



קווי סיוע של קופות החולים



כל אדם זכאי לקבל 3 שיחות טלפון (בנות 45 דקות כל אחת)
עם פסיכולוג ללא הפניה וללא תשלום



לפרוק קצת מה שעל הלב בימים האלה

אופן התקשרות:

מכבי *3028

מאוחדת *3833

כללית *2708

לאומית 02-6335209



השירות בעברית, ערבית, רוסית ואמהרית.



קווי סיוע מקומיים

מקומיים

עיריית תל אביב

מוקד ההתנדבות העירוני

03-7240938 / 03-7240939 / 03-7240944 או בדוא"ל jaffe_u@mail.tel-aviv.gov.il

מוקד מידע עירוני לעסקים בעיר

בנושאי רישוי עסקים 03-7244600 - בדוא"ל asakim@tel-aviv.gov.il

בנושאי ארנונה*3013 -

מענה טלפוני להורים בשירות הפסיכולוגי החינוכי בעיריית תל אביב יפו בסוגיות שקשורות לילדים בגן ועד בית ספר כולל חינוך מיוחד. א'-ה' בין השעות 08:00 – 16:00.

בטלפון 03-7248534

עיריית קרית אונ

<https://chat.whatsapp.com/GwqSBPpuj3v0elztcnP00> קבוצת וואצפ לסיוע

חולון

שי"ל - שירות מידע יעוץ לאזרח - מידע וייעוץ טלפוני כללי בנושאים שונים כגון זכויות עובדים, צרכנות (ביטולי עסקאות וטיסות) ונושאים נוספים הקשורים למצב. ניתן להשאיר הודעה במענה הקולי

בטלפון 03-6315321 או

shiledna@gmail.com : קו חם לתושבי חולון 03-5263777

קו המאוייש באמצעות אנשי מקצוע ומסייע בתחומים שונים. הקו פועל בין השעות 16:00-8:30.

קו חם להורים בוואטסאפ (הורים עושים ח.י.ל) 050-8388624

בית העולה - מעניק סיוע ותמיכה בשפות רוסית, אמהרית ורוסית לתושבי העיר חולון. סיוון זורע - מנהלת מחלקה, דוברת רוסית-

052-3285603

מוקדי תמיכה מיוחדים בת ים

• עובדים סוציאליים 03-5556212

• חינוכיים פסיכולוגים 03-7762641

• סיוע לאזרחים וותיקים 03-7762604

• שי"ל - שירות ייעוץ לאזרח: 03-6095464 09:00-12:00 16:00-19:00

• החברה לתפוז"ס מפעילה מוקד לפניות לדוברי אמהרית:

03-5080025 / שלוחה 236 בימים א'-ה' בין השעות 10:00-13:00.

רמת גן

שי"ל - שירות ייעוץ לאזרח

רכזת: עו"ס סילביה אקלר בורשטיין

טלפון: 6738273/4

דוא"ל sv/via-a@ramat-gan.muni.il



קווי סיוע ארציים



ארציים

רשות האוכלוסין וההגירה מוקד סיוע לעובדים זרים בכל השפות 1-700-707-889	נע"ן- נוער מקשיב לנוער, לפניות מצוקה של בני נוער, שייך לאגודת יד ביד נוער מקשיב לנוער - מוקד חרום. טלפון: 03-6919765
חברים לרפואה קו חירום לקבלת תרופות עד הבית 054-7123930	רטורנו – קו ייעודי לתמיכה בנפגעי התמכרויות טלפון 073-2221115
רעות - מרכז מידע בכל הסוגיות הקשורות בטיפול בקשישים 1-700-700-204	ויצו 03-6923791
משרד החינוך - מוקד שירות חינוך וקו פתוח לתלמידים 1-800-25-00-25	נעמת 03-6492469
משרד הבריאות מוקד סיוע לצוותים הרפואיים ומשפחותיהם 02-5080099 - שעות פעילות המוקד בימים א'-ה' בין השעות 18:00-10:00. הפניה למוקד הנה אנונימית.	אמונה תנועת האישה הלאומית דתית – סיוע לנפגעות מאלימות 03-6179239
מוקדי קופות חולים כללית 2700 * \ מכבי 3555 * \ מאוחדת 3833 * \ לאומית 507 *	ער"ן 1201 - שלוחה 6. ברוסית 1-800-241201 באמהרית 1-800-211201 בערבית 1-700-501201
עמותת <u>itworks</u> וקרן ידידות טורונטו קו סיוע לאימהות חד הוריות 054-6793147	לראז ייעוץ תמיכה וטיפול למשפחות בשפה הערבית 052-6363924
מרכז אלה - סיוע נפשי להרגעת חרדה אצל אנשים בבידוד 050-9949244	מרכז יה"ל ייעוץ ותמיכה למשפחות נפגעי נפש. בימים א'-ה' בשעות 18:00-10:00 טלפון 03-9559596
יד לתומך- תמיכה בבני משפחה מטפלים מבית יד שרה 02-6444678	המוקד לאזרחים ותיקים -המשרד לשוויון חברתי 8840*



קווי סיוע ארציים



ארציים

118 - מוקד מידע וסיוע של משרד הרווחה פועל 24/7

קרגיברס ישראל - מידע ותמיכה לבני משפחה מטפלים לשאלות ותשובות בווטסאפ 055-9993311

ידידים סיוע בדרכים 053-3131310

יד שרה - הבאת ציוד רפואי עד הבית תוך 24 שעות 02-6444639

עזר מציון - קו מידע ותמיכה 1-800-80-20-30

02-6762044 לב אחד

מוקדי קופות חולים

כללית 2700* \ מכבי 3555* \ מאוחדת 3833* \ לאומית 507*

104 - מוקד מידע לאומי של פיקוד העורף

*5400 מוקד משרד הבריאות

ביטוח לאומי 6050*

101 מוקד מד"א



הקואליציה הישראלית לטראומה
היערכות לחירום, הממודדת, בניית חוסן



نحن نعلم كم هذه الفترة
ممکن ان تشكل ضغطاً علیکم
دعم للمتواجدين
في الحجر الصحي

يقدم مركز الحصانه النفسيه للمجتمع البدوي خدمه الدعم
والعلاج النفسي من خلال جلسات متعدده عن بعد (هاتفياً،
zoom, واتس آب فيديو) للاشخاص المتواجدين في الحجر الصحي
في البيوت والفنادق.
تقدم الخدمه من طاقم اخصائيين نفسيين مختصين في مجال بناء
الحصانه النفسيه.

يمكنكم التواصل معنا بكتابة رساله او الاتصال بالرقم المرفق:

055-2778963

traumaclinicalcenter@gmail.com

02.10.2020



خط المساعدة، عيران

המענה הטלפוני של ער"ן בערבית מיועד לכל אדם באוכלוסיה הערבית בישראל על כל מגזריה לרבות הדרוזי והבדואי המעדיפים לשוחח עם מתנדב שלנו בשפה הערבית. הקו מיועד לכל אדם צעיר כמבוגר, בכל נושא.

אתם יכולים לשוחח איתנו על מחשבות ורגשות שמעסיקים אתכם, על קשרים עם חברים או משפחה, על בית הספר או מקום העבודה, על מצוקות רגשיות, בעיות חברתיות וכל נושא אחר. העונים לפניית שלכם הם מתנדבי ער"ן דוברי ערבית אשר עברו הכשרה מקצועית לצורך מילוי תפקידם ומקבלים הדרכה שוטפת מאנשי מקצוע.

במידה ואין מתנדב במשמרת שדובר את השפה, ניתן להשאיר טלפון ואנו נחזור אליכם. מתנדבי ער"ן כאן עבורכם להקשיב לכם, לגלות רגישות לצרכים שלכם ולעשות כמיטב יכולתם על מנת לסייע.

השיחות אנונימיות לחלוטין ומתקיימות בחיג חנים למספר [1201](tel:1201) שלוחה 2 או בשירותי האינטרנט (בעברית):

[צ'אט אונליין](tel:1201), [פורום](tel:1201), [פנייה לעזרה במייל](tel:1201) או באמצעות [מסרונים](tel:1201). [SMS](tel:1201)