

# שותפים, תורמים, מנחים, מדריכים יקרים ומשפחת EmotionAid® היקרה,

גישה זו משקפת את ערכי הליבה שלנו: אחריות, כבוד לאדם, ואמון עמוק ביכולת האנושית להתאושש, להתארגן מחדש ולצמוח גם לאחר שיבוש עמוק.

השנתיים האחרונות היו מהמורכבות ביותר שחווינו. הן דרשו צמיחה מהירה, חידוד השיטה ומחויבות בלתי מתפשרת לעקרונות שלנו גם תחת לחץ.

שוב ושוב ראינו כי יסות פיזיולוגי ורגשי אינו רק כלי אישי להתמודדות, אלא אבן יסוד לחוסן מערכתי, המאפשר ליחידים ולארגונים להתייבב, להגיב ולהישאר אפקטיביים.

EmotionAid® פועלת בנקודת המפגש שבין נירופיזיולוגיה, בריאות הנפש, מדע ואחריות חברתית. אנו מחויבים ללמידה, למדידה ולשיפור מתמיד, כדי להבטיח שהעשייה שלנו תהיה אפקטיבית, אתית וארוכת טווח. דוח זה משקף לא רק את מה שעשינו, אלא גם את מה שלמדנו על אנשים, מערכות ועל האפשרות לריפוי ולצמיחה גם בזמנים קשים.

עם כניסתנו לפרק הבא של EmotionAid®, אני חשה גם גאווה עמוקה וגם תחושת אחריות חזקה להמשך הדרך. תודה שאתם הולכים איתנו בדרך הזו.

**בברכה,  
ד"ר קטי לאווי  
מייסדת ומנהלת EmotionAid®**



במשך יותר משנתיים הייתם עבורנו תמיכה, שגרירים וקהילה מורחבת. דוח זה הוא הזמנה לעצור יחד איתנו ולהתבונן, לשתף את החזון שלנו, את מה שבנינו יחד, את מה שלמדנו, ולאן אנו פונים בהמשך.

מאז 7 באוקטובר 2023, יחידים, אנשי מקצוע וקהילות שלמות בישראל מתמודדים עם רמות של סטרס טראומטי שאדם אינו אמור לשאת לבדו. מלחמה, אובדן, שחיקה ואי ודאות הפכו לחלק מהחיים היומיומיים של אנשי חינוך, משוחררים, צוותים רפואיים, משפחות ומקבלי החלטות.

עמותת EmotionAid® הוקמה בדיוק לרגעים כאלה. אנו מאמינים כי היכולת לווסת את הגוף והנפש אינה מותרות, אלא בסיס לחוסן, לתפקוד ולבחירה להמשיך להיות חיים מלאים.

מההתחלה בחרנו בדרך ברורה: לא לטפל בטראומה במובן הקלאסי, אלא להנגיש כלים פשוטים מבוססי מחקר לויסות, לכל אדם, בדיוק כשהוא זקוק להם ביותר.

אנו פועלים באמצעות אנשים: אנשי מקצוע, מנחים ומובילי קהילה, כך שהיכולת מתפשטת מעבר אלינו וההשפעה ממשיכה להדהד ולהתרחב.

