**الصحة العقلية للشباب**

تصيب الأمراض العقلية ما يقدر بنحو %14 من المراهقين حول العالم\*. من بين هذه الأمراض، تعد اضطرابات الأكل من أكثر الأمراض خطورة. احصل هذا الشهر على أفكار حول كيفية معرفة ما إذا كان الطفل الذي ترعاه يعاني من اضطراب في الأكل وكيفية مساعدته.

|  |
| --- |
| **ستجد مضمنًا في مجموعة أدوات المشاركة الشهرية ما يلي:**  **فحوصات اضطرابات الأكل** لمساعدتك في تحديد علامات اضطراب الأكل وما إذاكان يُنصح بإجراء تقييم طبي  **التدريب** على رعاية الأطفال في عالم دائم التغير وكيفية مساعدتهمعلى النمو  **مقالات** بشأن اضطرابات الأكل ونصائح للآباء حول كيفية التحدث عن الصحة العقلية مع أطفالك |

[عرض مجموعة الأدوات](https://optumeap.com/newthismonth/ar-EG)

**ما المتوقع كل شهر:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **أحدث الموضوعات** – الاتصال بمحتوى محدَّث يركز على موضوع جديد كل شهر |
|  | **المزيد من الموارد** – الوصول إلى موارد إضافية وأدوات المساعدة الذاتية |
|  | **مكتبة محتويات** – استمرار الوصول إلى المحتوى المفضل لديك |
|  | **دعم الجميع** – مشاركة مجموعات الأدوات مع مَن تعتقد أنه يجد هذه المعلومات مفيدة |

\* WHO, “Adolescent Mental Health.” <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> Accessed Nov. 3, 2022