

דף מידע תלת חודשי של רשת ערים בריאות בישראל

אוקטובר 2023

חברי הרשת מתמודדים עם מציאות שנכפתה עלינו ב 7.10.23

כולנו כואבים ומודאגים מהמצב השורר היום ומהעתיד הלא ידוע. חלק מחברינו חוו את התופת של ה-7.10, חלק פונו לאזורים שקטים יותר. יש הפועלים כאחראים לבריאות בחירום ויש הדואגים לשלומם של עקורים/מפונים ששוכנו ביישובם. ידי כולם מלאות בעשייה לשלומם הפיזי והנפשי של כל המתגוררים בתחומם, ויחד עם זאת ממשיכים לשתף ולייעץ זה לזה. מתחילת מלחמת חרבות ברזל קבוצת הווטסאפ של הרשת לא נחה. בעשרת הימים הראשונים מאז פרוץ המלחמה, הקבוצה עסקה בעיקר ברשויות שהציעו עזרה וסיוע לחבריהם אשר פונו מבתיהם ואשר נמצאים בקו הראשון למלחמה.

המתאמים בדקו את הצרכים ברשויות המקומיות שלהם וראו שיש צורך בחיזוק החוסן ולכן סיפקו מענים בצורת הרצאות זום למבוגרים, קשישים ובני נוער. הרצאות זום רבות נתנו מענה להורים אשר מתמודדים עם ילדים קטנים והפחדים שלהם בזמן שגם להורים יש חששות משל עצמם.



הורים יקרים
אתם לא לבד בחרבות ברזל.

בימים מורכבים אלו, של מתח ואי ודאות, הנכם מוזמנים לפנות לקו החם שפתחנו עבורכם במכון להדרכת הורים,

צוות של מדריכות ויועצות עומד לרשותכם בשיחה טלפונית.
ניתן להשאיר פרטים בוואטסאפ בטלפון 054-4333926
הכוללים שם, טלפון וגילאי הילדים ואנו ניצור איתכם קשר.

השירות חינמי ניתן להורי המעונות עד כיתה ו' לפרטים נוספים ניתן להתקשר 050-8296046 עליוה אבנעים

הורה עם חוסן עוזר לילד לבנות חוסן

כפר סבא
ישיבת נחל כוזם

מפגש זום בנושא: "חוסן זהב"

כלים להתמודדות עם מצבי לחץ בימים אלו
מנחה: סנינה דרימר, מומחית חוסן
יום חמישי, 12/10/23 | בשעה 10:00

לפרטים נוספים והמסדרי נישאת פרטים ניתן לנסות לשירות יומני בכפר: 09-7669766 | או במייל: shir@kasa.co.il

כפר סבא

זמן יחד הורים ומתבגרים

כלי חוסן ממוקדים לתקופה זו

סדנה ממוקדת ואפקטיבית של כלי חוסן לתקופה זו.
מנחה: שני חן כהן, MA קרימנולוגיה קלינית, פסיכותרפיה.
יום רביעי, 11/10/23 | שעה 21:00 | בזום

לפרטים נוספים והמסדרי נישאת פרטים ניתן לנסות לשירות יומני בכפר: 09-7669766 | או במייל: shir@kasa.co.il

מועצה מקומית מבשרת ציון

מפגש הדרכה להורים לילדים עם צרכים מיוחדים:
אתגרים, מענים והתמודדות במצבי חירום ומלחמה

ראשון | 14.10.23 | 20:00-21:00 | בזום

המפגש יעבר ע"י פרופ' אילנית חסון אומיין - פסיכולוגית שיקומית מומחית ראש המולקה לפסיכולוגיה, אוניברסיטת בר-אילן





רשויות מקומיות אחרות, ובנוסף משרד התרבות והספורט, הבינו שיש צורך בפעילות גופנית להפגת מתחים ולכן סיפקו אימונים והרצאות של מיטב ספורטאי ישראל בזום. המתאמים שלחו הרצאות זום גם בנושאי תזונה לדוגמא - בוקר של בישול בריא שניתן לעשות עם הילדים. הם התייעצו אחד עם השני בנושאים שונים וגם נתנו מענים לעובדי העירייה בתחום החוסן הנפשי.

חלק מהרשויות ברשת ארגנו התרמות דם בשיתוף מד"א ואספו יחד אלפי מנות דם. בנוסף, מתאמים התעסקו ברפואה בשעת חירום וחיפשו מענים לאספקת תרופות

ושירותי רפואה ראשונית למפונים וגם לתושבים אשר נמצאים באזורים הקרובים לאזור הקרבות.

מתאמים ארגנו הכשרות להגשת עזרה ראשונה לתושבים, שלחו חבילות שי ומכתבי תמיכה לרשויות אשר נפגעו הכי קשה במלחמה.

מקבוצת הווטסאפ בלט במיוחד הצורך של מתן מענה בתחום בריאות הנפש - תחום אשר הרשת עוסקת בו ומקיימת שולחן עגול של מומחים ואנשי שטח, על מנת להגדיר את תפקיד הרשויות בתחום הבריאות הנפשית.

אם בעקבות המלחמה יש לכם המתאמים. את תובנות על תפקיד הרשות המקומית בתחום בריאות הנפשית נשמח אם תשלחו אותם לסימא. Sima.healthycities@gmail.com

הצוות המשותף למשרד הבריאות, אפשריבריא והנהלת הרשת, יזם וקיים מפגש זום לכל חברי הרשת ואפשריבריא בעיר, במטרה לשמוע על תחושות אישיות, על מצב הישוב ובמה נוכל לסייע. המפגש התקיים ב 15.10 והשתתפו בו 46 מתאמים ונציגי לשכות ומשרד הבריאות. סיכום מפורט של המפגש – בקישור: <https://bit.ly/3FAWOoC>

👈 מכתבי תמיכה וגילויי סולידריות של חברינו היווניים

בימי הלחימה הראשונים התקבלו לא מעט מכתבי תמיכה וסולידריות, בעיקר מחברינו היווניים, וגם מנציגי הרשתות הלאומיות באיטליה, פורטוגל, וצ'כיה.

לדוגמא, מכתב שהתקבל מפרופ' פוטיס, מי שיזם את הקמת הפרויקט המשותף לרשויות ישראליות ויווניות, כבר ב 7.10:

Dear Milka,

I would like to express to you and through you to all the cities of our network especially those in the south, our wholehearted solidarity for the aggression suffered by the Hamas.

We think of you as a brave people who needs to constantly fight for the existence of their country, surrounded by aggressive people who will not accept the right to this existence.
We hope that once again you will prevail and hope that you will not have to suffer any more loss.

Please transmit our solidarity and tell the Mayors that we stand by



Prof.Dr.Fotis Papathanasiou

מפגש למידה בנושא הליכה והליכתיות – 6.9.23

מפגש הלמידה הזה נועד לכוון לקראת יום ההליכה הארצי (אשר בוטל לנוכח המצב), והוכנס להקשר רחב יותר, למסגרת של יעדי פיתוח בר קיימא (SDGs). הליכה, והליכתיות כמאפשרת הליכה, מסייעים בהשגת יעד מס' 3 – קידום בריאות, ויעדים נוספים. למשל, יעד 10 – צמצום אי שיוויון – הליכה, המהווה ספורט עממי, זו פעילות השווה לכל כיס. יעד 11, העוסק בעירוניות, מדבר על הכלה, בטחון, חוסן. עצם ההליכה במרחב הציבורי, בחברותא, מגבירה את הביטחון את ההכלה והחוסן. וגם יעד 13, התמודדות עם שינויי אקלים. מר רן רייז מהמשרד להגנת הסביבה, הרחיב בנושא וכן מר הרצל חגי, יו"ר איגוד הספורט העממי הסביר מהו ספורט עממי והציג נתוני סקר עכשווי בנושא. בנוסף, הוצגו מספר דוגמאות של עשייה בשטח. סיכום מפורט וקישור למצגות – בקישור: <https://bit.ly/467S3hv>

מפגש של פורום אזורי

במהלך הרבעון האחרון: התקיים מפגש אחד של פורום אזורי – פורום מתאמי אזור ירושלים. המפגש התקיים בזום ביום 13.9.23 - <https://bit.ly/40oDTXR>

דנא שנתית

הסדנא השנתית של רשת ערים בריאות תתקיים בתאריכים 20-21 לדצמבר במלון יהודה בירושלים. במהלך השנה עלו שאלות בהקשר לתפקיד המתאם מיצובו ומעמדו ולכן הוחלט להקדיש את הסדנא לנושא זה.

מחזור 8 של קורס ההכשרה המשותף למשרד הבריאות
ורשת ערים בריאות, אשר תוכנן להתחיל ב 7.11.23, נדחה,
בשל המצב, עד להודעה חדשה.