**자살예방 및 회복**

자살과 약물 사용 장애는 어려운 주제입니다. 하지만 가장 힘든 시기와 상황에서도 희망을 가질 만한 이유는 많습니다. 자살은 예방할 수 있습니다. 그리고 약물 사용 장애는 치료가 가능합니다. 전 세계의 수백만 명의 사람들이 회복되어 건강하게 살고 있습니다. 이번 달, 정신 건강과 약물 사용 장애와 희망을 기르는 방법에 대해 더 알아보세요.

|  |
| --- |
| **이번 달의 업무 툴키트에서 알아볼 내용은 다음과 같습니다.****복구 지원 가이드****약물 및 알코올 사용 장애에 대한 사실****자살예방 특집기사****희망 함양을 위한 대화형 자가 관리 워크시트****회원 교육 과정 "자살예방"****팟캐스트 '직장문화를 통한 자살예방 지원' 등 관리자 교육 자원** |

[툴키트 보기](https://Optumeap.com/newthismonth/ko-KR)

**이번 달에 살펴볼 내용:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **최신 주제** — 매달 새로운 주제에 초점을 맞춘 최신 콘텐츠가 제공됩니다. |
|  | **더 많은 자료** — 추가 리소스 및 자체 지원 도구를 활용해 보십시오. |
|  | **콘텐츠 라이브러리** — 선호하는 콘텐츠에 지속적으로 액세스할 수 있습니다. |
|  | **모두를 위한 지원** - 의미 있는 정보를 얻을 수 있을 것으로 생각되는 사람들과 툴키트를 공유하십시오. |