**حملة الشهر العالمي للتوعية باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه 2024**

**المحتوى الإعلامي في مواقع التواصل الاجتماعي**

**مواعيد النشر الموحدة**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **اليوم/ التاريخ** | **المحتوى** | **النصوص** |
| الثلاثاء01-Oct | فيديو قصير | تخطط .. بس صعب تنفذ؟ #المعرفة\_بداية\_الحل#ADHDAwarenessMonth🎗🎗🎗#ADHD |
| الأربعاء02-Oct | فيديو الحملة | **#المعرفة\_بداية\_الحل هي شعارنا، وشعار التوعية باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه. اعرف أكثر، وخلك واعي باضطراب #ADHD**#ADHDAwarenessMonth🎗🎗🎗 |
| الأحد06-Oct | البوست التوعوي(1-الثقافة المعرفية) | **#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاثنين 07-Oct | البوست التوعوي(2-لون التوعية) | اللون البرتقالي يرمز إلى التوعية باضطراب #فرط\_الحركة\_وتشتت\_الانتباه شاركنا بالتوعية والبس البرتقالي**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاربعاء9 -OCT0  | البوست التوعوي(3-ماهو الاضطراب) | ماذا تعرف عن اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الخميس 10-OCT | البوست التوعوي (4- السبب ) | ماهو سبب ظهور الاضطراب ؟ **#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاحد 13-OCT | البوست التوعوي(5-معظم الحالات وراثية) | معظم حالات #اضطراب\_فرط\_الحركة\_وتشتت\_الانتباه أسبابها تكون وراثية**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الثلاثاء15-OCT | البوست التوعوي(6-التعامل الناجح) | فهم طبيعة الاضطراب وتأثيره على سلوكيات أطفال ذوي اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه هو أول أسس التعامل الناجح والفعال **#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الخميس17-OCT | <https://go.adhd.org.sa/ucyhv> | هل الاضطراب يستمر مدى الحياة؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاحد20-OCT | البوست التوعوي(7-مظاهر التشتت) | من مظاهر تشتت الانتباه لدى الكبار يواجه صعوبة في الحفاظ على الانتباه أثناء المهام**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاحد 20-OCT | البوست التوعوي(8-مظاهر فرط الحركة) | من مظاهر فرط الحركة والاندفاعية لدى الأطفال عدم القدرة على اللعب والانخراط في الأنشطة بهدوء**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الثلاثاء22-OCT | <https://go.adhd.org.sa/ttcy2> | كم من الوقت يحتاج الطبيب لتشخيص الاضطراب؟#المعرفة\_بداية\_الحل#ADHDAwarenessMonth🎗🎗🎗 |
| الثلاثاء 22-OCT | البوست التوعوي(9-التشخيص) | كيف يتم تشخيص اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الخميس24-OCT | <https://go.adhd.org.sa/a4lqa> | مالعمر المناسب للتشخيص؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاحد 27-OCT | البوست التوعوي(10-العلاج) | ما هو علاج اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاثنين 28-OCT | البوست التوعوي(11-هل يستمر) | هل يستمر اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه حتى الكبر؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الثلاثاء29-OCT | البوست التوعوي(12-يستمر حتى الكبر) | **#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الاربعاء30-OCT | البوست التوعوي(13-نسبة الانتشار) | ما هي نسبة انتشار اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الأربعاء 30-OCT | <https://youtu.be/GFcR6fD_Gcw?si=-burG2JaA8I4CrE9> | هل تتغير أو تزيد أعراض اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه بعد فترة؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الخميس 31-OCT | <https://youtu.be/FNj8QeT7HPU?si=E4hDdLtkSz5CG2U1> | ما هي المشاكل التي تصاحب فرط الحركة وتشتت الانتباه لدى الكبار وما تأثيرها**؟****#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |
| الخميس 31-OCT | <https://youtu.be/qI8zRkYxhbU?si=QbREBc43RazjSwVo> | ماهي أشكال الدعم التي يمكن تقديمها للمشخص باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه في مكان العمل؟**#المعرفة\_بداية\_الحل****#ADHDAwarenessMonth****🎗🎗🎗** |