אתם לא לבד: מוקדי סיוע, שיחות טיפוליות בחינם

מוקדי הסיוע בקופות החולים, בתי החולים והמרכזים לבריאות הנפש פועלים באופן מתוגבר. משרד הבריאות הקל את ההנחיות לניפוק תרופות לחולים כרוניים שאין בידיהם מרשם.

תושבי ערד שחשים מצוקה נפשית מוזמנים לפנות למוקד 106 וממנו תהיה הפניה לאגף לשירותים קהילתיים ולגורמים מטפלים.

מוקדי קופות החולים

קופות החולים נותנות תמיכה רגשית של שלוש שיחות טיפוליות על-ידי אנשי המקצוע. לתיאום, יש לפנות למספרים הבאים:

כללית - תמיכה נפשית *2708 בשעות 20:00-07:00

לאומית - דרך תלם בשעות 22:00-08:00, קו חירום - 054-9292273, מענה בוואטסאפ - 054-9299973. עוד בלאומית, "תפארת בית חם" בערבית - 04-6111891 (17:00-07:00)

מכבי - דרך תלם בין 22:00-08:00 במוקד *3028

מאוחדת - מוקד ארצי *3833

נוסף לאלו פועלים מוקדי סיוע טלפוניים לפי הפירוט הבא:

כללית, מוקד תמיכה וסיוע נפשי במספר 03-7472010.

מכבי שירותי בריאות מפעילה קו סיוע מיוחד לתמיכה נפשית המאויש על-ידי עובדות ועובדים סוציאליים. המוקד זמין בטלפון *3555.

מבוטחי לאומית יכולים לקבל סיוע נפשי במוקד אחיות 507*. מוקד לאומית זמין בטלפון 1700507507.

מבוטחי מאוחדת יכולים ליצור קשר עם מוקד *3833.

האגודה לזכויות החולה 03-6022934 ובמייל: info@patients-rights.org

עמותת ער"ן פועלת במתכונת חירום וזמינה עבור כל אזרחי ישראל בקווי הסיוע בטלפון 1201 ובאתר, בצ'ט ובוואטסאפ.

קו הסיוע של נט"ל (נפגעי טראומה על רקע טרור ומלחמה) פועל בטלפון 1-800-363-363 ובאתר. - "כולנו מתמודדים יחד"- העמותה עלתה בקמפיין במסגרתו נבנה ׳מיני סייט׳ חדש וייעודי הכולל חומרים וכלים להתמודדות עם החרדה והלחץ. המידע הנרחב מונגש בשפות שונות על מנת לאפשר לכלל המעוניינים בכך להשתמש במידע. לעמוד החדש - לחצו כאן

עמותת סה"ר להענקת סיוע נפשי מיידי ואנונימי תגברה את קווי הסיוע ומעניקה סיוע נפשי ללא עלות באמצעות אתר האינטרנט או בוואטסאפ 055-9571399.

ארגון תמר מפעיל קו סיוע לתמיכה נפשית בשפה הערבית - הקו מאויש על ידי פסיכולוגים ועובדים סוציאליים מהחברה הערבית. בטלפון 08-6552344

עמותת אנוש – תמיכה נפשית 074-556155