

Dibawah adalah cadangan salinan media sosial (pilihan imej dilampirkan) untuk membantu anda mempromosikan topik kesihatan dan kesejahteraan bulan ini – Ambil Berat tentang Diri Anda – dalam kalangan rakan. Jangan ragu untuk berkongsi di platform komunikasi dalaman dan melalui akaun LinkedIn anda sendiri, mengikut kesesuaian.



Bercakap tentang penjagaan diri ini adalah trend, tetapi ia juga penting untuk kesihatan dan kesejahteraan seseorang. Bulan ini, ketahui mengapa sangat penting untuk mengambil berat tentang diri anda sendiri, terutamanya apabila anda menjaga orang lain, dan cara yang anda boleh ambil untuk melaksanakan penjagaan diri. Layari optumeap.com/newthismonth #employeehealth #wellbeing

Ketahui cara untuk membuat senarai "tugasan yang tidak perlu dilakukan" bulan ini, supaya anda boleh memberi tumpuan kepada perkara, aktiviti dan orang yang memberi semangat kepada anda. Daptkannya di sini: Layari optumeap.com/newthismonth. #employeehealth #wellbeing

Penjaga – adakah anda mengambil berat tentang diri sendiri? Bulan ini, ketahui sebab mengutamakan diri anda adalah sangat penting, dan dapat petua praktikal tentang cara untuk melaksanakannya. Layari optumeap.com/newthismonth #employeehealth #wellbeing

Bagaimana untuk menyiarkan pada LinkedIn:

- Buka akaun LinkedIn akaun.
- Pilih teks pilihan anda (termasuk pautan) daripada atas. Salin + tampal.
- Pilih imej pilihan anda dan tambah pada siaran anda (simpan imej pada pemacu anda, pilih "tambah foto") sebelum langkah 4.
- Klik "Siar."