



# 135 DAYS OF GIVING

NAFS FOR EMPOWERMENT



# NAFS FOR EMPOWERMENT

Since the beginning of the war, our team, consisting of 20 dedicated staff and volunteers, has been working earnestly and tirelessly to provide psychological and social support to our people in the Gaza Strip. This is one of the most important aspects that must be addressed currently amidst these difficult and harsh conditions. We have been able to achieve tangible accomplishments during this challenging period, having successfully reached over 32,000 children as well as women's groups, in pursuit of our goal, which is to enhance psychological resilience and alleviate the suffering of our people.





## RECREATIONAL ACTIVITIES:

Our team conducted a series of recreational activities for children within the shelters in collaboration with UNRWA and our partners, which helped alleviate violence and psychological pressure on them, bringing joy into their lives.

# A WORKSHOP FOR OUR TEAM:

We have conducted training workshops on self-control and self-care for our field teams.







Our activities over the past **135** days have targeted over **75** children with various disabilities, through a range of diverse recreational and artistic activities tailored to their needs. These activities have garnered satisfaction from the children and their families, who expressed their happiness with our focus on their children and their integration with others.

## FOOD AID PARCELS :



We have distributed a variety of food parcels to the patients at Abu Yusef Al-Najjar hospital in Rafah.



## The benefits of psychological intervention differentiation:

- Enhancing resilience and self-confrontation.
- Boosting feelings of security and self-confidence.
- Alleviating psychological anxiety and tension.
- Improving the mental health of families.
- Integrating individuals with disabilities.
- Reducing violence resulting from coercion in shelters.
- Lowering levels of fear and anxiety
- Assisting in feeling improvement and sustaining life, while mitigating the progression of trauma.



08

Special thanks to our field team, who worked tirelessly and with a collective spirit to draw smiles and spread hope in the hearts of the affected children and families







In partnership with local and international institutions, and because of the collective effort and collaboration with partners (**Bank of Palestine, Anera Foundation, Frontline Foundation Japan, Juzoor Foundation, and UNRWA**), we were able to bring smiles to children's faces and assist them in enhancing psychological resilience and alleviating their suffering.

**WE REMAIN COMMITTED TO  
DRAWING SMILES AND  
HAPPINESS ON THE FACES  
OF OUR CHILDREN!**

**10**







11

## Many messages from people's opinions and children to the Sameh Team for Empowerment:

### Among the messages were:

"We love you so much, your role is positive for us, you helped us."

"You plant hope within us."

"Your presence is important to us, we need you."

"We love you so much. After every session with you, I feel better."

"Tomorrow we're waiting for you. You take care of our children with disabilities, playing with them with love."

"You were a ray of hope. Please stay around us, don't forget us."



## Be a supportive pillar for our children in the Gaza Strip.

We welcome partnerships with various local and international institutions to contribute to the development of our work and to target larger numbers of children, adolescents, and women who are hopeful for a helping hand to support our various activities.



Palestine, Ramallah



+970 569 371 350



<https://www.nafs.ps/en/>



[nafsempowerment@gmail.com](mailto:nafsempowerment@gmail.com) / [info@nafs.ps](mailto:info@nafs.ps)





**In partnership  
with :**

**Frontline**  
for a peaceful & healthy world





# 135 يوما من العطاء !

نفس للتمكين





## مؤسسة نفس للتمكين

منذ بداية الحرب، عمل فريقنا الذي يتكون من 20 ميسر و متطوع بجدية وتفانٍ لتقديم الدعم النفسي والاجتماعي لأهلنا في قطاع غزة، وهو أحد أكثر الجوانب أهمية التي يجب العمل عليها حاليا في ظل هذه الظروف الصعبة و القاسية، حيث تمكنا من تحقيق إنجازات ملموسة خلال هذه الفترة الصعبة، و قد نجحنا في استهداف اكثر من 32 الف طفل بالإضافة الى مجموعات نسائية لتحقيق هدفنا وهو تعزيز الصمود النفسي و تخفيف حجم الألم عن شعبنا.



## تنفيذ الأنشطة الترفيهية:

نفذ فريقنا مجموعة من الأنشطة الترفيهية للأطفال داخل مراكز الإيواء القصري بالتعاون مع الأونروا وشركائنا، مما ساهم في تخفيف العنف و الضغط النفسي عنهم وإدخال البهجة في حياتهم.



# ورشة عمل لفريقنا:

لقد قمنا بإعداد ورشات عمل تدريبية حول الاجهاد و الرعاية الذاتية لطواقمنا العاملين/ات في الميدان.





تم استهداف أنشطتنا خلال الـ 135 يوم الماضية لأكثر من 75 طفلاً يعانون من إعاقات مختلفة، من خلال أنشطة ترفيهية وفنية متنوعة تتناسب مع حالاتهم. وقد لاقت هذه الأنشطة رضا الأطفال وأهاليهم، الذين عبروا عن سعادتهم بتوجيه اهتمامنا لأبنائهم ودمجهم مع الآخرين، إذ تعتبر عملية الدمج جزءاً لا يتجزأ من فلسفتنا وسياساتنا التاريخية.



## توزيع مجموعة من الطرود الغذائية:



تم توزيع مجموعة من  
الطرود الغذائية لمرضى  
مستشفى أبو يوسف النجار  
في رفح

## فوائد فرق التدخل النفسي:

- تعزيز الصمود والمواجهة لذاتية
- تعزيز الشعور بالأمان والثقة في النفس
- تخفيف القلق والتوتر النفسي
- تحسين الصحة النفسية للعائلة .
- دمج ذوي الاعاقة .
- تخفيض العنف الناتج عن القهر في مراكز الايواء
- خفض مستوى الخوف والقلق
- المساعدة في الشعور بالتحسن والاستمرار في حياته والحد من تطور الصدمة



الشكر الخاص لفريقنا  
الميداني الذي عمل بتفانٍ  
وروح جماعية لرسم  
البسمة ونشر الأمل في  
قلوب الأطفال والعائلات  
المتضررة.





بفضل الشراكة مع المؤسسات المحلية والدولية، وبفضل تلك الجهود المشتركة والتعاون مع الشركاء مثل ( بنك فلسطين، ومؤسسة أنيرا، ومؤسسة فرونت لاين اليابانية، ومؤسسة جذور، والأونروا) تمكنا من رسم البسمة على جوه الأطفال ومساعدتهم في تعزيز الصمود النفسي وتخفيف حجم الألم عنهم.



باقون لرسم البسمة و  
السعادة على وجوه  
أطفالنا !

10





## رسائل عديدة من اراء الناس والاطفال لفريق نفس للتمكين:

الكثير من الرسائل كان من بينها:

“بنحبك كثير دوركم ايجابي لنا ساعدتمونا”  
“بتزرع فينا الامل”

“وجودكم مهم لنا نحن بحاجة لكم”  
“حبناكم كثير ، ، أنا بعد كل جلسة معكم بحس إني  
أخف واحسن”

“بكرة جايين ننتظركم ، اولادنا الي عندهم اعاقات عم  
تهتموا فيهم بتلاعبوهم بحب”  
“كنتم فسحة امل.امانة خليكم حولينا ماتنسونا”





# كونوا سنداً داعماً لأطفالنا في قطاع غزة

نحن نرحب بالشراكات مع المؤسسات المجتمعية و الدولية المختلفة للمساهمة في تطوير العمل و استهداف كميات اكبر من الاطفال و اليافعين و النساء املين بمد يد العون لانشطتنا المختلفة



Palestine, Ramallah



+970 569 371 350



<https://www.nafs.ps/en/>



[nafsempowerment@gmail.com](mailto:nafsempowerment@gmail.com) / [info@nafs.ps](mailto:info@nafs.ps)



**In partnership  
with :**

**Frontline**  
for a peaceful & healthy world

