

דוח שנתי
2020



בתמונות 2020



שותפים יקרים!

חיבוק, נשיקה, ביקורי בית, יציאה לבית קפה ובילוי בחיק המשפחה המורחבת הפך מחודש מרץ 2020 לכמעט בלתי אפשרי, כאשר נגיף הקורונה שהגיע מאי שם מסין הרחוקה ותבע את כללי הריחוק להם נדרשנו בשנה האחרונה, חיטוי הידיים, המסכות על הפנים, ללא יכולת להתקרב, ללא יכולת לחבק.

הביחד, הביקורים וההתמיכה הפיזית, הנשיקות וההימצאות כשרע והצורך המידי בחיבוק פיזי, היו חלק גדול מהכלים שלנו ב-19 שנה האחרונות, מאז הוקמה העמותה.

שנת 2020 נפתחה במרץ ובעושר של פעילויות. נופש הורים שכולים, סדנאות וחוגים בבתי החמים, אריזת 2,750 משלוחי מנות, קבוצות תמיכה אזוריות, סמינריון הדרכה למתנדבים ופרויקט אח בוגר, מפגשי ילדים ע"פ קבוצות גיל, סדנאות למידה והענקת כלים להתמודדות יום יומית עם השכול ועוד.

כל זה השתנה בן רגע, ואנו במשפחה אחת נדרשנו להתאים את הפעילויות שלנו לכללי הזהירות הנדרשים.

אז מה היה לנו בשנת הקורונה?

- 166 מפגשי זום עברו יותר מ-4,000 משתתפים
- 5 חלקים לאתגר למשפחות – נושא פרסים
- מעל 10,000 שיחות תמיכה, סיוע וחיבוק
- 400 משפחות קיבלו סלי מזון לחגים
- 4 ימי הכנה להתמודדות יום הזיכרון בתקופת קורונה
- טקס יום הזיכרון – אינטרנטי ליותר מ-10,000 משתתפים בארץ ובחו"ל
- 350 משפחות קיבלו תלושי מזון דיגיטליים לרכישת מזון
- 142 משפחות נזקקות קיבלו סיוע כלכלי עקב הקורונה
- איסוף, כתיבה, עריכה והשקת הספר "מה שנתר"
- הפקה והדפסת אלבום ציורים – 'חוג ציור' ו'הסיפור מאחורי הציור'
- אפיית וחלוקת מאות עוגיות לבתי משפחות
- הוצאת גיליון ראשון של העיתון "הכל נשאר במשפחה"
- חלוקת משחקים למשפחות עם ילדים ליותר מ-60 משפחות, ביניהן משפחות בבידוד
- שליחת אוכל לחולי קורונה / משפחות בבידוד - לעשרות משפחות
- שליחת מתנות לחג 326 אלמנות שאיבדו את הבעל בפיגוע
- השקת פרויקט חדש "בונים חלום" - למעל 70 משתתפים.
- מעל 2,000 שעות טיפול פרטניות מרוחק של פסיכולוגים ואנשי טיפול
- חלוקת מחשבים למשפחות לצורך לימוד בזום לילדים
- קמפיין גיוס המוניים

ובהפוגות והקלה בסגרים

- סדנאות פרונטליות עד 12 משתתפים בבתי החמים: קרמיקה, פילאטיס, זכוכית, קואוצינג, טיפול במשחק, רפלקסולוגיה ועוד.
- 2 נופשים בני 3 ימים לחבר'ה צעירים על שפת הכנרת
- 2 ימי תרפיה בים המלח עבור נשים
- 4 ימי כיף והפוגה לאלמנות וילדים ולמשפחות עם ילדים
- העברת מתנפחים ממשפחה למשפחה - יתומים 2 הורים
- קליפ עם אמיר בניון ובהשתתפות משפחות נפגעים "סופה"
- 4 טיולים של קבוצות נוער בצפון
- מעל 30 חגיגות של שמחות, ברי מצווה, חתונות, ימי הולדת ולידות
- השתתפות באזכרות, וחניכה של מספר "יד זיכרון".

למרות האתגרים שסיפקה לנו הקורונה, הצלחנו להמשיך ולפעול עם הצוותים המצוינים שלנו מול הנפגעים ומשפחותיהם, עבורם היוותה המגיפה הזו עוד משבר לצלוח אותה – בהיבטים הנפשיים, המשפחתיים, הזוגיים, הכלכליים או החברתיים. יחד עם מאות מתנדבים, עשינו הכל כדי לזהות, לסייע, לחזק, ולתת מענה אפקטיבי.

למרות המכשולים בדרך, אנו מאמינים כי הקשר האישי והביחד הוא זה שנותן את הכוח והתעצמות.

אני מבקש להודות לכל החברים והשותפים על העשייה והתרומה והקשר לעמותה. הצורך במענה לטרור ממשיך להיות נוכח בחיים שלנו ועלינו האחריות להמשיכות ולצמיחה של הארגון החשוב הזה שנקרא 'משפחה אחת'.

רק יחד נתחזק ונתגבר על הטרור

מרק בלזברג
יו"ר "משפחה אחת"

משפחה אחת העולם של

פצועים

אחים שכולים

אלמנות ואלמנים

הורים שכולים

יתומים מ-2 הורים

יתומים

תוכניות נוער צעירים ובוגרים

מחלקת בוגרים
24-35

מחלקת צעירים
18-24

מחלקת הנוער
7-18

- מחנות ונופשים טיפוליים
- מפגשים חודשיים
- שיחות טלפון
- תמיכה בימי זיכרון
- תמיכה אישית
- הסבה מקצועית

- מחנות ונופשים טיפוליים
- מפגשים חודשיים
- שיחות טלפון
- תמיכה בימי זיכרון
- תמיכה אישית

- בנים**
- בנות**
- מעורב**
- שיחות טלפוניות שבועיות
- מחנות ונופשים טיפוליים
- מפגשים חודשיים
- תוכנית אח בוגר
- שבתונים
- תמיכה בימי זיכרון
- חגיגת ימי הולדת

ושיקומית

חוגים שבועיים

תמיכה פסיכולוגית
מקצועית

- יגה
- מחול
- אמנות
- ציור
- קרמיקה
- כתיבה יוצרת
- פילאטיס
- מחשבים
- סריגה

- מפגשי תמיכה
קבוצתיים חודשיים
- סדנאות וחוגים
- סדנאות בישול
- סדנאות מוזיקה
- הידרותרפיה
- מניקור
- תרפיה בחול
- קאוצ'ינג
- סדנאות
לעמידה מול קהל

תמיכה נפשית

ארועי יום הזכרון

הרצאות/סמינריונים

- נופשי תמיכה
ותרפיה
- טיפולים
הוליסטיים
- טיפול במשחק
- דמיון מודרך
- פסיכודרמה
- פוטותרפיה
- נטיבים טיפולים
אלטר
- אוסטאופטיה

- קבוצות
תמיכה והעצמה
- פצועים
- מקהלת אבות שכולים
- אמהות שכולות
- אלמנות
- יתומים מ-2 הורים
- פוסט-טראומה
- יתומות מאם
- הורים שכולים
- אחיות שכולות

תמיכה משפחתית

עובדים סוציאלים

ייצוג משפטי וציבורי

- קליטה, איבחון ופתירת בעיות
- תמיכה אישית
- ביקורי בית
- שיחות טלפון
- טיפול זוגי ומשפחתי
- תמיכה אישית באזכרות וימי זיכרון

- סיוע כלכלי
- אימוץ משפחה
- תלושי מזון לחגים
- מלגות לימודים
- סיוע בשכ"ד
- סיוע רפואי
- סיוע בשמחות ובארועים אישיים
- חתונות
- התאמת
בר מצוה



ייעוץ משפטי



סדנאות חוגים והעצמה



נופשים טיפוליים



מחנות ונופשים



ייצוג ציבורי



סיוע כלכלי ותעסוקתי



ימי זיכרון



קבוצות תמיכה



לייווי אישי



שיקום נפשי מקצועי



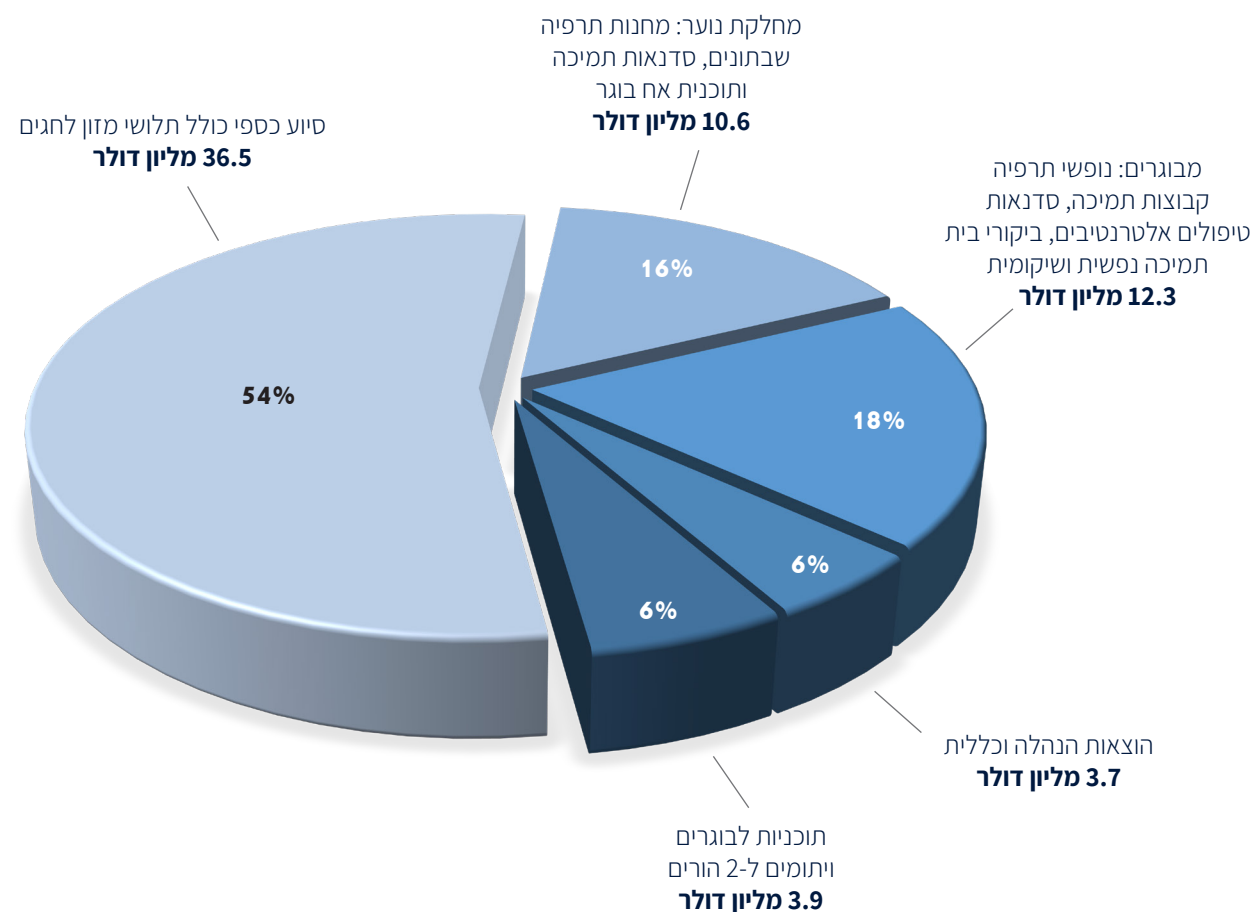
מרכזי סיוע



תמיכה משפחתית

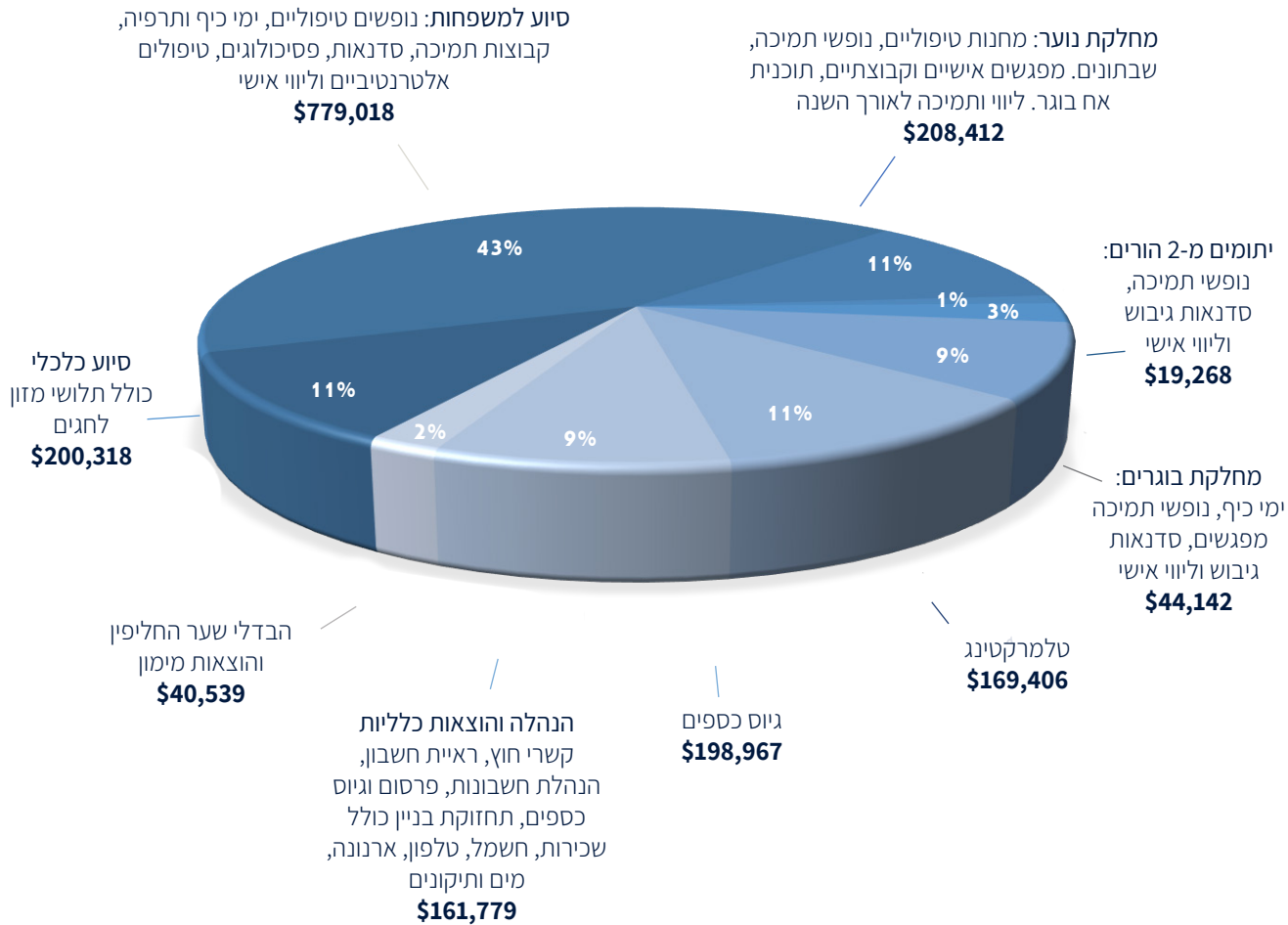
"משפחה אחת" במספרים

67 מליון דולר הוקצו ב-20 השנים האחרונות לטיפול בנפגעי הטרור



חלוקת כספים 2020

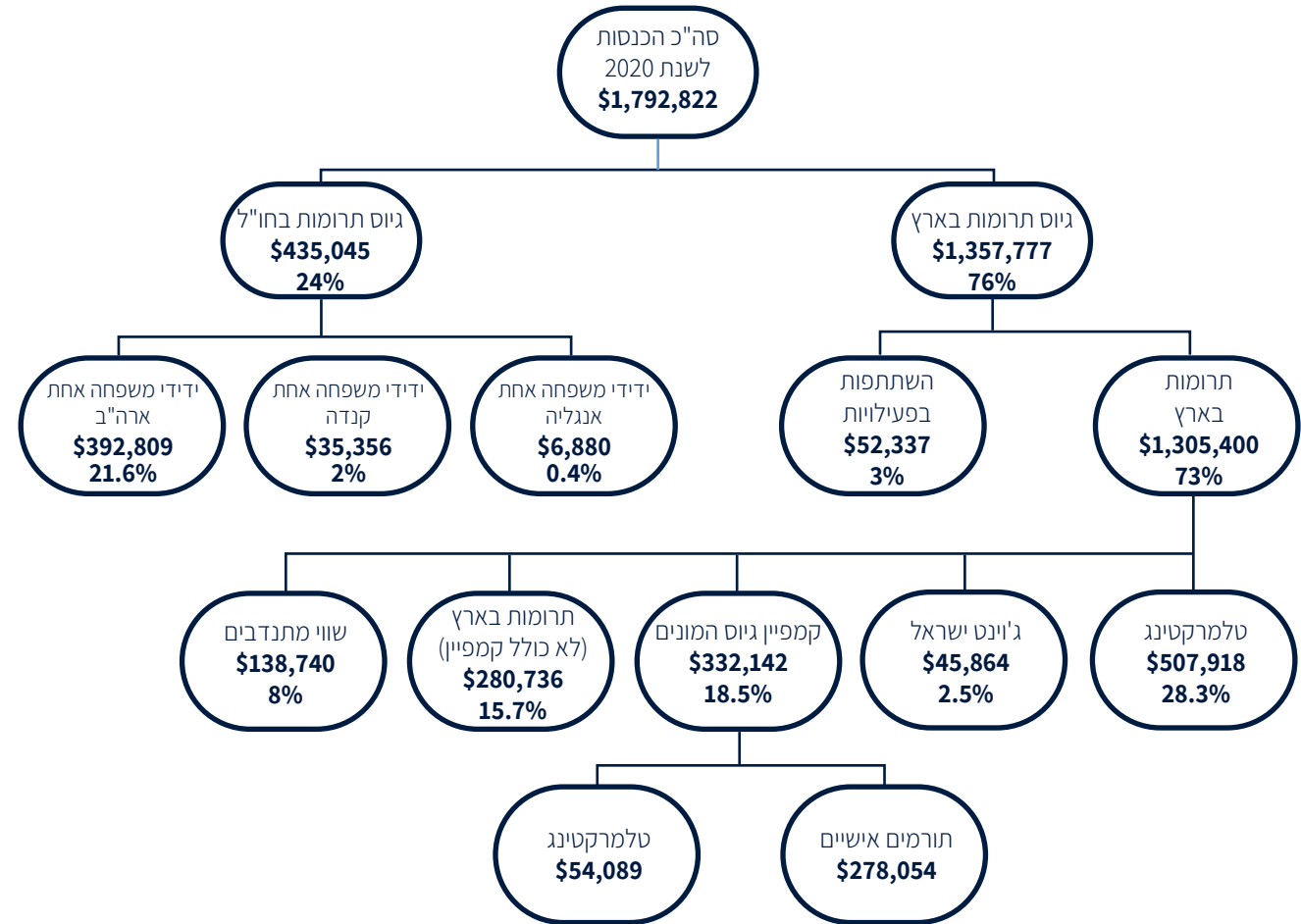
סה"כ \$ 1,821,847



נופש הורים שכולים באילת

מקורות מימון 2020

סה"כ \$ 1,792,822



נופש הורים שכולים באילת

משפחה אחת - סניף מרכז

ינואר - דצמבר 2020



אריאל, בת ים, בית דגן, בני ברק, אלעד, אלקנה, גני תקווה, גני יהודה, גמזו, גינת שומרון, גבעת שמואל, גבעתיים, חלמיש, חוות גלעד, הרצליה, הוד השרון, חולון, קרני שומרון, קדומים, כפר אזור, כפר הים, כפר סבא, כפר יונה, כוכב יאיר, קיבוץ ענת, קריית אפעל, לוד, מודיעין עילית, נחלים, אור יהודה, פתח תקווה, רעננה, רמת השרון, יקיר, סביון, תפוח, תל אביב, צור יצחק, שבי שומרון, יפו, יקיר, יהוד

משפחה אחת - סניף ירושלים

ינואר - דצמבר 2020



מודיעין, מבוא חורון, רחובות, לוד, מברשת ציון, הקסטל, רמת, גבעת זאב, פסנת זאב, נווה אילן, עין חמד, גבעת יערים, טלוסטון, גבעת שאול, קריית משה, רוממה, הגבעה הצרפתית, רמת אשכול, נווה יעקב, גבעת מרדכי, ארמון הנציב, ארנונה, אזור מרכז ירושלים, קטמון, רחביה, קריית יובל, עיר גנים, קריית מנחם, גבעת משואה, הר שלמה, רמת שלמה, גבעון, אלי, עפרה, קידה, שילה, איתמר, יצהר, בית אל, כוכב יעקב, תל ציון, כוכב השרון, תקוע, נוש עזיון, קריית ארבע, אפרת, הר בנימין, תלפיות

לוח ארועים 2020

ינואר 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
30	מפגש והרצאה עם אפרים ארליך-קבור צת רחובות	הורים שכולים	1.1.20
15	מפגש- הגנה עצמית עם חיים חקאני- נתניה	אימהות שכולות	2.1.20
9	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	7.1.20
15	קואצינג- בית חם רעננה	פצועים ושכולים	9.1.20
40	מאסטר שף -והכרות עם העמותה דרך נדב סיקסיק ואוריאלה בלי"ח	סטודנטים מצרפת -מתנדבים	9.1.20
10	אימון יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	14.1.20
7	אימון יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	14.1.20
6	מפגש פצועים צעירים בית חם ירושלים	פצועים	14.1.20
8	מפגש אבות שכולים ירושלים והסביבה	אבות שכולים	14.1.20
8	מפגש אלמנות צעירות, התמודדויות בחיי היומיום- ירושלים והסביבה	אלמנות	15.1.20
9	מפגש פסיכודרמה ופלייבק פצועות צעירות - ירושלים והסביבה	פצועות	15.1.20
8	מפגש אלמנות-הקושי בגידול ילדים לבד ירושלים	אלמנות	19.1.20
7	מפגש אימהות שכולות, חיים בשמחה למרות הקושי-ירושלים	אימהות שכולות	19.1.20
3	אירוע פתיחת מרתון ווינר ירושלים 0202	צוות גיוס והסברה	20.1.20
10	אימון יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	21.1.20
9	מפגש פתיחה והיכרות בפסיכודרמה ובפלייבק- ירושלים	אימהות שכולות	22.1.20
6	פעילות הגנה עצמית-חיפה	הורים שכולים	22.1.20

משפחה אחת - סניף צפון

ינואר - דצמבר 2020



אור עקיבא, אחוזת ברק, אחיטוב, אלוני הבשן, אליכין, אליקים, בית יהושע, בית שאן, גבעת עדה, גינוסר, גן נר, גן יאשיהו, זיכרון יעקב, חדרה, חורפיש, חיפה, הר בלאט, חירות, חרמש, טבריה, טירת הכרמל, יבנאל, יד חנה, יובלים, יוקנעם עליה, מנחמיה, כמון, כפר בלום, כפר ורדים, כפר חסידים, כפר מונש, כפר פינס, כפר טבור, כרכור, כרמיאל, אביאל, נהריה, בצת, מולדת, משמר הירדן, רקפת, מרחביה, מעיין ברוך, מצפה אביב, הושעיה, מצפה עדי, מיאמי, מירון, נוב, ניר עציון, נצרת עלית, נהריה, עופר, עין השופט, עכו, עפולה, עצמון, עתלית, פוריה עלית, פרדס חנה, פרדסיה, צפת, קורנית, אשדות יעקב, גזית, גשר, דגניה א, המעפילים, טירת צבי, מנידן, מעגן מיכאל, נחשולים, עברון, קיסריה, קריית אתא, קריית חיים, קריית טיבעון, קריית ים, קריית מוצקין, קריית שמונה, קשת, ראש פינה, רכסים, רשפים, שדה יצחק, שדה

30	מפגש טו בשבט-דע לך שכל רועה ורועה יש לו ניגון מיוחד משלו	קבוצת סבים וסבתות	6.2.20
12	שבת גיבוש בנות קטנות - בירושלים	נוער(בנות 12-14)	7-8.2.20
7	פעילות לילה גיבוש ט בנים בירושלים	נוער (בנים 14-16)	8-9.2.20
80	מפגש פרוטיאה בה-טו בשבט כולל הופעת מקהלת הורים שכולים ירושלים	תורמים פוטנציאלים	9.2.20
25	סדנת עיצוב זרי ממתקים לכבוד ט"ו בשבט בהנחיית דליה עימנואלוף - ירושלים	פצועות, שכולות ואלמנות	10.2.20
45	סמינריון הדרכה לחונכי אח בוגר ומדריכי מחלקת הנוער -עד האהבה - כיצד ניתן לבנות קשר חי ואוטנטי עם החניך יחד עם העברת ידע מקצועי בנושא שכול וטראומה	"אחים בוגרים" +מדריכים	11-12.2.20
5	מפגש אלמנות- ירושלים	אלמנות	11.2.20
9	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	11.2.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	12.2.20
500	אריזת משלוחי מנות- ירושלים	צוות ומתנדבים	16-22.2.20
6	מפגש פצועים בבית חולים הדסה עין כרם- ירושלים	פצועים	16.2.20
10	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	18.2.20
9	מפגש פסיכודרמה ופלייבק-סניף ירושלים	אימהות שכולות	19.2.20
8	סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	אימהות שכולות	19.2.20
600	התחלת חלוקת משלוחי מנות- צפון	מתנדבים וצוות	19.2.20
24	ערב חורף בירושלים	נוער (בנים קטנים + בנים גדולים)	20.2.20
27	שבת גיבוש במעורב קטנים+גדולים בירושלים	נוער (קבוצת מעורב)	21-22.2.20
6	חמשוש טיול ושבת פרידה ממדריך	נוער(בנים כיתה י)	21-22.220
65	התחלת חלוקת משלוחי מנות- ירושלים	צוות ומתנדבים	23.2.20
20	מיונים למחנה טימברליין קנדה	נוער (קבוצת מעורב)	24.2.20
8	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	25.2.20
25	מפגש ר"ח אדר -קבוצת רחובות -הרב שוורץ בשיחה לקראת פורים	הורים שולים	25.2.20

50	מפגש הורים שכולים משפחת פרסלר מרכז- אורית ביטון, להמציא מתוך הקופסא	הורים שכולים	25.1.20
127	נופש הורים שכולים- אילת	הורים שכולים	27-28-29.1.20
15	מפגש הורים שכולים מאילת והסביבה סדנת גיבוש	אימהות שכולות	28.1.20
7	אימון יוגה לגוף ולנפש-נתניה	הורים שכולים	29.1.20
9	מפגש פסיכודרמה ופלייבק- ירושלים	פצועות	29.1.20
10	מפגש באיר קפה- פורט סיטי -כיצד לבלות בתקציב נמוך	יתומים משני הורים	30.1.20

פברואר 2019

תאריך	משתתפים	פעילות	מס' משתתפים
02.2.20	משפחת מרק וקבוצת בנות קטנות	בת מצווה משפחת מרק	7
03.2.20	נשים	סדנת ריקוד בתנועה שריל מנדל -ירושלים	6
4.2.20	אימהות שכולות	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	11
4.2.20	הורים שכולים	מפגש הורים שכולים-חיפה "איפה היו השכנים" -חסי שנפ	24
4.2.20	אמהות שכולות	אימון יוגה סדנת יוגה לגוף ולנפש- נתניה	6



אירוע התרמה בפרוטיאה בהר

מרץ 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
71	מפגש הורים שכולים-ראש פינה "לקיחת החלטות, מה עוצר בעדינו, על הצעד הראשון וויתור על המקום בו אני נמצא"	הורים שכולים	1.3.20
51	סדנת סריגה בית חם רעננה	נשים שכולות ופצועות	1.3.20
5	נציגת משפחה אחת מיכל בלזברג יחד עם ידידי ארה"ב בהסברה על פעילות העמותה	איפ"אק וושינגטון	1.3.20
52	יום טרפיה במסגרת "דרום אדום" להורים שכולים מהדרום והרצאה רפי בביאן רבש"צ מועצה אזורית	שכולים	2.3.20
6	מפגש אלמנות- ירושלים	אלמנות	3.3.20
9	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	3.3.20
	הפנינג פורים-בית חם רעננה הרב קובי פסל "ענייני תחפושות ומשלוחי מנות"	שכולים ופצועים	3.3.20
18	הרצאה והתנסות-ריפוי בעזרת רפלקסולוגיה אריאלה ברגהש-נתניה "כיצד נוכל לטפל בעצמנו ובאחרים"	שכולות +פצועות	4.3.20
10	מפגש גיבוש ופרידה ממדריכה-חתונה אורי	נוער(בנות י-יא)	4.3.20
10	בת מצוה נעמה פרנקל	נוער (בנות כיתה ו')	4.3.20
30	קרנבל לכבוד פורים-ירושלים	עמותת כיוון, צוות משפחה אחת פצועים וילדי פצועים	8.3.20
8	מפגש פצועים וחלוקת מתנות לאביונים-ירושלים	פצועים חרדים	9.3.20
7	חלוקת משלוחי מנות יחד עם ראש עריית ירושלים מר משה ליאון - משפחת בנט +משפחת דהן	ראש העיר ירושלים מר משה ליאון +מנכ"לית העמותה +סמנכ"ל + רכזת ירושלים	10.3.20
70	חלוקת מתנות לאביונים נזקקים פורים	נפגעי טרור נזקקים	10-11.3.20
20	מפגש בנמל תל אביב - מיומנה התנועה ככלי לריפוי	סבים וסבתות	12.3.20
6	הוצאה לחל"ת עקב מחלת הקורונה	עובדי העמותה	14.3.20

26.2.20	פצועות צעירות מירושלים והסביבה	מפגש פסיכודרמה ופלייבק-נתניה	11
26.2.20	אימהות שכולות	מפגש אמהות שכולות, ילדים מתבגרים בלה שחור- ירושלים	4
27.2.20	נוער (בנות קטנות)	מפגש פעילות בירושלים	3
29-30-2.20	נוער(בנים גדולים)	טיול כיתה י"א לינה בעמותה	5
29.2.20	הורים שכולים	מפגש הורים שכולים משפחת פרסלר מרכז- ענת שפרן "צרלי צ'פלין החיים כקרקס-מדוע הוא עדיין מצחיק אותנו"	44

סמינר הדרכה למדריכים



אריזת משלוחי מנות ע"י 16 קבוצות מתנדבים מחו"ל



8	מפגש זום בנושא התמודדות עם מצבי לחץ	נוער (בנים ה-ו)	15.3.20
7	מפגש ראשון זום- יוגה משחררת	שכולות ופצועות	19.3.20
10	מפגש זום- הכנה ליום הזיכרון	נוער (בנות כיתה יא)	22.3.20
6	מפגש זום בנושא התמודדות עם מצבי לחץ	נוער (בנים ג-ד)	22.3.20
6	מפגש זום בנושא "הכנה ליום הזיכרון"	נוער (ט בנות)	22.3.20
120	אתגר 1 - משחק צוללות (אתגרים משפחתיים)	מחלקת הנוער	22.3.20
10	מפגש זום-הכנה ליום הזיכרון	נוער (בנים כיתה ט')	22.3.20
5	אתגר 2 - משחק (אתגרים משפחתיים)	מחלקת הנוער	23.3.20
3	מפגש זום בנושא התמודדות עם מצבי לחץ	נוער (בנים ז-ח)	23.3.20
3	מפגש זום התמודדות עם מצבי לחץ	נוער (בנים יב')	24.3.20
120	מפגש זום התמודדות עם מצבי לחץ	נוער (בנים כיתה יא)	26.3.20
7	אתגר-3 משחק המשפחות הגדול של משפחה אחת	מחלקת הנוער	26.3.20
279	מפגש זום בנושא -הריחוק מקרב	נוער (מעורב קטנים)	29.3.20
9	חלוקת תלושי מזון דיגיטליים לכבוד פסח	נפגעי טרור נזקקים	29.3.20
	מפגש זום -זיכרונות ילדות	נוער (בנות ג-ד)	29.3.20
20	מפגש זום "בן סגר לסדר"	סבים וסבתות	30.3.20
120	אתגר-4 משחק המשפחות הגדול של משפחה אחת	מחלקת הנוער	30.3.20
4	מפגש אימהות שכולות-סניף ירושלים והסביבה	אימהות שכולות מירושלים והסביבה	31.3.20
24	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-כל הארץ	אימהות שכולות	31.3.20

קרנבל לכבוד פורים בשיתוף עם עמותת כיוון



אפריל 2020

תאריך	משתתפים	פעילות	מס' תתפים	מס' מש' תתפים
2.4.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-כל הארץ	15	
2.4.20	מחלקת הנוער	אתגר-5 משחק המשפחות הגדול של משפחה אחת	120	
5.4.20	פצועות	מפגש פסיכודרמה פצועות צעירות ירושלים - התמודדות עם התפרצות הקורונה ולחצים	9	
5.4.20	נוער (בנים כיתות ז-ח)	סדנת זום -ביעור חמץ פנימי וחיצוני	7	
5.4.20	נוער (בנות כיתה יב)	זום-התמודדות עם תופעות הקורונה	6	
6.4.20	יתומים משני הורים	חלוקת שי לפסח	54	
6.4.20	יתומים משני הורים	זום לכבוד חג הפסח	15	
6.4.20	נוער (מחנה בנים גדולים)	זום-כתיבה יוצרת ערב פסח -פסח ושכול	10	
6.4.20	נוער (בנות ה-ו)	זום- זיכרונות ילדות	9	
7.4.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-כל הארץ	17	
7.4.20	נוער (בנים כיתה יב)	זום- המקום הבטוח בבית	5	
7.4.20	נוער (בנות ז-ח)	זום- הכנה לליל הסדר	5	
10.4.20	אלמנות	מפגש זום אלמנות-ירושלים התמודדות עם התפרצות הקורונה ולחצים	7	
12.4.20	נוער (מחנה מעורב קטנים)	מפגש זום- תמיכה ונתינת כוחות שקד אגדי אזכרה ובת מצוה	8	
14.4.20	נוער (בנות ז-ח)	זום- יצירת קרבה מרחוק	8	
16.4.20	אימהות שכולות מירושלים והסביבה	מפגש אימהות שכולות-סניף ירושלים	10	
16.4.20	אימהות שכולות	סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	19	
19.4.20	נוער (בנים ג-ד)	סדנת זום-בישול ככלי להתמודדות עם מצבי משבר	7	
20.4.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	17	
20.4.20	נוער (בנות כיתה ט)	זום -הכח של הביחד	3	
20.4.20	נוער (בנים ה-ו)	סדנת זום בנושא זהות עצמית	7	

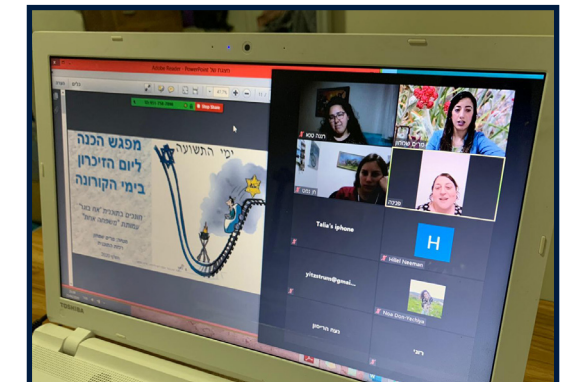
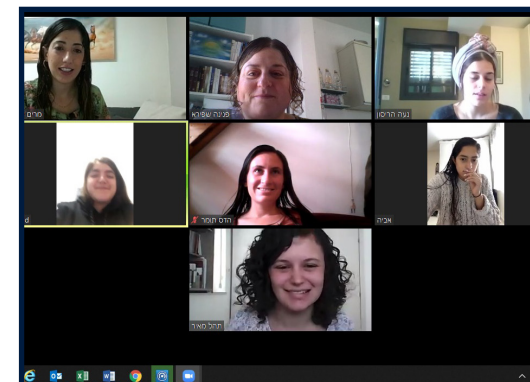
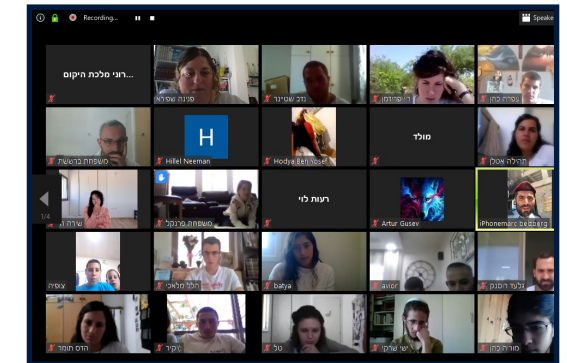
חלוקת משלוחי מנות ע"י למעלה מ 250 מתנדבים



9000	טקס יום הזיכרון 2020 וירטואלי הועבר בשידור ישיר בפייסבוק, ערוץ 20 ערוץ 7 סרוגים ויו טיוב ו JPOST	נפגעי טרור ארצי ותומכים	27.4.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	אימהות שכולות	27.4.20
85	מפגש אינטרנטי "אנחנו לא לבד ביום הזיכרון" עם בירה שנשלחה בדואר קודם.	בוגרים שכולים	27.4.20
120	חיבוק מרחוק- עמידה משותפת בצפירה ודברי חיזוק מפי איתן דנא ודברי זיכרון מפי החניכים	מחלקת נוער וצעירים	28.4.20
8	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות ג-ד)	28.4.20
8	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות ה-ו)	28.4.20
7	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות ז-ח)	28.4.20
12	זום עם המשפחות- זיכרון בסלון-ירושלים	הורים שכולים ואלמנות	28.4.20
7	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים ג-ד)	28.4.20
7	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים ה-ו)	28.4.20
8	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים ז-ח)	28.4.20
10	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים כיתה ט)	28.4.20
4	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים כיתה י)	28.4.20
3	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנים כיתה יא)	28.4.20
6	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות כיתה ט)	28.4.20
8	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות כיתה י-יא)	28.4.20
6	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער (בנות כיתה יב)	28.4.20

180	חלוקת נרות נשמה + אגרת ליום הזיכרון	צוות ומתנדבים	20.4.20
2450	משלוח אגרת ליום הזיכרון ופרח דם המכבים	משפחות שכולות ארצי	20.4.20
400	פרויקט התנדבות-שיחות טלפון למשפחות שכולות ביום הזיכרון-ירושלים	מתנדבים	22-28.4.20
6	זום- איך מציינים יום הזיכרון בסגר- סניף ירושלים	אלמנות מירושלים והסביבה	23.4.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	אימהות שכולות	23.4.20
11	זום-הכנה ליום הזיכרון	יתומים משני הורים	25.4.20
16	זום-שיחה עם קבוצת כתיבה יוצרת על ההתמודדות לקראת יום הזיכרון	אימהות שכולות מירושלים והסביבה	26.4.20
150	זום - ילדי וצוות מחלקת הנוער צפו יחד בטקס יום הזיכרון כדי לתת תחושת יחד	מחלקת הנוער	27.4.20
7	זום-לקראת יום הזיכרון-סניף ירושלים	אלמנות מירושלים והסביבה	27.4.20

טקס יום הזיכרון

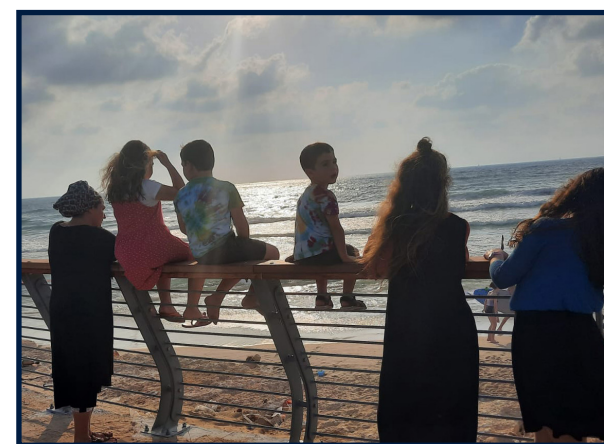


5	מפגש במרפסת- ההתמודדויות עם הסגר- ירושלים	אחים שכולים בגילאי 19-20	7.5.20
16	הפקת סרטון חיזוק לימי הקורונה לאחים שלנו בחו"ל	מחלקת נוער וצעירים	8.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש- חדרה ונתניה	אימהות שכולות	7.5.20
5	זום- אלמנות צעירות "התמודדות עם הילדים שנמצאים בבית"- ירושלים	אלמנות	10.5.20
10	זום- קאוצינג "החופש לחיות" סדנא עם איריס טוכבנד, קאוצ'רית	הורים שכולים	10.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדר-רה ונתניה	אימהות שכולות	11.5.20
78	מפגש זום לכבוד ל"ג בעומר מעגל שירה בציבור עם הזמרת ליאת קדר-רז	פצועים/ות, שכולים/ות ואלמ-נים/ות- כל הארץ	11.5.20
7	זום פצועות צעירות - זמן איכות עם עצמי- ירושלים	פצועות	13.5.20
12	זום- קאוצינג "החופש לחיות" סדנא עם איריס טוכבנד, קאוצ'רית	פצועים	13.5.20

8	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער(מעורב קטנים)	28.4.20
10	זום- שיתוף ודברי חיזוק על אלה שאינם אתנו	נוער(מעורב גדולים)	28.4.20
15	זום- זוכרים ומחבקים	סבים וסבתות	28.4.20
12	זום על יום עצמאות בסגר- ירושלים	הורים שכולים ואלמנות	29.4.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה ונתניה	אימהות שכולות	30.4.20

מאי 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
6	זום- רעיונות לתעסוקה ילדים בקורונה ירושלים	אלמנות	3.5.20
5	זום-פסיכודרמה ופלייבק פצועות צעירות-התמודדות בזמן קורונה	פצועות	4.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה ונתניה	אימהות שכולות	4.5.20
10	זום-רכישת כלים להתנהגויות עם ילדים- ירושלים	אימהות שכולות	5.5.20



גם בקורונה, אנחנו לא לבד!
ערב יום הזיכרון מחלקת בוגרים

פעילויות קיץ מחלקת נוער



15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה ונתניה	אימהות שכולות	14.5.20
12	מפגש קואצינג בזום-במעגל השינוי- סדנת המשך עם איריס טוכבנד, קאוצ'רית- צפון	פצועים	17.5.20
8	זום-לצמוח מתוך משבר עם דקלה זר- ירושלים	פצועות	17.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדר רה ונתניה	אימהות שכולות	18.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדר רה ונתניה	אימהות שכולות	21.5.20
30	זום לכבוד יום ירושלים- ירושלים של זהב- שיר, רוחמה רז. סיור בעקבות שישה ימי תהילה- אבי- חי ברג מדריך טיולים ומרצה	פצועים/ות, שכולים/ות ואלמ- נים/ות- כל הארץ	21.5.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק ירוש- לים	פצועות	24.5.20
20	סיור מודרך בדרדרה ופיקניק לכבוד שבועות - ראש פינה	הורים שכולים	25.5.20
20	זום לכבוד שבועות שיעור בנושא "לחיות עם שאלות" לאור מגילת רות, הרב הסופר ליאור אנגלמן רעננה	שכולים ופצועים	26.5.20
75	חלוקת חבילות מזון לשבועות ארצי	נפגעי טרור נזקקים	26.5.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדר רה ונתניה	אימהות שכולות	28.5.20
5	זום אלמנות צעירות-התמודדות עם הבדידות- ירושלים	אלמנות	31.5.20



15	פצועים "דרום ירוק" - קיסריה פרידה מפיני רכז דרום	פצועים	21.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה ירושלים	אימהות שכולות	22.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה ירושלים	אימהות שכולות	23.6.20
70	יום פעילות בנים/בנות סדנאות אומנות לבנות ולייזר טאג לבנים	נוער(בנים ובנות)	24.6.20
60	מפגש פרידה-רכז סבים וסבתות בשדה בועז	סבים וסבתות	25.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה ירושלים	אימהות שכולות	25.6.20
15	פעילות במעיין אבן ספיר	נוער(בנות גדולות)	28.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה ירושלים	אימהות שכולות	29.6.20

יולי 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
51	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	2.7.20
01	קבוצת תמיכה	אחיות שכולות	6.7.20
51	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	6.7.20
21	מפגש אלמנות-סניף ירושלים	אלמנות מירושלים והסביבה	7.7.20
21	מפגש והרצאה "תור הזהב של הרוק העולמי"- חיפה	הורים שכולים	7.7.20



יוני 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה	אימהות שכולות	1.6.20
7	זום אלמנות צעירות - הקדשת זמן לכל ילד- ירושלים	אלמנות	1.6.20
24	הרצאה פרונטלית חווייתית לרקוד עם צוענים. וכיבוד-קבוצת חיפה	הורים שכולים	2.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	4.6.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק- ירושלים	פצועות	7.6.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק- ירושלים	אלמנות	8.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	8.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	9.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	11.6.20
50	מדריכות לשעבר - מכירת בגדי יד שניה "לקנות בשביל לתת"	מתנדבים	11.6.20
8	זום-פסיכודרמה ופלייבק- ירושלים	פצועות	14.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש -ירושלים	אימהות שכולות	15.6.20
9	זום-פסיכודרמה ופלייבק ירושלים	אלמנות	17.6.20
25	זום- לגלות את העוצמה הפנימית שלך - איריס טוכבנד פצועים דרום	פצועים	17.6.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה +נתניה ירושלים	אימהות שכולות	17.6.20
16	ערב פתיחת קיץ-קריוקי בראש"צ	נוער(מעורב קטנים)	18.6.20



15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	20.7.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	23.7.20
10	קבוצת תמיכה אחיות שכולות -חדרה	אחיות שכולות	26.7.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש ארצי	אימהות שכולות	27.7.20
130	זום- נשים העצמה נשית "אהבת חיים" - "חיזוק חשיבה והתעלות בתשעת הימים" הרבנית ימימה מזרחי, עידית סילמן ופסקל ברקוביץ	יום עיון לנשים	27.7.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש ארצי	אימהות שכולות	28.7.20

אוגוסט 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
8	זום-פסיכודרמה ופלייבק לפצועות צעירות-התמודדות יום יומית ירושלים	פצועות	2.8.20
35	יום כיף בחוות משפחת כפרי	לאחיות שכולות עם ילדים	
6	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות מהצפון	4.8.20



51	יום טרפיה ביאנקיני ים המלח- כולל טרפיה במים בריג'יט שרמן	פצועות ושכולות וצוות	8.7.20
51	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	9.7.20
01	זום-פסיכודרמה ופלייבק- ירושלים והסביבה	פצועות צעירות	13.7.20
52	ערב פרידה-רכז דרום, פיני רבינוביץ'	צוות ומשפחת רבינוביץ'	13.7.20
11	טיול - ניצול הפוגת הקורונה כנרת וצפון	נוער (בנים גדולים יא-יב)	13-15.7.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש ארצי	אימהות שכולות	13.7.20
25	יום טרפיה ים המלח כולל טרפיה במים וסדנא פילינג לפנים	פצועות ושכולות	15.7.20
20	סיום שנה וסיום פרויקטים אישיים לזוגות אח בוגר	פרויקט אח בוגר	16.7.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש	אימהות שכולות	16.7.20
7	בנים גדולים - טיול מדריכים צפון-בניאס חצבני כנרת	נוער (בנים גדולים טי-י)	19-20.7.20



אריזת חבילות מזון לראש השנה



10	יום כיף אלמנות מרכז חוף הים תל אביב	אלמנות וילדים	6.8.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	10.8.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	13.8.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	17.8.20
15	הוצאת ספר סדנת ציור "יעל שרקי-משפחה אחת" פרסום+כתבה מעריב	נפגעי טרור	20.8.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	24.8.20
8	קבוצת תמיכה אחיות שכולות הש"כול והקורונה-כלים להתמודדות חדרה	אחיות שכולות	24.8.20
9	זום-פסיכודרמה ופלייבק- אלמנות צעירות ירושלים	אלמנות	25.8.20
30	יום כיף לאלמנות ויתומים צעירים בבית של תורמים ברעננה	אלמנות ויתומים	27.8.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה ונתניה	אימהות שכולות	31.8.20

ספטמבר 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	1.9.20
25	פתיחת פעילות בית חם רעננה	בית חם רעננה	1.9.20
24	הרצאה "בתשרי נתן הדקל" הרצאה ומפגש לכבוד ראש השנה	הורים שכולים	1.9.20
30	בנות שירות אפו עוגיות וחילקו למשפחות נפגעי הטרור של המרכז	נפגעי טרור	2.9.20
15	פתיחת בית מדרש "תאיר" בעמותה בירושלים	ציבור הרחב	2.9.20
75	נופש מילוי מצברים וניצול הפוגת הקורונה - סבים וסבתות ובוגרים	סבים וסבתות ובוגרים שכולים	2-3.9.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	3.9.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	7.9.20

נופש בוגרים



40	בנות השירות של ירושלים אפו עוגיות וערכו ביקורי בית להכרות משפחות	נפגעי טרור	8.9.20
8	קבוצת תמיכה אחיות שכולות חדרה	אחיות שכולות	7.9.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	8.9.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	9.9.20
25	סיור סליחות בצפת-תולדות הקבלה, פיוטי סליחות	הורים שכולים צפון	10.9.20
7	אריזת סלי מזון לר"ה-ברחובות	צוות משפחה אחת	10.9.20
9	זום-פסיכודרמה ופלייבק-סניף ירושלים	אלמנות מירושלים והסביבה	13.9.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	14.9.20
23	הרמת כוסית לכבוד השנה החדשה רעננה-הרב קובי פסקל "ארוחת חג מצומצמת ושמחה"	פצועים ושכולים	15.9.20
400	חלוקת חבילות מזון ותלושי מזון לראש השנה למעוטי יכולת בכל הארץ	נפגעי טרור	15-18.9.20
326	משלוח שי לחג אלמנות נפגעי טרור בכל הארץ	אלמנות	15-18.9.20
450	מבצע-ארבעת המינים פרויקט נתינת לולב-פרויקט גיוס כספים	ציבור רחב	17.9.20--27.9.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	17.9.20



15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	19.10.20
50	חלוקת משחקים למשפחות נפגעי טרור בכל הארץ	משפחות שכולות עם ילדים	19-21.10.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	22.10.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	26.10.20
15	סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות מהצפון	27.10.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	29.10.20

נובמבר 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	2.11.20
6	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	3.11.20
30	מתנדבות-בשם משפחת למקום הכינו עוגיות וחולקו למשפחות נזקקות	נפגעי טרור	4.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	5.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	9.11.20
7	קבוצת תמיכה -חדרה	אחיות שכולות	9.11.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות מהצפון	10.11.20
2	יום כנסת העלאת המודעות לעשייה של משפחה אחת למען נפגעי הטרור- חברת עמותה עידית סילמן ואפרת גלזר	חברי עמותה	11.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	12.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	16.11.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות מהצפון	17.11.20
75	יציאה לקמפיין 0202- הכנה ויציאה לדרך	צוות ותורמי משפחה אחת	18.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	19.11.20
5	סדנא ליתומות אימהות - ללא אם בהנחיית יפית נימן	יתומות-אימהות	19.11.20

אוקטובר 2020

תאריך	משתתפים	פעילות	מס' משתתפים
1.10.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	15
5.10.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	15
8.10.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	15
12.10.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	15
15.10.20	אימהות שכולות	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	15

משחקים ומתנות ליתומים בקורונה



הקלטת קליפ "סופה" עמיר בניון עם ניציגי "משפחה אחת"



	הוצאת סיכום שנה - סרטון אינפוגרפי	נפגעי טרור	21.11.20
20	צילומים לקליפ משפחה אחת -אמיר בניון	נפגעי טרור	22.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	23.11.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות מהצפון	24.11.20
10	פתיחת הליגה כדורגל- נבחרת משפחה אחת	בוגרים שכולים ופצועים	24.11.20
30	צילומים לקליפ משפחה אחת	המשפחות בעמותה	25.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש נתניה	אימהות שכולות	26.11.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש חדרה	אימהות שכולות	30.11.20
185	ערב רתימה לקמפיין בזום-מנחה דן כנר	צוות מתנדבים	30.11.20

דצמבר 2020

מס' משתתפים	פעילות	משתתפים	תאריך
5	דיון בכנסת לקראת יום הוקרה לפצועים	נציגי משפחה אחת ונציגי פצועים	1.12.20
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות מהצפון	1.12.20
	קליפ נפגעי טרור ואמיר בניון וביתו- סופה- הקלטה שנייה	נפגעי טרור ואמיר בניון וביתו נעמי	5.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	3.12.20
30	השקת הספר "מה שנתר"- ג'יי גרפינקל, שנטל בלזברג ונפגעי טרור במשרד ראש הממשלה	ציבור רחב	6.12.20
	קמפיין גיוס המונים בעיצומה	צוות העמותה	6-8.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	02.21.7
7	סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות מהצפון	8.12.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק פצועות צעירות - ירושלים	פצועות	9.12.20
2450	משלוח עיתון משפחה אחת ומסכות קורונה לכל בית ובית	נפגעי טרור	10.12.20



קבוצת תמיכה אמהות ללא אם



יום הוקרה לפצועים 2020 בכנסת



השקת ספר "מה שנתר" אצל ראש הממשלה

15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	02.21.01
10	בת מצווה בעמותה למיכל אליסיאן-משפחת פצועים	נפגעי טרור	14.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	14.12.20
24	סיור מזמר לחנוכה על גבורה- בימים ההם בזמן הזה, והדלקת נרות-מצודת כח, קבוצת ראש פינה	הורים שכולים	14.12.20
25	קישוטי סופגניות לכבוד חנוכה משפחות נפגעי טרור עם ילדים, בנות שירות	משפחות שכולות	14.12.20
6	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	15.12.20
	מסיבת חנוכה בית חם רעננה הרב קובי והבימאית יהודית של השיר סופה	נפגעי טרור	15.12.20
7	מסיבת חנוכה בנות ח-ט עמותה	נוער(בנות קטנות)	15.12.20
8	זום-פסיכודרמה ופלייבק-פצועות צעירות ירושלים	פצועות	16.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	17.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-סניף צפון	אימהות שכולות	21.12.20
8	קבוצת תמיכה	אחיות שכולות	21.12.20
4	סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות מהצפון	22.12.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק-פצועות צעירות ירושלים	פצועות	23.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות	24.12.20
5	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-חדרה	אימהות שכולות מהצפון	28.12.20
25	בנות שרות רעננה אפיית עוגות ועוגיות וחלוקה למשפחות חולות קורונה	נפגעי טרור	28.12.20
10	זום-פסיכודרמה ופלייבק-פצועות צעירות ירושלים	פצועות	30.12.20
15	זום-סדנת יוגה לגוף ולנפש-נתניה	אימהות שכולות	30.12.20

משפחה אחת זה הבית השני שלי.
 הם לימדו אותי לראות את האור בתוך על החושך,
 הם לימדו אותי לצחוק ולחייך כשעצוב (כן, גם מותר לפעמים
 לצחוק על השכול).
 הם לימדו אותי לדעת לפרוק את הכאב,
 הם לימדו אותי מה זה נתינה ללא גבולות,
 ומה זה חיבור אמיתי למישהו שפגשת רק לפני כמה דקות-שלא
 צריך להגיד יותר מידי, ורק מהמבט אפשר להבין הכל.
 הם לימדו אותי שמותר, מותר לחיות אחרי המוות. מותר לחיות ללא
 רגשי אשם.
 והראו לי את הדרך בלי יותר מידי מילים. הם פשוט היו שם בשבילנו
 האחים.
 בכל אזכרה, בכל קיץ, בכל חג ויומולדת. הם אף פעם לא עוזבים,
 וכם כשעמוס, הם לא מוותרים, ונלחמים שנשמור על קשר.

אני חושב שעמותת משפחה אחת
 היא היחידה בארץ שיש בתוכה גם
 הורים שכולים של חיילים וגם אזרחים
 רגילים. וכל יום יש מלחמה בין מוות
 לחיים, ויש מי שעוטף אותך ומחבק
 אותך תמיד.

הרב אוהד טהרלב
 שכל את בנות אלחי טהרלב ז"ל
 שנרצח בפיגוע דריסה בצומת הכניסה
 לעפרה

שמי ענת מלמד, אני אם לשלושה נערים, שתי בנות ובן.
 נכנסנו ל"משפחה אחת" לפני כ-5 שנים לאחר שאיבדנו את בעלי בצוק איתן.
 העמותה פתחה את ילדי חברתית ורגשית.
 ביתי האמצעית ענב, כיום בת 17, נכנסה לעמותה כשהייתה בת 13. במהלך שנותיה בעמותה היא יצאה למחנות
 רבים, טסה לקנדה ואף הדריכה שם וחווה חיות מדהימות שהיא מספרת עליהן עד היום עם חיוך ובהתלהבות.
 השנה היא מסיימת יב ועם זאת את מעורב גדולים בעמותה.
 בני הצעיר גפן, כיום כמעט בן 15, נכנס לעמותה כשהיה בן 10. המדריך הראשון שלו היה אבישי במעורב קטנים,
 הוא קיבל אותו בזרועות פתוחות וחיוך ועזר לו להשתלב בין הילדים שקיבלו אותו בשמחה.
 גפן התחיל ללכת למחנות בשמחה ובכל פעם חזר הבייתה עם חיוך על הפנים וחוויות לספר.
 בהמשך, בשנה האחרונה של גפן במעורב קטנים רוני היה המדריך שלו.
 הם היו בקשר טוב מאוד, רוני היה בא לבקר והם היו מדברים הרבה בפלאפון.
 בשנה וחצי האחרונות המדריך של גפן הוא אדיר ושמו כמותו- אדיר!
 הם נפגשים הרבה גם מחוץ למסגרת העמותה עם החניכים הנוספים ויחד הם הפכו לחבורה מלוכדת ומיוחדת.
 אין ספק שמשפחה אחת והקשר עם החניכים ועם המדריכים של גפן במהלך השנים תרמו רבות לעיצובו כאדם
 ואני מודה על כך שיש לבן שלי מקום שהוא יכול להיפתח בו, להתחבר לאנשים חדשים ולהיות מאושר.

יום ההוקרה לפצועי מערכות ישראל ופעולות האיבה.
 הגענו לכנסת בכדי לציין ולהעלות לראש סדרי העדיפויות את הטיפול בנפגעי
 פעולות האיבה ופצועי מערכות ישראל.
 בעמותה ששמה לה למטרה ללוות ולטפל בנפגעי פעולות הטרור היה לנו
 חשוב להגיש שהליווי והטיפול אינו פוסק לעולם. לצד דברי השותפים, בחרנו
 להדגיש שכאבם של המשפחות והתמודדותם עם הטראומה שהייתה אינם
 חולפים אלא נוכחים בכל יום. * כאן חשיבותנו בליווי המתמיד לאורך כל
 השנים ובכל תקופה.*
 בנוסף, ביקשנו להדגיש שהליווי והטיפול איננו רק לפצוע או הנפגע אלא
 לכל המעטפת המשפחתית הסובבת אותו. השתקמותו תלויה בסביבתו. וטיפול
 בטראומה מחייבת ליווי ומענה מלא גם עבורם.

אלינו התלוו עדן ורחל דדון, אם וביתה שנפצעו בשנת 2016 בפיגוע טרור בקו
 12 בירושלים.

בסיפורן המרגש, שיתפו רחל ועדן בקשיים ובהתמודדויות האישיות אותן הן
 חוות מידי יום ביומו. הטראומה, הכאבים, הריחות והמראות שאינם מרפים.
 לצד זאת ובגבורה, הציגו השתיים את ההתמודדות והתקווה, הנחישות
 והציפייה לימים טובים טובים של מרגוע ללב והנפש. תודה לכן עדן ורחל,
 דבריכן ריגשו ועודדו אותנו להמשיך בפעילותנו. להקל, לחבק ולצעוד יחד
 בנתיב החלמה.

כולנו תקווה שדברינו עוררו בלב השותפים נכונות לפעילות משותפת.
 אנו יודעים שרק יחד, בהתגייסות הארגונים וגופי הממשלה נצליח להביא
 מזור ותקווה בלב המשפחות.

תודה ענקית למשפחה 1 על הנופש הנפלא באילת. תודה שאתם
 לצידינו ודואגים תמיד לשמח אותנו מפנקים ונותנים מזור לנפשנו
 . ולכל הצוות הנפלא תזכו למצוות כשם שאתם משמחים אותנו
 כך ישמח אותכם בורא עולם. תודה מכל הלב עוזיאל ומרים
 עראמי

לפיני, בתיה וכול צוות משפחה אחת, היה נופש ממש נהדר, כול
 הכבוד לארגון, ללוז המגוון והעשיר. היה מלון נהדר, עם אוכל
 נהדר, תודה לכם שהייתם איתנו ללא לאות בכול הארועים
 והשעות. לשנטל המקסימה שנהנתה מעצם ההנאה שלנו...לבנות
 השרות המקסימות יישר כוח לכולם, ושהאל יהיה תמיד בעזרתכם
 ובעזרת התורמים....אמן.

תודה רבה,
 לאה טובול ערד



משפחה אחת - משרד ראשי

רח' רחל אמנו 28

ירושלים 93228

טל: 02-539-9000

info@OneFamilyFund.org

 www.onefamilytogether.org

 [onefamilytogether](https://www.facebook.com/onefamilytogether)