

שנות עשייה

טיפולית
וחברתית

40

מרכז אלה - דו"ח פעילות 2019

מרכז אלה להתמודדות נפשית עם אבדן הינו בית לתמיכה רגשית לאנשים שחוו אבדן, שכול, טראומה וכאב נפשי ובית מקצועי למטפלים המתמחים בגישות טיפול שונות. בשנת 2019 פעלנו רבות כדי לתת מעטפת טיפולית רחבה למטופלינו, על מנת לעזור בהתמודדות עם הקשיים וביצירת משמעות וערך לחיים.

דבר היו"ר

ראשית, מקווה שכולכם בטוב ומאחל לכם בריאות ואושר. בזמן כתיבת מילים אלו, אנו בשיא התפשטות נגיף הקורונה שמלווה אותנו היום ותמשיך גם בעתיד ללוות (לצערנו). נקלענו, אנחנו כמו כל השאר העולם, למצב חדש שלא ידענו עד היום ופה גם נמדד כוחנו. אלה התגייסה כולה לתת את המענה הטוב ביותר לאוכלוסיות השונות המטופלות על-ידינו, לרבות פתיחת קו חם טלפוני לכל מי שחפץ בשיחה טלפונית (או סדרת שיחות) להקלה ולהתמודדות עם המועקות השונות. במיוחד בימים אלו - הגמישות, היצירתיות והמסירות של הצוות בולטים ובאים לידי ביטוי בחשיבה על סיוע קצת אחר. כיון שהקורונה, בנוסף להשפעותיה על בריאות הגוף והכלכלה, משפיעה על הבריאות הנפשית בכל מגוון האוכלוסיות, היא תמשיך ללוות אותנו בעתיד. לפיכך אנו נערכים וממשיכים להיערך להתמודדות ארוכה עם השלכותיה.

השנה חגגה מרכז אלה 40 שנה להיוסדה. חשוב בעיני תמיד להסתכל אחורה, לראות איך נולדה אלה, איך צמחה ולאן

הגיעה היום. זה נותן פרספקטיבה נכונה, כמו גם תמריץ להמשיך קדימה להמשיך לבנות את העמותה לעוד שנים רבות. בפראפרזה על אמרתו של יגאל אלון: 'ארגון שאינו יודע את עברו, ההווה שלו דל והעתיד לוט בערפל'. האירוע היה מושקע וגולת הכותרת הייתה מספר הרצאות קצרות בנושאים מגוונים שהועברו על-ידי מטפלות אלה ושיקפו את העוצמה שיש לנו פנימה. האירוע חיזק את אלה מבפנים, ובנוסף, כל שותפינו לעשייה קיבלו תמונה רחבה יותר על הפעילות שלנו. קיבלנו תגובות חמות ביותר.

ובהמשך ישיר לדברים מעלה, זו הזדמנות פז להודות לכל הנושאים במלאכה במרכז אלה: למנהלי המרכז - יעלה כהן ובני לייזר; לכל אנשי הצוות (העובדים והפריילנסרים); למתנדבים המסורים שלנו, לתורמים הפרטיים ולקרנות ולמוסדות הממשלה ולחבריי בועד המנהל ובוועדת הביקורת. כל אלה, ביחד, מאפשרים לנו לעשות את עבודתנו הברוכה.

יהל שחר, יו"ר

בשנת פעילות זו, חגגנו 40 שנות עשייה טיפולית וחברתית. בערב חגיגי באביגדור מתחם אירועים הגיעו 250 חברים, עובדים, מתנדבים ושותפים לעשייה. האירוע התקיים במעמד מנכ"לית משרד מרווחה ההולנדית אנגליק ברך, סגן השגריר ההולנדי בישראל, מאוריץ ורהייידן, אריה מועלם, סמנכ"ל וראש אגף משפחות, הנצחה ומורשת במשרד הביטחון, משלחת מהולנד שכוללת גם את יו"ר חוג הידידים ההולנדי הנס פאוסיה, אילן שריף, ממשרד מרווחה ועוד רבים אחרים.

בשנת 2019 הקמנו תחום פעילות חדש, לסייע לצוותי עובדים ומנהלים בשעת משבר או אבדן במקום העבודה. כאשר מתרחש אירוע טראומתי או אבדן במקום העבודה, צוותי הנהלה ועובדים מושפעים מכך ישירות. התערבות מהירה, בסמיכות לאירוע האבדן, מונעת התפתחות של תסמינים פוסט טראומטיים, מאפשרת התמודדות מיטיבה ומפתחת חוסן צוותי.

השנה התרחבנו והתחדשנו! בינואר 2019 נפתחה קליניקה נוספת בת"א ובמרץ 2019 נפתחה קליניקה חדשה בחדרה.

בעזרת משרד יחסי הציבור פאר לוי, הקמנו השנה אתר חדש ועדכני הסוקר את פעילות העמותה.
<https://www.elah.org.il>

בפעם השלישית אלה הייתה בין מובילי המארגנים של הכנס הבינלאומי בנושא אבדן, שכול וחוסן נפשי, אשר התקיים בינואר 2019, באילת. הכנס אורגן מטעם הפורום לאבדן ושכול בכנס השתתפו 504 אנשי מקצוע. כל צוות אלה לקח חלק בכנס ורבים מאנשי הצוות הציגו את עבודתם.

בדו"ח זה נציג לפניכם את תחומי הפעילות של הארגון: פעילות המכון הטיפולי, טיפול בניצולי שואה, מרכזי הסייע למשפחות שחוו אבדן פתאומי, את העבודה בקהילה ההולנדית, תכניות ההדרכה וההכשרה שלנו ואת תכנית הסייע לצוותי עובדים ומנהלים בתוך ארגונים וחברות.

בשנת הדו"ח נהנו כ-6,800 אנשים מכ-160,000 שעות טיפול ופעילות.

תחומי הפעילות



א המכון הטיפולי לקהל הרחב



ב טיפול בניצולי שואה



ג מרכזי סיוע למשפחות שחוו אבדן פתאומי



ד הקהילה ההולנדית



ה הדרכות, הכשרות וכנסים



המכון הטיפולי

בשנת 2019 קיבלו כ-400 אנשים כ-6,000 שעות טיפול במסגרת המכון הטיפולי.

כל אדם חווה משברים, קשיים ואבדנים במהלך חייו: מותו של אדם אהוב, גירושין, פיטורים מעבודה, ילדים שעוזבים את הבית, דיכאון, חרדות, שאלות סביב נטייה וזהות מיניות, אבדן תפקוד הגוף, קשים בין-אישיים ועוד. בכל אותם מצבים ועוד, ניתן ורצוי לפנות לטיפול. פסיכותרפיה מתאימה לאנשים בכל הגילאים. המטפל עוזר למטופל להבין בעיות, לעבד תחושות כואבות ולהתמודד עם מצבים קשים במטרה לשפר את איכות חייו. הטיפול יכול להיות קצר מועד או ארוך טווח, אישי, עם בן/בת זוג או עם בני משפחה אחרים. מרכז אלה מעניק גם טיפול פסיכיאטרי ויעוץ בנושא השימוש בתרופות לטיפול בבעיות נפשיות. הצוות שלנו כולל כ-300 מטופלים מקצועיים עם ניסיון בגישות טיפול שונות ועם מומחיות בטיפול באנשים שחוו אבדנים ומשברי חיים. הצוות פועל ברגישות, במקצועיות, בדיסקרטיות וברמת שירות גבוהה, באחד מששת סניפי המרכז או בקליניקות בכל רחבי הארץ. אנשים פונים אלינו באופן עצמאי, אך ישנם גם גופים רבים מפנים למרכז אלה מטופלים ומממנים או מסבסדים עבורם את הטיפול. לאנשים שאינם זכאים למימון הטיפול על ידי גורמים אחרים, משתדל מרכז אלה לתת טיפול במחיר מסובסד בעזרת תרומות מתורמים וקרנות.

2019



טיפול נפשי

בשנת 2019 קיבלו כ-381 מטופלים מעל 5,800 שעות טיפול פרטני, זוגי, או משפחתי במכון הטיפולי של מרכז אלה. כל אדם פרטי שזקוק לטיפול נפשי, יוכל לפנות באופן עצמאי למכון הטיפולי כדי לקבל שירות במחיר מסובסד. בנוסף, גופים רבים מפנים אלינו מטופלים ומממנים או מסבסדים עבורם את הטיפול: משרד הביטחון - משפחות שכולות של לוחמי צה"ל, המוסד לביטוח הלאומי - משפחות שכולות על רקע בטחוני, עמותת קמים - הורים שאיבדו ילד ממחלה, המרכז לחיילים בודדים על שם מייקל לוי - חיילים בודדים לפני גיוס ואחרי שחרור, עמותת צעדים קטנים - משפחות המתמודדות עם ילד החולה במחלת דושן או בקר והמשרד לביטחון פנים - שוטרים וכבאים. בנוסף מטפל מרכז אלה בעובדי חברת החשמל, הרשות לשיקום האסיר ורכבת ישראל, בסטודנטים, בחולי ALS ומשפחותיהם ובמטופלים עיקריים ובחולים דרך עמותת קייר גיברס.

טיפול קבוצתי

במסגרת המכון הטיפולי הפעלנו השנה קבוצה לבני הדור השני לניצולי שואה וקבוצה להתמודדות עם טראומה ואבדן. סך הכול השתתפו 20 אנשים שקיבלו 102 שעות של טיפול קבוצתי.

יעוץ פסיכיאטרי

אנו מעניקים גם טיפול פסיכיאטרי ויעוץ בנושא השימוש בתרופות לטיפול בבעיות נפשיות. השנה 68 מטופלים של המכון הטיפולי קיבלו ייעוץ פסיכיאטרי (104 שעות ייעוץ).



טיפול בניצולי שואה

בשנת 2019 קיבלו מעל 5,100 ניצולי שואה מעל 131,000 שעות טיפול ושירותים נלווים במרכז אלה.

טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי

משנת 2011 אנו מעניקים טיפול נפשי לניצולי שואה במימון הרשות לזכויות ניצולי השואה של משרד האוצר. רוב הניצולים מקבלים טיפול בבתייהם בשל ניידות מוגבלת. ב-2019 קיבלו 1,888 ניצולי שואה מעל 51,000 שעות טיפול.

הרצאות לקשישים, ניצולי שואה ובני משפחותיהם

למרכז אלה מגוון רחב של הרצאות המיועדות לניצולי שואה במגוון נושאים כגון חלומות, הומור, מצבי לחץ, משמעות הסודות בחיינו, אפליה ודעות קדומות וסבתאות בעידן המודרני. בשנת 2019 ניתנו 40 הרצאות ברחבי הארץ למאות אנשים. ההרצאות התקיימו במרכזי יום, מועדונים חברתיים ובתי אבות במימון.

ככל שעוברות השנים ואנשים נכנסים לעשור השמיני והתשיעי של חייהם, הם עלולים להזדקק ליותר עזרה ותמיכה מבעבר. רובם כבר לא עובדים או פעילים חברתית, הם מתמודדים עם אבדן בן או בת זוג, מכרים וחברים, קשיי הזקנה וסוף החיים המתקרב ולעתים גם עם אבדן של ילדים ונכדים. אצל ניצולי שואה עלולים גם להתעורר באופן פתאומי זיכרונות קשים מזמן השואה לאחר שנים שהיו חבוים. זיכרונות אלו מערערים את מצבם הנפשי באופן שמתגלה בעצב, בייאוש, ברגשות אשם, בסיוטי לילה, בגעגועים ובבדידות. טיפול נפשי על ידי איש מקצוע יכול להוות עזרה ותמיכה.

מרכז אלה מעניק לניצולי שואה טיפול על ידי מטפל מקצועי, מנוסה וקשוב. הטיפול ניתן בבית לאנשים שמסיבות פיזיות או נפשיות מרותקים לביתם או באחת הקליניקות שלנו באזור מגוריהם. לניצולי שואה עם ירידה קוגניטיבית יש אפשרות לקבל טיפול באומנות, טיפול במוסיקה או טיפול באמצעות בעלי חיים.

בנוסף, מתקיימות קבוצות טיפוליות וחברתיות, בהן דנים הניצולים עם בני גילם, באווירה מכילה, במגוון נושאים הקשורים לחייהם, על מנת להפיג את בדידותם ולשפר את רווחתם הנפשית. השירות ניתן ברחבי הארץ בבתי אבות, במרכזי יום, בלשכות רווחה ועוד. השירות ממומן על ידי משרד האוצר - הרשות לזכויות ניצולי שואה. לניצולי שואה שאינם זכאים לטיפול במימון משרד האוצר, משתדל מרכז אלה לתת טיפול מסובסד בעזרת תרומות מתורמים וקרנות. בני משפחה של ניצולי שואה הזקוקים לעזרה יכולים לקבל טיפול דרך המכון הטיפולי.

קבוצות טיפוליות

אנו מפעילים קבוצות טיפוליות לניצולי שואה. לקבוצות אלו מספר קטן של משתתפים קבועים. במסגרת הקבוצות משתתפים המשתתפים בחוויות מחייהם ובדרכי ההתמודדות שלהם. הקבוצות מתקיימות בבתי אבות, במרכזי יום, במועדונים וכדומה.

אנשים שחוו קרע טראומטי ברצף החיים מפיקים רבות מהשתתפות בקבוצה עם שותפים לגורל. ההתבוננות והדינמיקה הבין-אישיות מאפשרות למידה על תפיסות והתנהגויות של המשתתף עשויה להביא לחוויה רגשית מרפאת.

בשנת 2019 התקיימו 8 קבוצות טיפוליות לניצולי שואה בהן קיבלו 88 אנשים מעל 4,200 שעות טיפול. הקבוצות ממומנות על ידי הרשות לזכויות ניצולי השואה של משרד האוצר.

קבוצות חברתיות

לקהל ניצולי השואה פיתח מרכז אלה מגוון רחב של קבוצות חברתיות בנושאים שונים המותאמים במיוחד לאוכלוסייה זו. בקבוצות האלו אנו מעודדים את המשתתפים לשתף בחוויות חייהם באווירה מכילה, מחבקת ויצירתית בעזרת כלים חדשניים כגון כתיבה, אומנות, מוזיקה, בעלי חיים, תנועה, גינון טיפולי, מיינדרפולנס, גוף נפש ועוד.

ב-2019 התקיימו 235 קבוצות חברתיות בעשרות ישובים שונים בארץ, בהן השתתפו מעל 3,100 ניצולי שואה שנהנו מסך כל של כ-75,000 שעות פעילות. העלייה החדה במספר הקבוצות נובעת מהגדלת תמיכות הרשות לזכויות ניצולי שואה במשרד האוצר. כ-10% מכלל הקבוצות התקיימו בשפה הרוסית.





מרכזי סיוע למשפחות שחוו אבדן פתאומי

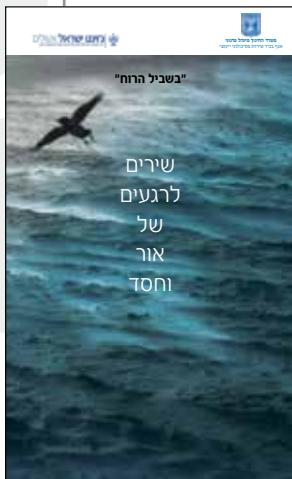
בשנת 2019 נקלטו 320 משפחות חדשות במרכזי הסיוע למשפחות שחוו אבדן פתאומי כתוצאה מרצח, התאבדות ותאונות דרכים, הכוללות 1,115 בני משפחה. בסך הכול בשנת 2019, לוו על ידי מרכזי הסיוע 3,107 בני משפחה.

מותו של אדם קרוב ויקר הינו אירוע קשה ומטלטל, כל שכן כאשר האבדן הוא פתאומי ונוגד את מהלכם הטבעי של החיים. אבדן פתאומי כתוצאה מאירוע טראומטי מביא את בני המשפחה למשבר עמוק ותהליך האבל הוא קשה במיוחד. ליווי וסיוע של אנשי מקצוע, כבר בשלבים הראשוניים בסמוך לאבדן, הוא קריטי ומשמעותי לתהליך ההתמודדות.

מקום לנשמה

ליווי רוחני

בשנת 2019, המשיכו בני משפחה של קורבנות רצח, התאבדות או תאונות דרכים, לקבל ליווי רוחני במקום טיפול מסורתי. נקודת המוצא של הליווי הרוחני היא שאדם המתמודד עם אבדן וקושי, חש את הצורך להתחבר ל"מרחב הרוחני" שלו, על מנת למצוא משמעות, תקווה וריפוי. הקשבה ועדות לסיפורי חיים, קריאת טקסטים, התייחסות לפילוסופיה ולתפיסת עולם, מציאת משמעות בשירים ומנגינות, כתיבה, יצירת תפילה אישית, תשומת לב לגוף, נשימות ודמיון - אלו הם מקצת הכלים בהם נעשה שימוש בתהליך הליווי הרוחני.



שירים
לרגעים
של
אור
וחסד

בשנת הפעילות 72 אנשים שחוו אבדן פתאומי, לוו על ידי מלווה רוחני. פרויקט הליווי הרוחני הינו תוצאה של מיזם משותף בין משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים לבין ג'וינט ישראל-אשלים.

בסוף 2019 הסתיים מיזם זה, בכנס סיכום חגיגי ומרגש, ולאחר מכן הפרויקט עבר להפעלה הבלעדית של מרכז אלה. אנו מודים ומעריכים את שיתוף הפעולה עם השותפים לדרך, שהביא להצלחתה של תכנית זו, אנו מבטיחים לדאוג להמשך פעילות התכנית והרחבתה.

בשנת 2019 קיבלו 509 אנשים טיפול פרטני, זוגי או משפחתי דרך מרכזי הסיוע. חלקם קיבלו את הטיפול דרך התחנות לטיפול זוגי ומשפחתי ברשויות המקומיות, ואחרים קיבלו את הטיפול ממטפלים מומחים באבדן ושכול של 'אלה'.

מרכזי סיוע לבני משפחה שחוו אבדן פתאומי

בסוף 2017 זכה מרכז אלה במרכז של משרד העבודה, הרווחה והשירותים החברתיים, להפעלת מרכזי סיוע לליווי בני משפחה של קורבנות רצח, התאבדות ותאונות דרכים. במרכזי הסיוע הנמצאים בחיפה, כפר כנא, חדרה ובירושלים יכולות משפחות לקבל ליווי על ידי אנשי טיפול, הפנייה לטיפול פרטני, זוגי או משפחתי בתחנות לטיפול זוגי ומשפחתי ברשויות המקומיות, להשתתף בקבוצות תמיכה, לקבל ליווי רוחני ולהשתתף בפעילויות קהילתיות. בני משפחה של קורבנות רצח והריגה יכולות גם לקבל סיוע משפטי דרך האגף לסיוע משפטי במשרד המשפטים. בשנת פעילות זו, הוקם פרויקט מתנדבים אשר פועלים למען המשפחות השכולות.

טיפול נפשי פרטני, זוגי ומשפחתי

בשנת הפעילות התקיימו 34 קבוצות תמיכה ברחבי הארץ לאנשים שאבדו את יקיריהם כתוצאה מרצח, התאבדות או תאונת דרכים. בין הקבוצות היו קבוצות תמיכה להורים, לאחים, לילדים ולבני זוג. הוקמה גם תכנית של מפגשים חד פעמיים במתכונת של בית פתוח, בכל מפגש הוזמן מנחה שהעביר פעילות בנושא הקשור להתמודדות עם אבדן ושכול. 297 אנשים השתתפו בקבוצות התמיכה. ניכר כי ההשתתפות בקבוצות עוזרת מאוד לבני משפחה ללמוד לחיות, בכל מובן המילה, לצד הכאב ולא להיכנע ליגון.

קבוצות תמיכה

בשנת הפעילות התקיימו 34 קבוצות תמיכה ברחבי הארץ לאנשים שאבדו את יקיריהם כתוצאה מרצח, התאבדות או תאונת דרכים. בין הקבוצות היו קבוצות תמיכה להורים, לאחים, לילדים ולבני זוג. הוקמה גם תכנית של מפגשים חד פעמיים במתכונת של בית פתוח, בכל מפגש הוזמן מנחה שהעביר פעילות בנושא הקשור להתמודדות עם אבדן ושכול. 297 אנשים השתתפו בקבוצות התמיכה. ניכר כי ההשתתפות בקבוצות עוזרת מאוד לבני משפחה ללמוד לחיות, בכל מובן המילה, לצד הכאב ולא להיכנע ליגון.



המשלחת ההולנדית
בביקור במרכז הסיוע בכפר כנא
במסגרת אירועי אלה 40



הקהילה ההולנדית

בשנת 2019 קיבלו מעל 1,100 יוצאי הולנד 17,000 שעות טיפול ושירותים נלווים.

טקס זיכרון לשואה ולגבורה

כארגון שהוקם על ידי ולמען ניצולי שואה, מרכז אלה מקדיש מדי שנה מחשבה רבה בטקס יום הזיכרון לשואה ולגבורה, בו משתתפים מאות ניצולי שואה ומשפחותיהם. בשנת הפעילות נושא ההנצחה היה "פנים ושמות", יקרים רבים נעלמו לנו מבלי להותיר רמז אודותם. בשנים האחרונות נעשה מאמץ נרחב לתת לאותם נספים - פנים מעבר לשמות הידועים. במהלך הטקס, שישה ניצולים הדליקו באופן מסורתי נר זיכרון וסיפרו את סיפורם בהקשר הנושא הנבחר. בסוף הטקס ניתנה למשתתפים הזדמנות להקריא את שמותיהם של בני משפחה שנרצחו. שני טקסים נערכו בשנת 2019, האחד בבית חיל האוויר בהרצליה ואחד בבית יולס בחיפה. 400 אנשים השתתפו בטקסים.

מרכז אלה הוקם בשנת 1979 על ידי ולמען יוצאי הולנד בארץ, ומאז ועד היום מהווה הקהילה ההולנדית קהל יעד מרכזי. אנשיה נהנים משירותי טיפול מסובסדים, קבוצות חברתיות, פרויקט מתנדבים ואירועים ארציים.

טיפול נפשי פרטני, זוגי ומשפחתי

בשנת 2019 קיבלו יוצאי הולנד טיפול נפשי מסובסד בשפה ההולנדית. ביניהם ניצולי שואה, בני זוגם, ילדיהם (הדור השני) ונכדיהם וכן הולנדים ללא רקע של השואה. המטופלים קיבלו טיפול פרטני, זוגי ומשפחתי וייעוץ פסיכיאטרי לפי הצורך.

טיפול קבוצתי

בשנת 2019 הפעלנו קבוצות טיפוליות לקהילה ההולנדית, כגון קבוצה לניצולי שואה שהיו ילדים בזמן מלחמת העולם השנייה, קבוצת ביבילותרפיה וקבוצות כתיבה. 266 משתתפים שקיבלו 5,455 שעות טיפול.

קבוצות חברתיות

באזורים שונים בארץ, מארגנים עובדים סוציאליים של מרכז אלה, יחד עם צוות מתנדבים, פעילויות לאנשים מקבוצות גיל ורקע דומה. דרך קבוצות אלו מקבלים המשתתפים אפשרות לבנייה והרחבה של רשתות חברתיות, תמיכה הדדית והשתלבות חברתית טובה יותר. בשנת 2019 פעלו שמונה קבוצות חברתיות ליוצאי הולנד ברחבי הארץ. המשתתפים המבוגרים ביותר מגיעים למפגשים בעזרה של מתנדבים. 142 אנשים השתתפו בקבוצות אלו וקיבלו מעל 2,900 שעות שירות.

מתנדבים

למרכז אלה יש 84 מתנדבים ולהם תפקידים חברתיים, ארגוניים ומעשיים בתוך הארגון ובקהילה. חלק מהמתנדבים עורכים ביקורי בית אצל 54 מבוגרים וחולים ועוזרים להם באופן אישי. מתנדבים נוספים עוזרים בארגון הפעילויות החברתיות ובעבודות משרדיות, ישנם מתנדבים שמנהלים ספריות עם ספרים בשפה ההולנדית וכאלה שמסיעים קשישים לפעילויות. כל המתנדבים מקבלים הדרכות פרטניות וקבוצתיות ומשתתפים בהרצאות וימי עיון העוסקים בהיבטים שונים של עבודתם ההתנדבותית. במפגשים אלו הם מדברים על ניסיונם בעבודת ההתנדבות עם עמיתיהם ועם העובדת הסוציאלית המלווה. בשנת הפעילות התקיימו 5 קבוצות הדרכה למתנדבים, שכללו 24 מפגשי הדרכה, סך הכול התקבלו 330 שעות הדרכה. המתנדבים נתנו 5,184 שעות שירות לקהילה. השנה קיימנו יום מתנדב, אשר מתקיים אחת לשנתיים, להוקרה והערכה לעבודתם של המתנדבים שלנו. יום המתנדב השנה עמד בסימן ההבדלים בין גברים ונשים בעבודת ההתנדבות, במסגרת יום זה המתנדבים נהנו מתוכן מקצועי וכן מאוכל טוב, מתנות ומפגש חברתי.

פעילות במסגרת עמותת הידידים בהולנד

באמצעות עמותת הידידים בהולנד (STEN) נעשו מאמצים כדי ליצור ולהדק את הקשרים עם הקרנות והתורמים ההולנדיים. שלחנו את הירחון הדיגיטלי של העמותה, פורסמו מאמרים ומודעות בעיתונאות היהודית ההולנדית, ובעזרת מתנדבים איישנו שולחנות מידע בירידים רלוונטיים. יושב ראש "אלה" הולנד, מר האנס פאושיה, הגיע לחגיגות אלה 40 בישראל והשתתף בסיוורים בסניפי העמותה, בשולחן העגול ובאירוע החגיגי. בקיץ 2019, התקיים מפגש למתנדבים הגרים בהולנד, הפעילים למען אלה בישראל.



הדרכות, הכשרות, כנסים וליווי ציוותי עובדים בשעת משבר

במסגרת תכניות ההדרכה וההכשרה, אנו מעבירים את הידע והניסיון שלנו הלאה ושומחים לגדל ולטפח דור חדש של אנשי מקצוע ומתנדבים מוכשרים.

הדרכת אנשי מקצוע ומתנדבים

עקב ניסיונו של מרכז אלה בתחום הטיפול, הסיוע הנפשי לניצולי שואה וההתמודדות עם שכול ואבדן, אנו מתבקשים לעתים קרובות להדריך אנשי מקצוע ומתנדבים של גופים אחרים, העובדים עם אוכלוסיות אלו. בשנת 2019 נתנו אנשי צוות אלה הדרכה לעובדי "המרכז לחיילים בודדים על שם מייקל לוין", לעובדי עמותת אס"ף העובדים עם מבקשי מקלט, למתנדבים הולנדים נוצריים ששוהים בארץ באופן זמני, לעורכי דין העובדים עם משפחות של קורבנות רצח ולעובדים הסוציאליים ומלווים רוחניים העובדים במסגרות שונות בהם מטפלים בניצולי שואה ובאנשים שחוו אבדן, שכול וטראומה.

ימי עיון וכנסים

אנשי צוות מרכז אלה מתבקשים לעתים קרובות להציג את התובנות והחוויות של הארגון בכנסים מקצועיים. בשנת הדו"ח הציגו אנשי צוות אלה מודלים טיפוליים ייחודיים במספר כנסים מקצועיים. בנוסף ארגן מרכז אלה שלושה ימי עיון לצוות הפרי-לנסרים העובדים עם ניצולי שואה ועם מתמודדים עם אבדן פתאומי.

ליווי ציוותי עובדים בשעת משבר

כאשר מתרחש אירוע טראומתי או אבדן במקום העבודה, צוותי הנהלה ועובדים מושפעים מכך ישירות. אנו יודעים שהתערבות מהירה, בסמיכות לאירוע האבדן, מונעת התפתחות של תסמינים פוסט טראומטיים, מאפשרת התמודדות מיטיבה ומפתחת חוסן צוותי. השנה התקיימו שש התערבויות בארגונים וחברות גדולים בהם אירע אסון, סך הכול התקיימו 14 מפגשים עם צוותי עובדים והנהלה בהם השתתפו 73 אנשים.

פרסום ומחקר

- בעזרת משרד יחסי הציבור פאר ליון פרסמנו מספר מאמרים בתקשורת ונתנו ראיונות ברדיו ובטלוויזיה על הסוגיות השונות עמן מתמודדים קהלי היעד השונים של מרכז אלה.
- בעזרת משרד יחסי הציבור פאר ליון, הקמנו אתר חדש ועדכני הסוקר את פעילות העמותה.
- בעזרת משרד יחסי הציבור פאר ליון, המשיכה הפעילות בדף הפייסבוק שלנו שכללה פרסומים אודות העשייה שלנו.
- בעזרת משרד יחסי הציבור פאר ליון, נשלח הניוזלטר הדיגיטלי החודשי שלנו לקהל היעד (בעברית ובהולנדית).
- יומן מרכז אלה 2019 יצא לאור בעזרת מכירת מודעות.
- לקחנו חלק בירידי מידע שונים בהם פרסמו שירותי העמותה.
- מרכז אלה משתפת פעולה עם מחקרים העוסקים באבדן ושכול ובטיפול בטראומה.

בזכות הניסיון שלנו בתחום הטיפול, הסיוע הנפשי לניצולי שואה וההתמודדות עם שכול ואבדן, אנו מתבקשים לעתים קרובות להדריך אנשי מקצוע ומתנדבים של גופים אחרים. מרכז אלה הינו מקום להכשרה מעשית לסטודנטים לעבודה סוציאלית מאוניברסיטת תל אביב ולתכניות פסיכותרפיה ממוסדות שונים. בנוסף עובדי המרכז מציגים לעיתים תכופות את עבודתם בכנסים וימי עיון מקצועיים

הכנס הבינלאומי בנושא אבדן, שכול וחוסן נפשי בחברה הישראלית ובעולם: עובדות, תובנות והשלכות

בפעם השלישית אלה הייתה בין מובילי המארגנים של הכנס הבינלאומי בנושא אבדן, שכול וחוסן נפשי, המתקיים באילת אחת לשלוש שנים. הכנס אורגן מטעם הפורום לאבדן ושכול בו חברים נציגים ממשרדי ממשלה וארגונים שונים, המטפלים באנשים שחוו אבדן. הכנס התקיים בחודש ינואר במלון מלכת שבא באילת וכלל שלושה ימים אינטנסיביים של סדנאות, הרצאות ודיונים מקצועיים בנושא. הכנס היה הצלחה גדולה, בו השתתפו 504 אנשי מקצוע. כל הצוות לקח חלק בכנס ורבים מאנשי הצוות הציגו את עבודתם. המשתתפים בכנס דיווחו, כי החוויה בכנס הייתה של התכנסות למען מטרה משותפת, רכישת הבנה וידע מקצועי הנוגעים לנושא האבדן והשכול, יצירת דיון פתוח ומכיל בנושא וכן העלאת המודעות לנושא בחברה הישראלית והבינלאומית.

תכנית הכשרה לליווי רוחני

נדבך נוסף של תחום הליווי הרוחני המתפתח במרכז אלה הוא קורס ייחודי - "בשביל הרוח" הפועל בשיתוף עם השירות הפסיכולוגי-ייעוצי של משרד החינוך שפ"י. בתכנית ההכשרה לקראת הסמכה בליווי רוחני לומדות יועצות מדריכות בכירות המשתתפות בקורס, בנוסף לעבודתן המלאה ביחידה להתמודדות במצבי לחץ, משבר ואובדנות של שפ"י, משרד החינוך. הנהלת יחידה זו רואה חשיבות רבה בהוספת הליווי הרוחני לתפיסה ולכלים של המדריכות בעבודתן המורכבת, בעיקר בתקופות שלאחר קרות האירוע ועם החזרה המורכבת לשגרה.

הדרכת סטודנטים

בשנת 2014 הפך מרכז אלה להיות מקום הכשרה רשמי של אוניברסיטת תל אביב להכשרת שדה של סטודנטים לתואר ראשון ולתואר שני בלימודי עבודה סוציאלית. במסגרת זו הדרך מרכז אלה ב-2019 חמישה סטודנטים. בנוסף, 3 סטודנטים נוספים מתכניות שונות של פסיכותרפיה, התמחו בטיפול במרכז אלה. כמו כן, התקיימו 3 מפגשים של אנשי דת וסטודנטים נוצרים הולנדים אשר הגיעו מהולנד לביקור בישראל ונפגשו באלה עם ניצולי שואה ושמעו על סיפור חייהם ודרכי הטיפול בהם. במפגשים אלו השתתפו 71 אנשים.



מידע כספי באלפי ש"ח

29,417	מחזור הפעילויות
(29,352)	סך הכול הוצאות פעילויות
(60)	הוצאות מימון נטו
5	עודף לשנה



תודה מקרב לב על תמיכתכם

(לפי סדר א-ב)

- משרד האוצר
 - משרד הבריאות
 - משרד הרווחה ההולנדי
 - קרן מרוו
 - עיריית תל-אביב
 - שדות רחמים
 - Carel Abas Stichting
 - Danielle Fund for Hope
 - Goudse Stichting Joodse Arbeid
 - VEG Oldebroek
 - Near East Ministries
 - תורמים פרטיים רבים מהולנד וישראל
- תודות לכל אחד ואחת כם על תרומתכם לקהילה

אודות מרכז אלה

מרכז אלה להתמודדות נפשית עם אבדן הינו עמותה מקצועית המספקת שרותי תמיכה נפשית לכלל האוכלוסייה. כל אחד חווה אבדנים במהלך חייו: מותו של אדם אהוב, גירושין, פיטורים מעבודה, ילדים שעוזבים את הבית, אבדן תפקוד הגוף, מעמד וכדומה. בכל המקרים האלה ועוד אנו יכולים לסייע.

מרכז אלה הוקם בשנת 1979 על ידי ולמען יוצאי הולנד והיה חלוץ בישראל במתן עזרה נפשית וחברתית לניצולי שואה. במהלך השנים התרחבו תחומי הפעילות ובעשורים האחרונים סייע **מרכז אלה** לאלפי אנשים אשר חוו אבדן, שכול, טראומה וכאב נפשי, באמצעות טיפול פרטני וקבוצתי, יעוץ פסיכיאטרי, ובאמצעות הפעלת מגוון פעילויות חברתיות.

לארגון יש שישה סניפים, קליניקות בכל רחבי הארץ וצוות גדול של מטפלים מקצועיים עם ניסיון בגישות טיפול שונות ועם מומחיות בטיפול באנשים שחוו אבדנים ומשברי חיים. הצוות פועל ברגישות, במקצועיות, בדיסקרטיות וברמת שירות גבוהה.

מרכז אלה שואף לאפשר ולהנגיש סיוע נפשי לכלל האוכלוסייה. לאנשים שאינם זכאים להחזר כספי עבור טיפול נפשי מגורמים אחרים, משתדל **מרכז אלה** לתת סבסוד לטיפול בעזרת תרומות מקרנות ותורמים.

מרכז אלה משתף פעולה עם משרדי ממשלה וארגונים חברתיים רבים.

למרכז אלה ביטוח מקצועי מקיף ולכל מטפל ביטוח אחריות מקצועית אישית. העמותה מקבלת מדי שנה אישור ניהול תקין של רשם העמותות.

דרכי תרומה

באמצעות כרטיס אשראי:

בקרר באתר **מרכז אלה** (www.elah.org.il) ולחצו על הכפתור "תרמו עכשיו" או התקשרו למשרד **מרכז אלה** טל: 03-6910921

באמצעות צ'ק:

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

באמצעות העברה בנקאית בישראל:

בנק הפועלים, סניף 641, חשבון 225220 או
IBAN: IL 15 012 641 0000 0002 252 20 SWIFT: POALILIT

לתרומה באמצעות העברה בנקאית בהולנד:

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

עזרו למרכז אלה תמכו בפרויקטים שלנו

מרכז אלה הינו עמותה ללא מטרת רווח, המגייסת תרומות מקרנות ומאנשים פרטיים. גם אתם יכולים לעזור על ידי מתן תרומה. תרומותיכם יאפשרו לנו להעניק טיפול נפשי מסובסד לאנשים אשר אין באפשרותם לממן אותו. עלות שעת טיפול אחת הינה 290 ש"ח (350 ש"ח לטיפול בבית), נשמח אם תממנו פגישה אחת עבור מישהו, 10 פגישות או כל סכום שתרצו. וניתן להבטיח טיפול חצי שנתי בסכום של 5,800 ש"ח (7,000 ש"ח לטיפול בבית).

ניתן גם לתרום ל"קרן דניאל לתקווה". קרן זו מיועדת למתן טיפול למניעת התאבדות לבוגרים צעירים. כל סכום לתרומה יתקבל בברכה!

מרכז אלה אושר לצורך סעיף 46 לפקודת מס הכנסה המאפשר לתורמים לקבל הטבות מס.

עמותת הידידים בהולנד

Stichting Elah Nederland

p/a JMW
Van Boshuizenstraat 12
1083 BA Amsterdam-Buitenveldert
elahnederland@gmail.com
www.elahnederland.nl
KvK registratie nummer: 41213035
ANBI nummer: 8142 78 103

חברי הועד המנהל
ב-31.12.2019
יהל שחר, יו"ר
עמוס ון ראלטה, גזבר
מרי בן סיני, מזכיר
שרית סנדומירסקי, מ"מ יו"ר
מרגלית שחם
רו"ח עמירם קליין
חברי ועדת הביקורת
רו"ח אבי אומסי
אלברט בנרד
יפעת איליאץ
מבקר פנים
BDO זיו האפט

מרכז אלה להתמודדות נפשית עם אבדן (ע"ר)

עמותה רשומה מס' 580040947

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

בפייסבוק: מרכז אלה - להתמודדות נפשית עם אבדן
www.elah.org.il