**La santé mentale des jeunes**

Il est estimé que 14 % des adolescents dans le monde\* sont touchés par les troubles mentaux, les troubles alimentaires étant parmi les plus mortels. Ce mois-ci, découvrez comment savoir si un enfant à votre charge peut avoir des difficultés avec un trouble alimentaire et comment l’aider.

|  |
| --- |
| **Votre trousse à outils d’engagement mensuel comprend :**  **Un questionnaire d’évaluation des troubles alimentaires** pour vous aider à reconnaître les signes d’un trouble alimentaire et déterminer si une évaluationmédicale est recommandée  **Une formation** sur l’art d’être part dans un monde en perpétuelle mutation et sur la manière d’aider les enfants à s’épanouir  **Des articles** sur les troubles alimentaires et des conseils pour les parents sur la manière de discuter de la santé mentale avec vos enfants |

[Explorer la trousse à outils](https://optumeap.com/newthismonth/fr-FR)

**À quoi s’attendre chaque mois :**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Sujets du mois** – Explorez un nouveau sujet chaque mois |
|  | **Autres ressources** – Accédez à d’autres ressources et outils de développement personnel |
|  | **Bibliothèque de contenu** – Profitez d’un accès permanent à votre contenu favori |
|  | **Soutien pour tous** – Partagez les trousses à outils avec les personnes qui pourraient bénéficier de l’information |

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