

# مكابي عائلي من يعالج المعالج؟

نمد أفراد العائلة  
الذين يقدمون الرعاية

بالعون  
والمعلومات



المجموعة الصحية الأفضل في البلاد

## فرد العائلة المعالج

### أفراد العائلة الأعزاء،

رعاية فرد عائلة مريض يرافقها أحياناً ضغط وتوتر جسدي ونفسي، الى جانب الشعور بالاكتهاء والرضى من الرعاية ذاتها.

نحن في مكابي ندرك هذه المسؤولية والتحديات الكثيرة- النفسية، الجسدية، الاجتماعية، العائلية وحتى الاقتصادية - المتعلقة برعاية شخص قريب منكم.

في هذه النشرة نحن نضع بين أيديكم معلومات أساسية ستساعدكم في التعامل بشكل أفضل مع مسألة رعاية فرد العائلة، وفي الوقت ذاته تمكينكم من الحفاظ على صحتكم وجودة حياتكم.

### احفظوا هذا المنشور للاستخدام بالوقت المناسب لكم

المضامين في هذه النشرة المعلوماتية موجهة للذكور والاناث على حد سواء إلا اذا ذكر غير هذا. يتم تحديث المعلومات في هذه النشرة من وقت لآخر وهي صحيحة لشهر كانون الأول 2020.

بعض المعلومات الواردة في هذه النشرة والتي تتطرق الى المؤسسات، المنظمات والجمعيات المختلفة غير مكابي، تم أخذها من نشرات هذه المنظمات.

لا يمكن لمكابي ان تتعهد أن تكون المعلومات الواردة في هذه النشرة صحيحة، كاملة او محتلنة كل الوقت ويسرّها تلقي التصحيحات والملاحظات إذا وُجدت من اجل تحديث المعلومات قدر الممكن.

## من هو فرد العائلة المعالج؟

فرد العائلة المعالج هو زوج/زوجة، ابن/ ابنة بالغين او أي فرد عائلة آخر يأخذ على عاتقه مسؤولية رئيسية لرعاية مريض، والذي لا يمكنه أداء أعماله بشكل مستقل ويحتاج الى مساعدة في معظم الاعمال اليومية، في ادارة اموره، الوساطة مع جمعيات ومنظمات في المجتمع والمساعدة في المتابعة والعلاج الطبي.

### وكيف حالك أنت/ ت؟

تخصيص الوقت لاحتياجاتك الشخصية وصحتك مهم لمنع الشعور بالإرهاق لديك وتحسين جودة الرعاية التي تمنحها لفرد العائلة:

**1** لا تواجه الصعوبات لوحده - لا تتردد بالتوجه الى الطاقم المعالج في مكابي - الى طبيب العائلة، الى الممرضة في العيادة، الى العاملة الاجتماعية في المركز الطبي، وإلى كل عضو طاقم آخر.

**2** انضم الى مجموعة الدعم لدينا - في المجموعة يمكنك التعبير عن الصعوبات التي تواجهك، مشاركة التجارب مع معالجين رئيسيين آخرين وتحسين مهارات العلاج.

**3** انتبه لروتين حياتك اليومي ولصحتك - وجبات منظمة، نوم جيد، رياضة، متابعة طبية منتظمة، فحوصات دورية.

**4** حاول تعريف سَلَم أولوياتك، الامور التي يمكنك القيام بها وتلك التي لا يمكنك القيام بها.

**5** تتعلم ان تطلب المساعدة - لا تتوقع من الآخرين ان يسألونك، كن انت المبادر الى طلب المساعدة، يجذب ومن الافضل حتى مشاركة افراد العائلة والاصدقاء في المشاعر المتعلقة برعاية فرد العائلة، بما فيها مشاعر الغضب، الحزن، العجز، الإرتباك وغيرها.

**6** خُصّص وقت للراحة والعطلة - الوقت هو مورد ثمين لا يعود الى الوراء! اضافة الى الالتزام هنالك حاجة ايضاً الى المحافظة على قُوك.

## مجموعاتنا في مكابي

### ● مجموعة دعم

لأفراد العائلة الذين يقدمون الرعاية للمسنين، للمصابين بمرض مزمن ومرضى السرطان

ان كنت تشعر بالضغط الجسدي والعاطفي أثناء رعاية المريض، او ان كنت تجد صعوبة في اتخاذ القرارات حول استمرارية رعايته فأنت مدعو الى الانضمام الى مجموعة الدعم لأفراد العائلة الرئيسيين الذين يقدمون الرعاية للمسنين، للمصابين بمرض مزمن ومرضى السرطان، تحت اشراف عاملات اجتماعيات مختصات بالصحة.

يتم من خلال المجموعة منح مُتسع للحوار المفتوح الذي يتيح التعبير عن الصعوبات التي تواجهها عند رعاية فرد من العائلة، وتُمنح ادوات للتعامل والمواجهة. سيتم تخصيص لقاء واحد من اجل التوعية الصحيّة.

تتكون المجموعة من 7 لقاءات متتالية. الخدمة مجانية، كذلك لأفراد عائلة معالّجين المنتمين لصندوق آخر.

### ● مجموعة معلومات

لأفراد عائلة يقدمون الرعاية لأشخاص مع ضعف إدراكي

### ● مجموعة معلومات

لأفراد عائلة يقدمون الرعاية لمرضى سرطان

مجموعات على مدار 3 لقاءات لتقديم المعلومات عن رعاية فرد عائلة تحت إشراف عاملات اجتماعيات مختصات بالصحة.

تقام المجموعات عبر الأون لاين (زوم) وبإشراف وجّها لوجه.

للمعلومات الكاملة عن مجموعات الدعم ومعلوماتنا  
لأفراد العائلة المعالّجين في موقع مكابي  
اضغطوا هنا:

[www.maccabi4u.co.il](http://www.maccabi4u.co.il)





## هل تعلم؟ كفرد عائلة معالج لديك حقوق!

- **قانون الايام المرضية** (تغيب عن العمل بسبب مرض أحد الوالدين) 1993 - يحق للعامل التغيب عن عمله حتى 6 ايام بسبب مرض أحد الوالدين او مرض أحد والدي الزوج او الزوجة، وهذا على حساب الايام المرضية المتراكمة لدى العامل. الاحقية منوطة بدرجة تعلق المسن في كافة الاعمال اليومية الستة - ADL
  - **قانون الايام المرضية** (التغيب عن العمل بسبب مرض الزوج او الزوجة) 1998 - يحق للعامل التغيب عن عمله حتى 6 ايام بسبب مرض الزوج او الزوجة، وهذا على حساب الايام المرضية المتراكمة لدى العامل. تغيب بسبب مرض خبيث لدى الزوج أو الزوجة، على حساب الأيام المرضية لدى العامل/ة - حتى 60 يوم في السنة.
  - **قانون الأيام المرضية** (التغيب عن العمل بسبب مرض الزوج أو الزوجة) 1993 - استحقاق التغيب بسبب تقديم الرعاية للزوج/الزوجة/الأب/الأم من تبرع بأعضاء للزراعة، على حساب الأيام المرضية/العطل لدى العامل/ة - حتى 7 أيام بالسنة.
  - **استحقاق الضريبة** حسب بند 44 لأمر ضريبة الدخل مع حساب مدخول فرد من سكان البلاد الذي دفعه في السنة الضريبية لقاء مكوث في مؤسسة لوالد مشلول او والدة مشلولة كلياً، غير قادر على مغادرة السرير، اعمى او مضطرب عقلياً. الاستحقاق الضريبي منوط بمدخولات المسن والزوج/ الزوجة.
  - **قانون تعويضات الاقالة** - 1963 يقر انه في حالة كانت هنالك ظروف صحية لعامل او فرد عائلة تمنعه من متابعة عمله، سيكون من حق العامل تقديم الاستقالة حيث يكون الدافع الرئيسي للاستقالة هو مرض العامل او فرد من عائلته، ويتم النظر الى بلاغه كاستقالة حسب ما ينص عليه القانون.
  - **الحصول على ضمان دخل** بدون الحاجة الى امتحان تشغيل وفقاً لبند 2 (أ) (7) من قانون ضمان الدخل، 1981 للشخص الذي يعتني بشكل دائم بقريب عائلة مريض، يسكن معه ويرعاه معظم ساعات اليوم، لمدة 45 يومًا بشكل متواصل على الاقل، قبل تقديم الدعوى.
- فرد العائلة المريض يمكن ان يكون زوج/ زوجة، ولد/ بنت، ابن / ابنة بالغ/ بالغة او احد الوالدين. فترة الاستحقاق للمخصصات هي حتى 6 اشهر،  
الا اذا كان جيل احد الوالدين المريضين اكثر من 60 للنساء و 65 للرجال.

معلومات إضافية في موقع "كل زخوت"  
حقوق أفراد العائلة المعالين

[www.kolzchut.org.il](http://www.kolzchut.org.il)



## خدمات في صندوق القرضى لفرد العائلة المعالج



**جمعية caregivers Israel** - ترويج الوعي، المعرفة والخدمات لأفراد العائلة المعالجين - الجمعية تشغل مركز استشارة هاتفي يقدم دعم وتوجيه لأفراد العائلة المعالجين. التوجه عبر إرسال رسالة واتس آب:

[www.caregivers.org.il](http://www.caregivers.org.il) 055-9993311 تواصل بنا -

**مركز معلومات "رעות-اشل"** - كافة المعلومات من اجل مانح الرعاية الرئيسي  
[www.reuteshel.org.il](http://www.reuteshel.org.il) او 1-700-700-204

### خدمات في الصندوق للمواطنين المسنين

- **مؤسسة التأمين الوطني** - تقديم الاستشارة للمواطن المسن وعائلته - الحصول على معلومات، مساعدة، توجيه ودعم في سيرورة استغلال حقوق المواطن المسن في التأمين الوطني والخدمات المختلفة في الصندوق.

[www.btl.gov.il](http://www.btl.gov.il)

مركز دعم ومعلومات هاتفي قطري 9696\*

- **خدمة للمواطن المسن في الأقسام للخدمات الاجتماعية في السلطة المحلية** - تقديم دعم وأدوات للمواجهة، مساعدة باستغلال الحقوق ووساطة لخدمات إضافية في الصندوق من قبل عاملة اجتماعية مختصة بالمجال. تقدم الخدمة بمستوى شخصي وبمجموعات.

لفحص السلطات التي تقدم هذه الخدمة: "كليك لרווחה"

<https://clickrevaha.molsa.gov.il>

### جمعيات ومنظمات

- **جمعية "عيمدا"** - معلومات عن مرض الزهايمر والأمراض المشابهة. مجموعات دعم لمانحي الرعاية الرئيسيين <https://emda.org.il> أو 8889\* خط دافئ ومركز معلومات
- **جمعية "نئمان"** - جمعية نئمان تعمل على تقليل نسبة الإصابة بسكتة دماغية في البلاد، لتحسين العلاج وإعادة التأهيل للذين أصيبوا بسكتة دماغية وأبناء عائلتهم ولرفاهتهم <https://neeman.org.il> خط دعم - 03-6022934

- **جمعية مكافحة السرطان** - في موقع جمعية مكافحة السرطان متوفرة معلومات مختلفة وموثوقة عن طرق منع السرطان والكشف المبكر، عن أمراض السرطان، معلومات لمرضى السرطان، لأبناء عائلتهم وللمتعافين، عن طرق المواجهة، أدوية وعلاجات، مراكز دعم، حقوق مرضى السرطان، مننديات والمزيد. <https://www.cancer.org.il>
- **الجمعية الإسرائيلية للسكري** - الجمعية الإسرائيلية للسكري وضعت لنفسها هدف أن تحسن من حياة وصحة مرضى السكري، تطور أبحاث رياضية بالمجال وتزيد من الوعي العام لكيفية منع المرض <https://sukeret.mednet.co.il>

**انتبه!** هذه قائمة جزئية. بالإمكان التمثل في المواقع التي تتيح معلومات بحسب نوع المشكلة الطبية أو في موقع "كل الحق"

- **خدمات مؤسسة التأمين الوطني لجميع المواطنين:**  
معلومات عن إعانات وامميزات لجميع المواطنين حسب المرض والإعاقة وحسب الجيل <https://www.btl.gov.il/Pages/default.aspx>  
مركز هاتفي قطري 04-8812345 أو 6050\*

## حقوق وخدمات مكابي

- **وحدة العلاجات البيئية** - من أجل الحصول على علاج طبي في البيت من قبل طاقم طبي متعدد التخصصات، لمرضى لا يمكنهم مغادرة البيت بسبب حالتهم الصحية.
- **تأمين "مكابي ترميزي"** - في حالة وضع ترميزي يعطي الحق لتأمين شهري بسبب مصاريف مؤمن في مؤسسة ترميزية أو تعويض شهري ثابت للمقيم في بيته، خاضع لشروط بوليصة "مكابي ترميزي". معلومات إضافية في موقع الإنترنت لمكابي أو في مركز مكابي ترميزي في "هفنيكس" 3507\*
- **جمعية صندوق مكابي** - أعضاء مكابي التابعين لجمعية "صندوق مكابي"، ذوي اقدمية في الصندوق لمدة سنتين على الأقل (\*لقاء المشاركة في تمويل الحد الأعلى للأدوية في السلة يلزم اقدمية في صندوق مكابي لمدة سنة واحدة فقط) في موعد التوجه، ممن دخلهم تحت "خط الفقر"، كما تعرفه مؤسسة التأمين الوطني، ممن يحتاجون الى مساعدة في تمويل مصروفاتهم الصحية، مدعوون الى التوجه الى صندوق مكابي، عبر المراكز الطبية في مكابي، من أجل فحص إستحقاقهم في الحصول على مساعدة مالية، وهذا خاضع لوثيقة الحقوق والواجبات التابعة للجمعية ولقوانين الصندوق.  
يمكن إيجاد المزيد من المعلومات ونموذج الطلب في موقع الصندوق [www.keren-maccabi.co.il](http://www.keren-maccabi.co.il)
- **بايت بليف** - شبكة السكن الآمن والمراكز الصحية من مجموعة مكابي خدمات صحية [www.bbalev.co.il](http://www.bbalev.co.il)

لمزيد من المعلومات حول حقوقك، من أجل تلقي الدعم والمساعدة وللتوجيه الى الخدمات المتوفرة من أجل خدمتك في مكابي وفي صندوق المرضى، يمكن تنسيق موعد وجها لوجه وهاتفي مع العاملة الاجتماعية في المركز الطبي التابع لمكابي 3555\*  
من أجل راحتكم مرفق رابط لصفحة المعلومات في الموقع "مكابي خدمات صحية"  
وبه معلومات، حقوق وخدمات لأفراد العائلة المعالين  
<https://www.maccabi4u.co.il/39713-he/Maccabi.aspx>



