



מועצה מקומית
מעלה אפרים

המחלקה לשירותים חברתיים

כ"ג תשרי, תשפ"ד

08 אוקטובר 2023

Дорогие жители

.Мы переживаем очень тяжелые дни для страны и для всего народа. Израиля

Мы находимся в чрезвычайно сложном положении а многих из нас горе
.коснулось лично

В ситуации, в которой мы сейчас находимся, могут появиться чувства страха,
тревоги, неуверенности, беспомощности и стрес. Это нормальная реакция на
ненормальную ситуации, в которой мы сейчас находимся и которую нам
.приходиться пережить

Для нас важно, прежде всего, укрепить наше чувство единения как общества,
.знать, что мы все здесь вместе друг для друга

,Пока ЦАХАЛ и системы безопасности работают изо всех сил
отдел социального обеспечения и бригады экстренной помощи в поселении
продолжают работать и прикладывает все силы и возможности для
.обеспечения вашей безопасности и для вашей поддержки в любое время

Мы связываемся с жителями,, чтобы поддержать и проверить, есть ли какие-
либо особые потребности в связи с ситуацией в стране

Если вы чувствуете себя в беде и нуждаетесь в помощи, не
:стесняйтесь обращаться

:работники

Варед Бен Дрор, адвокат: 050-3734956

Тахала Мондани, адвокат: 052-5246071

המועצה אפרים החינוך מכלל לכל

ד. נ. מזרח בנימין 9063800 טלפון : 02-9941221 פקס : 02-9667262

E-mail: RonitC@mefraim.org.il





מועצה מקומית
מעלה אפרים

המחלקה לשירותים חברתיים

.Аяла Айзенберг, адвокат по делам несовершеннолетних: 050-3677206

:Команда пожилых людей

Сима где: 050-3734960

Мазаль Дашкотай: 050-5399410

.Рики Ноймарк: 054-7111128

Центр устойчивости

Обратиться на горячую линию Центра эмоциональной поддержкой профессионалов можно по телефону: 02-9977106

Рекомендации по укреплению в личной и семейной жизни в условиях чрезвычайной ситуации в стране

Защищенное место – оставайтесь там, где чувствуете себя защищенным. Будьте готовы и создайте для себя защищенное пространство, которое будет отвечать вашим потребностям

Поддерживающая атмосфера – старайтесь быть рядом с людьми, которых вы любите и близки вам. Любящая и поддерживающая окружающая среда укрепляет нашу устойчивость и уменьшает чувство одиночества и тревоги. Помогайте соседям и поддерживайте связь с близкими людьми по телефону

Целенаправленное информирование и потребление информации в СМИ – оставайтесь на связи только с необходимыми группами и избегайте длительного просмотра новостей, видео и ненадежных

המועצה אפרים החינוך מעלה אפרים

ד. נ. מזרח בנימין 9063800 טלפון : 02-9941221 פקס : 02-9667262

E-mail: RonitC@mefraim.org.il





מועצה מקומית
מעלה אפרים

המחלקה לשירותים חברתיים

веб-сайтов. Наблюдение порождает поддельное чувство контроля, хотя на практике оно вызывает тревогу, стресс и беспомощность

Приложены ссылки для присоединения к локальным
группам обновлений

קבוצת ווטס-אפ רשותית :

<https://chat.whatsapp.com/2ekLZNEZf9V3kVI2IIs9sb>

דף פייסבוק- מועצה :

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100068965442169>

- Распорядок дня – старайтесь, насколько это возможно, поддерживать регулярный распорядок дня и режим
- Совместите это с полезными для вас занятиями
- Родители на личном примере в семье – позвольте вашим детям выражать чувства, будьте для них источником безопасности, стабильности и спокойствия. Убедитесь, что они как можно меньше знакомятся с содержанием новостей, ведите с ними деловой, оптимистичный и спокойный разговор дающий им уверенность

,Все мы молимся и ждем хороших новостей

Сотрудники отдела социальных услуг Маале Эфраим

המחלקה אפרים החינוך מעלה אפרים

ד. נ. מזרח בנימין 9063800 טלפון : 02-9941221 פקס : 02-9667262

E-mail: RonitC@mefraim.org.il

