

# فيديوهات تعليمية مجانية حول صحة القلب

شبكة السواحل الشمالية الغربية السريرية لطب القلب قامت بإنتاج سلسلة من الفيديوهات السهلة الفهم لمساعدتك في تعلم صحة القلب. هذه الفيديوهات تم إعدادها من قبل أطباء وممرضين ومرضى وجمعيات خيرية ومساعدين آخرين. عملوا معًا لضمان أن الفيديوهات مفيدة وودودة للجميع. تغطي الفيديوهات مواضيع مهمة تتعلق بالقلب، بما في ذلك:

- الدعم الأساسي للحياة للبالغين
- عوامل خطر القلب والأوعية الدموية
- كيف يعمل القلب
- الأكل الصحي
- الصحة النفسية والرفاهية
- النشاط البدني والتمارين
- فهم أدوية



الوصول إلى الفيديوهات

<https://youtube.com/@northwestcoastclinicalnetworks?si=eaXRruyPGSPVTPmT>



عند مراجعة الموارد الحالية، أدركت الشبكة أن معظم المعلومات المتاحة للمرضى طويلة، ومتاحة فقط في شكل مكتوب/كتيب، وعادة ما تكون متاحة فقط باللغة الإنجليزية. لتعزيز إمكانية الوصول، أردنا إنشاء مورد يكون مثيرًا للاهتمام، تفاعليًا، ومفيدًا ولكن بشكل محوري قد يتم مشاهدته والاستماع إليه عبر جهاز ذكي. تم تصميم كل فيديو ليكون مختصرًا (10 دقائق) ولكن غني بالمعلومات، لاستخدام كلمات بسيطة، تتضمن تعليق صوتي ومتاحة بعدة لغات.

متوفر باللغات الإنجليزية، العربية، لغة الإشارة البريطانية، الكانتونية، البولندية، الرومانية، الروسية، والأردية.



## فيديوهات صحة القلب

- الدعم الأساسي للحياة للبالغين
- عوامل خطر القلب والأوعية الدموية
- كيف يعمل القلب
- الأكل الصحي
- الصحة النفسية والرفاهية
- النشاط البدني والتمارين
- فهم أدويةك



الوصول إلى الفيديوهات عبر-

<https://youtube.com/@northwestcoastclinicalnetworks?si=eaXRruyPGSPVTPmT>

متوفر باللغات الإنجليزية، العربية، لغة الإشارة البريطانية، الكانتونية، البولندية، الرومانية، الروسية، والأردية.