

אנחנו ב-ISPS-ישראל שמחים להזמין  
מתמודדים/ות, אנשי טיפול ושיקום,  
בני משפחה ומתעניינים  
לסדנה ראשונה מסוגה בישראל בנושא:

## שמיעת קולות ודרכי התמודדות

## תנועת שומעי קולות, ארה"ב - Hearing Voices Network

הסדנה תתקיים ב-Zoom ביום חמישי ה-22.10 בשעות 16:00-19:00  
ותונחה על ידי שני מנחים מנוסים בעלי ידע מניסיון אישי מטעם HVN ארה"ב  
\* הסדנה תועבר באנגלית בליווי מצגת מתורגמת לעברית

### הנושאים בסדנה:

1 מתוך 10 אנשים ישמע קולות שאחרים לא שומעים במהלך חייו הבוגרים.  
כ-2/3 מאותם אנשים יגיעו אל המערכת הפסיכיאטרית.  
מה ניתן ללמוד מאנשים ששומעים קולות? מהם הגורמים המשפיעים על שמיעת קולות?  
מהן הדרכים המגוונות בהן אנשים מבינים חוויות אלו? ומהן דרכי ההתמודדות שזמינות  
על מנת לתת תמיכה וכלים לעזרה עצמית?  
הסדנה תחשוף את המשתתפים להיסטוריה ולערכים של תנועת שומעי הקולות,  
לידע מתוך ניסיון אישי ולאסטרטגיות התמודדות עם שמיעת קולות.

### על המנחים:

קרוליין מזל-קרלטון ונתן כהן הם מנחים מנוסים  
ומוכרים בינלאומית מטעם תנועת שומעי הקולות.  
עבודתם כוללת תמיכה בהתמודדות עם שמיעת קולות,  
אובדנות וטראומה במסגרות אשפוזיות, משפטיות ובקהילה.  
הם מביאים את הניסיון והחוויה האישית שלהם כשומעי  
קולות ותומכים בשומעי קולות אחרים על מנת לאפשר  
הבנה וללמוד על דרכי התמודדות יעילות.

עלות הסדנה 50 ש"ח לאדם, מספר המקומות מוגבל! - ללחוץ לתשלום והרשמה  
לפרטים נוספים ושאלות : [isps.israel@gmail.com](mailto:isps.israel@gmail.com)