

מרכז אלמו"ג לשיקום שייך לעמותת "סעד לחולה בישראל". הוא ממוקם בלב חולון בבנין מחודש, יפה ומשופץ. המרכז מציע פתרונות שיקום איכותיים ומקצועיים, עם מיקוד על פי גילאים, למשתקמי בריאות הנפש. השירותים ניתנים במענה לצרכים תפקודיים, חברתיים, תעסוקתיים, התמודדות בקהילה וניהול המחלה. **מנהלת המרכז**: רווית נאור, מרפאה בעיסוק, מומחית בגישת ההשתנות הקוגניטיבית מבנית. **מרכז אלמו"ג לשיקום** כולל ארבע יחידות שיקום:

- R יחידת הכשרה לפיתוח כישורי חיים**: החלה לפעול בנובמבר 1999, החל מינואר 2009 מהווה יחידת הכשרה בת חצי שנה במסלולי הכנה לעבודה, ללימודים ולדיוור בקהילה, למשתתפים בגיל 25-55.
- R יחידה לפיתוח כישורי חיים לצעירים**: החלה לפעול בינואר 2007, מהווה הכנה לשיקום/תעסוקה/לימודים/דיוור בקהילה, לצעירים עד גיל 25.
- R סדנאות תעסוקה ויצירה**: החלו לפעול ביולי 2004, ומהוות מסגרת תעסוקה יצרנית יצירתית ותמיכה בתהליך שיקום ארוך טווח ולימוד כישורים לעצמאות.
- R מועדון חברתי ומוזיקלי**: החל לפעול באוגוסט 2003, מהווה מסגרת תומכת אחת "צובימי ו' בבוקר.

אלמו"ג: יחידת הכשרה לפיתוח כישורי חיים – טלפון: 03-5018331

רכזת- עדי אלאוף, מרפאה בעיסוק, מומחית בגישת ההשתנות הקוגניטיבית מבנית

היחידה ממוקמת ברח' סוקולוב 1, ככר סטרומה, חולון.

היחידה נותנת מענה לנפגעי נפש, בגילאי 25-55, ברמות עצמאות שונות, הזקוקים לתמיכה ולימוד כישורי חיים, בדרך לניהול המחלה והחיים באופן יעיל יותר, איכותי ומספק.

היחידה פועלת בימים א'-ה', בין השעות 08:00-13:00 בתוכנית של חצי שנה הכוללת שני שלבים: **שלב בסיס** בו מתקיימים הערכות ואבחונים להכרת נטיות ויכולות של האדם יחד עם צרכים ורצונות, מודולות למידה בסיסיות למסלולי ההמשך – אסטרטגיות למידה, פתרון בעיות וקבלת החלטות, הצבה והשגת מטרות חיים, ניתוח אירועי חיים ומיומנויות תקשורת ויחסים בין אישיים. **שלב מסלול** בו מתקיימים קורסי חובה של המסלולים השונים: הכנה לעבודה, הכנה לדיוור והכנה ללימודים. במקביל מתקיימים קורסי בחירה על פי הרשמה מוקדמת של משתתפי כל המסלולים יחד. קורסי הבחירה כוללים מודולות למידה כגון: ניהול זמן, IMR, התמודדות עם מצבי לחץ, סגור עצמי, תרפיה בתנועה, הגדרה עצמית, חשיבה חיובית, יחסי משפחה, זוגיות, פנאי ועוד.

הפעילות נעשית בקבוצות, בפגישות פרטניות והתנסויות בקהילה במקביל, כאשר מושם דגש על הקניית כלים לעצמאות, דרכי התמודדות, יכולת בחירה, קבלת אחריות ושליטה על ניהול החיים בכלל והמחלה בפרט. לכל משתתף נבנית, יחד עמו, תוכנית הכשרה אישית ע"פ צרכיו ובחירותיו. המשתתפים הינם שותפים מלאים ופעילים הן בהחלטות המסגרת והן בתוכניות ההכשרה שלהם והשגת מטרותיהם. היחידה מצטיינת בתחושת הביתיות, החמימות וההכלה הממשיכה ללוות את המשתתפים גם בשינויים כמו במעברים למסגרות המשך.

הצוות מורכב ממרפאות בעיסוק ותרפיסטית בתנועה, המתמחות בגישות שיקום כוללניות וקוגניטיביות. וכן, מתנדבים וסטודנטים. כל איש צוות מהווה "איש קשר" למספר משתתפים. בתפקידו זה הוא מבצע מעקב אחר התקדמות האדם בהשגת המטרות שהציב לעצמו, ומקיים קשר עם גורמים רלוונטיים בקהילה (כגון: מטפלים, משפחה, מוסדות ועוד) לפי הצורך.

אלמו"ג צעירים - פיתוח כישורי חיים וזהות עיסוקית – טלפון: 03-5018331

רכזת- רונית בוזלי, מרפאה בעיסוק, מומחית בגישת ההשתנות הקוגניטיבית מבנית

היחידה ממוקמת ברח' סוקולוב 1, ככר סטרומה, חולון.

היחידה נותנת מענה לנפגעי נפש, בגילאי 18-25 (עד 30 במקרים חריגים), הזקוקים להכוונה בתחום התעסוקתי ולימוד כישורי חיים. אנו מאמינים בהתערבות מוקדמת כדי למנוע את מעגל הכרוניות ו"הדלת המסתובבת" בהמשך חייהם של הצעירים. היחידה פועלת באמצעים וכלים המבוססים על גישות עבודה קוגניטיביות ושיקומיות.

היחידה פועלת בימים א'-ה', בין השעות 8:30-13:30. הפעילות נעשית בקבוצות, בפגישות פרטניות ובהנסויות מעשיות במקומות עבודה בקהילה ועיבודן ביחידה. השילוב בין התנסות מעשית, רכישת ידע ולמידה מטה-קוגניטיבית מקדם השתלבות והסתגלות טובה יותר למסגרות המשך. מטרת היחידה לסייע בפיתוח הזהות העיסוקית של הצעיר, עזרה בבחירת כיוון מקצועי והכנה ללימודים/הכשרות מקצועיות, לימוד שיפור יחסים בין אישיים בסביבות משתנות, שיפור תפקודי היום ופיתוח עצמאות מרבית בניהול עצמי עם המחלה. בנוסף, מתקיימת פעילות העשרה ופנאי כאמצעי לגיבוש הקבוצה הצעירה וחיזוק התמיכה ההדדית ותחושת השייכות.

הצוות מורכב ממרפאות בעיסוק, עו"ס ומדריכות המתמחות בגישות שיקום כוללניות וקוגניטיביות. וכן, מתנדבים וסטודנטים. כל איש צוות מהווה "איש קשר" למספר משתתפים. בתפקידו זה הוא מבצע מעקב אחר התקדמות החבר והשגת המטרות שהציב לעצמו, ומקיים קשר עם גורמים רלוונטיים בקהילה (כגון: מטפלים, משפחה, מוסדות ועוד) לפי הצורך.

אלמו"ג : סדנאות תעסוקה ויצירה – טלפון: 03-5584841

רכזת-רותי מרקוביץ', מדריכה בכירה באמנות משקמת

היחידה ממוקמת ברח' דבורה הנביאה 5, בחולון, במבנה משופץ, מרווח ויפה בתוך שכונת מגורים.

היחידה נותנת מענה לנפגעי נפש, הזקוקים למסגרת תעסוקתית במטרה לרכוש הרגלי עבודה ולהתקדם בתחום זה, ולמשתקמים הזקוקים למסגרת מכילה ארוכת טווח בתחום השיקום לעצמאות בקהילה. הסדנאות מהוות מסגרת ייחודית לתעסוקה מוגנת יצרנית ויצירתית. תהליך השיקום מתרחש באמצעות הייצור, המהווה כר ללמידה וצמיחה של המשתקמים. במקביל נערכים מפגשים קבוצתיים ופרטניים בתחומי חיים שונים במטרה לקדם עצמאות בקהילה. בסדנאות מייצרים בקו ייצור ועיצוב עצמי, מוצרים לחדרי ילדים ולבית בסטנדרט איכותי גבוה, אשר נמכרים בשוק החופשי.

היחידה פועלת בימים א'-ה', בין השעות 8:00-12:00. לעובדים בקו הייצור ניתן תמריץ שיקומי על עבודתם. הסדנאות מחולקות לארבעה תחומי עבודה: נגרות, צבע, תפירה ועיצוב ואריזה. תכני הפעילות הקבוצתית משתנים בהתאם לצרכי המשתתפים ביחידה וכוללים: ניהול תקציב, ניהול משק בית, קבוצת בישול, אמנות ככלי ביטוי, אמנות האושר, התמודדות עם מצבי חיים משתנים, הכנה לעולם העבודה, יצירת שינוי והטמעתו בחיים, קבוצות העשרה שונות ועוד.

הצוות מורכב מאמנית, מעצבת/משווקת, מדריכות מקצועיות לתחומי הייצור, מרפאה בעיסוק, סטודנטים ומתנדבים.



ע.ר. 580001477

מרכז אלמו"ג (אמנות, למידה וגדילה) לשיקום

בסיוע: משרד הבריאות, המוסד לביטוח לאומי לישראל ו"מתן – הדרך שלך לתת"

אלמו"ג : מועדון חברתי ומוזיקלי – טלפון : 5018831-03

רכזת-אושרת רובס

היחידה ממוקמת ברח' סוקולוב 1, ככר סטרומה, חולון.

מועדון חברתי להעשרה ופנאי

היחידה נותנת מענה לנפגעי נפש, הזקוקים למסגרת פנאי ותמיכה חברתית. המועדון מצטיין בתחושת האינטימיות, ומזמן למשתתפים חוויה משפחתית, התערות בחברת שווים ומניעת הנטייה להתבודד ולהסתגר מפני החברה.

היחידה פועלת בימים ב', ד', ו-ה', בין השעות 16:00-19:00. הפעילויות כוללות קבוצות, הרצאות, סרטים, משחקי חברה ויצירה, שימוש באינטרנט, וכו'. בצד הפעילות הקבוצתית, מתקיימת אפשרות להיות במרחב הכללי ולשוחח עם משתתפים אחרים ו/או הצוות. הפעילות כוללת כיבוד קל. **הצוות** מורכב ממדריכים, מתנדבים וסטודנטים.

מועדון מוזיקלי וקבלת שבת

היחידה נותנת מענה לנפגעי נפש מהקהילה, הרואים במוזיקה כלי משמעותי מבחינה שיקומית. מוסיקה היא העתיקה בין האומנויות ומיוחס לה כוח תרפויטי רב. היא יכולה להשפיע על מחשבותינו ורגשותינו וכמו כן יש לה כוח לעורר זיכרונות. היא משמשת כדי להרגיע, לעודד, לארגן, לעורר וכן להגיע למצב של איזון וצמיחה נפשית.

בסדנה המוזיקלית, האנשים נחשפים לסוגים שונים של מוזיקה ולומדים על מוזיקה בהיבטים שונים. נערכת האזנה למוסיקה ושימוש בכלים מוסיקליים שונים, הקיימים במקום, כסדנה חווייתית, שירה בציבור ומרחב המאפשר הבאת תכנים, שהוכנו מראש ע"י המשתתפים, לבחירתם.

בנוסף, מתקיימת קבלת שבת בסיום הפעילות, הכוללת הדלקת נרות וכיבוד, דיון, שירה וכניסה לסוף השבוע. **היחידה פועלת** בימי ו' בין השעות 10:00-12:30. **מטרות היחידה**: להביא לשיפור במצב הרגשי. לשנות התנהגויות שגורמות סבל לנפגע הנפש ולסביבתו. לאפשר הבעה דרך המוסיקה. לשפר תקשורת בין אישית ותחושת רווחה ושייכות.

הצוות מורכב מתרפיסטית במוזיקה.