



מרכז אלה להתמודדות נפשית עם אובדן דו"ח פעילות 2024



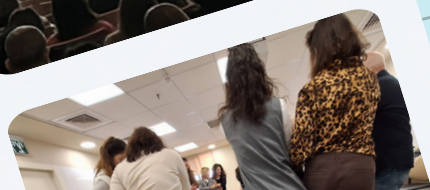
סג'ר חיוסן



ח'י-ז'ר ציוו



טיפול באמנות



תוכן העניינים

3 - דבר היו"ר

4 - סיכום השנה במספרים

5 - תקציב

6 - מכוני הטיפול

9 - אזרחים ותיקים, ארגונים ומשרדי ממשלה

10 - סטודנטים, מטופלים שפנו עצמאית

11 - ניצולי שואה

12 - מרכזי סיוע

15 - מרכזי סיוע, משרד הביטחון

16 - הקהילה ההולנדית

18 - ליווי צוותים במשבר וסדנאות חוסן

19 - הדרכה

20 - קבוצות

23 - מלחמת חרבות ברזל

27 - תודות

28 - תרומה

יום ליווי



סיפור בגינה



בית ליווי



דבר היו"ר

שנת 2024 המחישה לכולנו עד כמה משמעותי הסיוע הנפשי בשמירה על החוסן האישי והקהילתי. המלחמה המתארכת, האובדנים הרבים, חוסר הוודאות והמאבק להשבתם של החטופים השפיעו על מעגלים רחבים בציבור הישראלי. נדרשים כוחות נפש רבים כדי להתמודד עם מציאות כזו, ועמותת מרכז אלה התגייסה כדי לתת מענה.

לאורך השנה, הצוות המקצועי של מרכז אלה פיתח מענים מותאמים עבור קהלים וארגונים שנזקקו לסיוע נפשי. ההתגייסות של העמותה באה לידי ביטוי בהרחבת היקף הטיפול הפרטניים, בפתיחת קבוצות תמיכה בהתאם לצרכים שעלו מן השטח, בשיתופי פעולה עם ארגונים שביקשו סיוע נפשי עבור עובדיהם, ועוד. במהלך השנה נפתחו, בין השאר, קבוצות תמיכה ייחודיות לנשות חיילי המילואים שנשארו לבדן בעורף, קבוצות תמיכה לקרובי נרצחי מסיבת הנובה, קבוצות תמיכה לסבתות וסבים שכולים וקבוצה לאנשים שאיבדו חברים קרובים במלחמה. כמו כן, העברנו הרצאות לצוותי חינוך ולצוותים טיפוליים בנושאים כמו אובדן טראומטי, אבל מורכב, טראומה קולקטיבית, חוסן ושמירה על איתנות בשעת חירום.

לצד פעילות העמותה על רקע המלחמה, הענקנו תמיכה נפשית לעובדי ועובדות מערכת הבריאות כחלק מהתוכנית הלאומית לחיזוק העובדים ולמניעת שחיקה, ולטפל בנפגעי המלחמה ובני משפחותיהם בשיתוף פעולה עם משרד הביטחון וביטוח לאומי. במהלך השנה, המשכנו להפעיל את ארבעת המרכזים למשפחות שחוו אובדן פתאומי בנסיבות של רצח, תאונות דרכים והתאבדות במסגרת תכנית הסיוע של משרד הרווחה והביטחון החברתי. הענקנו טיפול לאזרחים ותיקים במסגרת שיתוף הפעולה עם המשרד לשוויון חברתי והמשכנו בשיתוף הפעולה הפורה עם ג'וינט אשלים ומועצת תנועות הנוער. בשנה זו זכינו, ביחד עם שתי עמותות נוספות, במכרז של הרשות לזכויות ניצולי השואה במסגרתו אנו ממשיכים להעניק טיפול נפשי לניצולים, ברגישות רבה ובהתאמה לצרכים המשתנים.

לאור ריבוי הפניות למשרדי העמותה והצורך ההולך וגדל בטיפול נפשי, השקנו בשנה זו את מרכז הפניות הארצי של מרכז אלה הממוקם בבאר שבע. המרכז הוקם במטרה לענות לפניות של מבקשי טיפול, לייעל את הטיפול בפנייתם, להתייחס באופן רגיש ומקצועי לכל פונה ולהתאים את המטפל או המטפלת המתאימים ביותר לצרכים של הפונים באזור מגוריהם.

ברצוני להודות לעוסקים במלאכה: למנכ"ל, לצוות ההנהלה, לצוות השכיר, לפרילנסרים, למתנדבות ולמתנדבים, לתורמות ולתורמים, למוסדות הממשלה ולקרנות, לארגונים העובדים איתנו בשיתוף פעולה פורה ולחבריי בוועד המנהל ובוועדת הביקורת.

אני מייחל לימים שקטים יותר, ולכך שבקרוב נזכה לראות את כל החטופים חוזרים הביתה, את החיילים שבים בבטחה לבתיהם ואת הפצועים מחלימים ומשתקמים. בינתיים, גם בעין הסערה, עמותת מרכז אלה ממשיכה לפעול ולהושיט יד למי שזקוק לסיוע נפשי, לייחל ולעשות כדי שיהיה פה טוב יותר ולהחזיק את התקווה שעוד נכוננו לנו ימים אחרים.

יהל שחר,
יו"ר.

2024 במרכז אלה



7

סניפים

268,827

שעות שירות

12,353

מקבלי ומקבלות שירות

401

קבוצות טיפוליות
וחברתיות

629

עובדות ועובדים
פרילנסרים



73

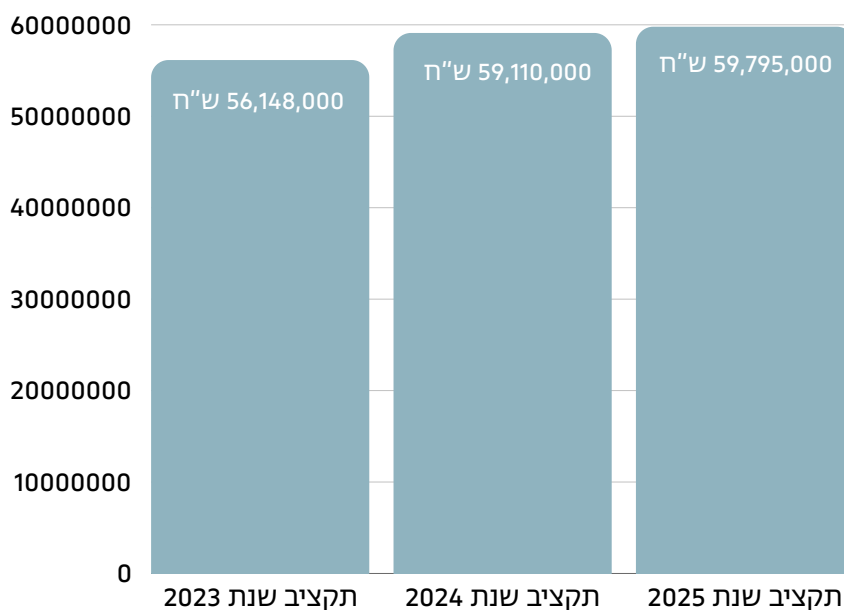
עובדות ועובדים
שכירים



118

מתנדבות
ומתנדבים

תקציב



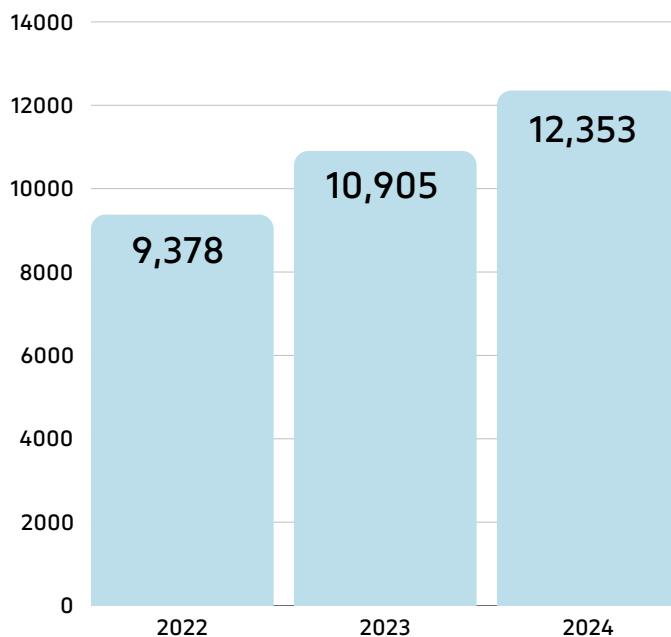
עמותת מרכז אלה סבסדה בשנת 2024 טיפולים בעלות של:

3,134,987 ש"ח

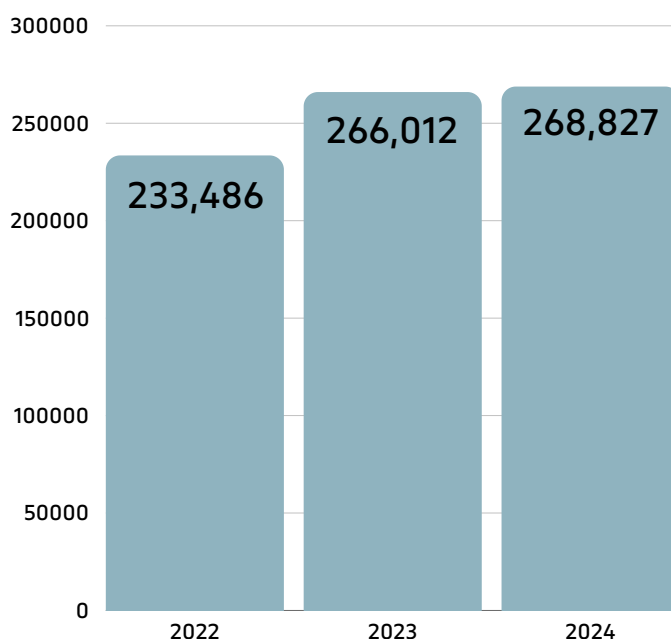


מכוני הטיפול

לעמותת מרכז אלה חמישה מכוני טיפול אזוריים המספקים שירותי תמיכה נפשית לכלל האוכלוסייה ומסייעים בהתמודדות עם אובדן, שכול, טראומה ומשברי חיים. מכוני הטיפול מציעים טיפול פרטני, זוגי, משפחתי או קבוצתי, תוך הקפדה על חיסיון מלא, אמינות, מקצועיות ורגישות לזהות התרבותית של המטופל. אנו עושים כל מאמץ כדי לתת מענה גם לאנשים המתמודדים עם אובדן לא מוכר (שאינו מזכה בהכרה מוסדית ובסיוע מסובסד) וכן לפונים מעוטי יכולת, ומגייסים לכך תרומות.



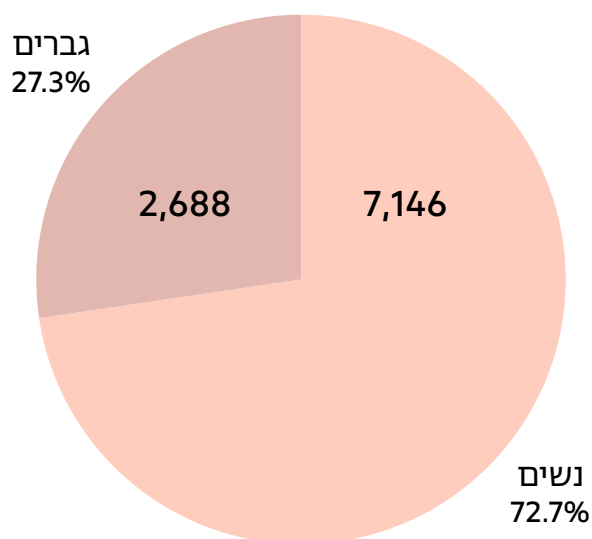
מטופלים



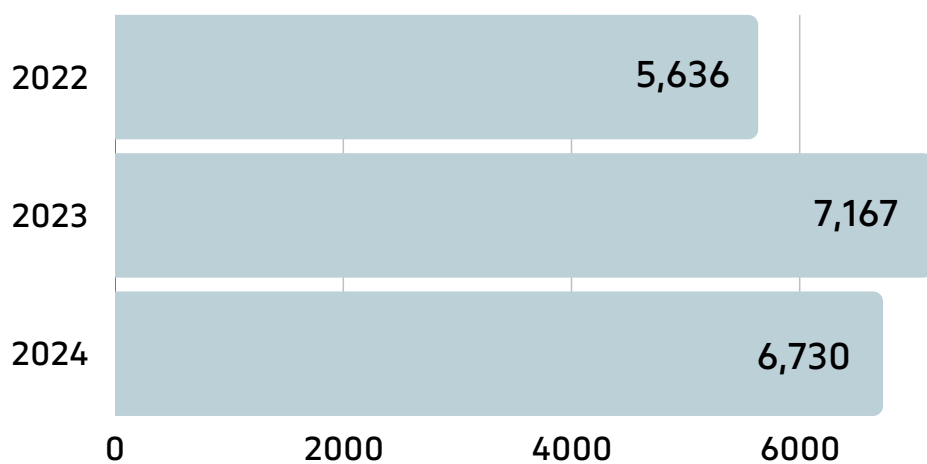
שעות שירות



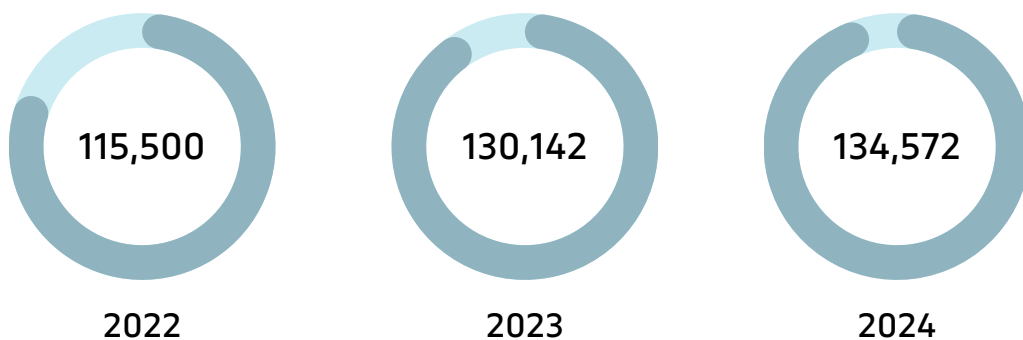
התפלגות מקבלי שירות לפי מגדר



מטופלים - טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי

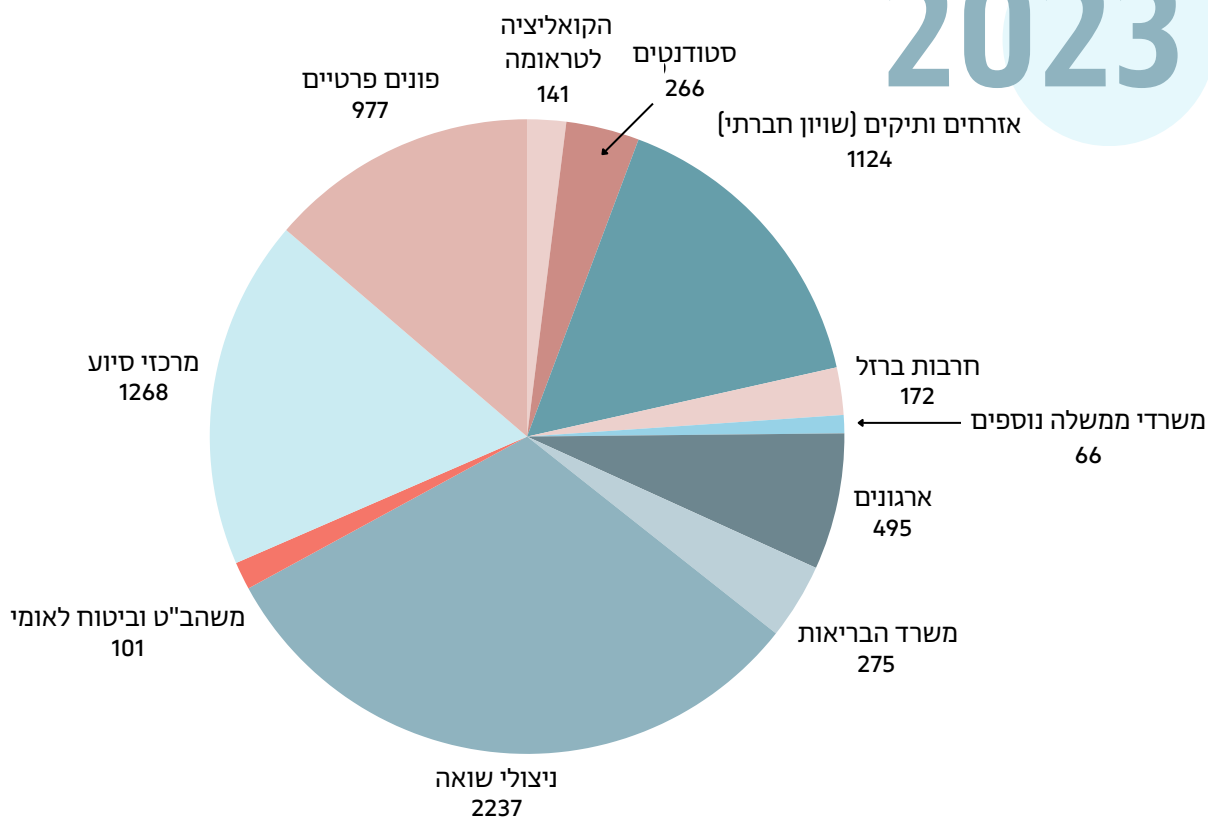


שעות טיפול

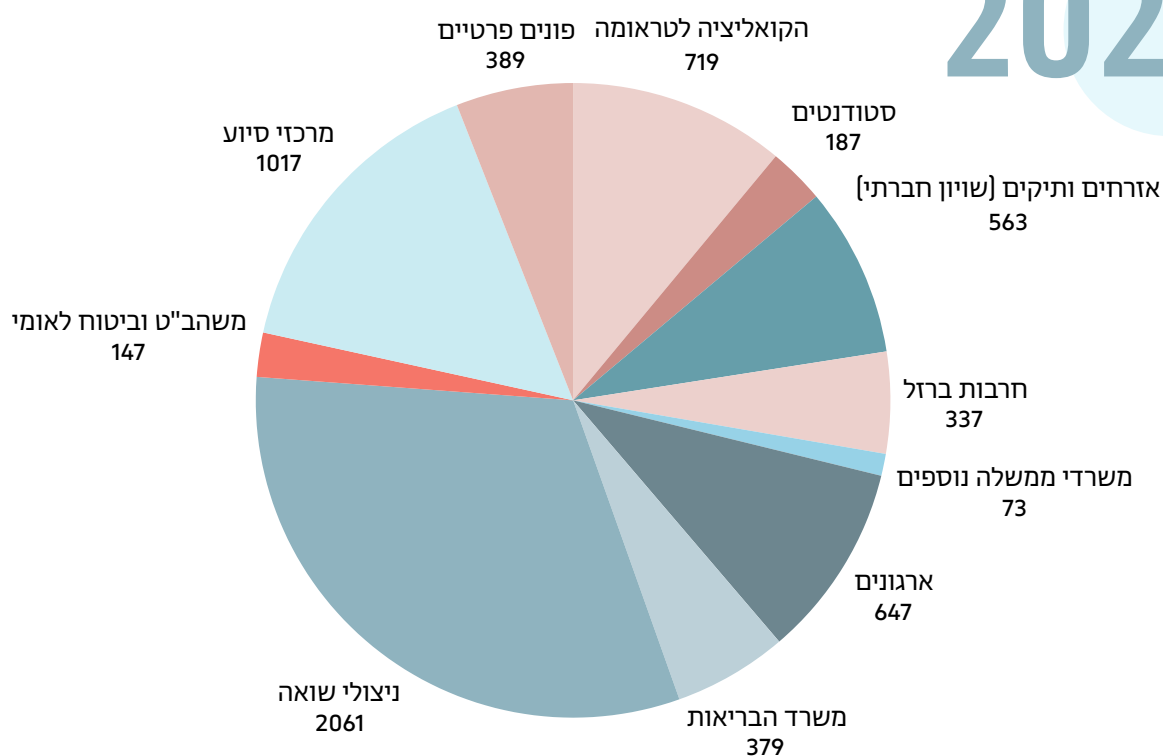


התפלגות מטופלים (טיפול פרטני) לפי אוכלוסייה

2023



2024



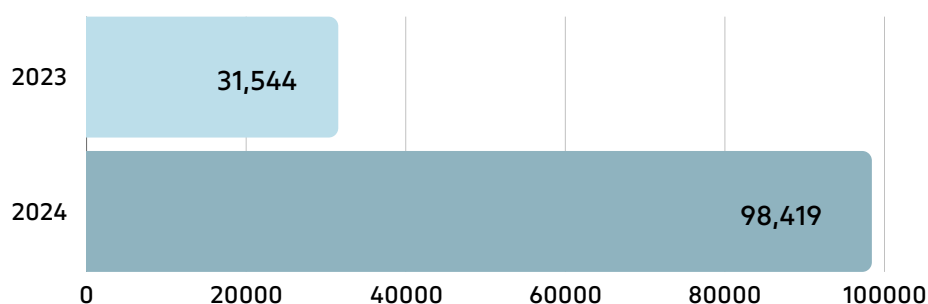
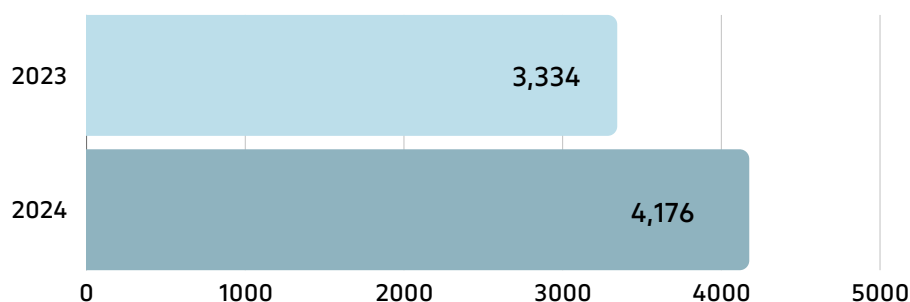
המשרד לשוויון חברתי - אזרחים ותיקים

תוכנית התמיכה באזרחים ותיקים נולדה בתקופת מגפת הקורונה, במטרה לחזק את החוסן הנפשי של האזרחיות והאזרחים הוותיקים על רקע הבדידות והחרדה שחוו בתקופה זו. לאור ההצלחה והביקוש הרב המשיכה התוכנית לפעול גם במהלך 2024, ואפשרה לאזרחים הוותיקים להיעזר בטיפול נפשי קצר מועד ללא עלות.

בשנת 2024 הענקנו טיפול ל- **563** אזרחיות ואזרחים ותיקים.

ארגונים ומשרדי ממשלה נוספים

לאורך כל שנות פעילותנו אנו משתפים פעולה עם ארגונים, עמותות ומשרדי ממשלה רבים המפנים אלינו מטופלים לצורך קבלת טיפול נפשי. במהלך שנת 2024 הופנו למרכז אלה על ידי ארגונים ומשרדי ממשלה ובמימוןם 4,959 מטופלים, שקיבלו 98,419 שעות טיפול.



בין הארגונים, המשרדים והעמותות ששיתפו איתנו פעולה במהלך השנה: משרד הבריאות, המוסד לביטוח לאומי, משרד הביטחון, משרד החוץ, המשרד לשוויון חברתי, משרד הנגב, הגליל והחוסן הלאומי, רשות המיסים - מס הכנסה, רשות המיסים - 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, שירות בתי הסוהר, הסוכנות היהודית, עמותת מטב, עמותת הותיר אחריו חברה, עיריות ומועצות אזוריות, משען וג'וינט אשלים.

סטודנטים וסטודנטיות

במהלך שנת 2024 טיפלנו ב- **187** סטודנטים וסטודנטיות מאוניברסיטאות שונות, והענקנו להם **2,709** שעות טיפול.

מטופלים שפנו באופן עצמאי

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

בשנת 2024 פנו אלינו באופן עצמאי **389** מטופלות ומטופלים שקיבלו סה"כ **7,239** שעות טיפול.



יום לווה - הלווה והלווה



בירוי חיי קאמין אלוהי בקינתני 2024



התצטרפות הלווה והלווה בקינתני



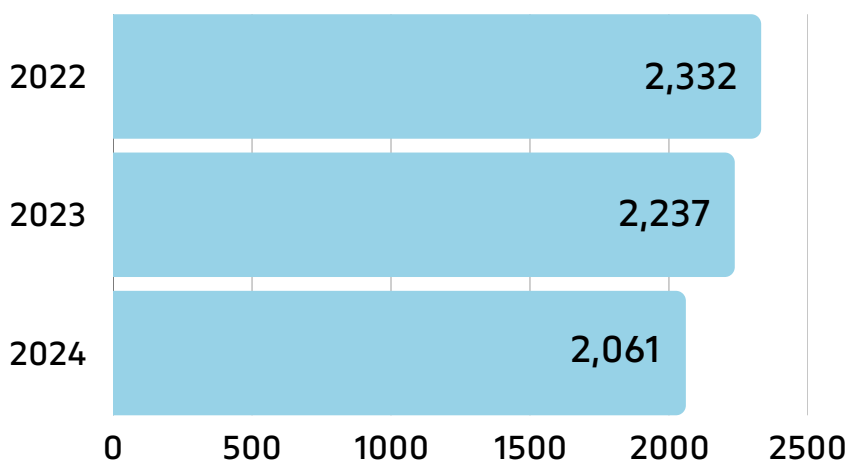
איפה קינתני

ניצולי שואה - טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי

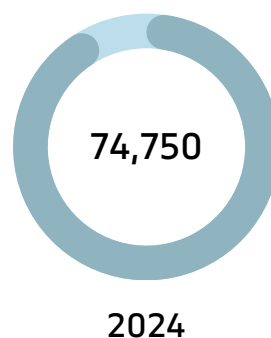
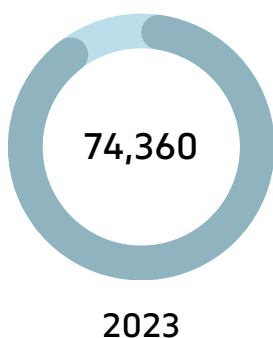
החל משנת 2011 אנו מעניקים טיפול נפשי לניצולי שואה במימון הרשות לזכויות ניצולי שואה. ככל שחולפות השנים וניצולי השואה מזדקנים, נחלשים מנגנוני ההגנה ועל כך מתווספים אירועי מלחמת חרבות ברזל עימם נאלצו הניצולים להתמודד, מי באופן ישיר ומי באופן עקיף. ניצולי השואה התמודדו מאז פרוץ המלחמה עם עוררות מחודשת של טראומות העבר לצד טראומות ההווה, והצורך בקבלת סיוע רגשי התחדד בתקופה הנוכחית ביתר שאת. נוסף על כך, ניצולי השואה מתמודדים עם אתגרי חיים נוספים – אובדן בן או בת הזוג, אובדן של בני משפחה וחברים, בעיות בריאותיות, קושי בניידות ולעתים גם בדידות. כל אלו, מגבירים את המצוקה ומדגישים את חובתנו החברתית-מוסרית להמשיך ולתת מענה עבור אוכלוסייה זו.

הטיפול ניתן על ידי מטפלות ומטפלים מקצועיים, מנוסים וקשובים, בקליניקות ברחבי הארץ או בבית המטופל/ת, במקרים של קושי בניידות. לניצולי שואה הסובלים מירידה קוגניטיבית אנו מציעים גם טיפול בכלים השלכתיים דוגמת טפול באמנות, טיפול בגינון, טיפול באמצעות בעלי חיים ועוד. בנוסף לטיפול הפרטני אנו מקיימים גם קבוצות טיפוליות וחברתיות בבתי אבות, מרכזי יום, מועדונים חברתיים ולשכות רווחה, במטרה להפיג את בדידותם של הניצולים ולשפר את רווחתם הנפשית.

מטופלים ניצולי שואה



שעות טיפול בניצולי שואה



מרכזי סיוע

למשפחות שחוו אובדן פתאומי עקב רצח, תאונות דרכים והתאבדות

משרד הרווחה והביטחון החברתי מפעיל 8 מרכזי סיוע מרחביים למשפחות שחוו אובדן פתאומי עקב רצח, תאונות דרכים והתאבדות. עמותת מרכז אלה מפעילה את מרכזי הסיוע בחיפה, כפר כנא, חדרה וירושלים.

השירותים הניתנים במסגרת מרכזי הסיוע 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)

בשנת 2024 קיבלו ליווי של מרכזי הסיוע סה"כ 719 משפחות. בשנה זו נקלטו במרכזי הסיוע 402 משפחות חדשות ובהן 5,436 בני משפחה שחוו אובדן פתאומי כתוצאה מרצח, התאבדות ותאונות דרכים. בני המשפחה מקבלים ליווי על ידי צוות העובדים הסוציאליים של מרכזי הסיוע.

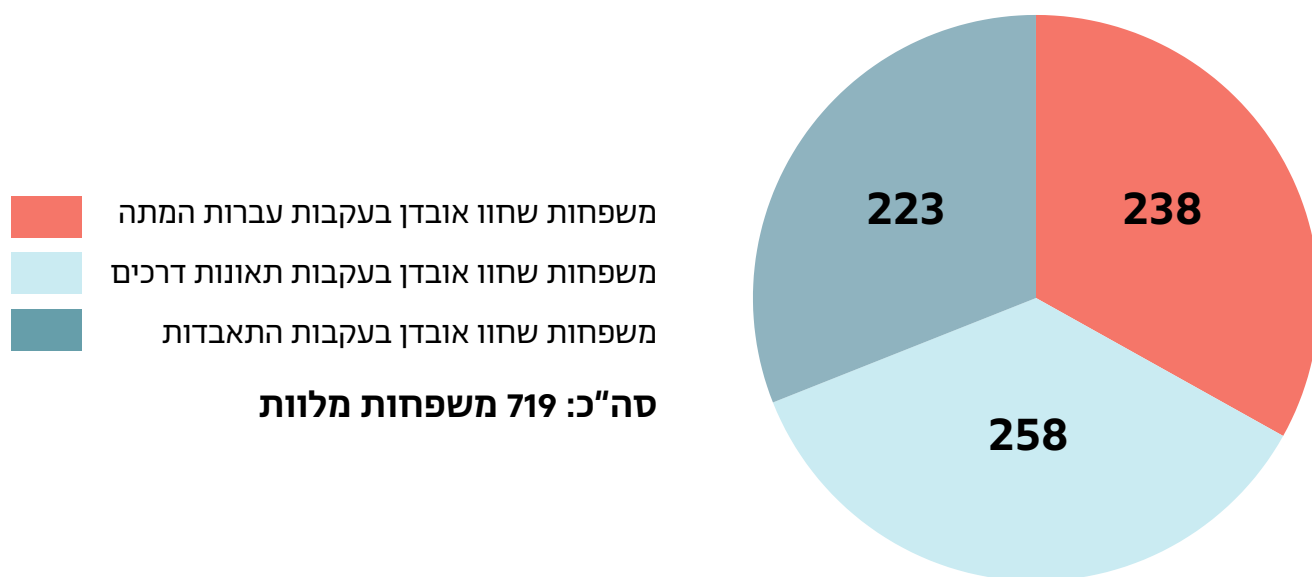
בסך הכול, במהלך שנת 2024 לוו על ידי מרכזי הסיוע 1,017 בני משפחה. מתוכם, נוסף על הליווי טופלו באופן פרטני, זוגי, משפחתי וקבוצתי או באמצעות ליווי רוחני 929 בני משפחה.

התקיימו 621 ביקורי בית של העובדים הסוציאליים המלווים את המשפחות במרכזי הסיוע.

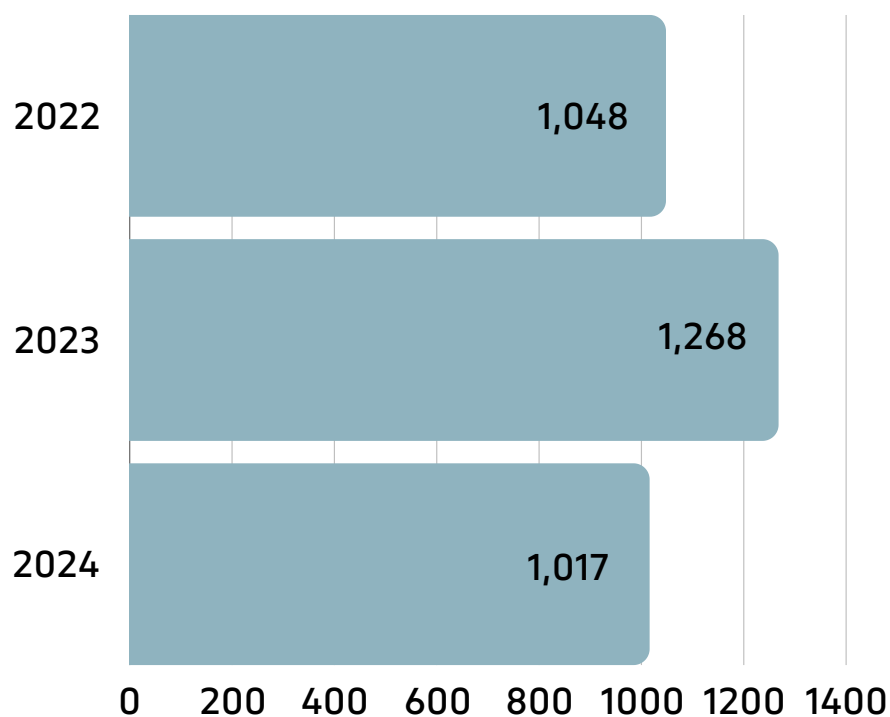
25 משפחות שחוו אובדן כתוצאה מעבירות המתה נעזרו בסיוע משפטי.



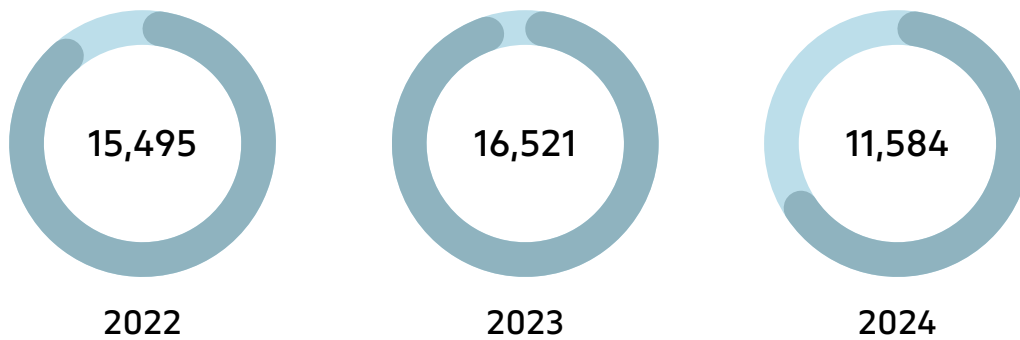
מרכזי סיוע - משפחות מלוות



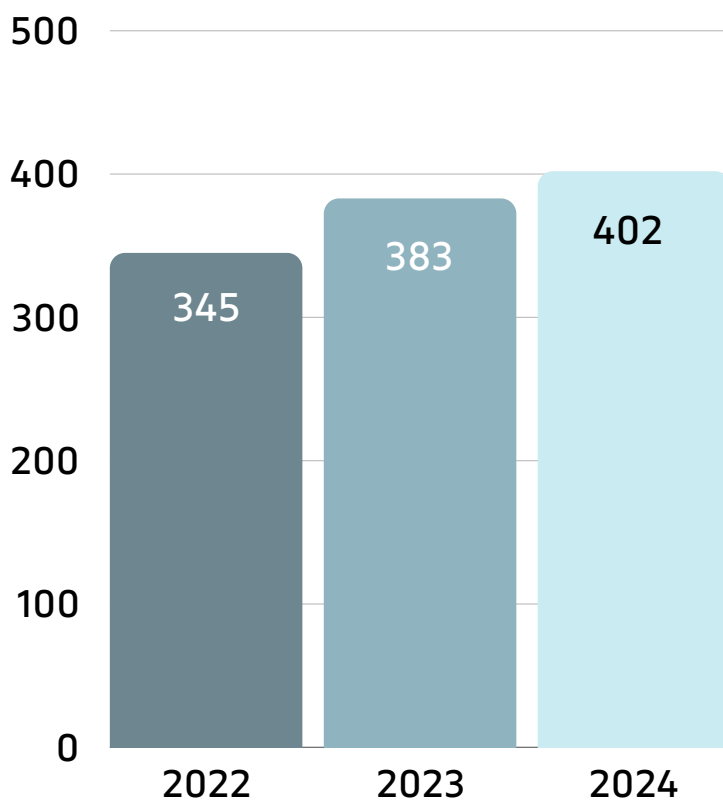
סך בני המשפחה שטופלו במרכז אלה במסגרת 8 מרכזי הסיוע



מרכזי סיוע - שעות טיפול



מרכזי סיוע - משפחות מלוות חדשות



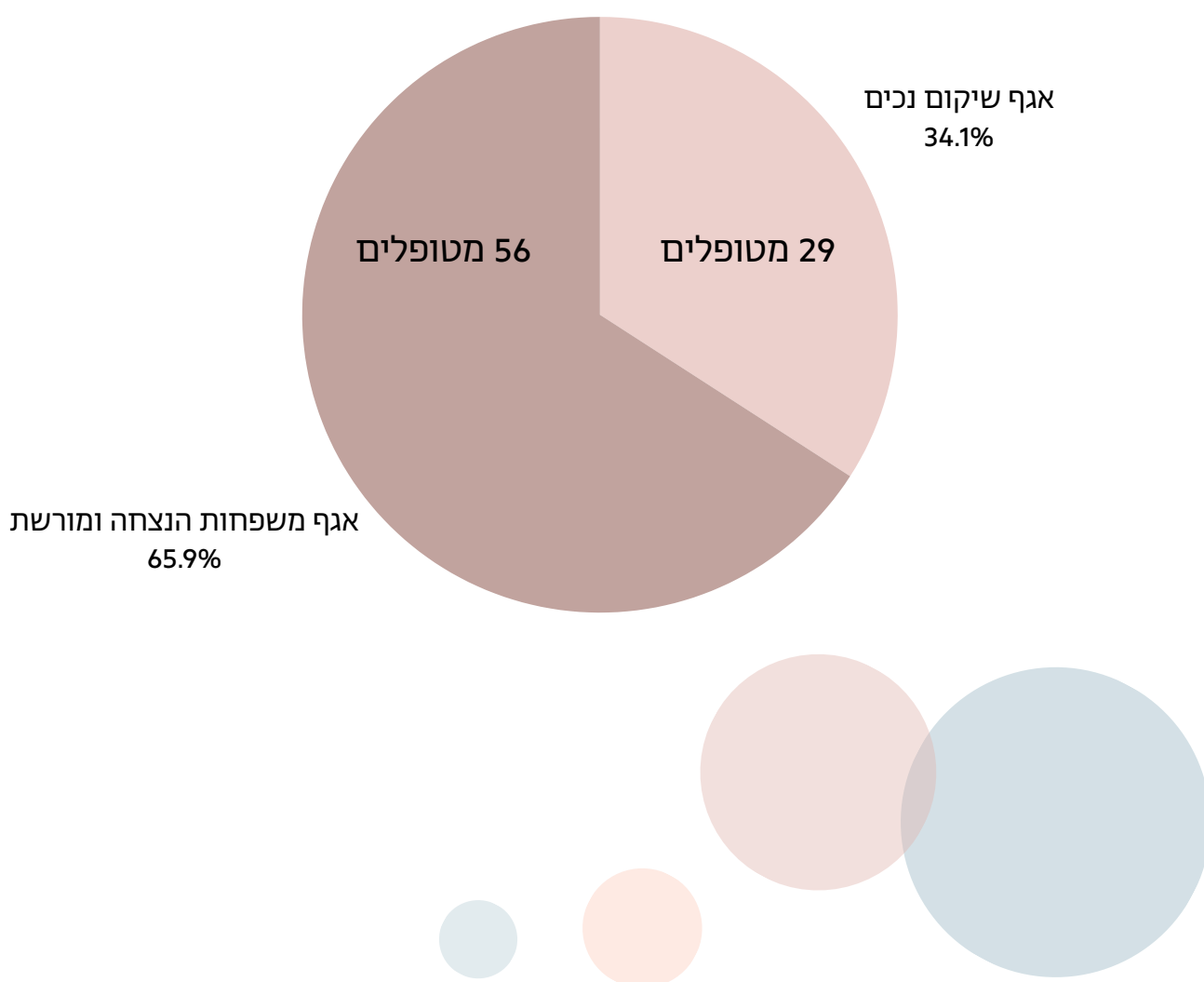
טיפול במשפחות שהופנו אלינו על ידי מרכזי הסיוע של עמותת "בשביל החיים"

במקביל לארבעת מרכזי הסיוע שמפעילה עמותת מרכז אלה, עמותת "בשביל החיים" מפעילה ארבעה מרכזי סיוע נוספים למשפחות שחוו אובדן פתאומי. בשנת 2023 הפנתה עמותת "בשביל החיים" למרכז אלה 87 מטופלים, שקיבלו 1,232 שעות טיפול.

משרד הביטחון - טיפול במשפחות שכולות, בפצועים ובנכי צה"ל וכוחות הביטחון

עמותת מרכז אלה עובדת בשיתוף פעולה הן עם אגף משפחות הנצחה ומורשת והן עם אגף שיקום נכים במשרד הביטחון. בשנת 2024 הענקנו טיפול נפשי ל-85 מטופלים שקיבלו 2,447 שעות טיפול.

מטופלי משרד הביטחון



הקהילה ההולנדית

עמותת מרכז אלה הוקמה בשנת 1979 על ידי יוצאי הולנד ולמענם. מאז, מעניקה העמותה מגוון מענים לקהילה ההולנדית: טיפול נפשי מסובסד, קבוצות חברתיות וטיפוליות, פרויקט מתנדבים ואירועים ארציים. במרכז אלה פועל צוות של דוברי הולנדית המשקיע מחשבה ועשייה רבה למען חברי הקהילה. הפעילות זוכה למימון חלקי ממשרד הרווחה ההולנדי.

בשנת 2024 קיבלו כ-800 יוצאי הולנד שירותים שונים בעמותה.

טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי

בשנת 2024 קיבלו יוצאי הולנד טיפול נפשי מסובסד בהולנדית או בעברית, לבחירתם. הטיפול הוענק לקהלים שונים, ביניהם ניצולי שואה, בני ובנות זוג של ניצולי שואה, דור שני ושלישי של ניצולי השואה, יוצאי הולנד ללא רקע הקשור לאירועי השואה וכן ילדים עד גיל 18. הטיפול ניתן במתכונת פרטנית, זוגית או משפחתית, וכן הוצע ייעוץ פסיכיאטרי בהתאם לצורך. השנה התמות העיקריות שעלו בטיפול ביוצאי הולנד היו אירועי מלחמת חרבות ברזל עם ובלי קשר לשואה, אירועי השואה, הקשר עם המשפחה שחיה בהולנד, ההשתלבות בישראל ובמשפחות החדשות, סוגיות הקשורות למפגש הבין-תרבותי וכן התמודדות עם תחושות של חרדה ודכאון, אובדנים, טראומות ומשברי חיים שונים.

במהלך השנה קיבלו 252 מטופלים 5,502 שעות טיפול.

קבוצות חברתיות, טיפוליות וקבוצות הדרכה למתנדבים

אנו מפעילים קבוצות חברתיות בכל רחבי הארץ בהנחיית עובדות ועובדים סוציאליים ובסיוע צוות מתנדבים. הקבוצות מתכנסות על בסיס גיל ורקע דומה, ומאפשרות למשתתפים לבנות רשתות חברתיות, לתמוך זה בזה ולהשתלב חברתית. במהלך השנה הוקמה בתל אביב קבוצה חדשה לנשים צעירות.

בסך הכול התקיימו 15 קבוצות ברחבי הארץ, שכללו 109 מפגשים. השתתפו בקבוצות 307 אנשים ב- 3,491 שעות פעילות.



לזכר ה-7 באוקטובר, ערכה שגרירות הולנד בנובמבר 24 מפגש בנושא טראומה ושימוש בחומרים פסיכדליים (חומרים משני תודעה). במפגש השתתפו עמותת מרכז אלה ועמותת לב בטוח, המשתפות פעולה לטובת מתן טיפול מותאם לניצולי המסיבות ובני משפחותיהם.

התערבויות חירום קבוצתיות בקהילה ההולנדית בעקבות מלחמת חרבות ברזל

בעקבות אירועי 7.10.23 קיימנו 5 התערבויות חירום לקבוצות השונות בקהילה ההולנדית. בהתערבויות אלו השתתפו כ-50 אנשים.

קרן חירום

בעקבות אירועי ה-7.10.23 הוקמה קרן חירום בארגון עולי הולנד על מנת לסייע לאנשים שנפגעו כלכלית בעקבות המלחמה. עמותת מרכז אלה סייעה לאותם אנשים בכתיבת הדוחות הסוציאליים על מנת שיקבלו מענק. במהלך שנת 2024 נכתבו כ-15 דוחות.

מתנדבים

צוות המתנדבים ממלא תפקידים מגוונים בארגון ובקהילה: סיוע אישי למבוגרים וחולים באמצעות ביקורי בית, ארגון פעילויות חברתיות, הסעת קשישים לפעילויות שונות, ניהול ספריות עם ספרים בשפה ההולנדית ועוד. המתנדבים מקבלים הדרכות פרטניות וקבוצתיות, משתתפים בימי עיון ובהרצאות העוסקות בהיבטים שונים של עבודתם ההתנדבותית, וכן משתפים את עמיתיהם ואת העובדת הסוציאלית המלווה בחוויותיהם מעבודת ההתנדבות. בשנת 2024 פעלו 72 מתנדבים שערכו ביקורי בית והפעילו קבוצות חברתיות בקהילה ההולנדית.

טקס יום השואה

בשנה זו התקיים טקס יום הזיכרון לשואה ולגבורה במוזיאון "אנו" - מוזיאון העם היהודי בתל אביב. הטקס הועבר גם בשידור חי אונליין. נושא הטקס היה דיאלוג בין מלחמות: ניצולי שואה ובני הדור השני סיפרו על הקשר בין המלחמה אז, למלחמה היום. צפו בטקס כ-400 צופים בארץ ובעולם.

פעילות במסגרת עמותת

הידידים בהולנד

גם השנה נעשו מאמצים ליצירת קשרים ולהידוק קשרים קיימים עם הקרנות והתורמים ההולנדים באמצעות עמותת הידידים בהולנד [STEN]. הניוזלטר החודשי של העמותה נשלח לרשומים, וכן פורסמו מאמרים ומודעות בתקשורת ההולנדית.

"לכתוב ביחד"

במסגרת פרויקט "לכתוב ביחד" קיבלו 11 אנשים ליווי בכתיבת סיפור החיים שלהם.



ליווי צוותי עובדים בשעת משבר, וסדנאות חוסן

גם בימי שגרה, קל וחומר על רקע אירועי המלחמה, ישנה חשיבות רבה לשמירה העצמית של העובדים והעובדות בארגונים. מצבם הנפשי של העובדים משפיע על תפקודם, וכפועל יוצא על תפקודו של הארגון כולו.

במסגרת המענים שאנו מציעים לארגונים, ערכנו בשנה זו **311** מפגשים בארגונים וחברות, מתוכם **211** התערבויות חירום במקרים של אירוע טראומטי או אובדן במקום העבודה, ו-**100** סדנאות חוסן לעובדים. במפגשים השתתפו מאות עובדים ועובדות.

הרצאות

לצוות המקצועי של מרכז אלה יש ניסיון עשיר בהעברת הרצאות בתחומים מגוונים. ההרצאות מתבססות על ידע מקצועי רב שנים ועל ניסיון טיפולי מגוון עם אוכלוסיות שונות בכל רחבי הארץ. תוכן ההרצאות מתעדכן בהתאם למחקרים חדשים וסוגיות עדכניות, וכן בהתאם למציאות המשתנה. הניסיון והידע של מרכז אלה בא לידי ביטוי גם בהרצאות שהועברו על רקע אירועי המלחמה, בנושאים כמו שמירה על איתנות בשעת חירום, ניהול בשעת חירום ועוד.

בשנה זו העביר הצוות המקצועי **53** הרצאות ל-**2,453** אנשים.



הילה

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.

בשנה זו העביר הצוות המקצועי **717** שעות הדרכה.

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.

בשנה זו העביר הצוות המקצועי **184** שעות הדרכה ל- **24** סטודנטים ומתמחים.



קבוצות

ניצולי שואה

קבוצות טיפוליות וחברתיות לניצולי שואה

הקבוצות הטיפוליות לניצולי השואה מתקיימות בבתי אבות, מרכזי יום, מועדונים וכדומה. במסגרת הקבוצות מתכנסים המשתתפים ומשוחחים על חוויות מחייהם, דרכי התמודדות עם אתגרים שונים, ועוד.

הקבוצות החברתיות מעודדות את המשתתפים לשוחח ולשתף מחוויות חייהם באווירה מכילה ומחבקת. הקבוצות מותאמות לאוכלוסיית הניצולים ונעזרות בכלים טיפוליים מגוונים כמו כתיבה, אמנות, גינון טיפולי, טיפול באמצעות בעלי חיים, פסיכודרמה, תנועה ועוד. הקבוצות מתקיימות במימון הרשות לזכויות ניצולי שואה.

בשנת 2024 התקיימו **255** קבוצות טיפוליות וחברתיות לניצולי שואה.

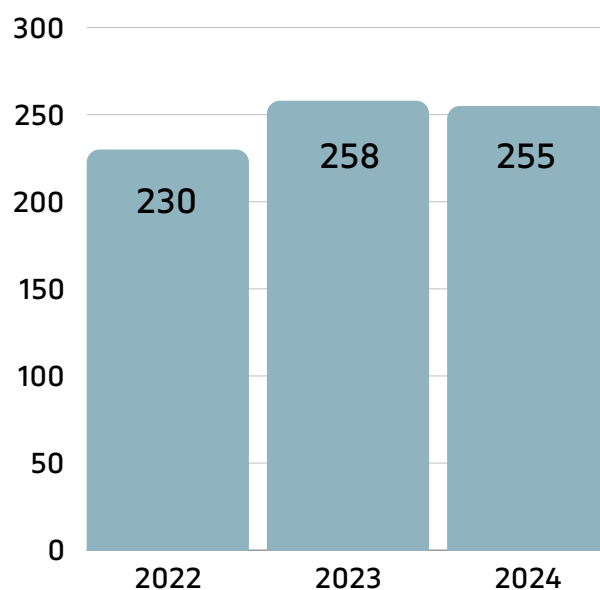


קבוצת ניצולי שואה

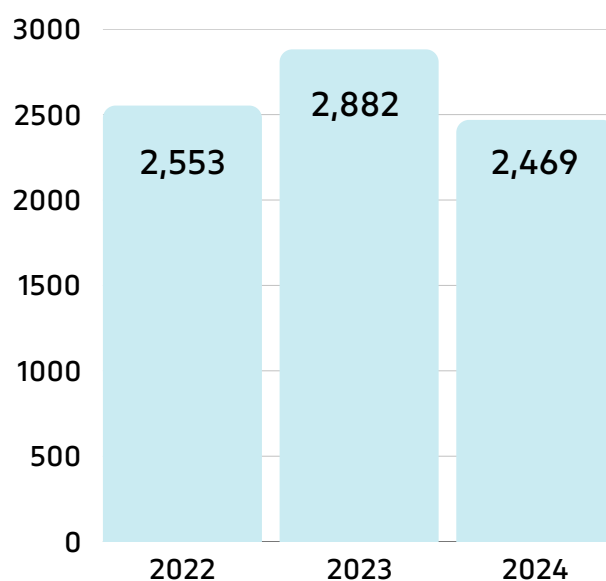


קבוצת ניצולי שואה

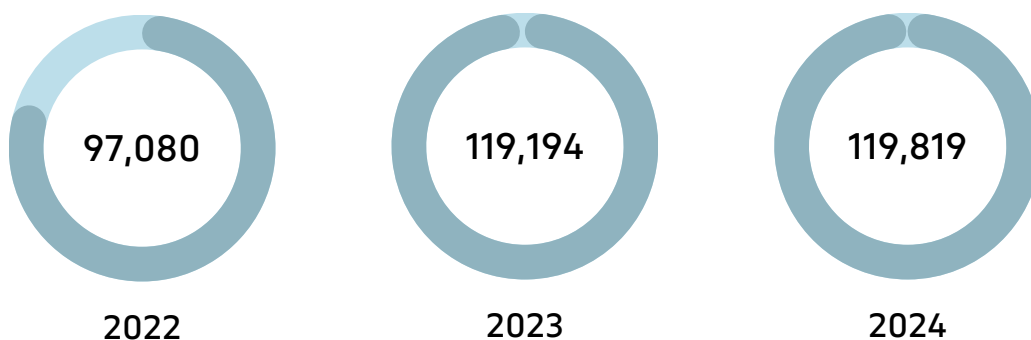
ניצולי שואה - קבוצות טיפוליות וחברתיות



ניצולי שואה - מספר המשתתפים בקבוצות



שעות הפעילות שהתקבלו בקבוצות - ניצולי שואה



קבוצות מכוני הטיפול

במסגרת מכוני הטיפול הפעלנו במהלך השנה:

- קבוצות תמיכה לנשות חיילי המילואים
- קבוצת תמיכה להורים שילדיהם נשכחו ברכב
- קבוצת תמיכה להורים שילדיהם נרצחו בנובה
- קבוצת תמיכה לאחים שכולים לנרצחי הנובה
- קבוצת תמיכה לבני ובנות זוג של נרצחי הנובה
- קבוצת תמיכה לסבתות וסבים שכולים על רקע בטחוני
- קבוצת תמיכה לאנשים שאיבדו חברים קרובים במלחמה
- קבוצה לקשישים שפוננו מביתם

ועוד...

סה"כ התקיימו במהלך השנה **49** קבוצות במכוני הטיפול, בהן לקחו חלק **1,137** משתתפים ב- **330** מפגשים שנמשכו **655** שעות

קבוצות לאזרחים ותיקים

במהלך השנה התקיימו **6** קבוצות לאזרחים ותיקים [שלא במסגרת הרשות לזכויות ניצולי שואה], בהן לקחו חלק **55** משתתפים ב- **60** מפגשים.

קבוצות במסגרת מרכזי סיוע למשפחות שחוו אובדן פתאומי

במהלך 2024 הופעלו במסגרת מרכזי הסיוע **31** קבוצות תמיכה שכללו **391** מפגשים, בהם השתתפו **268** בני משפחה.

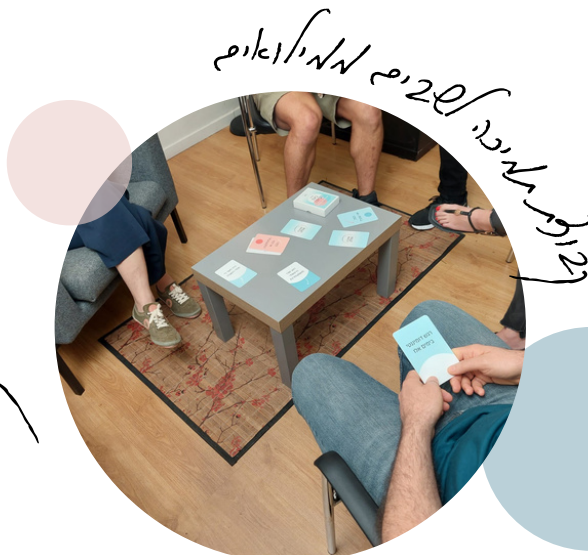
בין הקבוצות שהתקיימו: קבוצה לבני משפחה שחוו אובדן עקב אובדנות, קבוצת הורים שחוו אובדן בעקבות תאונת דרכים, קבוצה משפחתית להתמודדות עם מוות של בת משפחה מתאונת דרכים ועוד.

קבוצות תמיכה לקהלים שונים על רקע אירועי המלחמה

בשנת 2024 נפתחו **21** קבוצות תמיכה על רקע אירועי המלחמה.



קבוצת תמיכה לאזרחים ותיקים



קבוצת תמיכה לאזרחים ותיקים

מלחמת חרבות ברזל

על רקע אירועי המלחמה, הצוות המקצועי של מרכז אלה דאג להתאים את המענים לצרכים המשתנים ולהציע תמיכה מותאמת לארגונים ולקהלים שונים. במהלך שנה זו הופנו אלינו מטופלים מארגונים רבים, ביניהם: הקואליציה לטראומה, משרד הבריאות, משרד הביטחון והביטוח הלאומי. סבסדנו טיפולים לכ-350 מטופלים מכספי תרומות וכן ליווינו (ועודנו מלווים) את משפחות החטופים. הקמנו קבוצות תמיכה לסבתות ולסבים שכולים, לנשות משרתי המילואים וכן לבני ובנות זוג ולבני משפחה של נרצחי הנובה. העברנו עשרות הרצאות בנושא אובדן טראומטי לצוותים טיפוליים ורפואיים, קיימנו השתלמויות לממונות רווחה במשרדי ממשלה, ועוד. **בסך הכול, על רקע מלחמת חרבות ברזל נתנו מענה לכ-2,500 אנשים.**

בין הפעילויות שנערכו במהלך השנה על רקע המלחמה:

מעגלי קרבה

עיריית ירושלים, בשיתוף פעולה עם מרכז אלה, יזמה פרוייקט ייחודי בשם "אנחנו הדודים" עבור דודים ובני דודים של נופלים ממלחמת חרבות ברזל. מפגשים אלו כללו הרצאה של מרכז אלה בנושא התמודדות עם אובדן במשפחה, ומעגלי שיח בהובלת עובדות סוציאליות מעיריית ירושלים וממרכז אלה. בעקבות התגובות המרגשות והצורך שעלה מהמשתתפים, נערכו מפגשים לקהלים נוספים בירושלים. עמותת מרכז אלה מציעה כיום מענה דומה בשם "מעגלי קרבה" לעיריות ולקהילות המעוניינות לתת מקום לכאב השקוף של קרובי משפחה שכולים מדרגה שנייה ושלישית.

שיתוף פעולה עם מועצת תנועות הנוער

כבר בשבעה באוקטובר 2023 הבינו במועצת תנועות הנוער את הצורך בסיוע רגשי והכוונה כדי להתמודד עם השלכות האירועים על הילדים ובני הנוער. שיתוף פעולה ייחודי ומרגש בין ג'וינט אשלים ומרכז אלה העניק סיוע משמעותי למדריכים, ל"שינשינים", למחנכים ולמתאמים שהתמודדו עם המציאות הביטחונית ובו בזמן נדרשו לתת מענה לחניכים וחניכות בדרום ובצפון הארץ. במסגרת שיתוף הפעולה, שנמשך לאורך שנת 2024, נערכו התערבויות משני סוגים: הכנה לצוותים לקראת המפגש עם החניכים ובני משפחותיהם, וכן התערבויות לעיבוד התחושות והקשיים שהתעוררו במפגשים עצמם. ניתנו גם הדרכות פרטניות לפי הצורך.



תמיכה למעגל השני והשלישי של משפחות הנעדרים, החטופים ובני הערובה השבים

לבני המשפחה המורחבת יש חשיבות קריטית בשמירה על החוסן הנפשי במשפחה, בצמצום הסיכוי להתפתחות פוסט טראומה במשפחה וגם בהחזקת החוסן הקהילתי והלאומי. למרות זאת, הם נאלצים להתמודד בעצמם עם הכאב והדאגה לבן או בת המשפחה שנחטפו, ללא כל סיוע או הכרה רשמית במצבם. עמותת מרכז אלה, בשיתוף מרכז נמל מבטחים שבמכון מפרשים, הקימו קבוצות לתמיכה נפשית מקצועית עבור בני המשפחה המורחבת והחברים הקרובים – קבוצות המספקות עוגן נפשי משמעותי עבור המשתתפים.

ליווי רוחני לשורדי המסיבות

מיזם "יובלים" מציע מענים עבור שורדי המסיבות ובני משפחותיהם. במסגרת התוכנית, עמותת מרכז אלה הציעה מענה ייחודי של ליווי רוחני פרטני או קבוצתי על ידי מלווים רוחניים מוסמכים.

"באת הביתה" – סדנאות חוסן לשבים ממילואים

לצד העומס הרב על כתפיהם של משרתי ומשרתות המילואים, נוכחנו כי גם החזרה לשגרת עבודה כרוכה במורכבות ובאתגרים רבים. כדי להקל על השבים משירות מילואים, הצענו לארגונים מפגשי ליווי רגשי בהנחיית מטפלות ומטפלים מקצועיים. מטרת המפגשים – לסייע גם לאנשים שחוזרים ממילואים וגם לאנשים שנשארו בארגון לייצר סביבת עבודה מכילה ומאפשרת ולתת הכרה לצרכים השונים, כשעצם ההתייחסות לאוכלוסייה הזו משקפת הכרה והוקרה מטעם הארגון ומסייעת לעובדים ולעובדות להסתגל מחדש לשגרת העבודה. קלפי "באת הביתה" הופקו במיוחד לצורך זה ומשמשים כלי משמעותי ואפקטיבי בהנחיית המפגשים.



סדנאות חוסן במשרד מבקר המדינה

במסגרת פרויקט ייחודי, העברנו סדנאות חוסן לנשים במשרד מבקר המדינה בחיפה, תל אביב וירושלים, ביוזמת הממונה על השוויון המגדרי במשרד. מטרת הפרויקט הייתה לתת מקום לעובדות הארגון שממלאות תפקידי עורף רבים בעבודה ובבית, כשרבים מבני זוגן גויסו למילואים.

סדנאות חוסן לבנות השירות הלאומי של מערך הסייבר

במהלך השנה קיימנו סדנאות לבנות השירות הלאומי של מערך הסייבר למטרת עיבוד רגשי של אירועי התקופה. במפגשים הבנות סיפרו איך עברה עליהן תקופת המלחמה עד כה, קיבלו כלים להתמודדות עם הקושי ויצאו מהמפגשים מחוזקות. המשתתפות העידו שהסדנה הייתה משמעותית עבורן, הן הרגישו שהארגון מכיר בתרומתן ושהזמן שניתן להן לעצירה ולשיתוף סייע להן בהתמודדות.



הכשרה לממונות רווחה בנציבות שירות המדינה

ממונות וממוני הרווחה בנציבות שירות המדינה מתמודדים עם אתגרים רבים לאורך תקופת המלחמה, בהיותם כתובת ומקור תמיכה לעובדי הרווחה הנחשפים לסיפורים קשים ולסיטואציות מורכבות. מתוך ההבנה שגם לדרג הממונה יש צורך בליווי, נולדו [בשיתוף פעולה בין נציבות שירות המדינה, ג'וינט אשלים ומרכז אלה] מפגשי למידה בדגש על התמודדות עם מצבי משבר, טראומה, אובדן ושכול. המפגשים הונחו ע"י הצוות המקצועי של מרכז אלה. בעקבות ההכשרה הוחלט על קיום 3 ימי עיון נוספים עבור ממונות הרווחה בשלושה מוקדים בארץ. מטרת המפגשים הייתה לחזק את תחושת המסוגלות ולסייע לממונות הרווחה לתת מענה מיטבי לעובדים, עם דגש על טראומה, אובדן, שכול ושמירה עצמית. ההדרכה לממונות הרווחה ממשיכה גם כיום ומונחת על ידי אשת מקצוע מטעם עמותת מרכז אלה וממונת הרווחה בנציבות שירות המדינה.

טראומה קולקטיבית: הרצאה לארגון מועצת תנועות הנוער בגרמניה

בזכות שיתופי פעולה קודמים עם מועצת תנועות הנוער והג'וינט, ארגון מועצת תנועות הנוער בגרמניה פנה אלינו כדי להבין את השפעת התקופה על החוסן הנפשי של אזרחי ישראל, ושל בני הנוער בפרט. ארגון זה אחראי על חילופי משלחות של בני נוער בין ישראל לגרמניה. נציגי הארגון ביקשו להבין את ההשלכות של השבעה באוקטובר ושל המלחמה על בני הנוער, על מנת להביא זאת בחשבון בעת קליטת המשלחת הישראלית בגרמניה. ההרצאה התקיימה בפני נציגי הארגון שהגיעו לישראל, ולאחר מכן התבקשנו להעביר הרצאה נוספת בזום לנציגים נוספים שנמצאים בגרמניה.

נושא ההרצאות היה **טראומה קולקטיבית**, עם התייחסות להשפעת המלחמה על בני הנוער ועל המפונים, וכן לתהליכים הפסיכולוגיים שעוברים עלינו כקולקטיב.

אות הוקרה

בספטמבר 2024, בכנס ה-16 של האגודה לזכויות החולה, עמותת מרכז אלה זכתה באות הוקרה והערכה על פעילות יוצאת דופן למען מטופלים במהלך מלחמת חרבות ברזל. זכינו במקום השני מתוך 90 מועמדים בקטגוריית תמיכה נפשית, תוך התמקדות באוכלוסיות שנפגעו ואינן מקבלות מענה ממוסד.



כל האקדמיה לזכויות החולה - לאנשי קבלת האור

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 | קרן עשור | הקרן לתובענות ייצוגיות | בנק דיסקונט | הקרן לזיכרון השואה | קרן זיכרון, אחריות ועתיד | רוטרי בינלאומי | ותורמים פרטיים רבים מהולנד, מחו"ל ומישראל.



Fondation
pour la
Mémoire
de la
Shoah



למאמץ לא ליכנס אלה זכרם לשהגז הבניאור



יום ציון - ליכנס אלה



הכשרה לכלי מוכנים להיגיש - בגדים



האיתני המיועזר זיגל

תרומה למרכז אלה - הדרך שלך להשפיע על החברתי

מרכז אלה היא עמותה ללא מטרות רווח, המגייסת תרומות מקרנות ומאנשים פרטיים. נודה לתמיכתכם בעבודתנו באמצעות מתן תרומה. תרומותיכם יאפשרו לנו להעניק טיפול נפשי מסובסד לאנשים שאינם זכאים למימון הטיפול על ידי גורמים אחרים. 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, א:ו:
IBAN: IL500127800000000225221
SWIFT: POALILIT

באמצעות הדף שלנו באתר JGIVE:

לחצו כאן

באמצעות העברה בנקאית בהולנד:

IBAN nr. NL75ABNA0550509615 t.n.v Stichting Elah Nederland, Amsterdam
או בעמוד שלנו באתר geef.nl

מרכז אלה – להתמודדות נפשית עם אבדן (ע"ר)

יגאל אלון 157, משרד 941
תל אביב 6744365
טלפון: 03-6910921, פקס: 03-6951574
www.elah.org.il | Info@elah.org.il

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

אינסטגרם: @elahcenter

לינקדאין: Elah center

חברי הוועד המנהל ב- 31.12.24

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

RSM שיף הזנפרץ ושות' ייעוץ, בקרה וניהול סיכונים

עמותת החברים בהולנד

Stichting Elah Nederland
p/a Ton van Zeeland, secretaris
Noordwal 56
2313EC Den Haag

Email: elanederland@gmail.com

Website: www.elahnederland.nl

KvK registratie nummer: 41213035

ANBI nummer: 814278 103

מרכז אלה

הנפש שלך תמיד במרכז

