

מרכז אלה להתמודדות נפשית עם אבדן -

דו"ח פעילות 2023

עמותת מרכז אלה פועלת למתן סיוע רגשי ולהנגשתו,
לקידום הרווחה הנפשית בחברה על כל גווניה, ולפיתוח חוסן
במציאות משתנה.

תוכן עיניינים

- 3 - דבר היו"ר
- 4 - שנת 2023 במספרים
- 6 - מכוני הטיפול הרב תחומיים
- 9 - ניצולי שואה – טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי
- 11 - אובדן
- 11 - מרכזי סיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי
- 15 - הקהילה ההולנדית
- 18 - ליווי צוותי עובדים בשעת משבר, וסדנאות חוסן
- 21 - הרצאות
- 22 - הדרכות לאנשי מקצוע
- 26 - קבוצות
- 29 - מלחמת חרבות ברזל
- 31 - תודות
- 32 - תרומה למרכז אלה



דבר היו"ר

שנת 2023 הציבה בפנינו אתגרים שלא ידענו כמותם בעבר. עם פרוץ המלחמה בשבעה באוקטובר מעגל הפגיעה הלך והתרחב, וכמעט כל אזרח ואזרחית בישראל מתמודדים כיום עם כאב קשה מנשוא – מי ישיר ומי עקיף. מיד עם היוודע ממדי האסון התגייסה עמותת מרכז אלה לסיוע במצב החירום, על מנת לתרום מהידע והניסיון שברשותה ולהעניק סיוע לאזרחיות ואזרחים רבים הזקוקים לטיפול נפשי.

מאז השבעה באוקטובר הצוות המקצועי מרחיב ומתאים את המענים עבור ארגונים ואזרחים פרטיים הזקוקים לסיוע נפשי. השירותים שלנו באים לידי ביטוי בהגדלת היקף הטיפולים הפרטניים, בפתירת קבוצות תמיכה לקהלים שונים, בהעברת הרצאות לצוותים טיפוליים, בשיתופי פעולה עם ארגונים רבים שעובדיהם זקוקים לסיוע ועוד. בין השאר, מציעה העמותה הרצאות מקצועיות לצוותים טיפוליים ורפואיים; טיפול נפשי לבני ובנות זוג של אזרחים וחיילים שנכלו במלחמה; ליווי למשפחות הנרצחים, החטופים והנעדרים; קבוצות תמיכה למשפחות ובני/בנות זוג של נרצחי פסטיבל נובה; קבוצות תמיכה לסבתות וסבים שכולים; טיפול נפשי במסגרת הקואליציה לטראומה, ועוד.

לצד הפעילויות הייחודיות המותאמות למצב, לאורך השנה המשיכו להתרחב תחומי הפעילות של העמותה: זכינו במרכז של משרד הבריאות ובזכות להעניק תמיכה נפשית לעובדי ועובדות מערכת הבריאות כחלק מהתוכנית הלאומית לחיזוק העובדים ולמניעת שחיקה, זכינו במרכז להמשך הפעלת מרכזי הסיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי במימון משרד הרווחה והביטחון החברתי, המשכנו את שיתוף הפעולה עם המשרד לשוויון חברתי במסגרתו הענקנו טיפול נפשי לאזרחים ותיקים, הנחינו סדנאות לעובדות ועובדים זרים ולמטפלות ומטפלים סיעודיים בשיתוף עמותת מטב, הנחינו 4 סמינרים בני שלושה ימים ליתומים/ות ואחים/ות שכולים בכפר הנופש אולגה בשיתוף פעולה עם האגודה למען החייל ומחלקת נפגעים בצה"ל, וכמובן המשכנו להעניק סיוע נפשי לניצולי השואה במימון הרשות לזכויות ניצולי השואה.

ברצוני להודות לעושים במלאכה: למנכ"ל, לצוות ההנהלה המורחב, לנשות ואנשי הצוות השכירים והפירילנסרים, למתנדבות ולמתנדבים, לתורמות ולתורמים, למוסדות הממשלה ולקרנות, לארגונים הרבים העובדים איתנו בשיתוף פעולה פורה ולחבריי בוועד המנהל ובוועדת הביקורת.

אני מאחל לכולנו שנצליח לצמוח מתוך השבר, ושנמשיך להיות קרן אור של תקווה עבור אנשים רבים הזקוקים למישהו שיראה את כאבם וישיט להם יד. יהל שחר, יו"ר.

2023 במרכז אלה

266,012

שעות שירות

7

סניפים

380

קבוצות טיפוליות
וחברתיות

71

עובדים שכירים

10,905

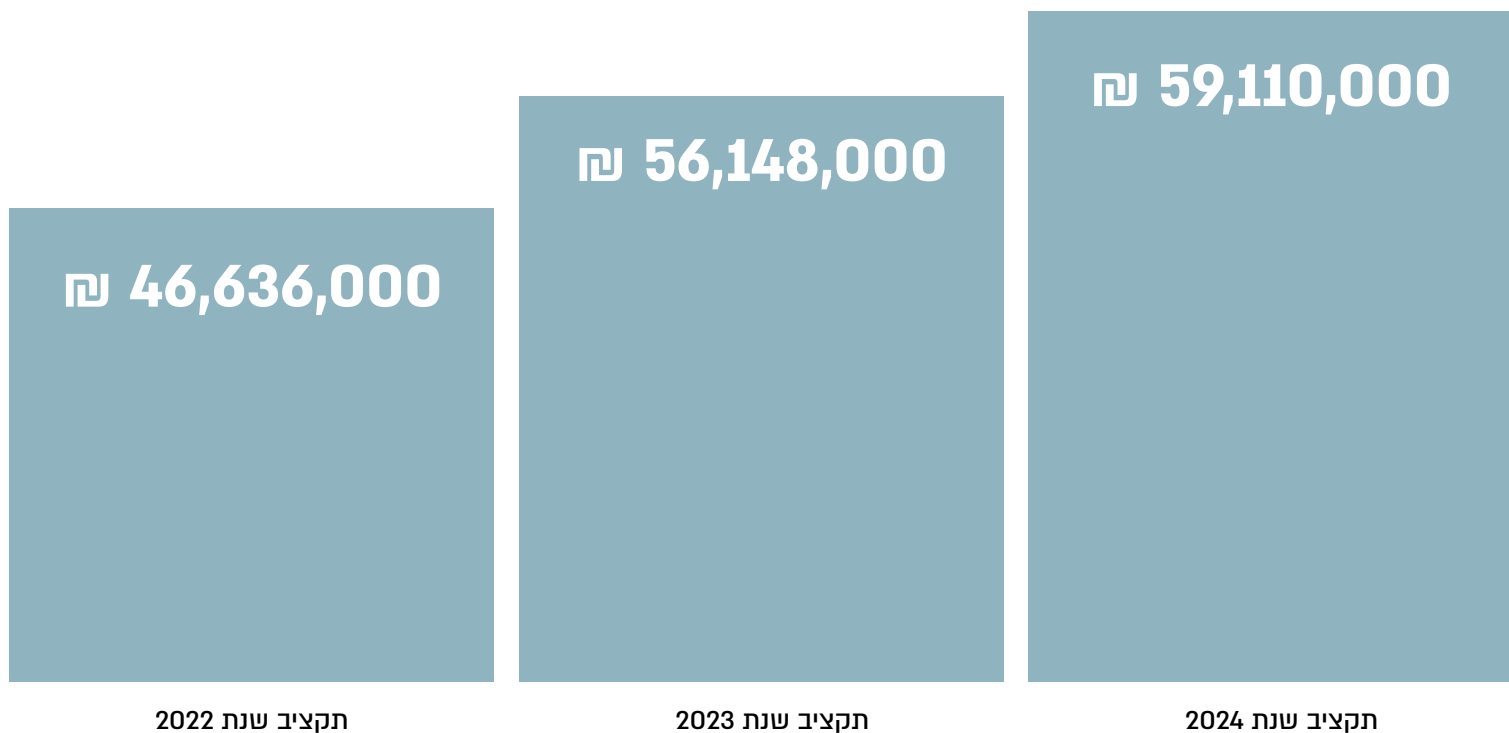
מקבלי שירות

475

עובדים פרילנסרים

99

מתנדבות
ומתנדבים

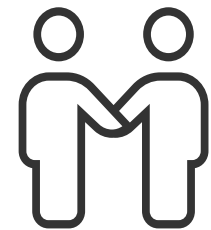
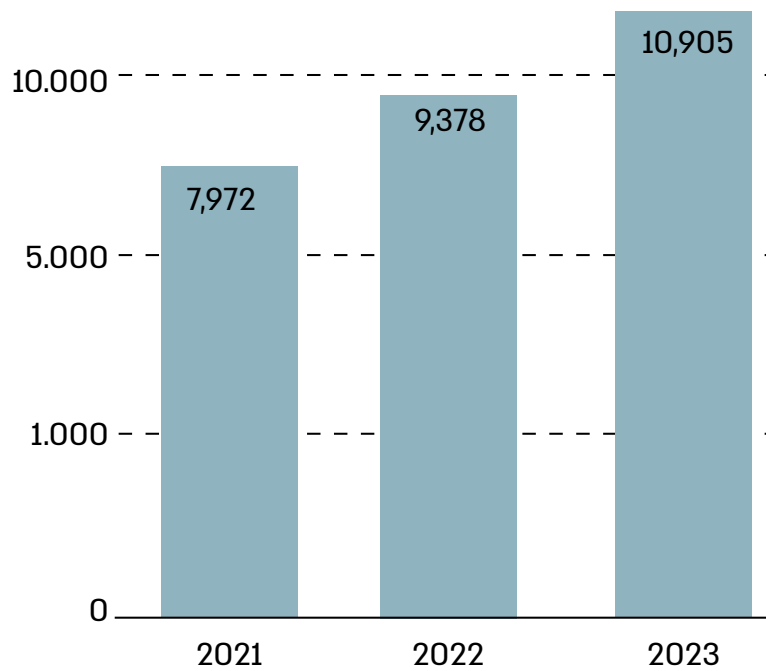


**עמותת מרכז אלה סבסדה בשנת 2023
טיפולים בעלות של:**

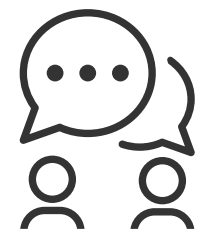
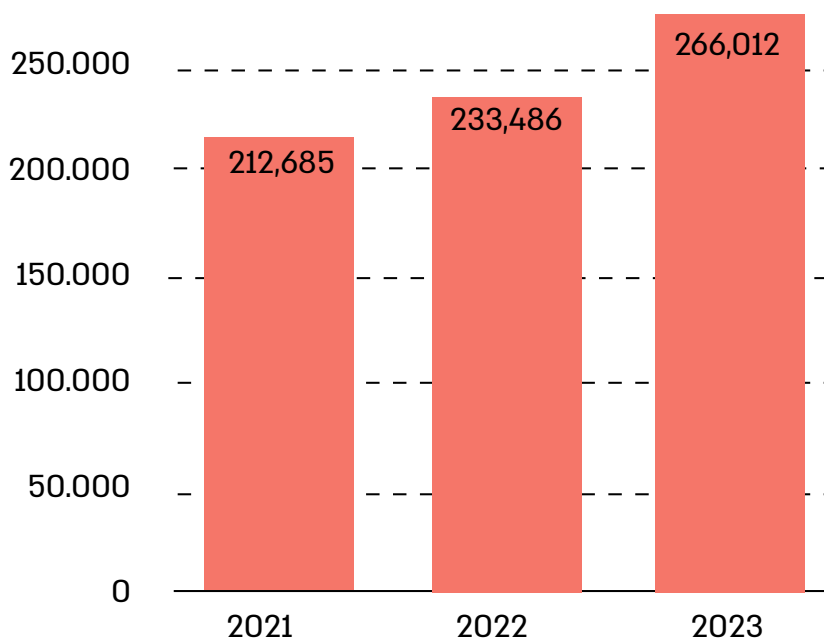
₪ 1,604,503

מכוני הטיפול הרב תחומיים

אנו מפעילים חמישה מכוני טיפול אזוריים רב תחומיים הנותנים מענה בכל רחבי הארץ. מכוני הטיפול מסייעים בטיפול נפשי פרטני, זוגי, משפחתי או קבוצתי ובליווי רוחני לאנשים שחוו משברים, קשיים ואובדנים. אנו משתדלים מאוד לתת מענה גם עבור אנשים ממעגלי פגיעה רחוקים יותר, אלו החווים אובדן "לא מוכר" (היינו- אינם זכאים להכרה, וכפועל יוצא מכך לטיפול המסובסד על ידי מוסדות המדינה) ומגייסים לכך תרומות. הטיפול הוא קצר מועד או ארוך טווח, אישי, עם בן או בת הזוג, עם בני משפחה נוספים או עם אחרים המתמודדים עם הכאב בנסיבות דומות באופן קבוצתי. סוג הטיפול נקבע בהתאם לצרכי המטופלים. לכונינו מעוטי יכולת שאינם מקבלים סיוע במימון מגורם כלשהו, אנו משתדלים לסייע בסבסוד הטיפול באמצעות תרומות.

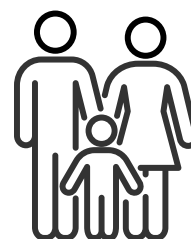
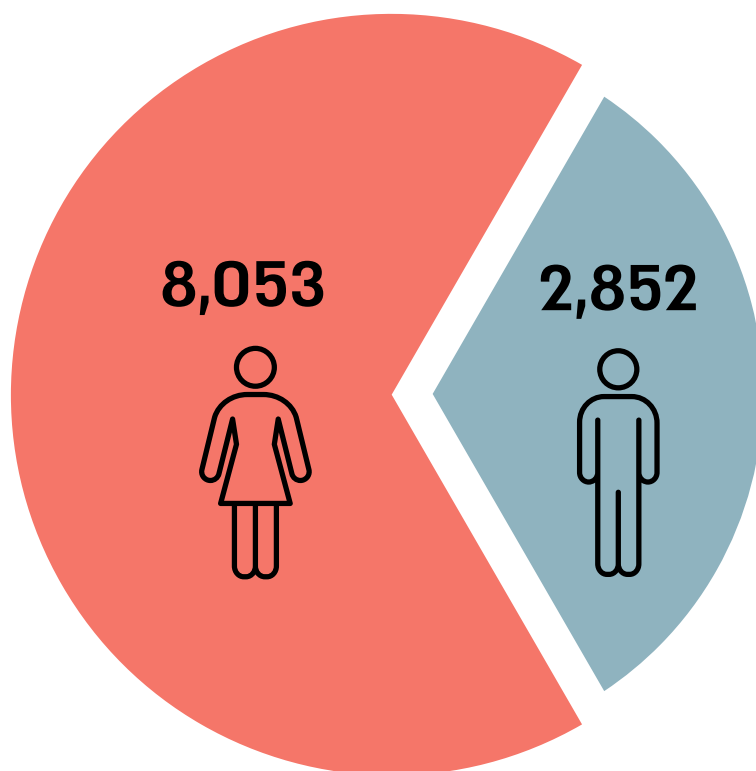


מטופלים



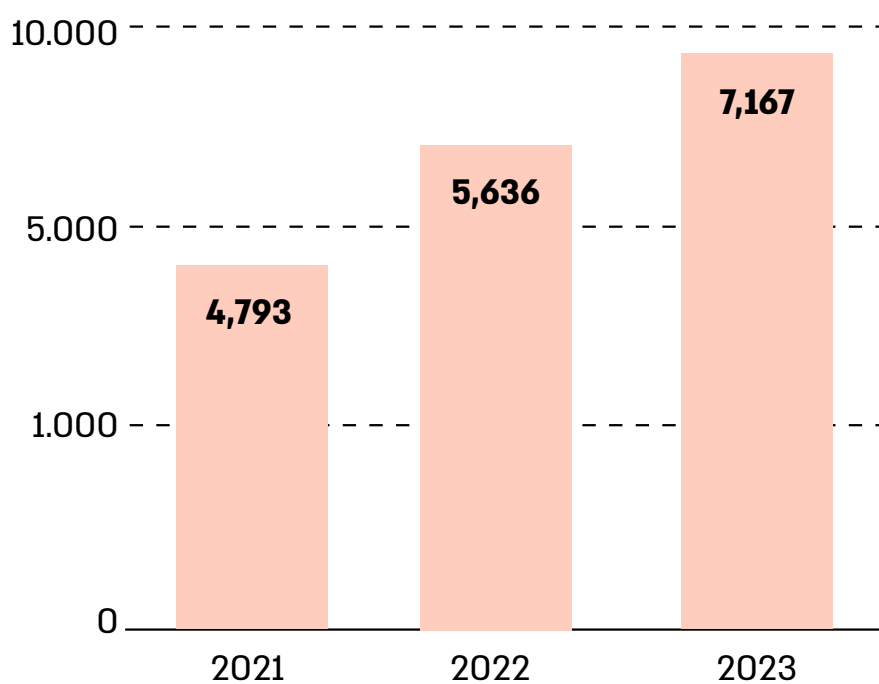
שעות שירות

התפלגות מקבלי שירות לפי מגדר

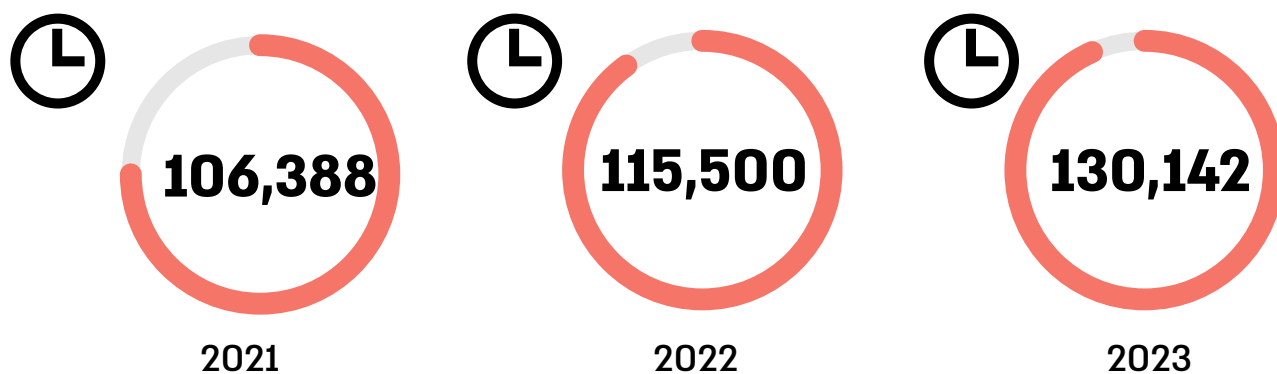


מטופלים

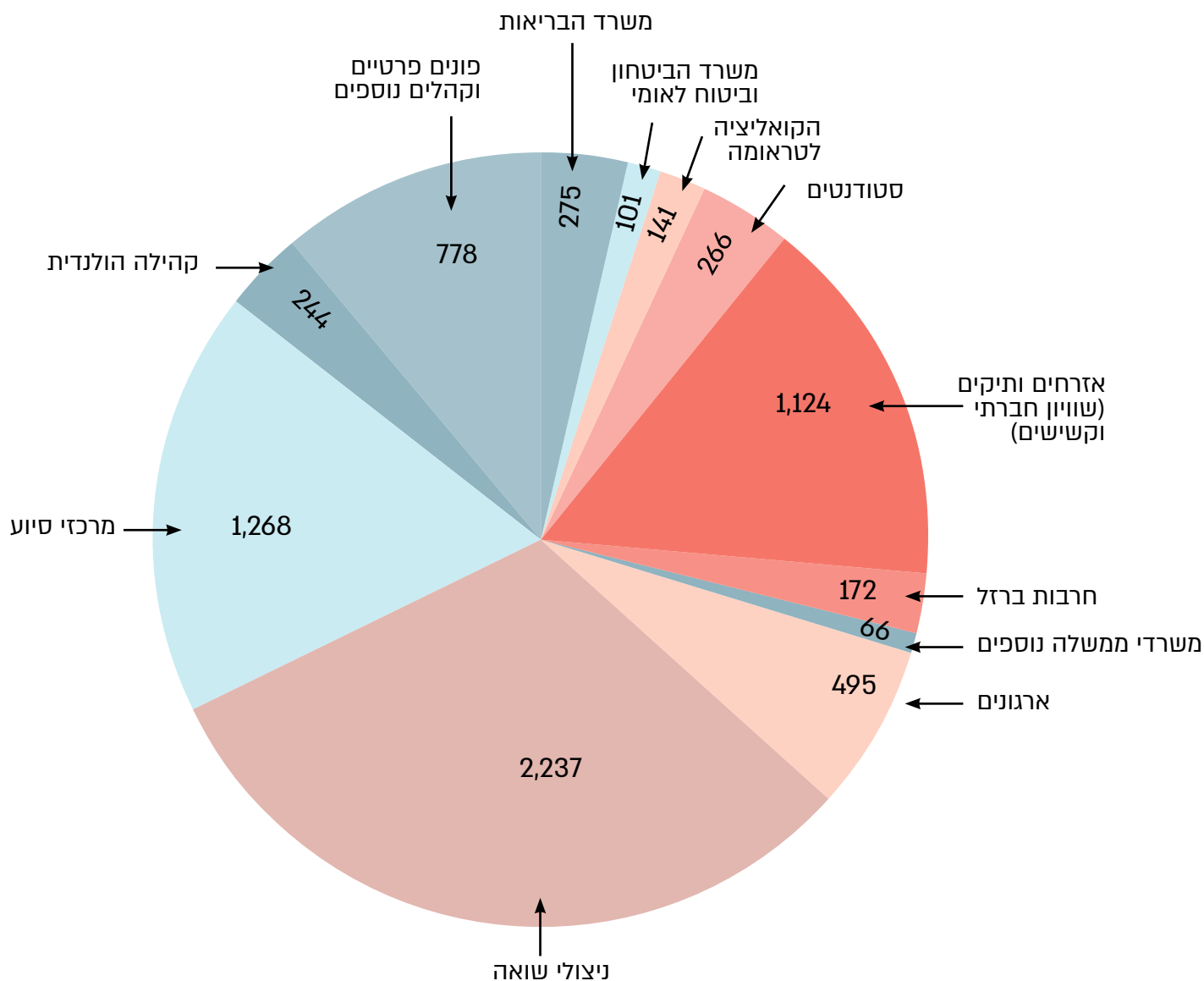
טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי - נתונים



שעות טיפול

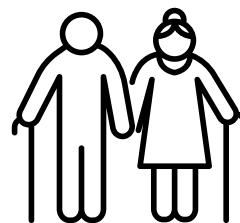
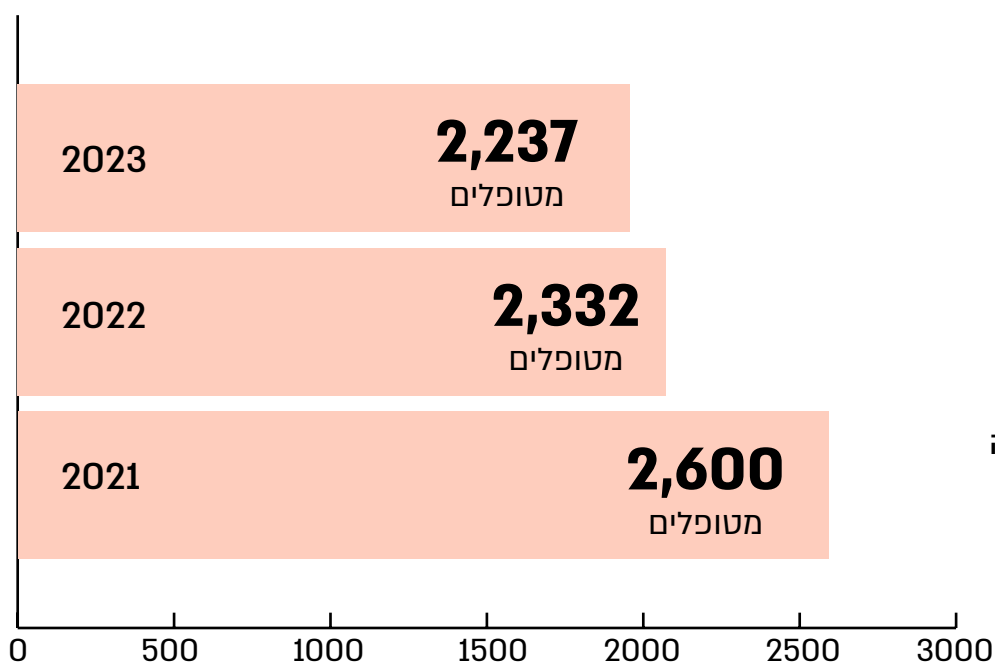


התפלגות מטופלים (טיפול פרטני) לפי אוכלוסייה



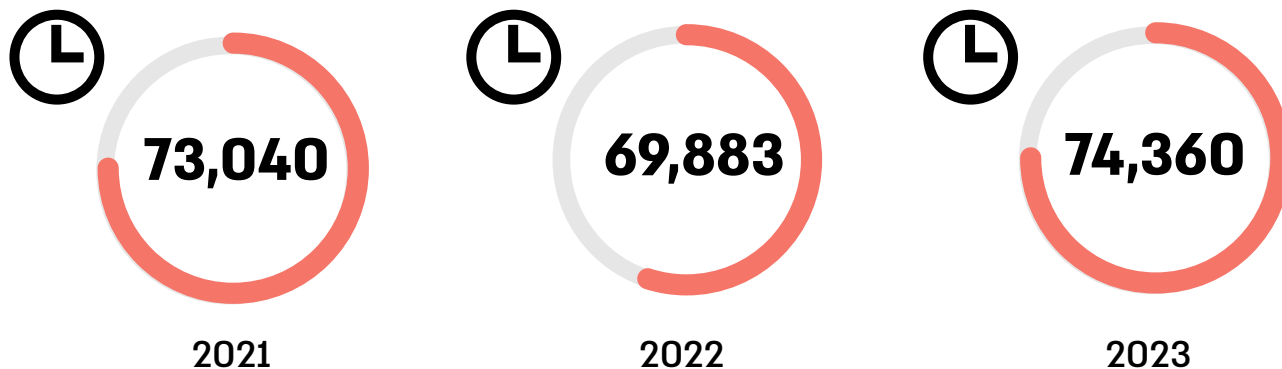
ניצולי שואה – טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי

אנו מעניקים טיפול נפשי לניצולי שואה החל משנת 2011, במימון הרשות לזכויות ניצולי שואה. רוב הניצולים מקבלים את הטיפול בביתם בעקבות קושי בניידות, וחלקם מקבלים את הטיפול בקליניקות ברחבי הארץ או באופן מקוון. אנו מעניקים לניצולי השואה טיפול נפשי על ידי מטפלים מקצועיים, מנוסים וקשובים, ומציעים טיפול באמנות, במוסיקה או באמצעות בעלי חיים לניצולים שחווים ירידה קוגניטיבית. כמו כן, מתקיימות קבוצות טיפוליות וחברתיות המאפשרות למשתתפים לשוחח עם בני גילם באווירה מכילה על נושאים הקשורים לחייהם, במטרה להפיג את בדידותם ולשפר את רווחתם הנפשית. השירות ניתן ברחבי הארץ בבתי אבות, מרכזי יום, לשכות רווחה ועוד, במימון הרשות לזכויות ניצולי שואה. עקב פטירתם המצערת של חלק מניצולי השואה במהלך השנה חלה ירידה במספר המטופלים, ועם זאת מספר שעות הטיפול עלה, ככל הנראה בעקבות אירועי המלחמה.



מטופלים ניצולי שואה

שעות טיפול בניצולי שואה





בתצלום: טיפול בניצולי שואה

מאז פרוץ המלחמה בשבעה באוקטובר, משפחות רבות הצטרפו למעגל הכאב וחוו אובדן קשה ומטלטל. כשהאובדן מתרחש בנסיבות טראומטיות ונוגד את מהלכם הטבעי של החיים, ההתמודדות קשה ומורכבת במיוחד ועלולה לעורר סימפטומים פוסט טראומטיים.

ליווי ותמיכה נפשית של אנשי מקצוע, סמוך לאובדן ככל האפשר, מסייעים באופן משמעותי לתהליך ההתמודדות. הצוות המקצועי של מרכז אלה מתמחה במתן סיוע נפשי לאנשים המתמודדים עם אובדן, ורואה בסיוע למשפחות השכולות נדבך משמעותי וחשוב בפעילות הארגון.

מרכזי סיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי עקב רצח, תאונות דרכים והתאבדות

משרד הרווחה והביטחון החברתי, בשיתוף פעולה עם עמותת מרכז אלה ועמותת בשביל החיים, מפעיל 8 מרכזי סיוע מרחביים למשפחות שחוו אובדן פתאומי עקב רצח, תאונות דרכים והתאבדות. עמותת מרכז אלה מפעילה את מרכזי סיוע בחיפה, כפר כנא, חדרה וירושלים, ובמסגרתם מלווה את המשפחות ותומכת בהן, בעיקר בתחום הרגשי והנפשי. השירותים הניתנים במסגרת זו הם:

- ליווי המשפחות על ידי אנשי מקצוע ומערך מתנדבים
- טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי
- קבוצות תמיכה
- ליווי רוחני
- פעילויות קהילתיות לבני משפחה ואנשי מקצוע
- סיוע וליווי משפטי (בעבירות המתה בלבד)

בשנת 2023 נקלטו במרכזי הסיוע **383** משפחות חדשות

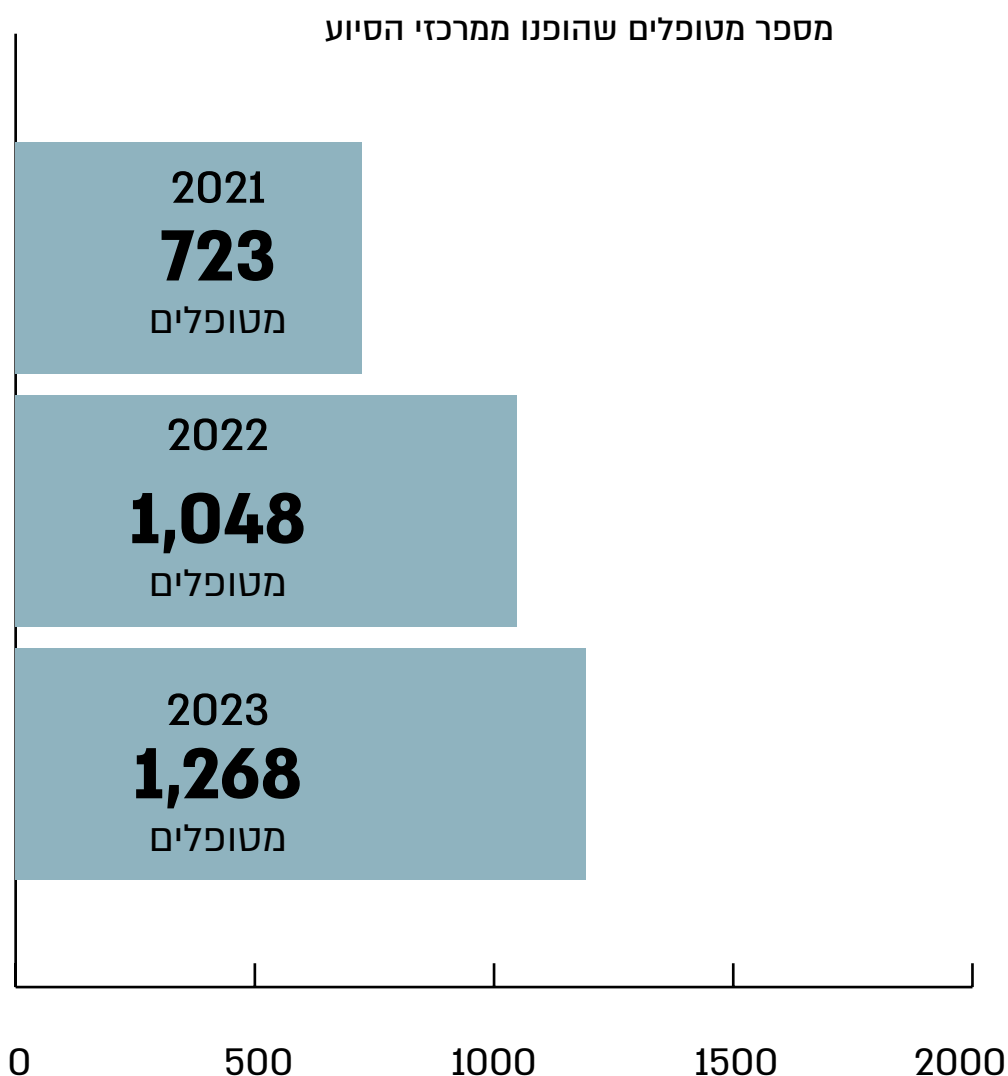
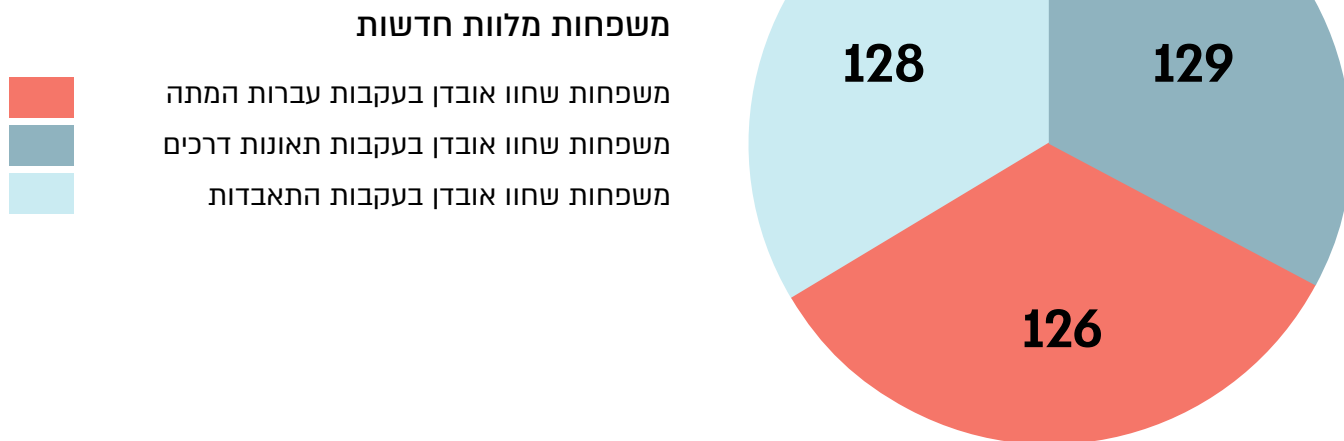
ובהן **1,494** בני משפחה שחוו אובדן פתאומי כתוצאה

מרצח, התאבדות ותאונות דרכים.

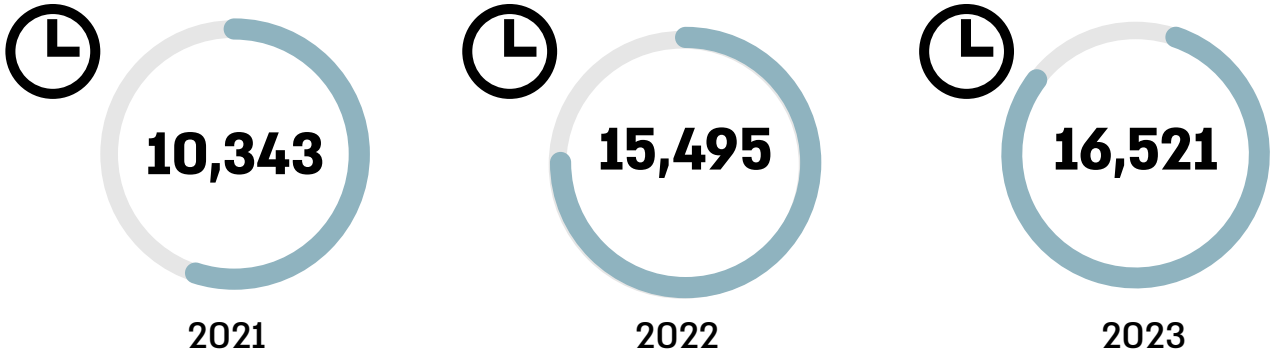
בסך הכול, במהלך שנת 2023 לוו על ידי מרכזי הסיוע

4,381 בני משפחה.

בשנת 2023 קיבלו 1,171 אנשים שהופנו למרכז אלה על ידי מרכזי הסיוע טיפול פרטני, זוגי או משפחתי או ליווי רוחני. כמו כן, התקיימו 355 ביקורי בית של העו"ס המלווים את המשפחות במרכזי הסיוע. 44 משפחות שחוו אובדן כתוצאה מעבירות המתנה קיבלו סיוע משפטי.

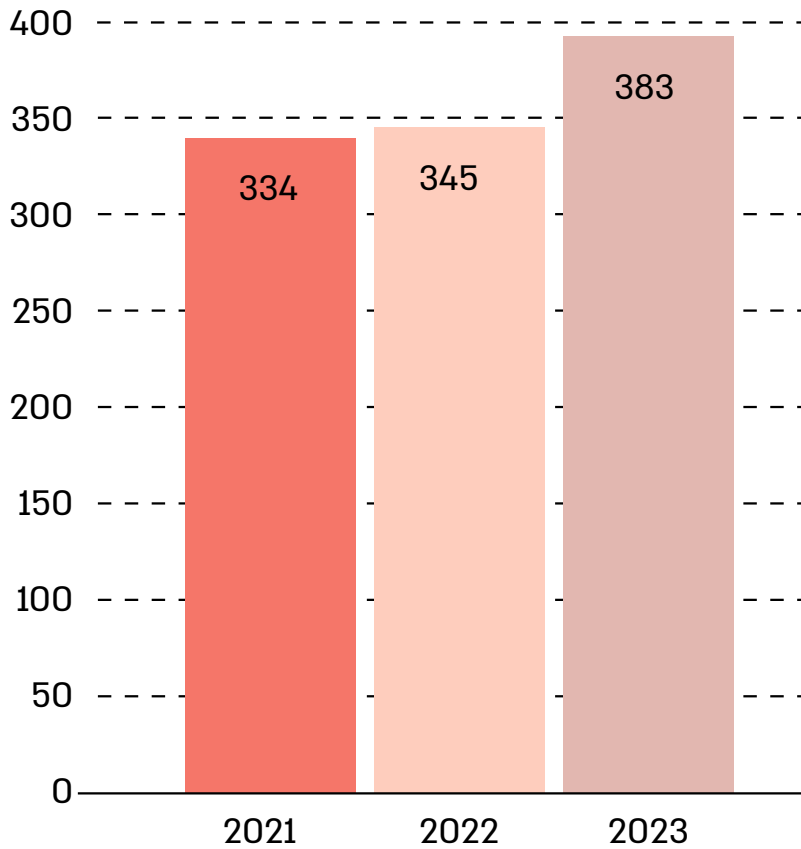


שעות טיפול



מרכזי סיוע - נתונים

מרכזי סיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי עקב רצח, תאונות דרכים והתאבדות



משפחות
מלוות חדשות

טיפול במשפחות שכולות שהופנו אלינו על ידי מרכזי הסיוע של עמותת "בשביל החיים"

במקביל לארבעת מרכזי הסיוע שמפעילה עמותת מרכז אלה, עמותת "בשביל החיים" מפעילה ארבעה מרכזי סיוע נוספים למשפחות שחוו אובדן פתאומי. במסגרת כך, הפנתה עמותת "בשביל החיים" 62 מטופלים למרכז אלה בשנת 2023, והמענה להם הסתכם ב- 956 שעות טיפול.

טיפול במשפחות שכולות של משרד הביטחון

עמותת מרכז אלה היא ספק של אגף משפחות הנצחה ומורשת של משרד הביטחון, ומסייעת למשפחות השכולות המופנות אלינו מטעמו. בשנת 2023 הענקנו טיפול נפשי ל-91 מטופלים שקיבלו 1,677 שעות טיפול.

אובדן פתאומי לא מוכר

אובדן לא מוכר הוא אובדן שקוף, כזה שאף מסגרת, ממשלתית או אחרת, לא מכירה בו ולא מעניקה סיוע בגינו לבני המשפחה השכולים. במסגרת מכוני הטיפול של מרכז אלה אנו מטפלים באנשים רבים שחוו אובדן לא מוכר בעקבות מחלה, טביעה, תאונה, שריפה ועוד. חלק משמעותי מהטיפולים המסובסדים שהענקנו בשנה זו, בזכות תרומות ותמיכות שאנו מגייסים לאורך כל הדרך, ניתנו לפונים על רקע זה. כמו כן, המשכנו לטפל במשפחות שחוו אובדן עקב מגפת הקורונה: במהלך 2023 טיפלנו בכ-100 אנשים והענקנו להם למעלה מ-1,600 שעות טיפול.

הקהילה ההולנדית

עמותת מרכז אלה הוקמה על ידי יוצאי הולנד ולמענם, בשנת 1979. מאז ועד היום מציעה העמותה מגוון מענים לקהילה ההולנדית, ביניהם טיפול נפשי מסובסד, קבוצות חברתיות, פרויקט מתנדבים ואירועים ארציים. במרכז אלה פועל צוות מסור של דוברי הולנדית המשקיע מחשבה ועשייה רבה למען חברי הקהילה.

800 בדומה לשנים קודמות, גם בשנת 2023 קיבלו כ- יוצאי הולנד טיפול פרטני, זוגי, משפחתי וקבוצתי.

טיפול נפשי, פרטני, זוגי ומשפחתי

בשנת 2023 קיבלו יוצאי הולנד טיפול נפשי מסובסד בהולנדית או בעברית, בהתאם לבחירתם. בין המטופלים: ניצולי שואה, בני ובנות זוג של ניצולי שואה, ילדיהם (דור שני) וכן יוצאי הולנד ללא רקע הקשור לשואה. המטופלים קיבלו טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי וכן ייעוץ פסיכיאטרי בהתאם לצורך. התמות העיקריות העולות בטיפול בבני הקהילה הן השואה, ההשתלבות בישראל, משברים אישיים הקשורים למשפחה ולזוגיות, סוגיות סביב המפגש הבין תרבותי, אובדן ושכול ועוד.
במהלך השנה קיבלו 244 מטופלים 5,800 שעות טיפול.

טיפול קבוצתי

בשנת 2023 הפעלנו קבוצה לניצולי שואה הולנדים שהיו ילדים בזמן מלחמת העולם השנייה. בקבוצה לקחו חלק 12 משתתפים.

קבוצות חברתיות

אנו מארגנים קבוצות חברתיות בכל רחבי הארץ, על בסיס קבוצות גיל ורקע דומה, בהנחיית עובדות ועובדים סוציאליים ובסיוע צוות מתנדבות ומתנדבים. הקבוצות מאפשרות למשתתפים לבנות רשתות חברתיות ולהרחיבן, לתמוך זה בזה ולהשתלב בחברה. בשנת 2023 התקיימו 7 קבוצות חברתיות, בהן השתתפו 135 אנשים.



בתצלום: מתנדבות מרכז אלה עם הקהילה ההולנדית בירושלים

לכתוב ביחד

בשנת 2023 התחלנו בפרויקט חדש במסגרתו אנו עוזרים לניצולי שואה יוצאי הולנד לכתוב את סיפור החיים שלהם. 12 אנשים השתתפו בפרויקט.

מתנדבים

המתנדבים ממלאים תפקידים חברתיים, ארגוניים ומעשיים בארגון ובקהילה. חלקם עורכים ביקורי בית אצל מבוגרים וחולים, ועוזרים להם באופן אישי. חלקם מסייעים בארגון הפעילויות החברתיות, מנהלים ספריות עם ספרים בשפה ההולנדית או מסייעים קשישים לפעילויות שונות. המתנדבים מקבלים הדרכות פרטניות וקבוצתיות, ומשתתפים בהרצאות ובימי עיון העוסקים בהיבטים שונים של עבודתם ההתנדבותית. כמו כן, הם משתפים את ניסיונם וחוויותיהם מעבודת ההתנדבות עם עמיתיהם ועם העובדת הסוציאלית המלווה. בשנת 2023 היו 72 מתנדבים פעילים בביקורי בית ובהפעלת קבוצות חברתיות בקהילה ההולנדית.

טקס יום השואה

בשנה זו התקיים טקס יום הזיכרון לשואה ולגבורה באופן מקוון, והציג זווית ייחודית של השפעות השואה על ניצולי השואה והדור השני. צפו בטקס כ-500 צופים בארץ ובעולם.

פעילות במסגרת עמותת הידידים בהולנד

באמצעות עמותת הידידים בהולנד (STEN) נעשו גם השנה מאמצים ליצור ולהדק את הקשרים עם הקרנות והתורמים ההולנדים. הירחון הדיגיטלי של העמותה נשלח לרשומים, וכן פורסמו מאמרים ומודעות בעיתונות ההולנדית.

השתתפות בסרט דוקומנטרי

עמותת מרכז אלה לקחה חלק בצילומים לסרט דוקומנטרי של הבימאית ההולנדית אוזגור קנל, בנושא זהות החברה הערבית בישראל. העבודה של מרכז אלה בקהילה הערבית בישראל תוצג בסרט, וכן יוצגו ראיונות עם מטפלות ומטפלים של מרכז אלה העובדים עם החברה הערבית.

ביקור משלחת מקצועית של מרכז אלה לארגונים בהולנד

בתחילת אוקטובר נסעה משלחת של נציגים מטעם מרכז אלה לבקר אצל ארגונים הולנדיים העוסקים בטיפול באובדן וטראומה. מטרת הביקור הייתה להכיר את הפעילות של הארגונים, לקיים חשיבה משותפת וללמוד מהניסיון ההדדי.

בין הארגונים שביקרנו: משרד הרווחה ההולנדי, ארגון העבודה הסוציאלית בקהילה היהודית, ארגון העבודה הסוציאלית בקהילת יוצאי מחנות הריכוז היפנים וארגון העבודה הסוציאלית ליוצאי צבא (גוף מקביל למשרד הביטחון בישראל). בביקור השתתפו ארבעה עובדי מרכז אלה ונציג הוועד המנהל. כמו כן, נפגשה המשלחת עם נציגים של קרן הולנדית התורמת לפעילות של מרכז אלה. בהמשך לביקור, הודיע משרד הרווחה ההולנדי על המשך תמיכה בפעילות עבור יוצאי הולנד בישראל למשך ארבע השנים הקרובות.



בתצלום: צוות הצילום במהלך צילומי הסרט הדוקומנטרי

ליווי צוותי עובדים בשעת משבר וסדנאות חוסן

היום יותר מתמיד קיימת הבנה באשר לחשיבות השמירה העצמית של העובדים והעובדות עקב שגרת החירום, חוסר הוודאות המתמשך, העומס האובייקטיבי והמתח המצטבר ברמה הפיזית והמנטאלית. לאורך השנה הנחינו סדנאות חוסן וחירום והענקנו ליווי רגשי לצוותים נוכח ההתמודדויות הקשורות למציאות היומיומית בכלל, ועל רקע המלחמה בפרט. סדנאות החוסן והתערבויות החירום מחזקות את העובדים כאינדיבידואלים וכצוות, מחדדות את תחושת המסוגלות והערך שלהם ומסייעות להם בהתמודדות עם משברים.



בתצלום: סדנת חוסן של מרכז אלה לחוזרים וחוזרות ממילואים

בסדנאות לקחו חלק מאות משתתפים ומשתתפות. בין השאר, קיימו סדנאות חוסן לצוותי עובדים המתמודדים עם מצבי שחיקה, לאזרחים ותיקים במרכזי יום ועוד. כמו כן, נקראנו לבצע התערבויות חירום בארגונים רבים בעקבות אירועי המלחמה והשפעתם על העובדים והעובדות.

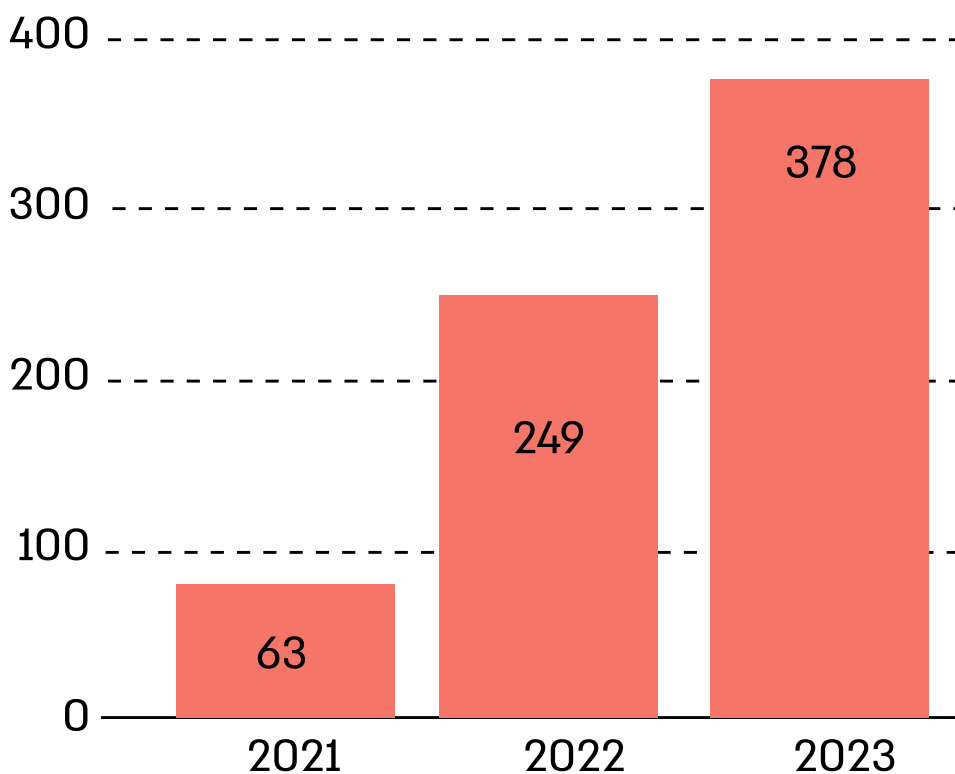
בשנת 2023 התקיימו **378** התערבויות בארגונים

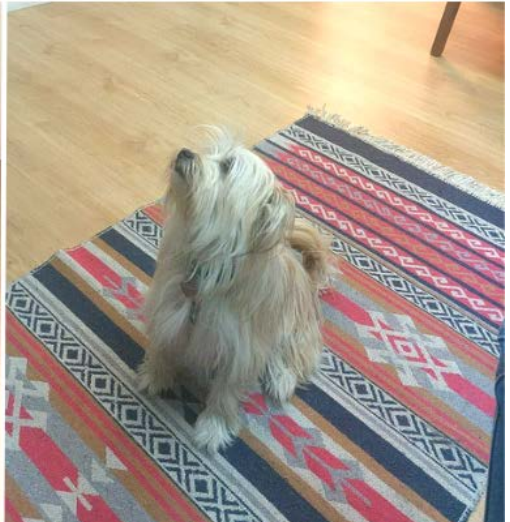
וחברות, ביניהן **267** התערבויות חירום ו-**111**

סדנאות חוסן



סדנאות חוסן
והתערבויות חירום





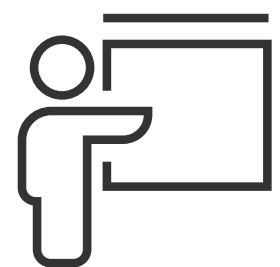
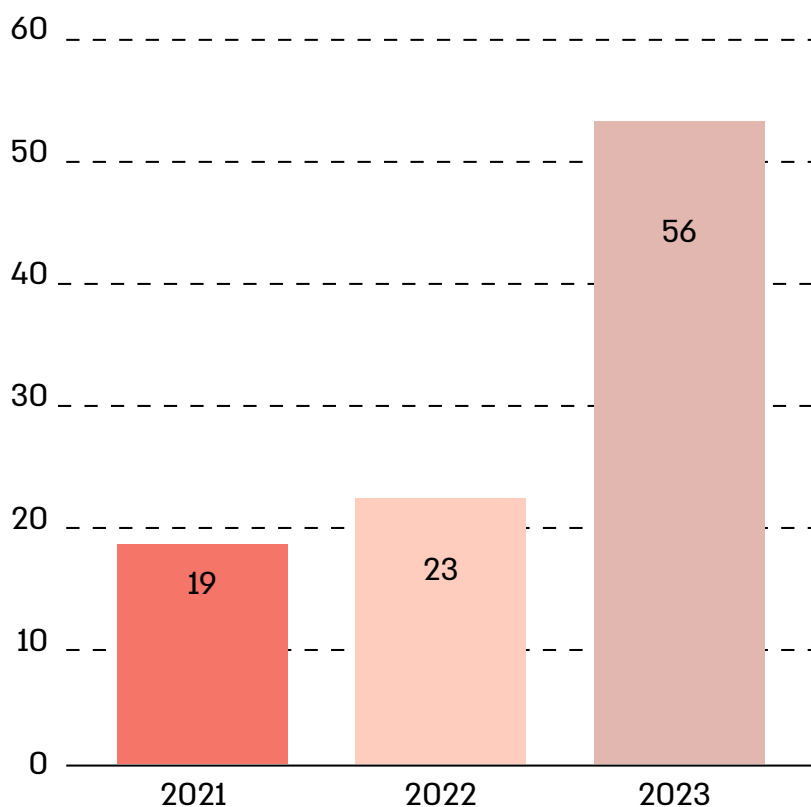
בתצלום: הקליניקות החדשות שלנו

הרצאות

עמותת מרכז אלה מציעה הרצאות וסדנאות לפי דרישה, לצוותים ולאנשי מקצוע, באופן פרונטלי ומקוון. הנושאים מגוונים: אובדן ושכול, ניצולי שואה ומשפחותיהם, התמודדות בשעת משבר, חיי משפחה וזוגיות ועוד. הניסיון והידע המקצועי של מרכז אלה באים לידי ביטוי גם בהרצאות שהועברו אחרי פרוץ המלחמה, בנושאים כמו שמירה על איתנות בשעת חירום, ניהול בשעת חירום ועוד, במטרה לשמור על החוסן הנפשי של צוותי הנהלה ועובדים בארגונים. בתקופת המלחמה העביר הצוות המקצועי 40 הרצאות. במהלך השנה כולה הועברו סה"כ 56 הרצאות ל- 5340 אנשים.



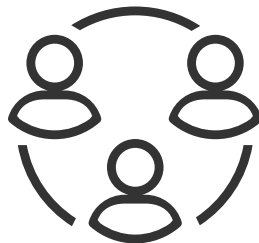
בתצלום: הרצאה



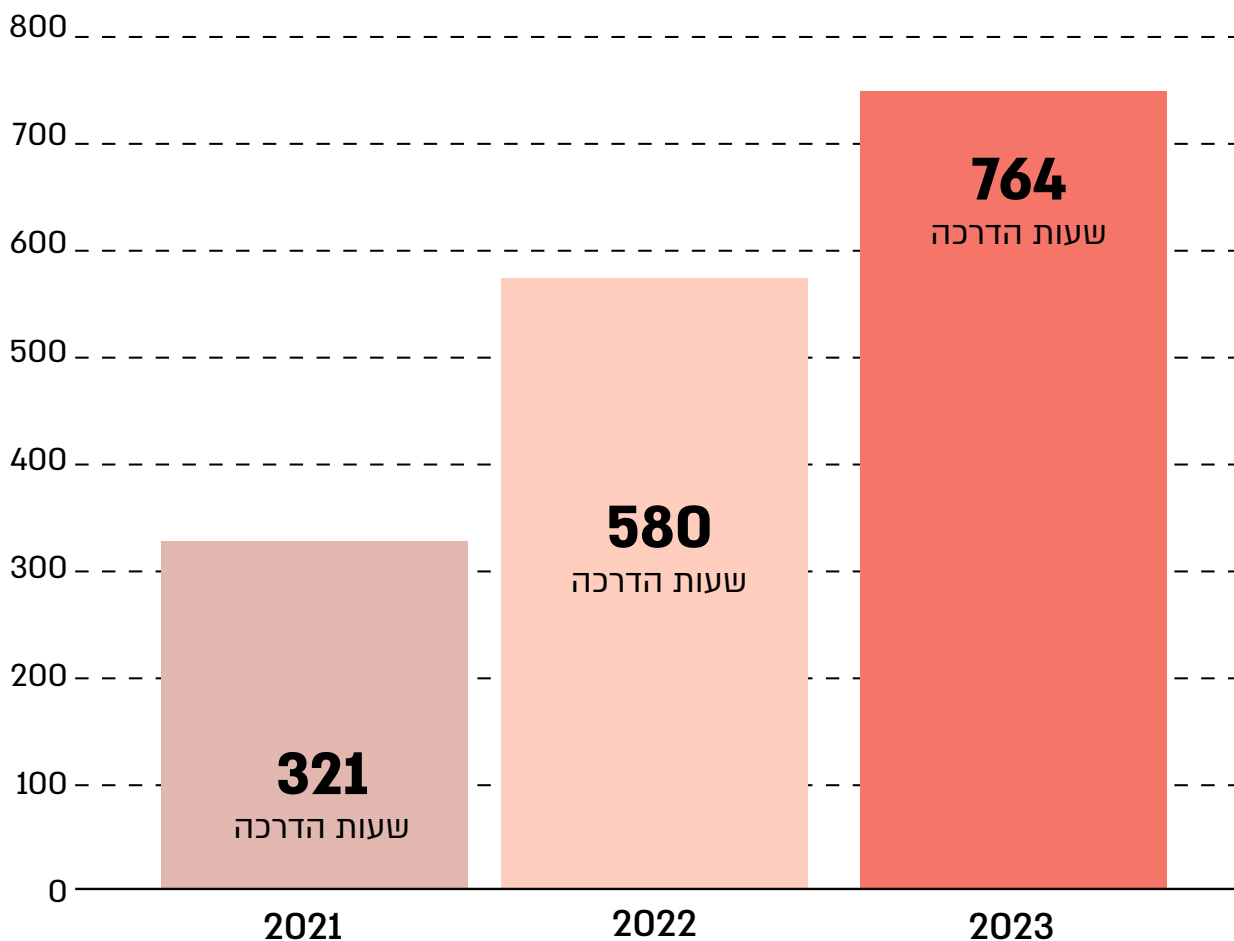
הרצאות והשתלמויות

הדרכות לאנשי מקצוע

בזכות הניסיון העשיר של הצוות המקצועי שלנו, אנו מתבקשים להדריך אנשי מקצוע ומתנדבים של גופים אחרים בנושאים של סיוע נפשי לניצולי שואה, התמודדות עם שכול ואובדן ועוד.

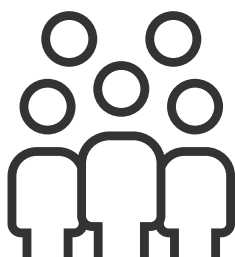


הדרכות אנשי מקצוע

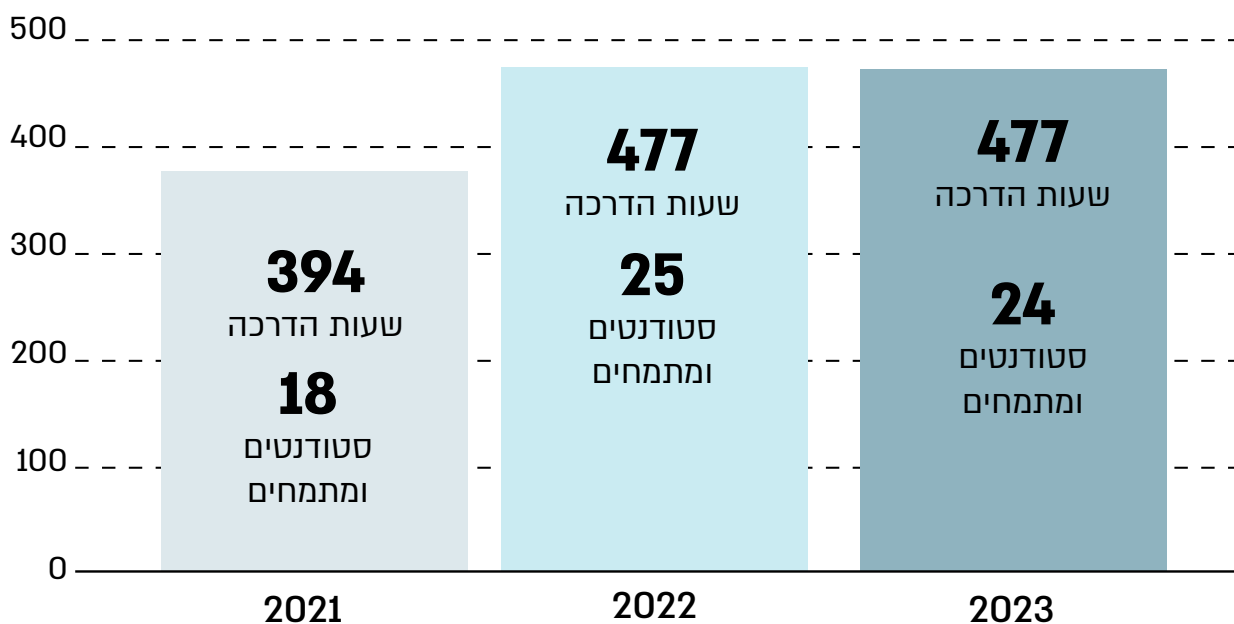


הדרכת סטודנטים ומתמחים

עמותת מרכז אלה מוכרת לצורך הכשרה מעשית לסטודנטים וסטודנטיות לעבודה סוציאלית מאוניברסיטת תל אביב ולתכניות פסיכותרפיה ממוסדות שונים. במסגרת תכניות ההדרכה וההכשרה, אנו מעבירים את הידע והניסיון שלנו הלאה ומטפחים דור חדש של אנשי מקצוע ומתנדבים מוכשרים.



הדרכות סטודנטים ומתמחים



המשרד לשוויון חברתי – אזרחים ותיקים

בתקופת מגפת הקורונה נולדה תכנית ייחודית במסגרתה זכאים אזרחים ותיקים לטיפול נפשי קצר מועד ללא עלות. מטרת התוכנית הייתה לחזק את החוסן הנפשי של האזרחיות והאזרחים הוותיקים, לסייע להם למצוא מחדש את הכוחות שאבדו ולקבל כלים להתמודדות עם משברי החיים. לאור הצלחת התוכנית והביקוש הרב, המשיכה התוכנית לפעול גם במהלך שנת 2023. לאחר אירועי השבעה באוקטובר עברו האזרחים הוותיקים טלטלה נוספת, רבים מהם הביעו מצוקה נפשית על רקע האירועים וכמות הפניות למוקד לאזרחים ותיקים עלתה משמעותית.

1,124 – בשנת 2023 הענקנו טיפול ל –
אזרחיות ואזרחים ותיקים.

ארגונים ומשרדי ממשלה נוספים

לאורך כל שנות פעילות העמותה אנו משתפים פעולה עם ארגונים, עמותות ומשרדי ממשלה רבים המכנים אלינו מטופלים רבים לצורך קבלת טיפול נפשי. במהלך שנת 2023 הופנו למרכז אלה על ידי ארגונים ומשרדי ממשלה ובמימוןם 3,344 מטופלים, שקיבלו 31,544 שעות טיפול. בין הארגונים, המשרדים והעמותות ששיתפו עמנו פעולה: משרד הבריאות, ביטוח לאומי, משרד הביטחון, משרד החוץ, המשרד לשוויון חברתי, משרד הנגב, הגליל והחוסן הלאומי, רשות המסים – מס הכנסה, רשות המסים – מכס ומע"מ, רשות המים, משרד מבקר המדינה, הקואליציה לטראומה, נציבות שירות המדינה, בנק ישראל, רכבת ישראל, נת"ע, הקמ"ג, חברת החשמל, מערך הסייבר הלאומי, שבס, הסוכנות היהודית, עמותת מטב, עמותת הותיר אחריו חברה, עיריות ומועצות אזוריות, משען וג'וינט אשלים.

סטודנטים וסטודנטיות

במהלך שנת 2023 טיפלנו ב-266 סטודנטים וסטודנטיות מאוניברסיטאות שונות, והענקנו להם 3,226 שעות טיפול.

מטופלים שפנו באופן עצמאי

עמותת מרכז אלה מציעה תמיכה נפשית לכל איש ואישה המתמודדים עם מצוקה, אובדן ומשברי חיים.

בשנת 2023 פנו אלינו באופן עצמאי **463** מטופלות
ומטופלים שקיבלו סה"כ **9,005** שעות טיפול.

פליטים

עמותת מרכז אלה לקחה חלק בתוכנית הממשלתית "צו השעה" שמטרתה לסייע לאזרחי אוקראינה השוהים בישראל. התוכנית, בהובלת משרד הרווחה והביטחון החברתי ובהשתתפות מגן דוד אדום, ג'וינט ישראל, מרכז אלה וארגונים אזרחיים נוספים, העניקה מענה לאזרחי אוקראינה שנמלטו מאזור המלחמה, בתחומים כמו סיוע סוציאלי, חינוך, בריאות ועוד. במסגרת התוכנית, עמותת מרכז אלה העניקה סיוע נפשי ללא תשלום לבני 60 ומעלה. בעקבות הביקוש והצורך, פעילות זו המשיכה גם במהלך שנת 2023.

טופלו במסגרת תכנית צו השעה **24** מטופלים
שקיבלו **148** שעות טיפול.

ייעוץ פסיכיאטרי

עמותת מרכז אלה מעניקה גם טיפול פסיכיאטרי וייעוץ בנושא טיפול תרופתי.

בשנת 2023 קיבלו **56** מטופלים
139 שעות ייעוץ פסיכיאטרי.

קבוצות

ניצולי שואה

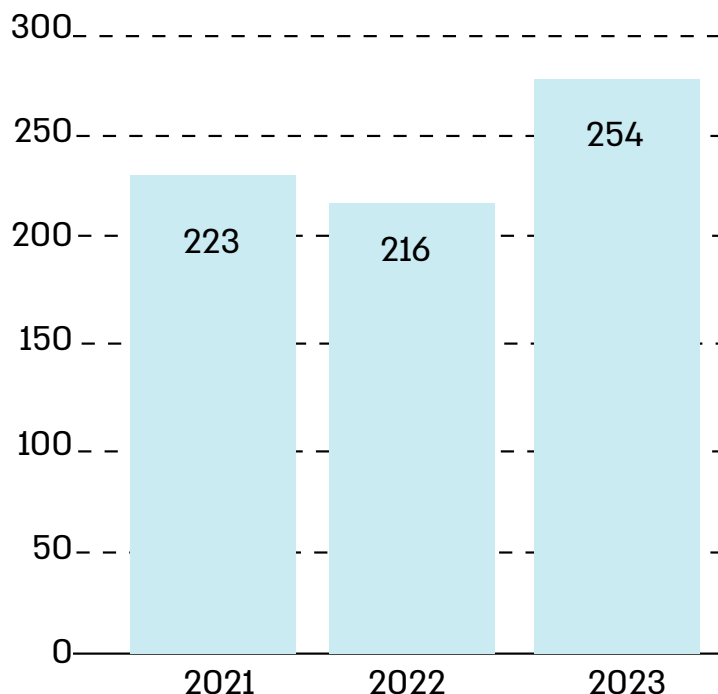
קבוצות טיפוליות

אנו מפעילים קבוצות טיפוליות לניצולי השואה המתקיימות בבתי אבות, במרכזי יום, במועדונים וכדומה, ובמסגרתן מתכנסים משתתפים קבועים לשיח על חוויות מחייהם, דרכי התמודדות שונות ועוד. הקבוצות מתקיימות במימון הרשות לזכויות ניצולי השואה. בשנת 2023 התקיימו 4 קבוצות טיפוליות לניצולי שואה, במסגרתן התקיימו 162 מפגשים ל-40 ניצולי שואה. בסך הכול התקבלו 1,647 שעות טיפול.

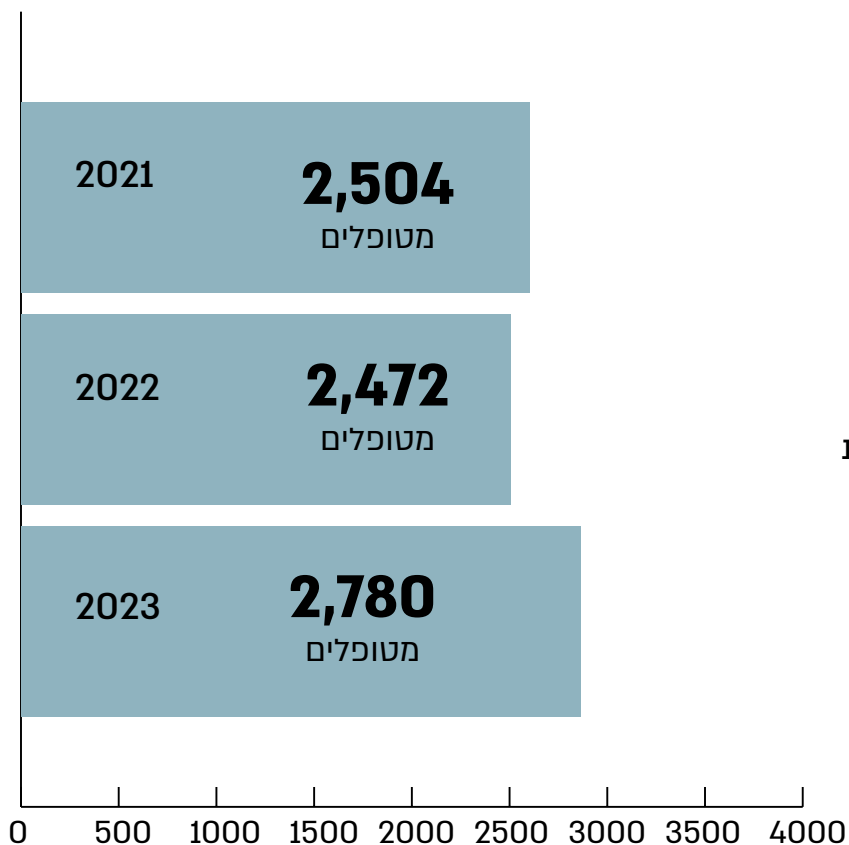
קבוצות חברתיות

עמותת מרכז אלה פיתחה מגוון רחב של קבוצות חברתיות עבור ניצולי השואה, במטרה לעודד את המשתתפים לשתף בחוויות חייהם באווירה מכילה, מחבקת ויצירתית. הקבוצות מותאמות לאוכלוסיית הניצולים ונעזרות בכלים מגוונים כמו כתיבה, אמנות, בעלי חיים, גינון טיפולי, פסיכודרמה, תנועה, מיינדפולנס, צ'יקונג, מדיטציה, יוגה, סיפורי חיים והעלאת זיכרונות. הקבוצות מתקיימות במימון הרשות לזכויות ניצולי השואה.

במהלך 2023 התקיימו **254** קבוצות חברתיות
בהן נכחו **2,780** משתתפים, שקיבלו
סה"כ **117,549** שעות פעילות.

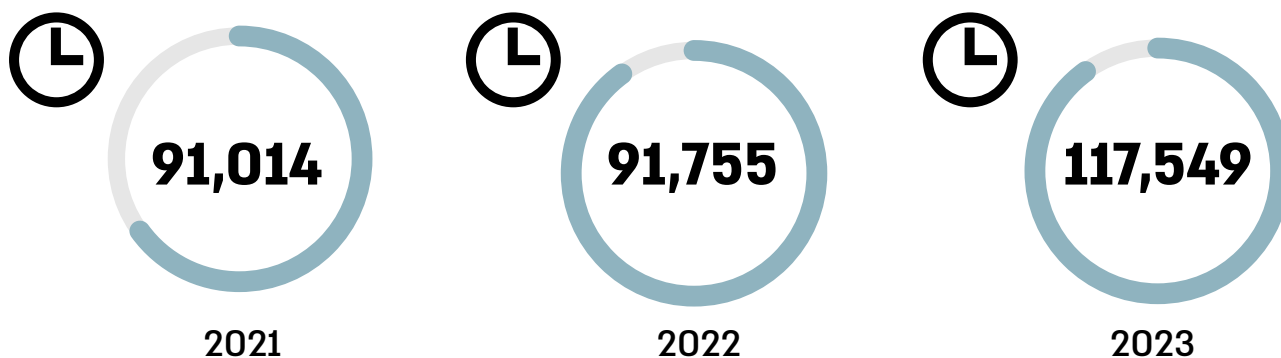


קבוצות חברתיות



משתתפים בקבוצות חברתיות

קבוצות חברתיות – שעות פעילות



קבוצות מכוני הטיפול

במסגרת מכוני הטיפול הפעלנו במהלך השנה:

- קבוצות חברתיות לאזרחים ותיקים
- קבוצות לנשים חולות סרטן שד גרורתי (בשת"פ עם עמותת אחת מתשע)
- קבוצת תמיכה להורים שילדיהם נשכחו ברכב
- קבוצות תמיכה לעיבוד אובדן
- קבוצות תמיכה לקרובי נרצחי מסיבת הנובה בשבעה לאוקטובר (הורים, אחים ובני/בנות זוג).

71 קבוצות **783** משתתפים
581 מפגשים **7,242** שעות

קבוצות לאזרחים ותיקים

במהלך השנה התקיימו 52 קבוצות לאזרחים ותיקים (שלא במסגרת הרשות לזכויות ניצולי שואה), בהן לקחו חלק 612 משתתפים ב-459 מפגשים.

קבוצות במסגרת מרכזי סיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי

במהלך 2023 הופעלו במסגרת מרכזי הסיוע 37 קבוצות תמיכה שכללו 608 מפגשים, בהם השתתפו 310 בני משפחה. סה"כ התקבלו 5,998 שעות טיפול קבוצתי. בין הקבוצות שהתקיימו: הורים למתאבדים, משפחות של מתאבדים, אחים שכולים צעירים, אחים שכולים בוגרים, אלמנות צעירות, נכדים שכולים, אימהות שאיבדו בן משפחה בתאונת דרכים, מעגל שיח לגברים שכולים, אנשים שחוו אובדן כתוצאה מרצח שבוצע על ידי בן משפחה, מעגל ניגון ושיח, קבוצה לדוברי אנגלית, ליווי רוחני לנשים ועוד.



בתצלום: קבוצת תמיכה במרכז אלה

מלחמת חרבות ברזל

מאז פרוץ המלחמה בשבעה באוקטובר, עמותת מרכז אלה מגויסת לסיוע במצב החירום. אנו עומדים בחזית הנפשית של המלחמה, מזהים את הצרכים העולים מן השטח ואת האוכלוסיות שאינן מקבלות מענה ממוסד, ונענים לצורך ההולך וגדל בטיפול נפשי מקצועי.

בפרק זה נציג את פעילות העמותה החל מ- 7.10.23 ועד 7.4.24, במהלך 6 החודשים הראשונים למלחמה.

טיפול נפשי פרטני

על רקע אירועי המלחמה הצענו טיפול נפשי ללא תשלום בקליניקות או בזום למי שחווה אובדן או הרגיש חרדה, כאב, ייאוש וקושי נפשי. כמו כן, הענקנו טיפול נפשי לעובדים ועובדות בארגונים שונים שחוו מצוקה בעקבות אירועי המלחמה, ביניהם הקואליציה לטראומה, משרד הבריאות, משרד הביטחון אגף משפחות והנצחה ועוד.

ליווי משפחות הנרצחים והחטופים מטעם משרד הביטחון

מטפלות ומטפלי העמותה נרתמו לליווי המשפחות ולמתן מענה רגשי ונפשי לאורך הדרך הקשה שהן עוברות. אנו מחויבים לדאוג לכך שהמשפחות לא יישארו לבד בעת הקשה הזו, שמתאפיינת בעמימות וחוסר אונים, ומנסים לסייע ככל האפשר מתוך הניסיון המקצועי שלנו.

קבוצות תמיכה לקהלים שונים

לאורך חודשי המלחמה זיהינו מקומות בהם יש צורך אך אין מענה, ושם נרתמנו לסייע. בתקופה זו הקמנו קבוצות תמיכה לקרובי נרצחי מסיבת הנובה – הורים, אחים ואחיות, בני ובנות זוג; קבוצות תמיכה לסבתות וסבים שכולים לנשות חיילי המילואים; לאזרחים ותיקים שפוננו מביתם; למטפלות הזרות שגם הן נעקרו מהבתים, ועוד. בתקופה זו נפתחו 17 קבוצות תמיכה.

טיפול נפשי, הרצאות והכשרות לעובדי ועובדות מערכת הבריאות

עמותת מרכז אלה נבחרה באופן בלעדי לספק שירותי סיוע נפשי לעובדות ועובדי מערכת הבריאות. מאז פרוץ המלחמה סיפקנו מענה נפשי חירומי לעובדי ועובדות מערכת הבריאות, העברנו עשרות הרצאות והכשרות לעובדים ולצוותי ההנהלה והענקנו מענה טיפולי פרטני לעובדי ועובדות זק"א ויחידה 360, וכן לעובדי מתקן שורה שעסקו בזיהוי הנרצחים והחללים.

שיתוף פעולה עם ג'וינט אשלים ומועצת תנועות הנוער

בתקופה זו ביצענו התערבויות קבוצתיות למדריכים, "שינשינים", מחנכים ומתאמים שליוו את משפחות המפונים והעוטף, ערכנו מפגשי הכנה לצוותים לקראת המפגש עם המשפחות וקיימנו קבוצות לעיבוד התחושות והקשיים שהתעוררו במפגשים.

שיתוף פעולה עם ג'וינט אשלים ונציבות שירות המדינה

קיימנו שתי השתלמויות לכ-150 ממונות רווחה במשרדי ממשלה וביחידות הכפופות להם במטרה לחזק את תחושת המסוגלות והתפקוד שלהן. ההשתלמות כללה מתן ידע תאורטי בנושאים של טראומה, אובדן, שכול, שחיקה, שיבה ממילואים ושמירה עצמית.

תמיכה באזרחיות ואזרחים ותיקים

במהלך המלחמה המשכנו להעניק טיפול נפשי לאזרחיות ואזרחים ותיקים במימון המשרד לשוויון חברתי. בתקופה זו נקלטו לטיפול 884 מטופלות ומטופלים חדשים.

תמיכה לעובדים ולעובדות בארגונים שונים

מתחילת המלחמה שיתפנו פעולה וסיפקנו שירות לארגונים ומשרדי ממשלה שעובדיהם נקלעו למצוקה, באמצעות סדנאות ליווי רגשי לעובדות ולעובדים המתמודדים עם קושי נפשי על רקע המלחמה וכן באמצעות מפגשי ליווי רגשי לחוזרות וחוזרים ממילואים לשגרת העבודה. בין הארגונים ומשרדי הממשלה להם סיפקנו שירות: שבס, בנק ישראל, מערך הסייבר הלאומי, המוסד לביטוח לאומי, הקואליציה הישראלית לטראומה, חברת החשמל, משרד הביטחון, ארגון יד לבנים, עמותת מטב, עיריית ירושלים, עיריית ראשון לציון, רשת משען, רכבת ישראל, CareGivers, הסוכנות היהודית לארץ ישראל, רשות המיסים ועוד.

במהלך חצי השנה הראשונה של המלחמה

טיפלנו ב- **5,913** מטופלים,

מתוכם **2,901** מטופלים חדשים.

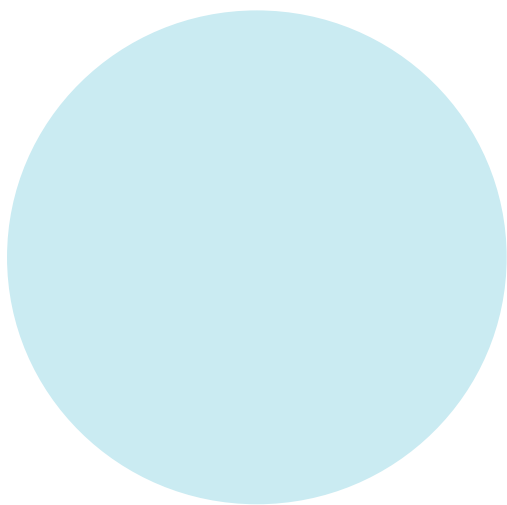
בתקופה זו העברנו **40** הרצאות מקצועיות לצוותים טיפוליים ורכפואיים.

הנחינו **489** מפגשים של התערבויות חוסן וחירום על רקע אירועי המלחמה.

תודה מקרב לב על תמיכתכם

הוועדה הציבורית לקביעת ייעודים של עיזבונות לטובת המדינה | המוסד לביטוח לאומי | הרשות לזכויות
ניצולי השואה | משרד הבריאות | עיריית תל אביב | משרד הרווחה ההולנדי | הקרן הספרדית לזקנה |
הקרן היהודית לתמיכה כללית | קרן עשור | קרן יוסף וקריסטינה קסירר | הקרן לזיכרון השואה | הקרן
היהודית ההומניטרית | קרן ווינברג | השותפות לסנגוריה לקורבנות רדיפה | קרן משפחת ארקין | בנק
הפועלים | קרן יהל | ותורמים פרטיים רבים מהולנד ומישראל.

Fondation
pour la
Mémoire
de la
Shoah



תרומה למרכז אלה – הדרך שלך להשפיע על החוסן החברתי

מרכז אלה היא עמותה ללא מטרת רווח, המגייסת תרומות מקרנות ומאנשים פרטיים. נודה לתמיכתכם בעבודתנו באמצעות מתן תרומה. תרומותיכם יאפשרו לנו להעניק טיפול נפשי מסובסד לאנשים שידם אינה משגת. לעמותת מרכז אלה אישור סעיף 46 לפקודת מס הכנסה המאפשר לתורמים לקבל הטבות מס.

דרכי תרומה

באמצעות כרטיס אשראי:

היכנסו לאתר מרכז אלה בכתובת www.elah.org.il ולחצו על "תרומה",
או התקשרו למשרדנו בטלפון 03-6910921

באמצעות צ'ק:

ניתן לשלוח צ'ק לפקודת מרכז אלה לכתובתנו: יגאל אלון 157, משרד 941, תל אביב 6744365

באמצעות העברה בנקאית בישראל:

בנק הפועלים, סניף 780, חשבון 225221, או:

IBAN: IL500127800000000225221

SWIFT: POALILIT

באמצעות הדף שלנו באתר JGIVE:

<https://www.jgive.co.il/new/he/ils/external/charity-organizations/524>

לפרויקט נפגעי עוטרף עזה:

<https://www.jgive.com/new/he/ils/donation-targets/110237/about>

לתרומה באמצעות העברה בנקאית בהולנד:

IBAN nr. NL75ABNA0550509615 t.n.v. Stichting Elah Nederland, Amsterdam

מרכז אלה – להתמודדות נפשית עם אבדן

יגאל אלון 157, משרד 941 תל-אביב 6744365

טל': 03-6910921, פקס: 03-6951574

elah@elah.org.il www.elah.org.il

פייסבוק: מרכז אלה – להתמודדות עם אובדן, טראומה ומשברי חיים

פייסבוק – <https://www.facebook.com/amutat.elah>

אינסטגרם: [@elahcenter](https://www.instagram.com/elahcenter) – אינסטגרם [/https://www.instagram.com/elahcenter](https://www.instagram.com/elahcenter)

חברי הועד המנהל ב-31.12.2023

יהל שחר, יו"ר

עמוס ון ראלטה, גזבר

רו"ח עמירם קליין, מזכיר

שרית סנדומירסקי, מ"מ יו"ר

מרי בן סיני

רו"ח דב קרומר

חברי ועדת הביקורת

יו"ר: רו"ח אבי אומסי

רו"ח אלי כהן

מבקר פנים

BDO זיו האפט

עמותת החברים בהולנד

Stichting Elah Nederland

p/a **JMW**

Van Boshuizenstraat 12

BA Amsterdam-Buitenveldert 1083

Email: elahnederland@gmail.com

Website: www.elahnederland.nl

KvK registratie nummer: 41213035

ANBI nummer: 8142 78 103



בתצלום: המטפלים והמטפלות שלנו



דו"ח פעילות 2023