**Genitorialità e caregiver**

Il 10 ottobre è la Giornata mondiale della salute mentale. Questo mese forniamo risorse per supportare genitori e caregiver nel fare del loro meglio per crescere e proteggere la prossima generazione, coltivandone al contempo il benessere.

|  |
| --- |
| **Tra gli strumenti di coinvolgimento del mese troverai:**  **Articolo in evidenza** sulla promozione della Giornata mondiale della salute mentale.  **Articolo in evidenza** per gli uomini su come essere il tipo di padre che speri di essere.  **Articolo in evidenza** sul bullismo e su come prevenirlo.  **Suggerimenti** per aiutare i giovani a navigare in sicurezza sui social media e negli spazi online.  **Suggerimenti rapidi** per contrastare solitudine e isolamento.  **Scheda di lavoro interattiva** per coltivare la propria autostima e prendersi cura di sé.  **Link** per far accedere facilmente i membri al portale dei vantaggi.  **Corso di formazione per i membri** “Come supportare le problematiche di salute mentale sul posto di lavoro”.  **Risorse di formazione per i manager**, tra cui “Bullismo sul lavoro: leader che supportano un posto di lavoro mentalmente sano”. |

[Visualizza gli strumenti di lavoro](https://optumwellbeing.com/newthismonth/it-IT)

**Cosa aspettarsi ogni mese:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Ultimi argomenti**: connettiti per accedere a contenuti aggiornati ogni mese su un nuovo argomento. |
|  | **Più risorse**: accedi alle risorse aggiuntive e agli strumenti di auto-aiuto. |
|  | **Libreria dei contenuti**: accesso continuo ai tuoi contenuti preferiti. |
|  | **Supporto per tutti**: condividi gli strumenti con le persone che ritieni possano trovare importanti le informazioni. |