

עלם	ייעוץ ותמיכה בוואטסאפ במספר 054-942-4062	עלם דיגיטל - עמוד הבית (yelem.org.il) הסיוע ניתן גם בשפה הערבית.	הצ'אט פעיל בימים א'-ד' בשעות 20:00-24:00
נטל	קו סיוע : 1-800-363-363 צ'אט בוואטסאפ: 073-236-3363	24/7 הצ'אט פעיל בימים א'-ה' בשעות 16:00-20:00	
סהר	צ'אט בוואטסאפ: 0559571399	עמותת סה"ר - סיוע והקשבה ברשת (sahar.org.il) צ'אט אונליין בלינק	24/7
אנוש	קו סיוע: 074-7556155	הסיוע הרגשי ניתן בשפות אנגלית, ספרדית רוסית וערבית	מענה בימים א'-ה' בשעות 8:00-19:00
ער"ן	*1201	https://www.eran.org.il/online-emotional- /help לכניסה לצ'אט, טלפון למסרונים וגם וואטסאפ היכנסו ללינק. הסיוע ניתן גם בשפה הערבית.	24/7 הצ'אט באתר, SMS והוואטסאפ פעילים כל ימות השבוע מ-8:00 בבוקר עד חצות
	*3201	הסיוע ניתן בשפות אנגלית, רוסית, אמהרית, צרפתית וספרדית	השירות מופעל בימים א'- ש' בין השעות 10:00- 22:00
בראות הנפש ילדים ונוער- רמב"ם	04-7774341	בית חולים רות רפפורט לילדים (בניין מס' 15) קומה 3	א-ה 8:00-15:00
מיון פסיכיאטרי – רמב"ם	04-7772500 רפואה דחופה: 04-7773300	מגדלי סמי עופר (בניין מס' 1)	24/7
מיון פסיכיאטרי- איכילוב	03-6974707 ימים א'-ה' בין השעות 09.00 ל-13.00 מרפאת מומחים לעזרה ראשונה נפשית לנפגעי קו ראשון לאירועי הלחימה, בפסטיבל נובה ובישובי העוטף – טופס פנייה	בניין השיקום קומת קרקע	א' עד ה' בין השעות 08:00 עד 15:00

בית חולים שיבא		בית החולים הווירטואלי שיבא BEYOND מציע כתף תומכת באמצעות טיפול נפשי אונליין, ללא תשלום, למבוגרים וילדים. הטיפול כולל מפגש הכוונה, בנוסף לשני מפגשים עם פסיכולוגים מומחים מהמרכז הרפואי שיבא.	
טופס פנייה			
מיון פסיכיאטרי - מעלה כרמל	מנהל היחידה: ד"ר ברגמן יוסף טל: 04- 8559234	רח' האלה 17 טירת הכרמל	24/7
	מזכירת המיון: גב' בתיה ללוש טל: 04- 8559267		
קו ייעודי לפצועים ולמי שאיבד את יקיריו - ביטוח לאומי	02-6269999	הקו פועל בימים א'-ה' מהשעה 08:00 עד 20:00.	
קופות החולים נותנות מענה טיפולי נוסף לתמיכה רגשית של שלוש שיחות טיפוליות על-ידי אנשי המקצוע.	כללית - תמיכה נפשית *2708 בשעות 20:00- 07:00		
	לאומית - דרך תלם בשעות 22:00-08:00, קו חירום - 054-9292273, מענה בוואטסאפ - 054- 9299973. עוד בלאומית, "תפארת בית חם" בערבית - 04-6111891 (17:00-) (07:00)		
	מכבי - דרך תלם בין 22:00-08:00 במוקד *3028		
	מאוחדת - מוקד ארצי *3833		