



ייעוץ והכוונה למשפחות המתמודדות עם מחלה או משבר נפשי של אחד מבני המשפחה

למה לפנות אלינו?

למחלה או למשבר נפשי יכולים להיות מספר גורמים, אך חשוב לזכור כי **המשפחה אינה אשמה!** מחלה או משבר נפשי במשפחה הוא אירוע בלתי צפוי, טראומתי, המצריך התמודדות עם אתגרים מורכבים ותעצומות נפש רבות.

במילים תוכלו לקבל תמיכה וייעוץ מאנשי מקצוע מתחום הטיפול והשיקום, בעלי מומחיות בעבודה עם משפחות בבריאות הנפש וכן לפגוש בני משפחה שעוברים חוויות דומות וללמוד מניסיונם.

אתם כמשפחה מהווים עוגן ומשאב אחד עבור השני וחשוב לא להשאר לבד.

מחקרים מראים כי קבלת סיוע, ייעוץ ותמיכה מקדמים באופן משמעותי את יעילות ההתמודדות עם בן המשפחה מתמודד הנפש.

תמיכה במשפחה מסייעת במציאת איזון בין הטיפול בבן המשפחה המתמודד לבין המשך קיומם של חיים עצמאיים ומספקים.

תמיכה במשפחה מסייעת באופן ניכר גם לשיקומו של המתמודד.

מי אנחנו?

מילם – מרכז ייעוץ למשפחות מעניק ייעוץ והכוונה למשפחות המתמודדות עם מחלה או משבר נפשי של אחד מבני המשפחה.

המרכזים מופעלים על ידי אנשי – העמותה הישראלית לבריאות הנפש ופועלים במימון ובפיקוח של משרד הבריאות.

השירות ניתן ללא תשלום וללא צורך בהכרה של המתמודד בביטוח לאומי או סל שיקום.

הידעתם?

1 מתוך 4 אנשים



יתמודד עם משבר נפשי במהלך חייו.

? **מתי ההתנהגות נובעת מהמגבלה הנפשית?**

? **כיצד להתייחס לבן/בת המשפחה המתמודד/ת?**

? **איך משתפים את הסביבה במצב?**

? **איך מדברים על זה בבית?**

כיצד להתמודד עם המתח והדאגה?



מה אנו מציעים?

- **טיפולים פרטניים** במסגרת הייעוץ האישי נוכל לתמוך בכך ולסייע בהתמודדות עם הקשיים שעולים, הערכת הצרכים בדיקת מענים אפשריים וכן כלים וידע
- **ידע מניסיון חיים** תמיכה וליווי אישי על ידי בן/בת משפחה בעל ידע מניסיון
- **קבוצות** המיועדות להורים, בני/ות זוג, אחים/ות וילדים/ות של מתמודדי נפש, מונחות על ידי אנשי מקצוע וכן קבוצות לעזרה עצמית

באילו נושאים ניתן לפנות למרכז המידע?

- שירותי דיור
- שירותי תעסוקה
- פעילויות חברה ופנאי
- ייעוץ למשפחות
- נופשים למתמודדים
- קידום בריאות ופעילויות ספורט
- כנסים

במידה ואין מענה ניתן להשאיר הודעה או לשלוח מייל לכתובת: info@enosh.org.il | **מרכז המידע אינו קו חירום**

מרכז מידע

מרכז המידע של עמותת אנש הוקם על מנת לספק מידע והכוונה למתמודדים עם מגבלה נפשית ולבני משפחה. המרכז מסייע לפונים ומספק את המידע הנחוץ בתחומי השיקום והטיפול בקהילה. בנוסף, ניתן לקבל מענה ישיר מצוות עמיתים מומחים מניסיון חיים.

מרכז המידע פועל בימים א' – ה' בין השעות 8:00-16:00

איך מגיעים אלינו? מרימים טלפון או שולחים מייל לתיאום פגישה ראשונה

מילם כרמיאל | קניון לב כרמיאל, קומה ב', מורד הגיא 100 | שלוחה בעפולה ומענים בקרית שמונה, טבריה, נהריה ובית שאן. טלפון: 04-6882898 | פקס: 04-6882894 | milamca@enosh.org.il

מילם חיפה | חסן שוקרי 8 שלוחה בקריות, מענה בשפה הרוסית. טלפון: 04-8642644 | פקס: 04-8643665 | milamhaifa@enosh.org.il

מילם נתניה | הזית 1 שלוחה בשומרון מענה לאוכלוסייה דוברת אמהרית ורוסית. טלפון: 09-8335042 | פקס: 09-8332616 | milamneta@enosh.org.il

מילם תל אביב | דרך מנחם בגין 82, קומה 5 | שלוחה בבתי ים טלפון: 03-5368101 | פקס: 03-5368102 | milamtlv@enosh.org.il

מילם יחשלים | יד שרה, שד' הרצל 124, קומה ג' | שלוחה בבית שמש, מענה בשפה האנגלית טלפון: 02-6522147 | פקס: 02-6523540 | milamjeru@enosh.org.il

מילם אילת | שד' התמרים 39, מעונות מכבי טלפון: 08-6242522 | פקס: 08-6242520 | milameilat@enosh.org.il



מרכז מידע
צרו איתנו קשר
074-7556155