

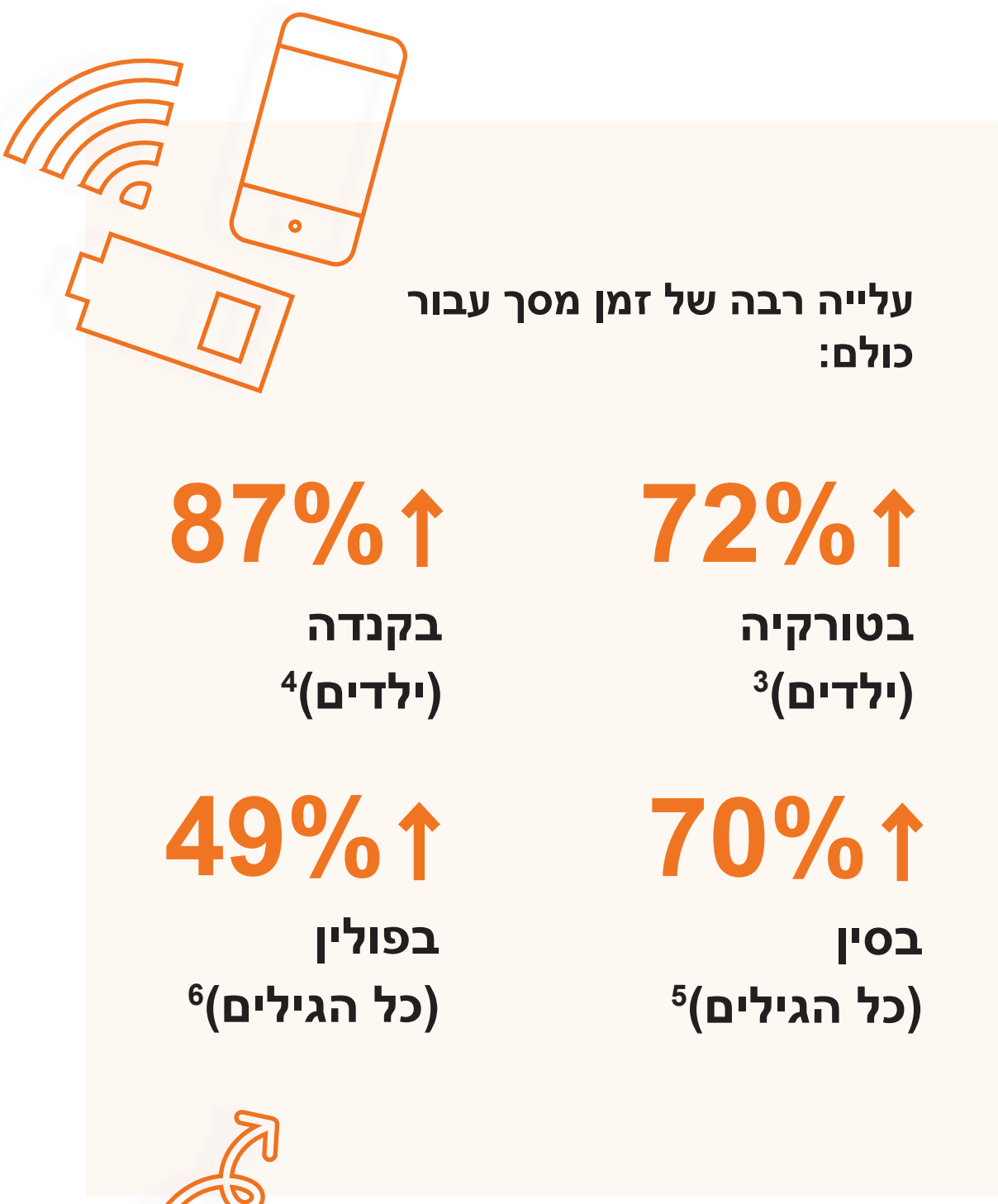
# בריאות הנפש של מבוגרים צעירים

יותר משנה אחרי תחילת המגפה, כולנו עברנו הרבה רגעי לחץ - וגם רגעי החמצה. עבור בני עשרה ומבוגרים בגיל צעיר בוטלו טקסי מעבר כמו אירועי ספורט וקונצרטים, טקסי סיום ולימודים בנוכחות אישית בקולג'. היתה להתאבלות על כל אלה ועל אירועים חברתיים אחרים השפעה גדולה.

שלושת הדברים שהציקו ביותר לצעירים במהלך מגפת הקורונה (COVID-19):<sup>1</sup>

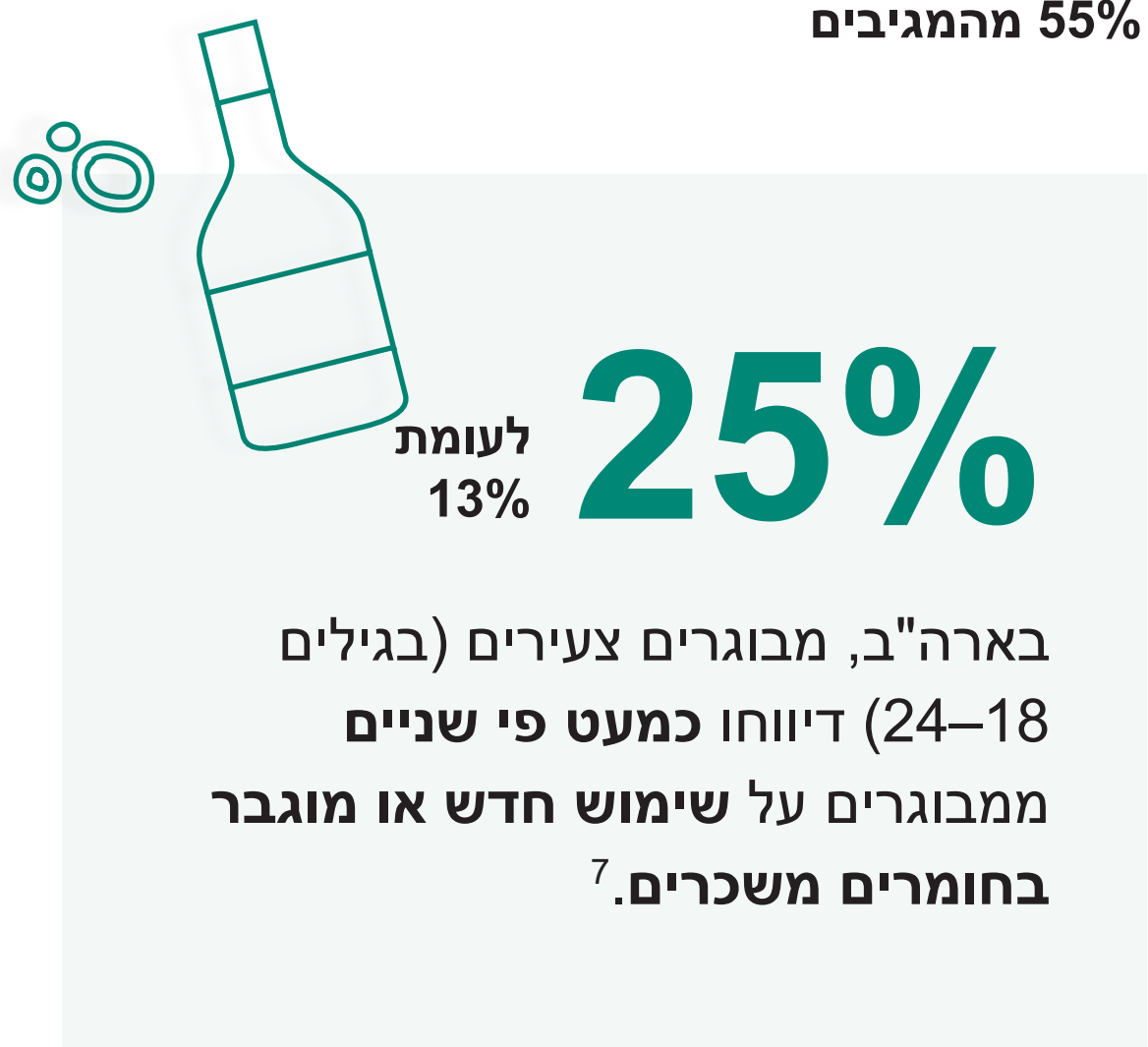
## 1 ההפרעה לחיי היומיום

60% מהמגיבים



## 2 בריאות הנפש

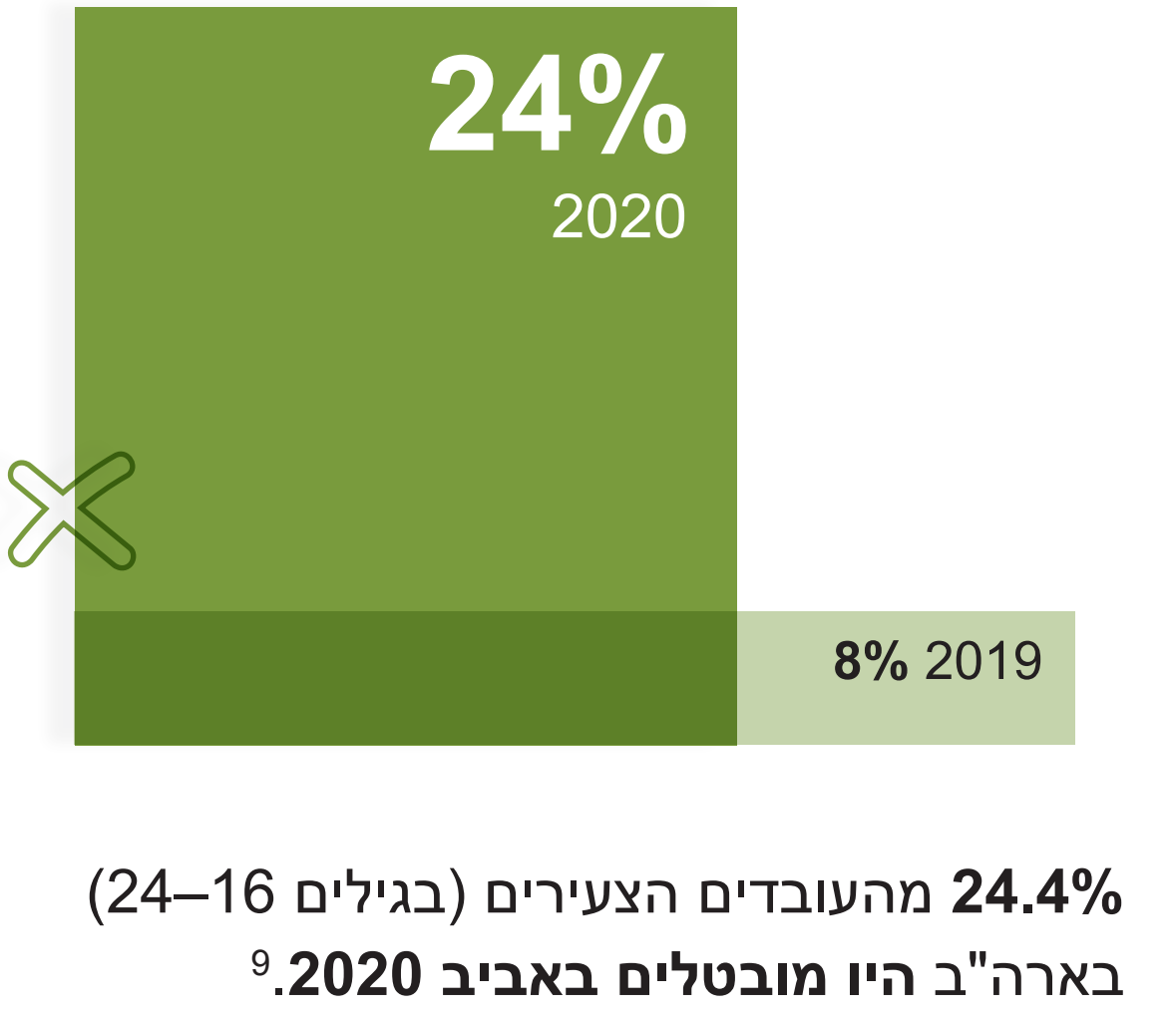
55% מהמגיבים



שיעור האבטלה בארה"ב באביב

## 3 ביטחון פיננסי

44% מהמגיבים



מהמדינות "דיווחו על הפרעה באספקת שירותי בריאות נפש לאוכלוסיות רגישות, כולל ילדים ובני עשרה".<sup>10</sup>

72%

אם אתם מתמודדים עם דיכאון, חרדה או לחץ עקב המגפה, אם ילדכם בגיל העשרה או המבוגר הצעיר מתמודד עם נושאים אלה, יש עזרה זמינה.

תכנית הסיוע לעובדים שלכם מציעה תמיכה חסויה, 24 שעות ביממה, 7 ימים בשבוע, ללא עלות נוספת לכם ולבני המשפחה שכוללים בתוכנית. ייתכן אפילו שאתם עומדים בתנאים לקבלת ביקורים פיזיים או מקוונים עם מטפל בריאות נפש, ללא עלות נוספת.

האם מבוגר צעיר מדאיג אתכם? צרו קשר עם תוכנית הסיוע לעובדים.



- World Health Organization. COVID-19 Youth Survey: Report. Global Shapers Community, et al. Available at: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey\\_report\\_for\\_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740\\_4](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/epi-win/covid-19-survey_report_for_who---final.pdf?sfvrsn=f23bd740_4). Accessed February 16, 2021.
- United Nations. Ensure inclusive and equitable quality education and promote lifelong learning opportunities for all. Available at: <https://unstats.un.org/sdgs/report/2020/goal-04/>. Accessed February 16, 2021.
- Eyimaya AO, Irmak AY. Relationship between parenting practices and children's screen time during the COVID-19 pandemic in Turkey. *J Pediatr Nurs*. 2021 January-February; 56: 24-29. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7534794/>. Accessed February 16, 2021.
- Carroll N, et al. The impact of COVID-19 on health behavior, stress, financial and food security among middle to high income Canadian families with young children. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2352. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468859/>. Accessed February 16, 2021.
- Hu Z, et al. Impact of the COVID-19 epidemic on lifestyle behaviors and their association with subjective well-being among the general population in mainland China: Cross-sectional study. *J Med Internet Res*. 2020 Aug; 22(8): e21176. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7458584/>. Accessed February 16, 2021.
- Górnicka M, et al. Dietary and lifestyle changes during COVID-19 and the subsequent lockdowns among Polish adults: A cross-sectional online survey PLifeCOVID-19 Study. *Nutrients*. 2020 Aug; 12(8): 2324. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7468840/>. Accessed February 16, 2021.
- Pachal N, et al. The implications of COVID-19 for mental health and substance use. Kaiser Family Foundation. Available at: [https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm\\_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm\\_medium=email&\\_hsmi=110418889&\\_hsenc=p2ANqtz-9sjNjVfcQw\\_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa\\_RBNWnX4JHa0KVFP5KbC6FLcavJ6CPWZwIcT-bhMzTCFMoXIVBjMzR\\_TvgpCOzO2t3E&utm\\_content=110418889&utm\\_source=hs\\_email](https://www.kff.org/coronavirus-covid-19/issue-brief/the-implications-of-covid-19-for-mental-health-and-substance-use/?utm_campaign=KFF-2021-Coronavirus&utm_medium=email&_hsmi=110418889&_hsenc=p2ANqtz-9sjNjVfcQw_zPK3dxxYt2KvSTQ2c6wzKHgSj251mpyJOa_RBNWnX4JHa0KVFP5KbC6FLcavJ6CPWZwIcT-bhMzTCFMoXIVBjMzR_TvgpCOzO2t3E&utm_content=110418889&utm_source=hs_email). Accessed February 16, 2021.
- Montacute R, Holt-White E. COVID-19 and social mobility impact brief #2: University access & student finance. The Sutton Trust. Available at: <https://www.suttontrust.com/wp-content/uploads/2020/05/COVID-19-and-Social-Mobility-Impact-Brief-2.pdf>. Accessed February 16, 2021.
- Gould E, Kassa M. *Young Workers Hit Hard by the COVID-19 Economy*. Economic Policy Institute. Available at: <https://www.epi.org/publication/young-workers-covid-recession/>. Accessed February 16, 2021.
- World Health Organization. COVID-19 disrupting mental health services in most countries, WHO survey. Available at: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>. Accessed February 16, 2021.

אין להשתמש בתוכנית זו לצורכי חירום או לצרכים דחופים. במקרה חירום, התקשרי ל-911 אם אתה בתחומו ארצות הברית, או לשירותי החירום המקומיים אם אתה מחוץ לארצות הברית, או גש/י אל מחלקת המיון הקרובה ביותר. תוכנית זו אינה מהווה תחליף לטיפול רפואי או מקצועי. עקב הפוטנציאל לניגוד אינטרסים, ייעוץ משפטי לא יוענק בנושאים שעלולים לכלול פעולה משפטית כנגד Optum או החברות המסונפות אליה, או כל ישות שדרכה המתקשר מקבל שירותים אלה באופן ישיר או עקיף (למשל, המעסיק או תוכנית שירותי בריאות). ייתכן שהתוכנית על כול ערכייה, במיוחד השירותים לבני משפחה מתחת לגיל 16, לא תהיה זמינה במספר אזורים, והיא כפופה לשינויים ללא הודעה מוקדמת. ניסיונם ורמת השכלתם של אנשי תוכנית הסיוע לעובדים עשויים להשתנות לפי דרישות החוזה או הרגולציה בארצם. ייתכן שיחולו הגבלות והחרגות על הכיסוי.