**Prevenzione e recupero in caso di suicidio**

Il suicidio e i disturbi da uso di sostanze sono più comuni di quanto pensi la maggior parte della gente. Questo mese tratteremo questi argomenti offrendo risorse e strumenti per supportare te e le persone che ti sono vicine.

|  |
| --- |
| **Tra gli strumenti di coinvolgimento di questo mese troverai:****Argomento di tendenza:** creare una rete di sostegno per il recupero.**Articoli in evidenza** su:* Perché è importante prestare attenzione ai propri cari che sembrano star bene.
* Aumentare la sensibilizzazione in occasione della Giornata mondiale per la prevenzione del suicidio.
* Uso e abuso di oppiacei: aumento, prevenzione e cura
* 5 cose da mettere nel tuo kit di emergenza per la salute mentale.

**Suggerimenti per la cura di sé** destinati a chi contribuisce ad assistere persone in fase di recupero.**Foglio di lavoro interattivo** per creare affermazioni positive per infondere fiducia in se stessi.**Link** per far accedere facilmente i membri al portale dei vantaggi.**Corso di formazione per i membri** Prevenire i suicidi.**Risorse per la formazione dei manager**, tra cui Leader che sostengono il recupero sul posto di lavoro. |

[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. |