober ist Welttag der psychischen Gesundheit. In diesem Monat stellen wir Ressourcen bereit, um Eltern und Fürsorgende dabei zu unterstützten, bei Erziehung und Schutz der nächsten Generation ihr Bestes geben zu können und dabei auch ihr eigenes Wohlbefinden zu fördern.

|  |
| --- |
| **Im Engagement Toolkit finden Sie in diesem Monat:**  **Einen speziellen Artikel** darüber, wie man den Welttag der psychischen Gesundheit fördern kann.  **Einen speziellen Artikel** für Männer, wie sie die Väter sein können, die sie gerne sein möchten.  **Einen speziellen Artikel** über Mobbing und wie es sich verhindern lässt.  **Tipps**, um jungen Menschen zu helfen, sicher durch die sozialen Medien und Online-Räume zu navigieren.  **Schnelle Tipps**, um gegen Einsamkeit und Isolation anzugehen.  **Ein interaktives Arbeitsblatt**, um Ihr Selbstwertgefühl zu fördern und sich in Selbstfürsorge zu üben.  **Link** für den einfachen Zugang der Mitglieder zum Leistungsportal.  **Mitgliederschulung** „Die psychische Gesundheit am Arbeitsplatz fördern“.  **Schulungsressourcen für Manager**, einschließlich „Mobbing am Arbeitsplatz: Führungskräfte fördern psychisch gesunde Arbeitsplätze“. |

[Toolkit aufrufen](https://optumwellbeing.com/newthismonth/de-DE)

**Was Sie jeden Monat erwarten können:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Neueste Themen** – jeden Monat aktuelle Inhalte zu einem neuen Thema. |
|  | **Mehr Ressourcen** – Angebote mit zusätzlichen Ressourcen und Selbsthilfe-Tools. |
|  | **Inhaltsbibliothek** – unbeschränkter Zugriff auf Ihre Lieblingsinhalte. |
|  | **Unterstützung für alle** – Geben Sie die Toolkits an andere weiter, für die diese Informationen sinnvoll und relevant sein könnten. |