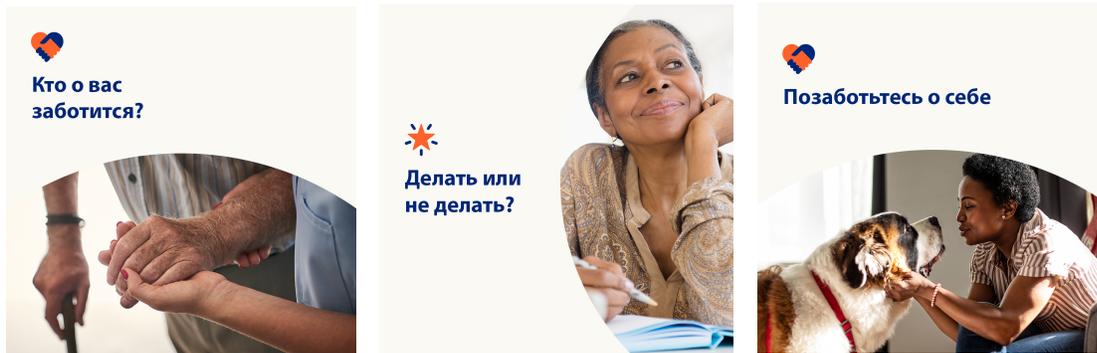


Ниже предлагается текст для социальных сетей (варианты изображений прилагаются), чтобы помочь вам популяризировать тему здоровья и хорошего самочувствия в этом месяце — «Забота о себе» — среди ваших участников. Вы можете свободно распространять этот текст на своих внутренних платформах и в аккаунтах LinkedIn.



Говорить о заботе о себе модно, но это действительно важно, для того чтобы быть здоровым и счастливым. В этом месяце вы узнаете, почему так важно заботиться о себе, особенно если вы заботитесь о ком-то еще, и о том, что для этого нужно делать. Посетите сайт optumear.com/newthismonth#employeehealth #wellbeing

Узнайте, как создать список того, что не нужно делать в этом месяце, чтобы вы могли больше сосредоточиться на вещах, занятиях и людях, которые заряжают вас энергией. Получите это здесь: Посетите сайт optumear.com/newthismonth. #employeehealth #wellbeing

Вы ухаживаете за близкими, но заботитесь ли вы о себе? В этом месяце вы узнаете, почему очень важно ставить себя на первое место, и получите практические советы о том, что для этого нужно. Посетите сайт optumear.com/newthismonth#employeehealth #wellbeing

Как публиковать в LinkedIn:

- Откройте свою учетную запись LinkedIn.
- Сверху выберите нужный текст (включая ссылку). Копировать + вставить.
- Выберите изображение и добавьте его в свою публикацию (сохраните изображение на свой диск, выберите «добавить фото») до шага 4.
- Нажмите «Опубликовать».