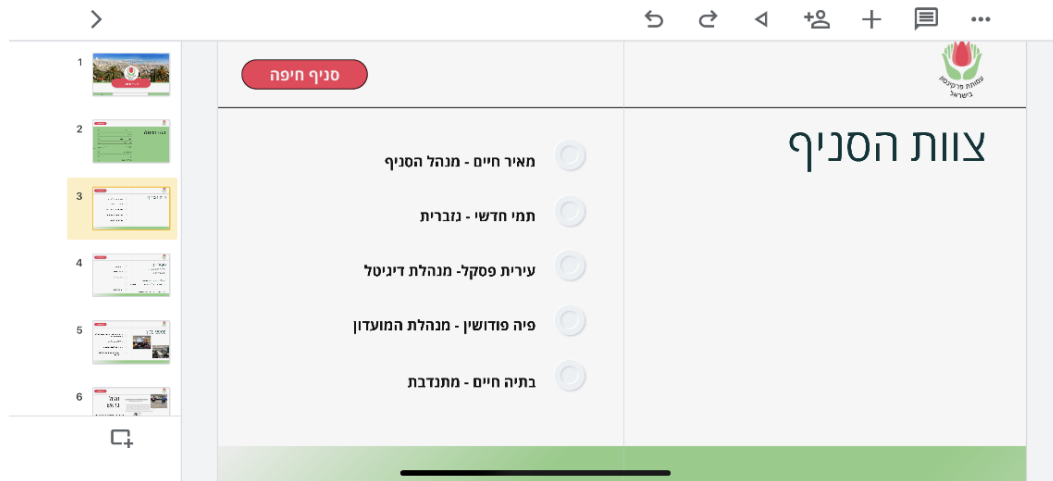


23.5.23

סניף חיפה- סיכום 2022

מוצגת פעילות הסניף בשנת 2022 עפ"י חלוקה ל-5 קטיגוריות. לכל קטיגוריה מובא תיאור קצר שלה, והערכה מקורבת של העלות השנתית הכוללת.



להלן 5 הקטיגוריות:

א. מפגשי סניף

מתקיימים עד פעמיים בחודש (למעט חודשי הקיץ והחגים והפסקות נוספות) ובמסגרתם מוצג, ע"י מומחה אורח, נושא הקשור לתהליך ההתמודדות בפרקינסון. בתקופה הנדונה (שנת 2022) מדובר על 16-17 מפגשים כאלה. להלן 4 דוגמאות:

א.1 פרקינסון- בעיות קול ובליעה

מפגש 7/2/22, פרקינסון- הפרעות קול ובליעה

חברים קרובים, אנו שמחים לחדש את מפגשי הסניף. לאחר הפוגה קצרה, עקב מצב הקורונה המפגש, שיתקיים ב-7.2.22 שוק, בהפרעות קול ובליעה בקרב מתמודדים בפרקינסון (תסמינים אופייניים ומשמעותיהם) פעילות מומלצת. סיפוחים)

המרבית: ד"ר לימור בביינין בן-יעיש, מומחית להפרעות קול ובליעה.

נושא חשוב למתמודדים בפרקינסון

פרקינסון- הפרעות קול ובליעה (בימים הקרובים נשלח את המאמץ שלכם הכרוך בכך הורצאה)

אנו, צוות הסניף, מצפים להשתתפותכם ומעריכים מאוד את המאמץ שלכם הכרוך בכך.

המפגש יתקיים ביום ב' 7.2.22 בשעה 17:00 בבית אבא חושי אולם 'סחלב' (קומה 1-), מול המעלית).

נשמח לראותכם, צוות סניף חיפה


אפיון הבגרות הבכור והטוב איכות דובר נטול

את המפגש:

ד"ר לימור בביינין בן-יעיש מנהלת הסניף מנהלת המועדון מנהלת דיגיטל מנהלת חשבונות

2. תרופות לפרקינסון- היבטים פרמקולוגיים

מפגש 4/4/22, תרופות לפרקינסון- היבטים פרמקולוגיים



אתמול ה- 4/4 קיימנו מפגש סניף חיפה ב- חנינה הרבאה בנושא: תרופות לפרקינסון- היבטים פרמקולוגיים. המנחה הייתה ד"ר מרואן חנא פרמקולוג בכיר מבי"ח שיבא. למי מאיזה התמודדים לא היו דילמות/בעיות בהקשר ללקיחת התרופות שאירופאלה המספל נתן לנו? בייחוד לפני/אחרי ארוחה, אינטראקציות עם כלל התרופות שאננו צורכים, תופעות לוואי וכד'. ד"ר מרואן התייחס להיבטים האלה ונתנה במוסמכות ובסבלנות לשאלות המתמודדים. היה מפגש מעניין מאוד, ההשתתפות הייתה גבוהה. בהחלט ראי לחזור על הנושא מדי תקופה.

תרופות לפרקינסון- היבטים פרמקולוגיים

המפגש התקיים ביום 4.4.22 ונעשה בו היבטים פרמקולוגיים של תרופות המשמשות בטיפול בפרקינסון. המנחה הייתה ד"ר מרואן חנא, פרמקולוג בכיר מבי"ח שיבא. חנא דקטור ברקורת, שימש כמנחה ונעזר בנעזרות הברואות באר"ב בישראל, ומאז 2014 רקח קליני בכיר בב"ח שיבא.

תרופות לפרקינסון- היבטים פרמקולוגיים

נענו מידע המתייחס לתאים רצויים בלקיחת התרופות, אינטראקציות עם תרופות אחרות ועם סניף מרואן חנא, תופעות לוואי ונוגעים נוספים הקשורים לתרופות המשמשות בטיפול בפרקינסון. מי מאיזה התמודדים, לא נתקל בבעיה, או דילמה בתחום הזה? מניע שהמתמודדים יבינו מראש שאלות בהקשרים אלה. תוכנה לשאלות אשר יעלות לפניך את כלל הנושאים.

זוהי הדפסת לטקסט פתוח, ואולי איך לשפר את אפקטיביות הטיפול התרופתי שניתן לך הנוירולוג.

אי מיליך מאד, ויותר סקר-מבוקש, את השתתפותכם.

ההרצאה התקיימה ביום 4.4.22 בשעה 17:00, בבית אבא חושי- אולם 'סחלב'.

הינכם מוזמנים, מאיר

3. צ'י קונג ככלי להתמודדות בפרקינסון

מפגש 15/6/22, צ'י-קונג ככלי להתמודדות בפרקינסון



אתמול ה- 15/6 קיימנו מפגש סניף חיפה בנושא: צ'י-קונג ככלי להתמודדות בפרקינסון. המנחה הייתה ד"ר איראל חודורקובסקי, מטפל מוסמך ברפואה סינית ומורה בכיר לצ'י-קונג ואומנויות התנועה והלחימה הסיניות. הקים את "מנזר הצ'י-קונג"- בית ספר לתרגול תנועה ונשימה מודעת.

שימו לב לשינוי ביום המפגש ובשעה **המפגש יתקיים ביום רביעי 15/6 בשעה 17:30 בבית אבא חושי באולם 'מפלס הכניסה'.** הנכם מוזמנים! מעריכים מאוד את המאמץ להגיע. צוות סניף חיפה

חברים/ות יקרים,

מפגש סניף חיפה יתקיים הפעם ביום רביעי 15/6 בשעה 17:30

זהו מפגש לתרגול ולישיח על תנועה ונשימה מודעת, כאמצעי להתמודדות עם פרקינסון.

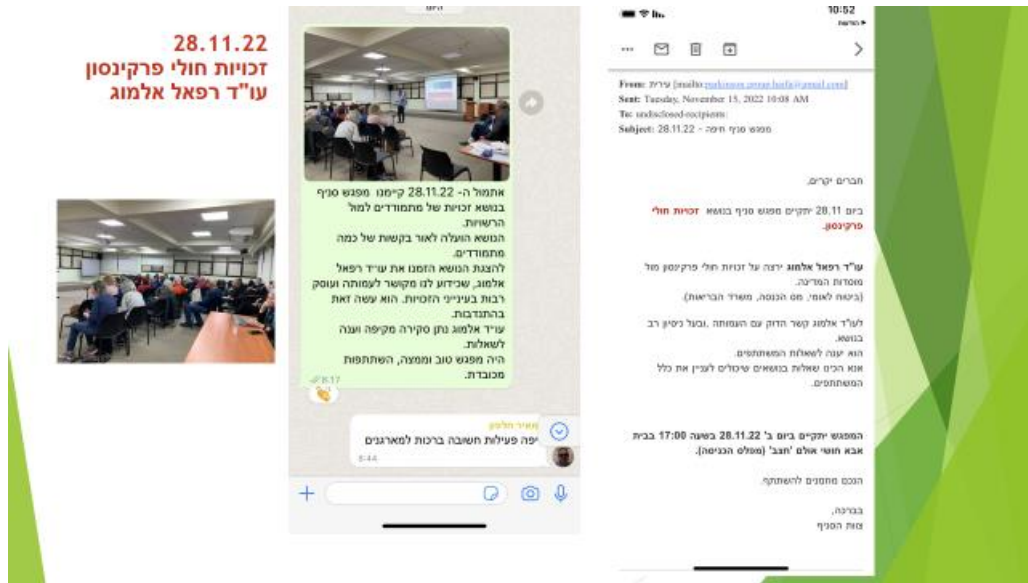
במסגרת המפגש, ילמדו מספר תרגילי צ'י-קונג אותם ניתן יהיה לתרגל באופן שוטף בבית. ייתנו הסברים על הקשר שבין תרגול צ'י-קונג, לרפואה הסינית המסורתית ולמחלת הפרקינסון.

צ'י-קונג ככלי להתמודדות בפרקינסון

מנחה המפגש- **איראל חודורקובסקי** מטפל מוסמך ברפואה סינית ומורה בכיר לצ'י-קונג ואומנויות התנועה והלחימה הסיניות. הקים את "מנזר הצ'י-קונג"- בית ספר לתרגול תנועה ונשימה מודעת.

שימו לב לשינוי ביום המפגש ובשעה **המפגש יתקיים ביום רביעי 15/6 בשעה 17:30 בבית אבא חושי באולם 'מפלס הכניסה'.** הנכם מוזמנים! מעריכים מאוד את המאמץ להגיע. צוות סניף חיפה

4.א זכויות חולי פרקינסון



העלות השנתית הכוללת של קבוצת פעילות זו מורכבת בעיקרה מתשלום להשכרת אולם, וכן תשלום שכר מרצים לשני מרצים. כל שאר המרצים הופיעו בהתנדבות. כמו-כן מתווספות הוצאות הסעות וכיבודים. העלויות מסתכמות לכ-5000 ₪ לשנה.

ב. קבוצת תמיכה בנות זוג

זו השנה הרביעית שמתקיימת, בהנחייתה של עו"ס מומחית לנושא, קבוצת תמיכה לבנות זוג של מתמודדים. הקבוצה פועלת כאחת לשבועיים (לעיתים פחות), במשך כ-9-8 חודשים בשנה. בנות הזוג של המתמודדים, הנרשמות לקבוצה, כולן יחד, משתתפות ב-50% משכר המנחה ושאר העלויות (50% משכר המנחה ותשלום שכר אולם) הן מתקציב הסניף. בתקופה הנדונה מדובר על כ-12 מפגשים. העלויות מסתכמות לכ-4000 ₪ לשנה.

ג. חוגים לפעילות גופנית

אנו מקיימים חוגים ייעודיים לפעילויות גופניות החשובות להתמודדות בפרקינסון. בתקופה הנדונה התקיימו חלקית שני חוגים כאלה: תרגילי יציבה ושיווי משקל, פיזיותרפיה לפרקינסון. המתמודדים הנרשמים לחוג, כולם יחד, משתתפים ב-50% משכר המורה ושאר העלויות (50% משכר המורה ותשלום שכר אולם) הם מתקציב הסניף/העמותה.

בתקופה הנדונה התקיימו כ-6 מפגשי יציבה ושיווי משקל (החוג נסגר ביוני 22), וכ-24 מפגשי פיזיותרפיה.

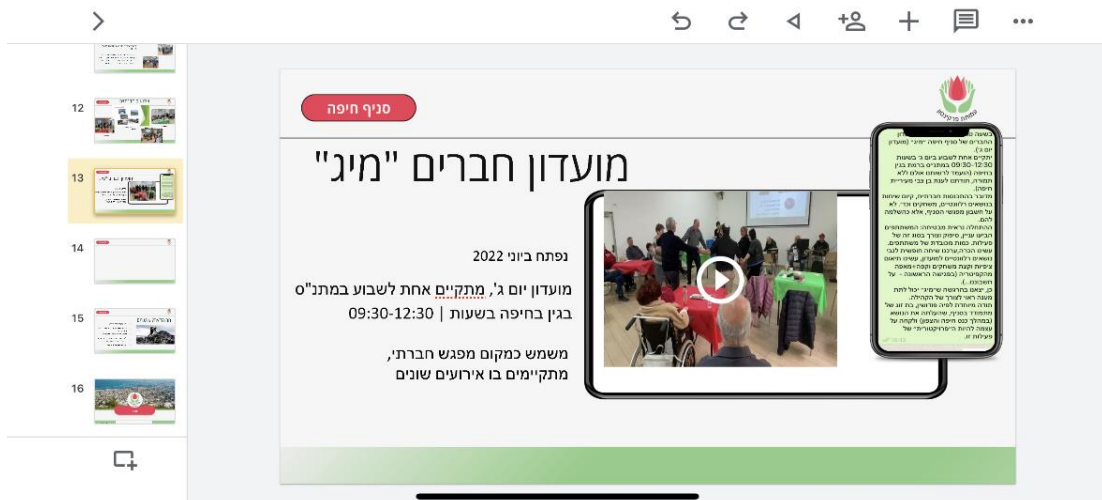
בסוף השנה נפתח חוג לטניס שולחן. העלות הכוללת מסתכמת לכ-10,000 ₪ לשנה.

ד. אירועים חברתיים
המדובר בטיול שנתי ובאירועי קבלת חג (3 כאלה) שאנו מקיימים בכל שנה.



הנרשמים לטיול משלמים סכום המכסה ב"גדול" את ארוחת הצהריים, ושאר העלויות (אוטובוס, מדריך) הן מתקציב העמותה/הסניף. העלויות של אירועי קבלת החג הן נמוכות, יחסית: תשלום שכר אולם וכיבוד. השאר הוא ברובו בהתנדבות. הטיול מתקיים, מסורתית, בשיתוף עם סניף הקריות, והשנה המימון חל עליו. לכן העלויות כאן הן נמוכות, ומסתכמות לכ-1000 ₪.

ה. מועדון
בשנת 2022 פתחנו פעילות ייחודית – אחת לשבוע (במשך כ-10 חודשים בשנה) אנו מקיימים מועדון חברים הנקרא בשם "מיג" (מועדון יום ג'). חברים/ות ובני משפחה/מלווים יושבים יחד, משוחחים, מתקיימים משחקי חברה, מנהלים רבי שיח בנושאים מעניינים, מתקיימות פעילויות כמו שירה בציבור, מחול שיקומי וכד'.



אורחים המופיעים במועדון הם לרוב בהתנדבות.
העלויות של הסיניף הן בתשלום לאלה המופיעים בשכר, בכיבוד ומעט בהסעות.
העלויות מסתכמות לכ- 3000 ₪.

לסיכום,

- הוצגו פעילויות הסיניף לשנת 2022, עפ"י החלוקה המקובלת, ל-5 קטיגוריות. הן משקפות היטב את יעדי העמותה.
- בתקופה הנדונה היקף הפעילות מסתכם בקירוב לכ- 20-22 אלף ₪.

בברכה,

מאיר חיים
מנהל הסיניף