**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. |