



# הפעלת תכנית התנדבות בין דורית הקול בגיל



עורכות: חני רוזה | רונית בר | ליאורה ארנון | גילי גוטפריד

[www.jdc.org.il](http://www.jdc.org.il) | [www.eshelnet.org.il](http://www.eshelnet.org.il)

עריכה לשונית: עפר המבורגר  
עיצוב והפקה: פנינה נחמיאס, ג'וינט ישראל  
מזכירות ותיאום הפקה: סימונה דוד, ג'וינט ישראל-אשל  
מנהל ההוצאה לאור: רן רובנר, ג'וינט ישראל  
כל הכתוב בחוברת זו בלשון זכר או בלשון נקבה מכון לשני המינים כאחד  
© כל הזכויות שמורות לג'וינט ישראל, תשע"ו - 2016

מהדורה ראשונה: הודפסה בירושלים, 2014, תשע"ד  
מהדורה שנייה: הופקה בירושלים, 2016, תשע"ו

# תוכן עניינים

5	פתח דבר
6	מבוא
7	רקע
12	ניהול והפעלת תכנית התנדבות בין-דורית ברשות המקומית
	<b>שלב א': תכנון</b>
13	1. יצירת השותפות עם הרשות המקומית
15	2. איתור צרכים
16	3. הקמת צוות היגוי
17	4. בחירת תכנית ההתנדבות הבין-דורית
18	5. הגדרת תקציב לתכנית
19	6. גיוס שותפים נוספים ואיתור מקום לפעילות
	<b>שלב ב': הכנה</b>
21	1. גיוס המנחה
23	2. ליווי מקצועי של המנחה
23	3. בניית תכנית פעולה שנתית
24	4. הגדרת כללי השיח הבין-דורי
25	5. גיוס המתנדבים
27	6. הכשרת המתנדבים
	<b>שלב ג': יישום והטמעה - שלב הפעלת התכנית</b>
28	1. מפגש הפתיחה
29	2. מפגשים שוטפים
30	3. ליווי המתנדבים על ידי המנחה
30	4. אירוע אמצע
31	5. מפגש לקראת סיום: תהליך הכנת התוצר הסופי
31	6. מפגש סיום

## שלב ד': הערכה

- 33 .1 ניתוח שאלוני המשוב  
33 .2 פגישת הערכה וסיכום

35 כרטיסי תכניות

63 ביבליוגרפיה

## נספחים

65 **נספח מספר 1:** תיק תכנית קהילה מבשלת - עכו

67 **נספח מספר 2:** מערך מפגשים לתכנית  
"מדברים, מבשלים ומשדרים"

70 **נספח מספר 3:** דוגמת מכתב לגיוס מתנדבים זקנים  
לתכנית "דור מצלם דור"

72 **נספח מספר 4:** מערך שיעור הכנה לבני/ות נוער  
לתכנית התנדבות בין-דורית

75 **נספח מספר 5:** דוגמא לפרוטוקול מפגש סיום:  
תכנית "בקול הגיל" מודיעין

## פתח דבר

בשנת 2012 יזם ג'וינט ישראל את תכנית "הקול בגיל", במטרה לייצר פלטפורמה שתאפשר פיתוח של תכניות התנדבות בין-דוריות חדשניות וייחודיות.

חוברת זו היא סיכום תכניות שפעלו בשטח, פרי שיתוף הפעולה שנהקם בין אגפי הג'וינט ובשיתוף רשויות מקומיות. בתכנית פעלו יחד בני נוער וזקנים מתנדבים, במגוון תכניות התנדבות משותפות. תכניות אלה סיפקו הזדמנות ייחודית, הן לבני הנוער והן לזקנים, לעשייה קהילתית משותפת. עשייה זו היוותה אמצעי ליצירת חוויה חינוכית מפרה והדדית אשר יצרה גשר ייחודי בין הזקנים לבני הנוער. דרך הפעילות המגוונת, בין אם עסקה בבישול או בגינון, בצילום, בריקוד או בסריגה, התאפשר דיאלוג ייחודי ומרגש המדגיש את הדומה, ממגר גילנות ומאפשר חיבור קהילתי אמיתי מקרב לבבות.

המודל המוצג כאן מסכם את תוצרי התכניות השונות, כך שהוא מהווה מודל פרקטי הניתן ליישום ולהטמעה בכל רשות המבקשת לשלב במסגרתה תכניות התנדבות בין-דוריות.

אנו מבקשות לברך את כל העושים במלאכה, שאפשרו את יישומה המוצלח של התכנית וכן את הוצאתו של מודל זה לאור: לשותפות להתווית הדרך, חברות ועדת ההיגוי של התכנית, **גילי דנה ודיתי ורדי** ממשדד החינוך- מינהל חברה ונוער ו**לאיריס פינקלשטיין** מג'וינט ישראל- אשלים. לשותפינו הרבים ברשויות המקומיות, אשר נרתמו לרעיון והשכילו ליישם אותו באופן שאפשר לכולנו למידה והתפתחות מקצועית. **לגילי גוטפריד** מנהלת התכנית - שליוותה במקצועיות, במסירות וברגישות יוצאות דופן את הצוותים המקצועיים ברשויות, ותרמה רבות לכתיבתו של מודל זה, **למירב לוי** על פיתוח מערך ההכשרה של התכנית ו**לליאורה ארנון**, שאפשרה את המשגת הפעילות בשטח לכדי מודל כתוב.

אנו שמחות כי לאור הצלחת התכנית, משרד החינוך-מינהל חברה ונוער קיבל החלטה להיות שותף בתכנית ולהטמיע אותה במערכת החינוך.

### חני רוזה

מנהלת הפצת ידע ופרקטיקות  
ג'וינט ישראל-אשל

חנית בר  
מנהלת מרכז ידע ולמידה  
ג'וינט ישראל-אשלים

## מבוא

תכנית ההתנדבות הבין-דורית "הקול בגיל", הינה תוצר של שיתוף פעולה של אשל - האגודה לתכנון ופיתוח שירותים למען הזקן בישראל - ואשלים - העמותה לתכנון ולפיתוח שירותים למען ילדים ובני נוער בסיכון, יחד עם רשויות מקומיות שונות שנרתמו להפעלת התכנית, ומשרד החינוך - מנהל חברה ונוער שהצטרף לאחר שלב הפיילוט.

מטרת התכנית היא יצירת פעילות התנדבותית-חברתית בין-דורית משותפת, המייצרת שיח בין-דורי במרחב פעילות קהילתי בלתי פורמלי. הפעילות מאפשרת נתינה הדדית, ומייצרת לאורך שנת הפעילות מרקם מרגש של קשר בין בני הנוער והזקנים.

העשייה הקהילתית בתכנית משלבת גורמים מקצועיים שונים הפועלים ברשות למען בני נוער ולמען הזקנים ברשות. במפגשים ההדדיים תורם כל צד לחיזוק הקשר הבין-דורי. העבודה המשותפת של הצעירים עם הזקנים מביאה להפרכת מיתוסים שקשורים בראייה סטראוטיפית בקרב בני נוער כלפי הזקנים ובקרב הזקנים כלפי בני הנוער. המפגש בין הנוער למבוגרים גורם לנוער לראות את המבוגרים בעיניים אחרות, כיחידים ולא כקבוצה. הזקנים, מצדם, זוכים לראות את הנוער של היום באור חיובי יותר.

במהלך חודש ספטמבר 2012, יצא מטעם ג'וינט ישראל קול קורא לרשויות המקומיות להגשת הצעות לתכניות התנדבות בין-דוריות. כ-25 תכניות ניגשו לקול הקורא. מתוכן, נבחרו שבע תכניות שיצאו אל הפועל במהלך שנת הלימודים 2012-2013. לקולות הקוראים בשנים 2013 - 2015 הגיבו 60 רשויות, שהגישו 71 תכניות נוספות, מהן נבחרו 26 תכניות חדשות שפעלו בשנים 2013-2016. התכניות לוו על ידי המנהלת הארצית, גילי גוטפריד, שסייעה בהקמה ובליווי התכניות ברשויות השונות.

בחוברת, מוצג מודל העבודה לניהול ולהפעלה של תכנית בין-דורית, על בסיס הניסיון והידע שנצברו בשטח והיא מלווה בדוגמאות שונות, מתוך מגוון התכניות הבין-דוריות שהתקיימו בשנים האחרונות. בסוף החוברת ניתן למצוא הרחבה לגבי כל אחת מתכניות אלה, כמו גם תכניות נוספות.

החוברת מיועדת לרשויות מקומיות, עמותות וארגונים המעוניינים להפעיל תכנית התנדבות בין-דורית, והיא משרטטת את הקווים המנחים להפעלה אפקטיבית ומקצועית של תכנית התנדבות כזו.

## בחברת מספר חלקים מרכזיים:

- א. רקע תיאורטי על תכניות התנדבות בין-דוריות.
- ב. ניהול והפעלת תכניות התנדבות בין-דוריות ברשות המקומית: המודל - החל משלב התכנון, ההכנה והביצוע, ועד לשלב ההערכה.
- ג. גורמי מפתח להצלחה בהפעלת תכניות התנדבות בין-דוריות.
- ד. כרטיסי התכניות.
- ה. נספחים.

## רקע

התנדבות היא כל פעילות בה מושקע זמן ללא שכר על מנת להיטיב עם אחר, קבוצה או מטרה. ההתנדבות נגזרת מתוך מקבץ התנהגויות מסייעות, והיא מתאפיינת יותר במחויבות מאשר בעזרה ספונטנית (Wilson, 2000). הדר (2010) מחדדת ומוסיפה, כי התנדבות היא תהליך מתוכנן ומותווה מראש, אשר נמשך תקופה ארוכה. זאת, בניגוד להתנהגות עוזרת - המבוססת בעיקר על ספונטניות.

**התנדבות נוער** מוגדרת כפעילות של בני נוער בגילים 19-12 שפועלים למען הקהילה, ללא תגמול כספי. חלק מהמתנדבים מגיעים לתכנית במסגרת תכניות לעידוד התנדבות בבתי הספר בהם הם לומדים, שם הם לעתים מחויבים בפעילות. בני נוער אלה מרחיבים את המונח "התנדבות" אל מעבר למובנה הצר של המילה, הכולל רק מתנדבים שפועלים מתוך רצון חופשי, ללא גמול כספי ולמען אנשים זרים להם (Haski-Leventhal, Ronel, York, and Ben-David, 2008).

ממחקרים על התנדבות בני נוער בארץ ובעולם עולה, כי התנדבות היא חוויה מטיבה ובעלת השלכות התפתחותיות משמעותיות על המתבגרים. מחקרים אלה העלו מספר השפעות חיוביות בהתנדבות, ביניהן: למידה משמעותית בכל הנוגע למתן כבוד, אדיבות וסיוע לאחר; פיתוח מיומנויות חברתיות וכישורי חיים; טיפוח האחראיות החברתית; למידת מיומנויות רלוונטיות להשתלבות בעולם התעסוקה; פיתוח יכולות ניהול ומנהיגות; תחושת סיפוק אישי וחיזוק הערך העצמי. בנוסף, נמצא כי ההתנדבות עשויה לטפח מיומנויות רגשיות מגוונות כגון בגרות רגשית ושליטה עצמית (הדר, McBride, Lombe, ;2010 Tang, Sherraden and Benítez 2003).

**עבור זקנים**, מעניקה ההתנדבות תחושת מימוש ומילוי תפקיד, מחזקת את תחושת המשמעות והמטרה בחיים, את תחושת הערך העצמי ואת ההעצמה האישית (סימקין, 2010). גמלאים, שבחייהם חוו אירועים וחוויית רבים ורכשו ניסיון וידע שניתן לנצל לטובת אחרים, מביאים אתם למעשה ההתנדבות יתרונות רבים: יכולת רבה להתמודד עם מצבי לחץ ואי־ודאות, ידע, ניסיון וכישורים שצברו במהלך חייהם. כמו כן, עבודתם מתאפיינת בהתמדה, באחריות, בדבקות במטרה ובהשקעת שעות התנדבות רבות יותר ביחס לשאר האוכלוסייה (רוזה, 2009).

מחקרים (בר-טור, 2005) מצביעים על כך, שאחד המרכיבים החשובים בהזדקנות מוצלחת הוא הנתינה היצירתית: היכולת להעניק לאחרים מתוך שמחה ובכל עת, וכן לקבל באהבה מאחרים. היכולת להשתמש בכוחותיהם הייחודיים ולעזור באמצעותם לזולת או לתרום לחברה מאפשרת חיים מספקים ומשמעותיים, תורמת ליכולת ההתמודדות עם בעיות ומקדמת התפתחות בזקנה. היכולת לנתינה יצירתית היא חלק מאלטרואיזם; ועל פי אריקסון (1963), היכולת לאינטימיות והיכולת לנתינה יצירתית הן משימות פסיכולוגיות בתקופת הבגרות והזקנה.

Ryff & Singer (2000) טוענים, כי בדאגה לאחרים - כמו דאגת הורים לילדים או דאגה בתפקידים חברתיים בהם עוזרים לאחרים - נוצרים יחסים משמעותיים. המפגש בין הזקנים לצעירים יוצר בקרב שני הצדדים הזדמנות לחזק את היכולות החברתיות וליצור יחסים משמעותיים ואינטימיים.

## ההתנדבות הבין־דורית

מטרת ההתנדבות הבין־דורית, היא להביא יחד אנשים מדורות שונים לפעילויות בעלות מטרה ותועלות הדדיות, אשר יקדמו הבנה רחבה יותר וכבוד הדדי בין הדורות ויתרמו לבניית קהילה מלוכדת וחזקה. ההתנדבות הבין־דורית היא פעילות משלבת, הנבנית על בסיס המשאבים והכוחות החיוביים שיש לבני הנוער ולזקנים להציע זה לזה ולאלה שסביבם (The Centre for Intergenerational Practice). ההנחה העומדת בבסיס תכניות התנדבות בין־דוריות היא, שפעילות משותפת לזקנים ולבני נוער יכולה לתרום לכל אחד מהצדדים, ואף מעצימה את התרומה של שניהם יחד למען הקהילה (רוזה, 2009).



תכניות בין-דוריות מהוות, למעשה, אמצעי להחלפת משאבי כוח, ידע ולמידה משמעותיים ומתמשכים בין זקנים לילדים/לבני נוער. תכניות התנדבות בין-דוריות עשויות להוות כלי שבאמצעותו ניתן לאחד וללכד בין דורות שונים, ללכוד ולהעריך מחדש את העברתן של תרבות ומסורת, לעודד עבודה וחיים חברתיים חוצי דורות, לחלוק משאבים בין הדורות השונים, ולהתמודד עם בעיות חברתיות שונות (Bostrum, Hatton-Yeo, Ohsako, and Sawano, 2000).

Hatton-Yeo, Klerq, Oshako & Newman (2000) מצאו, כי לתכניות התנדבות בין-דוריות השפעה ואימפקט על הכלכלה ועל תעסוקה, על החברה ועל בריאות. ממחקרם עולה, כי ליחסים הבין-דוריים תפקיד חשוב בפיתוח זהות חברתית ולכידות קהילתית.

מחקרים רבים בחנו את התועלות של תכניות התנדבות בין-דוריות, הן עבור הזקנים והן עבור בני הנוער הלוקחים בהן חלק. במחקר שסקר למעלה מ-120 תכניות התנדבות בין-דוריות, נמצאו תועלות ברורות למשתתפים בתכניות אלה (MacCallum et al, 2006). עבור הזקנים, התועלות כללו תועלות אישיות כגון היכולת להתמודד עם מצבים בריאותיים, עלייה כללית ברמת המוטיבציה ושיפור בתפיסת הערך העצמי. כמו כן נמצא, כי לתכניות תועלות חברתיות כגון היכרות וחברות עם אנשים צעירים ויציאה ממצב של בידוד חברתי, והן תועלות קהילתיות כגון שילוב מחדש של אוכלוסיות מודרות והעלאת המודעות להתנדבות בקהילה. ממצאים אלה מתאימים גם לתוצאות של מחקרים מתחום הגרונטולוגיה, שמצביעים על התפקיד החשוב של מערכות יחסים חברתיות ומעורבות קהילתית פעילה לבריאות הפיזית והנפשית של זקנים (Ryff, 1989). עוד נמצא, כי המפגשים בעלי הערך הרב ביותר עם בני נוער הם אלה שהציעו לזקנים הזדמנויות לייצר מערכות יחסים עמוקות, המתאפיינות בתחושת חיבור רגשי עם בני הנוער (MacCallum et al, 2006).

פעילות התנדבותית בין-דורית מעניקה ממד נוסף, והוא פער הגילים - אשר אינו מהווה חיסרון, אלא יתרון. גמלאים רבים מחפשים את חברת בני הנוער, המעניקה להם חדוות חיים. מצדם, הם תורמים לבני הנוער מזמנם ומניסיון חייהם, ולעתים קרובות אף משמשים עבורם "מורים לחיים". הפעילות מעצימה ומייצבת את תדמית אוכלוסיית הגמלאים בעיני עצמם ובעיני הדור הבא - לא כקבוצה הנתפסת כחלשה ותלותית, אלא כאוכלוסייה שמהווה חלק חשוב,

משמעותי ותורם בחברה הישראלית. הפעילות הבין-דורית מסייעת בהפרכת דעות קדומות, בכך שפעילות המתנדבים הצעירים והמבוגרים משקפת היטב את חיוניותה של הפעילות ההתנדבותית ואת תרומתה הרבה לעיצוב חברה טובה ואנושית יותר (גוטפריד, 2013).

עבור בני נוער, תורמת ההתנדבות הבין-דורית לעלייה בערך העצמי, בעלייה בתחושת החשיבות והביטחון העצמי, לנגישות לאנשים מבוגרים בתקופות קשות, לעלייה בתחושת האחריות החברתית, להישגים גבוהים יותר בלימודים, למעורבות פחותה בהתנהגויות סיכון, לשיפור במצב הבריאותי, וכן לעלייה בחוסן האישי (MacCallum et al, 2006). ההתנדבות הבין-דורית תורמת ומעניקה לבני הנוער הזדמנות לתרום ולהיתרם. הם נפגשים עם שכבת גיל שלעתים אינה מוכרת להם, לומדים על הגיל המבוגר, מפתחים קשרי ידידות ולומדים להקשיב, מגלים יזמה ואחריות ומפתחים מיומנויות חברתיות אשר מסייעות בעיצוב זהותם העצמית (גוטפריד, 2013).

במאמרו, מסכם Hatton-Yeo (2010) באמצעות התרשים הבא את התועלות בתכניות התנדבות בין-דוריות:

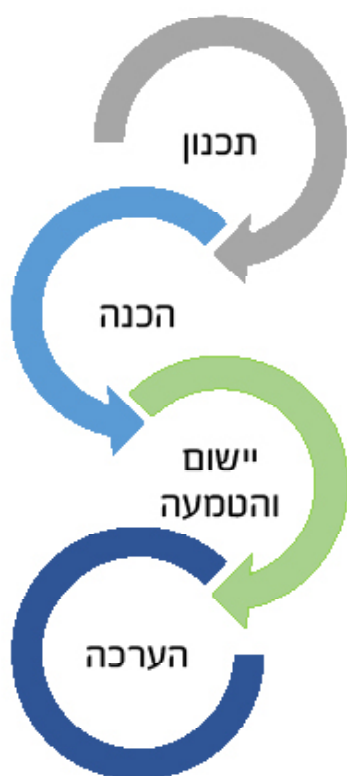
זקנים/ות	בני/ות נוער	
הבנה והיכרות משמעותית עם הדור האחר - הפרכת מיתוסים		
הנאה		
חברות		
פיתוח ערכים משותפים		
למידת תחום תוכן חדש		
ביטחון עצמי		
שיפור במצב בריאותי	עלייה בערך עצמי ובתחושת מסוגלות	
הכלה חברתית וצמצום הבידוד החברתי	פיתוח וחיזוק מיומנויות	
תחושת משמעות מחודשת	גיבוש קבוצתי/כיתתי	
העברת מורשת	ספיגת מורשת עבר	
חשיפה לטכנולוגיה		
↓	↓	↓
הקהילה		
לכידות קהילתית		
העלאת מגוון המתנדבים ואפשרויות ההתנדבות		
מעורבות גבוהה של מוסדות חינוך ומוסדות למען הזקן בקהילה		

# ניהול והפעלת תכנית התנדבות בין־דורית ברשות המקומית: המודל

תהליך הקמת קבוצת התנדבות בין־דורית הוא מורכב, היות והוא מערב מספר שחקני מפתח שחיוניים להפעלת התכנית, וכן תכנון מדוקדק של פעילות שעליה להתאים לשתי קבוצות גיל שונות, על מאפייניהן הייחודיים.

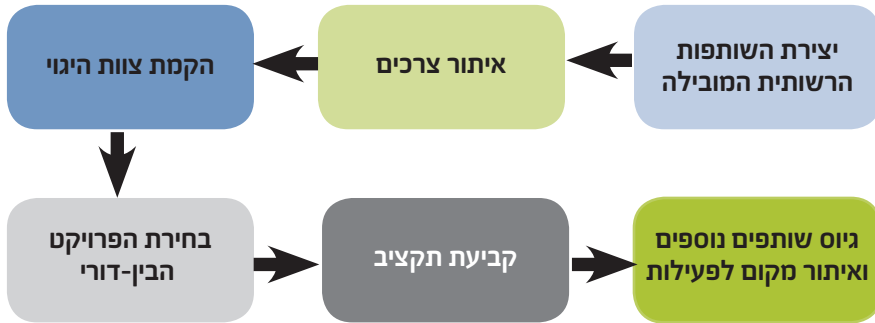
קבוצת התנדבות בין־דורית היא קבוצה מעורבת - זקנים ובני נוער המתנדבים יחד, אלה למען אלה, אלה עם אלה, וכולם יחד למען הקהילה. במסגרת הקבוצה, מקיימים המשתתפים שיח באמצעות כלים הבעתיים־חוויתיים שבעזרתם הם מעלים נושאים שונים כמו קטעים מעברם ומחיי היום־יום, ומשוחחים על עתידם ועל נושאים אוניברסליים. מטרת השיח היא לקרב בין הדורות השונים, וכן לקרב מעט כל אחד ואחת מהמשתתפים לעצמם ולעולמם הפנימי.

מודל ההפעלה לתכנית התנדבות בין־דורית  
מורכב ממספר שלבים:



## שלב א': תכנון

שלב התכנון הוא קריטי להצלחתה של תכנית התנדבות בין-דורית. בשלב זה, מונחים למעשה היסודות להצלחתה של התכנית העתידית. שלב התכנון כולל מספר שלבים:



### 1. יצירת השותפות עם הרשות המקומית

תכנית התנדבות בין-דורית נשענת, בראש ובראשונה, על שותפות בין מספר גורמים ברשות המקומית המעוניינים לקדמה. שותפות זו היא חיונית, ומהווה את הבסיס לפיתוח התכנית ולהטמעתה - מכיוון שתכנית ייחודית זו משלבת מתנדבים משתי קבוצות גיל מובחנות, שלכל אחת מהן מאפיינים שונים המייחדים אותה, כמו גם צרכים והעדפות שונות. שותפות חזקה תאפשר יצירת תכנית בין-דורית המותאמת הן לאלה והן לאלה, תאפשר גיוס ורתימה של משתתפים מכל אחת מהקבוצות וכן ליווי התכנית, תוך גמישות ושימת לב לצרכים המשתנים.

השותפים הטבעיים ביותר לקידום תכנית בין-דורית מגיעים, כאמור מתחום הזקנה ומתחום הנוער ברשות. בכל רשות, חשוב לאתר את השותפים המתאימים ביותר - בהתאם למבנה הארגוני ולהגדרות התפקידים הקיימים.

חשוב, שהשותפים השונים המגויסים לתכנית יכירו את עולם ההתנדבות בכלל ואת תחום התנדבות הנוער והזקנים בפרט, וכן שיכירו בתרומתם של הקשר הבין-דורי וההתנדבות הבין-דורית. במידה שישנן תכניות קיימות בין שותפים מתחומי הנוער והזקנה, מומלץ לבנות את השותפות על שיתוף פעולה מוצלח וקיים המבוסס על היכרות מוקדמת בין השותפים.

תכנית התנדבות בין-דורית, המערבת בני נוער וזקנים בפעילות משותפת, מתקיימת לרוב לאורך שנת לימודים. משמעות הדבר, שמדובר בתכנית שאורך חייה הוא מספר חודשים. עובדה זו רק מחזקת את הצורך בשותפות יעילה ומועילה, כזו שתאפשר מיצוי מלוא הפוטנציאל של התכנית במשך הזמן המוגבל שלאורכו היא מתקיימת.

אחד מהתהליכים המשמעותיים ביותר להצלחת ולתחזוק השותפות, הוא הגדרת התפקיד של כל אחד מהשותפים והגדרת גבולות הגזרה ביניהם. בהפעלת תכנית בין-דורית ישנה חשיבות רבה לאחריות שכל אחד מהשותפים לוקח על עצמו - בפיתוח, בהכנת ובהטמעת התכנית לאורך השנה.

להלן, חלוקת תפקידים מומלצת לכל אחד מהשותפים הרשותיים:

מרכז היום/עמותה למען הזקן	תחום התנדבות נוער ברשות
<ul style="list-style-type: none"> <li>• הגדרת איש קשר לליווי התכנית</li> <li>• איתור גורם המטפל בזקנים כשותף</li> <li>• גיוס הזקנים המתאימים לתכנית</li> <li>• הכשרת הזקנים המשתתפים ליווי ותמיכה לאורך התכנית בזקנים</li> <li>• מעקב שוטף וקשר עם מנחה הקבוצה</li> <li>• השתתפות בצוות היגוי ותחזוק השותפות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• הגדרת איש קשר לליווי התכנית</li> <li>• איתור בית הספר המתאים כשותף או קבוצה קיימת של בני נוער</li> <li>• גיוס בני הנוער המתאימים לתכנית</li> <li>• הכשרת בני הנוער</li> <li>• ליווי בני הנוער ותמיכה לאורך התכנית בבני הנוער</li> <li>• מעקב שוטף וקשר עם מנחה הקבוצה</li> <li>• השתתפות בצוות היגוי ותחזוק השותפות</li> </ul>
<b>באחריות משותפת</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• איתור צרכים ובחירת התכנית</li> <li>• תכנון הפעילות</li> <li>• מציאת מקום לפעילות</li> <li>• רתימת שותפים נוספים לתכנית</li> <li>• גיוס משאבים</li> <li>• גיוס וליווי המנחה</li> <li>• הפקת תוצר משותף</li> <li>• הפקת אירוע סיום</li> <li>• הערכת התכנית</li> </ul>	

## 2. איתור צרכים

על מנת לבחור את תכנית ההתנדבות הבין-דורית המתאימה ביותר, יש לבצע תהליך איתור צרכים שיאפשר לעצב תכנית המספקת מענה לצורך קהילתי משמעותי. תהליך זה יסייע לשותפים לבחור את תכנית ההתנדבות הנכונה ביותר, תוך התחשבות ביכולות ובמגבלות של השותפים למימוש תכנית התנדבות העונה על צרכים אלה.

### בתהליך איתור צרכים, על השותפים לבחון:

- האם קיימים צרכים ברשות שתכנית התנדבות בין-דורית עשויה לספק להם מענה?
  - האם לכל אחד מהשותפים קיימים שעשויים לקבל מענה באמצעות תכנית התנדבות בין-דורית?
  - מהם הצרכים ותחומי העניין האפשריים שתכנית שכזו תצטרך לספק לזקנים המתנדבים?
  - מהם הצרכים ותחומי העניין האפשריים שתכנית שכזו תצטרך לספק לבני הנוער המתנדבים?
  - מהן היכולות של כל אחד מהשותפים ומהם משאביו הקיימים לקראת פיתוח ויישום תכנית התנדבות בין-דורית?
  - מהן היכולות הארגוניות הנדרשות מכל אחד מהשותפים על מנת להפעיל תכנית התנדבות בין-דורית?
  - מהן המגבלות הארגוניות (לוגיסטיות, תקציביות, אנושיות) של כל אחד מהשותפים שבהן יש להתחשב בעת בניית תכנית התנדבות בין-דורית?
- מענה לשאלות אלה יספק הכוונה ובסיס מוצקים לבניית תכנית התנדבות בין-דורית מתאימה. הבחירה בתכנית תהיה פונקציה של שכלול כלל המענים לשאלות אלה.

מנהלת המחלקה לאזרחים ותיקים בראש העין, הבחינה במהלך איתור הצרכים כי ישנן נשים זקנות רבות שמתנדבות, אך מעט מאוד גברים שעושים כך. בבירור עם מספר גברים זקנים, עלה כי הצורך שלהם הוא בהתנדבות מעשית, פרקטית, שניתן

ליישמה באופן מיידי. על בסיס הבנה זו הוחלט לפתוח קורס עזרה ראשונה לבני נוער וזקנים יחד, שבעקבותיו הם מעבירים יחדיו סדנאות עזרה ראשונה לסייעות בגני ילדים ולאמהות חד הוריות בעיר.

### 3. הקמת צוות היגוי

צוות ההיגוי הוא הכלי הפורמלי המרכזי למימוש השותפות בתכנית הבין-דורית. השותפים הרשותיים יהוו, למעשה, את גרעין צוות ההיגוי של התכנית. על כל אחד מהארגונים השותפים לאתר ולבחור איש קשר אחד, קבוע, שימש כנציג הארגון בצוות ההיגוי. לדוגמה: ניתן לבחור במנהלת מרכז היום, במקרה של הזקנים, ובמנהלת תחום התנדבות נוער ברשות. חשוב, כי אלה יבינו שתכנית שכזו דורשת ליווי ובקרה, ועל כן יידרשו מהם הזמן והמשאבים המתאימים כדי להשקיע בכך. מטרת צוות ההיגוי הן, בראש ובראשונה, להתייחס לממצאי איתור הצרכים - ועל בסיסם, לבחור את תכנית ההתנדבות הבין-דורית; להגדיר לה מטרות, יעדים, תקציב ודרכי פעולה ולאחר שותפים נוספים. בהמשך התכנית, יסייע הצוות ביישומה ובהטמעתה; יפקח וילווה את מנחה התכנית ואת המשתתפים; יקבל הכרעות תקציביות, מקצועיות ותוכניות; וייקח חלק באירועים במהלך שנת פעילותה של התכנית. תדירות המפגשים של צוות ההיגוי תיקבע בהתאם לצורך, אם כי מומלץ שצוות ההיגוי ייפגש לפחות אחת לחודשיים וכי לוח המפגשים ייקבע מראש.

*בוועדת ההיגוי של תכנית "פוטותרפיה" בעיר חולון, לקחו חלק: מנהלת מרכז היום לזקן, מנהלת תחום התנדבות נוער מעיריית חולון, רכזת מגמת צילום מתיכון "אורט חולון", מנחת הקבוצה הפוטו-תרפיסטית ומנהלת תכנית "הקול בגיל" מטעם הג'וינט, הוועדה נפגשה חמש פעמים לאורך שנת הפעילות, ודנה בסוגיות המקצועיות שעלו מהתכנית ומהתקדמותה. בסיכום התכנית, ציינו כל הנוכחות בצוות ההיגוי את תרומתם המשמעותית של מפגשי הצוות לקידום ולשימור השותפות.*



## 4. בחירת תכנית ההתנדבות הבין-דורית

עם סיום תהליך איתור הצרכים, על צוות ההיגוי לבחור את תכנית ההתנדבות הבין-דורית שתופעל ברשות. הבחירה אמורה להתבסס, על תוצאות תהליך איתור הצרכים ולהביא לידי ביטוי את מגוון הצרכים, היכולות והמגבלות שזוהו במסגרת תהליך ההתלבטות בין מספר תכניות מומלץ להתייעץ עם בני נוער וזקנים מהרשות ולבחון יחד את התכנית המתאימה ביותר.

### על התכנית שתיבחר להכיל את המרכיבים הבאים:

- לאפשר פעילות הדדית ויצירתית, המהווה כלי לחיבור ואמצעי ליצירת קשר בין-דורי.
- לשלב בין פעילות משותפת לבין שיח ודיאלוג בין-דורי המתאגר תופעות של גילנות.
- על התכנית לספק מענה לצורך קהילתי. קבוצת המתנדבים הבין-דורית אמורה בהמשך לפעול יחד ולייצר יחדיו תוצר שיהווה תרומה או מענה לצורך של הקהילה הרחבה.
- כפועל יוצא מהפעילות, יופקו תוצרים משותפים (חברת, תערוכה, ספר וכיו"ב).
- תועלות התכנית יהיו משמעותיות הן לבני הנוער והן לזקנים.
- התכנית תותאם לתחומי העניין של בני הנוער והזקנים, תעודד ותערב השתתפות שלהם.
- התכנית תבוסס על יכולות ועל "חוזקות" קיימות בקרב השותפים המובילים והמתנדבים בה.
- התכנית תותאם למגבלות מקום, זמן, נגישות, תקציב וכוח אדם.
- התכנית תהיה בעלת השפעה ואימפקט לא רק על המשתתפים בה, אלא גם על הקהילה, ותעודד הרחבת מעגלים של מעורבות חברתית ואזרחית.

בסח'נין, איתרו השותפים לתכנית "דבקה-דורות הגליל", צורך משמעותי להתגבר על פער בין-דורי הנובע מהמודרניזציה בחברה הערבית. השינויים הטכנולוגיים המשמעותיים הזמינים לבני הנוער, והמהווים עבורם עולם ומלואו, יצרו קודים חדשים לתקשורת בין-אישית, אך בד-בבד הפחיתו את היכולת ליצור קשר אנושי וחברתי בין הדורות, ואף גרמו להתרחקות מהמסורת הערבית. צורך זה, הביא את השותפים לבחור בתכנית לריקוד ה"דבקה" - פעילות אטרקטיבית ומועדפת בקרב שתי האוכלוסיות, על אף פער הגילאים. תכנית זו סייעה הן בחיבור הבין-דורי והן בשמירה על המסורת.

בנספח מס' 1 ניתן למצוא דוגמא ל"תיק תכנית" - לתכנית "קהילה מבשלת" שהתקיימה בעכו

## 5. הגדרת תקציב לתכנית

מגבלת תקציב היא פרט משמעותי ביותר שיש לקחת בחשבון בעת תכנון תכנית התנדבות בכלל, ותכנית התנדבות בין-דורית בפרט. על כן, חשוב מאד להקדיש את הזמן הראוי לתכנון תקציבי מקיף וכולל הלוקח בחשבון את כל מרכיבי התכנית. להלן, דוגמה לטבלת תקציב הכוללת מגוון סעיפים שעשויים להיות רלוונטיים לתכנית:

סעיף	פירוט	עלות שנתית	גורם מממן
כוח אדם	הקצאת שעות למנחה התכנית, למדריך מקצועי, ולכל תפקיד נוסף שיידרש		
גיוס המתנדבים	הוצאות שיווק ופרסום		
הכשרה והעשרה לזקנים ולבני הנוער	מרצים, חומרים מקצועיים, כיבוד, מקום		

סעיף	פירוט	עלות שנתית	גורם מממן
ציוד לפעילות המשותפת	ציוד קבוע ומתכלה שנדרשים לפעילות		
תגמולים ואירועים	אירוע אמצע, אירוע סיום, תעודות הוקרה		
הפקת תוצר	העלויות הכרוכות בהפקת תוצר משותף (מופע, תערוכה, סרט וכו')		
הוצאות לוגיסטיות וארגוניות	ציוד משרדי, ביטוח, הסעות וכיו"ב		
הוצאות נוספות	הוצאות הרלוונטיות לתכנית הספציפית		

## 6. גיוס שותפים נוספים ואיתור מקום לפעילות

לאחר בחירת נושא התכנית והגדרת השותפים העיקריים והתקציב, יש לגייס שותפים נוספים הרלוונטיים להוצאת התכנית לפועל.

השותפים הנוספים אמורים לייצג את שתי אוכלוסיות היעד של התכנית - מצד אחד, שותפים שיכולים להביא אל התכנית נוער מתנדב; ומצד שני, שותפים שיכולים להביא אל התכנית זקנים מתנדבים.

בשני המקרים, ישנה חשיבות רבה לנקודה עיקרית אחת: על מנת שתכנית ההתנדבות הבין-דורית תצליח, הניסיון מלמד כי ישנו יתרון רב למתנדבים שמגיעים כקבוצה מגובשת. כלומר, קבוצת בני נוער שמכירים זה את זה נפגשת עם קבוצת זקנים שמכירים זה את זה.

אם יש אפשרות לגייס שותפים העומדים בקשר עם קבוצות שכאלה, הדבר יהווה יתרון משמעותי. במידה שלא כך הדבר, מומלץ לאפשר בתחילת הפעילות תקופת מסוימת לגיבוש כל אחת מהקבוצות.

בכל הנוגע לבני הנוער, השותף הראשון שניתן לגייסו הוא בית ספר שממנו יגיעו בני הנוער להתנדבות. מומלץ, ששותף זה יגויס על ידי מנהל תחום התנדבות הנוער ברשות, שעובד באופן שוטף וצמוד עם בתי הספר. על מנת לבחור את בית הספר המתאים ביותר, על מנהל תחום התנדבות הנוער לקחת בחשבון את מאפייני התכנית ושותפיה, הן גיאוגרפית והן מקצועית. בבית הספר, מומלץ לבחור לפעילות תלמידים מאותה כיתה שתשתתף בקבוצה.

שותפים נוספים אותם ניתן לגייס בתחום הנוער: ארגונים או עמותות הפועלים עם נוער בעיר, או ארגונים הפועלים בתחום התוכן של התכנית. לדוגמה: ניתן לגייס לטובת התכנית תנועות נוער, מדצ"ים, או כל קבוצה פעילה אחרת. בכל הנוגע לזקנים: ניתן לפנות לעמותות למען הזקן, למרכזי היום, למרכזים הקהילתיים המפעילים חוגים או פעילויות לזקנים בעיר, או לארגונים וולנטריים המפעילים מתנדבים זקנים.

*במסגרת תהליך איתור הצרכים זיהתה רכזת מעורבות והתנדבות נוער בעיר גבעתיים, שבכיתות ה"תנופה" בבתי הספר התיכוניים קיים שיעור נמוך יחסית של מעורבות חברתית. כיתות "תנופה" מתאפיינות בתלמידים בעלי הפרעות קשב וריכוז, דבר המקשה עליהם לארגן את הזמן ולהתחייב להתנדבות פעם בשבוע. צוות ההיגוי החליט שהמאפיינים הייחודיים לתכנית הבין-דורית (פעילות שמתקיימת בשעות הבוקר, במסגרת כיתתית ובקבוצה) מתאימים לתלמידים מכיתת "תנופה" שנבחרה לקחת חלק בפעילות.*

# שלב ב': הכנה

לאחר סיום שלב עיצוב התכנית, על השותפים להתחיל בתהליך ההכנה לקראת הוצאתה לפועל. תהליך זה, כולל את הכנת והכשרת כלל הגורמים העתידיים להיות מעורבים בתכנית. להלן, המרכיבים השונים הכרוכים בתהליך ההכנה:



## 1. גיוס המנחה

אחד מגורמי המפתח להצלחתה של תכנית התנדבות בין-דורית, הוא הליווי וההנחיה של המשתתפים. על כן, גיוס המנחה ובחירתו לתפקיד הם מרכיבים חשובים ביותר.

תפקיד מנחה הקבוצה מכיל מספר מרכיבים:

- הכנת תכנית ההתנדבות הבין-דורית השנתית
- הכנת כל אחד מהמפגשים בהתאם לתחום התוכן המקצועי הרלוונטי
- הנחיית המפגשים: הנחיה תכנית ותהליכית
- ליווי המשתתפים לאורך הפעילות: בשיחות אישיות וקבוצתיות, בתהליכי הערכה והוקרה
- שמירה על קשר רציף עם השותפים המובילים

מכאן, שבחיפוש אחר מנחה מתאים יש לקחת בחשבון שעל המנחה להחזיק, בו-זמנית, בכמה מיומנויות ויכולות.

למעשה, על המנחה להיות:

- ✓ איש מקצוע אכפתי ותומך, שמטרתו להביא צעירים וזקנים לפעילות בעלת מטרה משותפת ותועלות הדדיות.
- ✓ אדם המשלב ידע ממגוון רחב של תחומי דעת, ביניהם: הנחיית קבוצות וניהול מתנדבים, ניסיון בעבודה עם נוער, ניסיון בעבודה עם זקנים, ומקצועיות בתחום התוכן של התכנית הנבחרת.
- ✓ אדם המסוגל לזהות צרכים מגוונים וליישם תקשורת אפקטיבית התומכת בפיתוח מערכת יחסים בין-דורית.
- ✓ אדם בעל ניסיון בשיתופי פעולה ושותפויות.

כל אחד מהמרכיבים הללו דורש מיומנויות גבוהות, כל אחת בפני עצמה וכן שילובן יחד. לפיכך, נדרש עובד מיומן ביותר, בעל ניסיון תעסוקתי מגוון. לכן, ייתכן שמציאת מנחה בעל כל מגוון התכונות והכישורים שהוזכרו לעיל עשויה להיות משימה מאתגרת. במידה שקיים קושי, ניתן למצוא פתרונות בדמות הנחיה משותפת. כך למשל, ניתן לקחת מנחה מקצועי שמכיר את עולם התוכן, ולהעמיד לצדו מנחה קבוצות שמבין בעולמות התוכן של זקנים ובני נוער ושבאפשרותו לייצר ולעודד שיח בין-דורי משמעותי. אפשרות אחרת היא, למצוא מנחה מקצועי שמכיר את אחת האוכלוסיות ויודע לעבוד עמה, ולאתר מנחה נוסף לצדו שמומחיותו היא בעבודה עם קבוצת הגיל השנייה.

*את התכנית "מבשלים ומשדרים" בעיר טבריה הנחו במשותף מנחה מיחידת הנוער בעיר ומורה מבית הספר ממנו הגיעו בני/ות הנוער. במקביל, ליוו את התכנית שני סטודנטים מ"מכללת רידמן" ששימשו מנחים מקצועיים והעבירו תכנים הנוגעים לתזונה נכונה - הן לזקנים והן לבני הנוער. הסטודנטים תרמו רבות לקידום התכנית והיוו גורם מתווך בין בני הנוער למבוגרים. הם באו עם ידע מקצועי רחב שהתאים לכל המשתתפים, והוסיפו ממד רציני ומלמד לתכנית. שילוב גורם נוסף בקהילה לתכנית הוכיח עצמו כחיוני מאוד.*

## 2. ליווי מקצועי של המנחה

הכשרת המנחה היא פונקציה של הניסיון והרקע עמו הוא הגיע לתפקיד. במידה שיימצא מנחה בעל ניסיון רב בתחומי התוכן של התכנית, אבל בעל ניסיון מועט יותר בקידום שיח בין-דורי, יש לשים דגש על הכשרתו בתחום זה. באופן דומה, במידה שהמנחה אינו בעל ניסיון בהפעלת מתנדבים, חשוב לספק לו את הידע ואת הכלים הנדרשים על מנת לבצע את תפקידו כמוביל קבוצת מתנדבים מגוונת. בכל מקרה, חשוב לוודא שלמנחה יש את מגוון הכלים ואת הידע להם הוא זקוק בתחומים הבאים:

- א. היכרות עם תכניות התנדבות בין-דוריות, הרציונל העומד מאחוריהן ותועלותיהן
- ב. כלים וידע בתחום קידום שיח בין-דורי
- ג. כלים וידע בתחום ניהול התנדבות בכלל, וניהול בני נוער וזקנים מתנדבים בפרט
- ד. כלים וידע בניהול שותפויות

## 3. בניית תכנית פעולה שנתית

לאחר שגויס מנחה התכנית ונכתב תיק התכנית - על המנחה לבנות, תוך שיתוף והתייעצות עם חברי ועדת ההיגוי, תכנית מפגשים שנתית. בבניית התכנית השנתית יש לקחת בחשבון, ששנת הלימודים היא קצרה ושתכניות ההתנדבות מסתיימות לרוב כבר בחודש מאי. כמו כן, על תכנית המפגשים לשקף גם את תהליכי ההכנה, המפורטים להלן: שלבי הגיוס וההכנה של הקבוצה, וגם תהליכי הסיום והכנת התוצר הסופי של הקבוצה (על התוצר יפורט בהמשך המודל). בנוסף, על תכנית המפגשים לשקף את השילוב בין פעילות מקצועית-תכנית לבין פעילות תהליכית המעודדת שיח בין-דורי. התכנית השנתית צריכה להיות מפורטת ולהכיל: תאריכי המפגשים לכל אורך השנה, שעות הפעילות והנושא המרכזי של כל מפגש, וכן הציוד הנדרש לכל מפגש.

מומלץ, כי שעות הפעילות שייקבעו לתכנית יהיו כאלה שמתאימות הן לזקנים והן לבני הנוער. פעילות שמתקיימת בשעות הבוקר היא לרוב נגישה ונוחה יותר עבור שתי האוכלוסיות. זאת, במידה שקיים בית ספר שותף שמאשר את יציאת התלמידים במסגרת יום הלימודים.

בנספח מספר 2, ניתן למצוא דוגמה למערך מפגשים שנתי לתכנית "מבשלים ומשדרים" שהתקיימה בטבריה

## 4. הגדרת כללי השיח הבין-דורי

כאמור, חלק משמעותי בתכנית ההתנדבות הבין-דורית הוא ההזדמנות לקיים שיח בין-דורי לצד עשייה משותפת סביב תחום תוכן נבחר. כחלק מתהליך ההכנה, חשוב מאד לקיים דיון מונחה בהשתתפות מנחה התכנית וצוות ההיגוי, במסגרתו יש להגדיר את כללי השיח הבין-דורי שיתקיימו במסגרת הקבוצה שתוקם. כללי השיח שייקבעו ישפיעו רבות על אופן התנהלות הקבוצה ועל יכולתה להשיג את מטרותיה.

להלן, מספר כללים שנמצאו חיוניים ליכולת לקיים שיח בין-דורי משמעותי:

- ✓ לכל מפגש ייקבע נושא הרלוונטי לתחום התוכן של התכנית. על הנושא להיות כזה המעודד דיאלוג.
- ✓ היחס בין מספר הזקנים ומספר בני הנוער המשתתפים בקבוצה צריך להיות סימטרי, ככל הניתן.
- ✓ המפגש ישלב בין שיח במליאה לבין פעילות קבוצתית. מומלץ לפתוח כל מפגש בשיח קבוצתי עם כלל הקבוצה, לעבור לפעילות ולשיח בקבוצות עבודה קטנות המאפשרות שיח אינטימי יותר, ולסיים את המפגש עם סיכום במליאה.
- ✓ המפגש יקדם את הקבוצה לעבר תוצר משותף משמעותי.
- ✓ המפגש יונחה כך, שגם במהלך הפעילות התכנית תיעשה הכוונה לקיום שיח משמעותי שמאפשר לכל אחת מן הקבוצות להביא את עצמה לידי ביטוי.



## 5. גיוס המתנדבים

כעת, משהשותפים מוגדרים ותכנית הפעולה כתובה, ניתן לגייס את המתנדבים העתידיים להשתתף בתכנית. חשוב להקפיד על גיוס מיד עם פתיחת שנת הלימודים, מוקדם ככל הניתן, כך שייותרו די חודשים של פעילות ומפגשים.

כעיקרון, ככל שתהליך הגיוס יבהיר למתנדב הפוטנציאלי את הנדרש ואת המצופה ממנו בתפקידו, וכן את מידת הליווי, התגמול וההכשרה שיקבל; וככל שהתהליך ייצר אצלו הזדהות ורצון, כמו גם הבנה לגבי התועלות שיצמחו עבורו מהתכנית - כך יעלו סיכויי ההצלחה בתהליך הגיוס.

**גיוס בני הנוער:** את בני הנוער המשתתפים בתכנית יגייסו מנחה התכנית ומנהל תחום התנדבות נוער ברשות. יש לגייסם בסביבתם הטבעית, בהתאם לשותף שנבחר לתכנית. במידה שמדובר בבית ספר שותף, יגויסו בני הנוער מתוך בית הספר. כאמור, מכיוון שמדובר בפעילות קבוצתית-תהליכית, מומלץ שבית הספר יבחר כיתת לימוד אחת לקחת חלק בפעילות - בין אם כל הכיתה עתידה להשתתף ובין אם רק חלק ממנה. עם זאת, חשוב לקחת בחשבון את מספר בני הנוער. על מנת שהתכנית תוכל לפעול באופן מיטבי ולאפשר חיבור ושיח, מומלץ לגייס קבוצת בני נוער שמספרה לא יחרוג מעשרים משתתפים.

על אף העובדה שסביר כי בית הספר הוא זה שיקבל את ההחלטה איזו כיתה תיקח חלק בפעילות, חשוב מאד לקיים תהליך גיוס ורתימה עם בני הנוער מכיתה זו, בעיקר אם רק חלק מבני הכיתה עתידיים לקחת חלק בפעילות. תהליך גיוס ורתימה זה אמור לחשוף אותם לעיקרי התכנית ולייצר אצלם מוטיבציה ורצון לקחת בה חלק. המטרה היא, להגיע לקבוצת בני נוער חדורי מוטיבציה ורצון לתרום ולהיתרם, בעלי זיקה לתחום התוכן של התכנית, ובעלי סבלנות ונכונות להיפתח ולקיים שיח בין-דורי. את גיוס בני הנוער מומלץ לבצע במפגש חשיפה בכיתתם. את המפגש מומלץ שינחה מנחה התכנית, בשיתוף עם נציגים מוועדת ההיגוי.

באותה הדרך, במידה שנבחר גוף אחר כשותף בתחום הנוער (כגון תנועת נוער או מתנ"ס), יש לבקש מהשותף לארגן את בני הנוער הנבחרים או המתאימים למפגש חשיפה במסגרתו ישמעו את אותם התכנים ויוזמנו לקחת חלק בתכנית.

**גיוס הזקנים:** את הזקנים המשתתפים בתכנית יגייסו מנחה התכנית ומנהל מרכז היום, או נציג העמותה למען הזקן השותפה לתכנית. בגיוס הזקנים, מומלץ לפנות לזקנים שכבר לוקחים חלק בפעילויות מרכז היום/בעמותה והמוכרים לאנשי הצוות, ועתידיים לפעול במקום, במסגרת ובסביבה המוכרת להם.

בנספח מספר 3, ניתן למצוא דוגמה למכתב גיוס שנשלח למתנדבים פוטנציאליים לתכנית "דור מצלם דור" בעיר מודיעין

חשוב לוודא, שהזקנים המגויסים לתכנית הם כאלה שעל פי מאפייניה מתאימים להשתתף בה. חשוב להתייחס למגבלות שפה ותקשורת ולמגבלות פיזיות שעשויות להשפיע על ההשתתפות בתכנית. מומלץ להזמין את הזקנים למפגש חשיפה - כזה שירתום אותם לעשייה וייצר אצלם מחויבות לתכנית. את המפגש מומלץ שינחה מנחה התכנית, בשיתוף עם נציגי ועדת ההיגוי המוכרים לזקנים.

#### **התכנים המרכזיים שחשוב להעלות במפגש החשיפה לבני נוער/לזקנים:**

- ✓ תכנית בין-דורית: מדוע היא חשובה? על איזה צורך היא עונה?
- ✓ מי הם הזקנים/בני הנוער שאותם אנו עומדים לפגוש?
- ✓ מהו הנושא שבו נעסוק במסגרת התכנית?
- ✓ איזו מחויבות ומידת מעורבות תידרש מאתנו במסגרת התכנית?
- ✓ מה נקבל בתכנית? מה נלמד? אילו תועלות עשויות לצמוח לנו מהשתתפותנו?

#### **על המפגש לאפשר:**

- ✓ שאלת שאלות
- ✓ התמודדות עם חששות אפשריים בקרב המשתתפים (זקנים ונוער כאחד)
- ✓ הבהרת ציפיות

## 6. הכשרת המתנדבים

לאחר מפגש החשיפה, יש לכנס למפגש הכנה והכשרה כל אחת מקבוצות המשתתפים שהביעו רצון לקחת חלק בפעילות.

מפגש ההכשרה יועבר על ידי מנחה התכנית, לכל אחת מהקבוצות בנפרד. להלן, התכנים העיקריים אליהם חשוב להתייחס במפגש זה. חלקם משותפים לשתי הקבוצות, וחלקם שונים:

זקנים/נות	בני/ות נוער
<ul style="list-style-type: none"> <li>מאפייני גיל ההתבגרות, ככלל, ונוער בסיכון בפרט (אם רלוונטי)</li> <li>מה מצופה ממני בתפקיד?</li> <li>התמדה, מחויבות, דיאלוג, שימוש כמודל לחיקוי, נכונות לשתף</li> <li>יצירת מחויבות דרך ערכים של העברת מסורת, ידע וערכים</li> <li>איך אני מדמיין את המפגש הראשון עם בני הנוער?</li> <li>אילו נושאים חשוב לי לשתף?</li> <li>היכרות עם התכנית ומטרותיה</li> <li>בירור עצמי: מדוע אני רוצה להתנדב בתכנית זו?</li> <li>ניפוץ מיתוסים ודעות קדומות</li> <li>מהם החששות שלי, וכיצד אני עומד להתמודד עמם?</li> <li>ידע הכרחי מתחום התוכן של התכנית</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מאפייני זקנה</li> <li>מה מצופה ממני בתפקיד?</li> <li>התמדה, מחויבות, דיאלוג, סבלנות, מעורבות</li> <li>מה הייתי רוצה ללמוד מהזקן שאפגוש?</li> <li>מה אני יכול ללמד אותו?</li> <li>איך אני מדמיין את המפגש הראשון עם הזקן? למה עליי לצפות?</li> <li>היכרות עם התכנית ומטרותיה</li> <li>בירור עצמי: מדוע אני רוצה להתנדב בתכנית זו?</li> <li>ניפוץ מיתוסים ודעות קדומות</li> <li>מהם החששות שלי, וכיצד אני עומד להתמודד עמם?</li> <li>ידע הכרחי מתחום התוכן של התכנית</li> </ul>

בנספח מספר 4, ניתן למצוא דוגמה למערך שיעור לבני נוער כהכנה למפגש בין-דורי

# שלב ג': יישום והטמעה - שלב הפעלת התכנית

זהו השלב בו מביאים את כל שלבי התכנון וההכנה לכדי יישום. בשלב זה, מתוארים התהליכים המתרחשים במהלך שנת הפעילות של התכנית עצמה, תוך תהליכי ליווי ובקרה של צוות ההיגוי ומנחה התכנית:

**מפגש פתיחה**

**מפגשים שוטפים שבועיים: התנדבות ושיח בין-דורי**

**אירוע אמצע: לגיבוש ולהערכה**

**הכנה לפרידה ועבודה על תוצר מסכם**

**אירוע סיום: פרידה, הוקרה והצגת תוצר**

## 1. מפגש הפתיחה

חשוב להקדיש את מפגש הפתיחה של התכנית להיכרות, לתיאום ציפיות, מחודש, ול"חוזה פסיכולוגי". מכיוון שמפגש זה מייצר את הרושם הראשוני, חשוב שהוא יהיה חווייתי מאוד. את ההיכרות מומלץ לעשות בפעילות חווייתית, שוברת קרח, המותאמת לכל אחת מהאוכלוסיות. חשוב להקפיד על הגדרת כללי השיח, כך שכל משתתף יבין היטב מה הוא מצופה לספר על עצמו שרלוונטי לשלב זה של המפגש. מומלץ אף לאפשר למשתתפים לקיים היכרות מעמיקה יותר, בקבוצות קטנות - כזו שתספק הזדמנות לחשיפה אישית ואינטימית יותר.

לאחר ההיכרות, חשוב לחזור ולבצע תיאום ציפיות משותף. תיאום ציפיות זה יאפשר לקבוצת הזקנים ללמוד על ציפיותיהם מבני הנוער, ולהפך.

לאחר מכן, מומלץ לייצר עם הקבוצה "חוזת פסיכולוגי" שמגדיר את כללי השיח. במסגרת החזת, חשוב להעלות את הנקודות הבאות: פרטיותם של המשתתפים ("מה שנאמר בחדר, נשאר בחדר"), התמדה בפעילות, התנהגות בזמן הפעילות, כבוד הדדי, וכיו"ב.

לסיום, מומלץ לספק במפגש זה טעימה ראשונה מתחום התוכן של הפעילות. זאת, על מנת לסיים את המפגש עם "טעם של עוד" ובציפייה למפגש הבא. חשוב לארגן את החדר באופן מזמין: לבנות צורת ישיבה נוחה לשיח רב משתתפים, ולספק כיבוד קל - שמייצר אווירה נעימה.

## 2. מפגשים שוטפים: התנדבות ושיח בין-דורי

בשלב זה, יוצאת התכנית לדרכה במפגשים שבועיים שוטפים, על פי התכנית השנתית שנקבעה. על המפגשים להיות מורכבים, כאמור, הן מפעילות מקצועית בתחום התוכן הנבחר והן מפעילות של שיח בין-דורי משמעותי. ההמלצה היא, שאלה יובילו לעשייה משותפת למען הקהילה.

העשייה למען הקהילה יכולה לבוא לידי ביטוי בפעילות שוטפת המערבת את הקהילה הסובבת או במספר אירועי-שיח לאורך השנה.

*במסגרת תכנית "נוער וגמלאים מבשלים יחד" באבו-גוש, נפגשו בני נוער וזקנים, בישלו יחד מאכלים מסורתיים ובסיום כל מפגש, חילקו את תוצרי הבישול המשותף למשפחות נזקקות בקהילה.*

*בתכנית "בעקבות לוחמים" בפתח תקווה, יזמו הזקנים ובני הנוער סיור מאורגן למשתתפים מהקהילה, באתרי מורשת ברחבי העיר. תוך כדי הסיור, הצטרפו גם עוברי אורח, שזכו לשמוע סיפורי לוחמים ממקור ראשון.*

*במסגרת תכנית "קשי" ליולדת" בקריית שמונה, התנדבו יחד נערות וזקנות למען נשים יולדות. תוך ליווי מקצועי של מורות למלאכה, עסקה הקבוצה בסריגה, בתפירה, ברקמה, בקרמיקה, בעיסות נייר ובפסיפס. היצירות השונות (כגון מרצדות [מוביילים] למיטת התינוק, בגדי תינוקות, קישוטים לחדר ועוד) הוענקו כשי ליולדות בעיר.*

חשוב מאוד, שלאורך כל השנה, יגלה המנחה גמישות מרבית ויהיה ער לצרכים המשתנים בקבוצה, למידת החיבור של הקבוצה לתכנים שעולים ולסוג הפעילויות. כך, יוכל להתאים את התכנית לקבוצת המשתתפים בצורה המיטבית ביותר.

### 3. ליווי הקבוצה על ידי המנחה

לאורך כל שנת הפעילות, חלק מתפקידו של המנחה הוא ללוות את הקבוצה - הן באופן קבוצתי והן באופן אישי. חשוב, שלפחות אחת לשנה, יקיים המנחה שיחות אישיות עם המשתתפים - במסגרת הפרטנית ובשיחה אישית. כדי יכולת להביע את עצמה ולהעלות דילמות או קשיים, אשר אינם מנת חלקה של קבוצת המתנדבים. מטרתה של השיחה האישית היא לקבל מהמתנדב הערכת מצב על תחושותיו, על צרכיו וכן על קשיים אתם הוא מתמודד במסגרת תפקידו, וכן להעניק למתנדב משוב על התקדמותו והשתלבותו בקבוצה. הליווי אף מסייע לתהליך רפלקטיבי, במסגרתו הוא בוחן את התפתחות האישית ואת מידת המענה שהוא מקבל על צרכיו האישיים.

פרט לשיחות פורמליות אלה, לאורך כל שנת הפעילות על המנחה להיות ערני לקשיים או לאתגרים העומדים בפני המשתתפים ולהגיב עליהם, בהתאם לצורך.

### 4. אירוע אמצע

לאחר כשבעה מפגשים, מומלץ לקיים אירוע אמצע. מטרתו של אירוע זה היא, לקיים תהליך של משוב והערכה על התכנית עד כה, להסיק מסקנות ולבצע שינויים במידת הצורך. מומלץ לקיים את אירוע האמצע כשיחה, במסגרת המפגש השבועי. ניתן אף להזמין את חברי ועדת ההיגוי לקחת בה חלק. בשיחת משוב זו, חשוב לבחון את מידת שביעות הרצון בקרב המשתתפים, ואת תחושותיהם לגבי התהליך ולגבי כל הנלמד. לאחר מפגש זה, מומלץ לקיים פגישת ועדת ההיגוי שמטרתה עיבוד המסקנות.

כמו כן, אמצע השנה מהווה הזדמנות לקיים אירוע חברתי/גיבושי לקבוצה. בשלב זה, הקבוצה כבר הגיעה לנקודה בה ההיכרות בין המשתתפים היא טובה יחסית. אירוע שכזה, בתקופה בה עלולה להיווצר ירידה במוטיבציה

ובהתמדה, יתרום רבות לשימור בתכנית. מומלץ לקיים אירוע זה מחוץ למקום הפעילות הרגיל, לשנות את הסטינג, ולאפשר חוויה משותפת.

## 5. מפגש לקראת סיום: תהליך הכנת התוצר הסופי

לקראת סיום שנת הפעילות, חשוב לקיים תהליך סיום כפול: מצד אחד, להכין את הקבוצה לקראת הפרידה ומשמעויותיה; ומצד שני, להכין יחד עם הקבוצה תוצר סופי שיישאר כמזכרת וכתיעוד הפעילות המשותפת.

על ההכנה לקראת הפרידה לכלול דיון ושיח סביב הפרידה ומשמעויותיה עבור כל אחד מהמשתתפים - רצונותיו וציפיותיו, אם קיימים, לגבי קשר המשכי. כמו כן, על ההכנה להוביל את המשתתפים לקראת משוב הסיום באופן כזה שיעורר אצלם שאלות למחשבה, אשר יסייעו להם להגיע אליו כשבאמתחתם מענים המשקפים את תחושותיהם.

חשוב מאוד, שהקבוצה תהיה מעורבת בהכנת תהליך התוצר הסופי ושהוא ישקף את השיח ואת ההתנדבות המשותפת הבין-דורית שהתקיימה לאורך שנת הפעילות. את התוצר הסופי רצוי לחלק באירוע הסיום של הפעילות.

*בתכנית "שכונה מבשלת" בעכו, יצאה לאור בסוף התכנית חוברת מתכונים המכילה את המתכונים שבישלו המשתתפים יחדיו. בחוברת, נשזרו ציטוטים מפי המשתתפים המספרים על החוויה שנוצרה כתוצאה מהשיח הבין-דורי.*

## 6. מפגש סיום

את מפגש הסיום של התכנית מומלץ לקיים כאירוע פרידה והוקרה. זוהי הזדמנות לסכם את התכנית, לקיים משוב עם המשתתפים, ולהוקיר אותם על התנדבותם לאורך השנה.

מספר דגשים חשובים לקיום אירוע הוקרה:

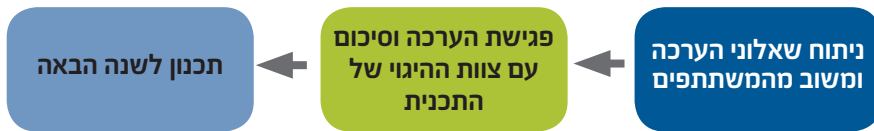
א. מומלץ להזמין לאירוע הסיום את חברי צוות ההיגוי, וכן מכובדים נוספים ברשות כגון ראש העיר, הנהלת העמותה למען הזקן, מנהל יחידת הנוער, מנהל תחום זקנים ברשות, מנהל בית הספר, הורי ומשפחות בני הנוער והזקנים.

- ב. חשוב לבחור לאירוע הסיום מקום ראוי - כזה שיכול להכיל ולכבד את כלל המשתתפים.
- ג. יש לתאם עם כלל הגורמים המעורבים ולבחור תאריך מתאים לאירוע - כך שמרבית המשתתפים יוכלו לקחת בו חלק.
- ד. יש לקבוע תכנית מסודרת לאירוע הסיום:
- סדר הדוברים והמברכים
  - תכנית אמנותית
  - שיח לסיכום הקשר הבין-דורי
  - חלוקת תעודות הוקרה
- ה. מומלץ ללוות את אירוע הסיום במצגת תמונות המשקפת את הפעילות ההתנדבותית לאורך השנה.
- ו. מומלץ לחלק למשתתפים תגמול מוחשי כלשהו להוקרת תודה על פעילותם. במידת האפשר, נכון שהתגמול יהיה רלוונטי לתוכן ואופי הפעילות. למשל: בתכנית "ליצנות רפואית" חילקו למשתתפים תעודות הוקרה על תרומתם לקהילה ואפים אדומים.
- ז. בסיום האירוע, יש לחלק למשתתפים שאלוני משוב על הפעילות השנתית.
- ח. מומלץ לדאוג לתיעוד אירוע הסיום ולהזמין כתבים מהתקשורת המקומית, וכן להעלות לרשתות החברתיות תמונות מהאירוע.



# שלב ד': הערכה

שלב זה מתקיים עם סיומה של התכנית. בשלב זה, חשוב להתבונן על התהליך שנעשה, להסיק מסקנות ולתכנן את עתידה של התכנית:



## 1. ניתוח שאלוני המשוב

כהכנה למפגש ההערכה והסיכום של צוות ההיגוי, חשוב מאוד לנתח את שאלוני המשוב שמילאו משתתפי התכנית באירוע הסיום. הניתוח צריך לשקף את מגוון התחושות והדעות שעלו מפי המשתתפים, באופן כזה שיספק את מרב המידע לשם הפקת לקחים ולהסקת מסקנות ביחס להמשך פעילותה של התכנית בעתיד.

## 2. פגישת הערכה וסיכום

פגישת הסיכום של צוות ההיגוי אמורה להתמקד בהפקת הלקחים המרכזיים מהתכנית, תוך התבססות על דיווחיהם של חברי הצוות ושל המנחה, וכן על תוצאות שאלוני המשוב שחולקו למשתתפים.

להלן, רשימת שאלות עיקריות לגבי התכנית אותן חשוב לבחון במהלך פגישה זו:

- ✓ מהם **ההישגים המשמעותיים** ביותר של הפרויקט?
- ✓ מהם המדדים להצלחה? **כיצד** אנו יודעים **שהצלחנו** והשגנו את מטרתנו?
- ✓ מתוך התבוננות על השלבים שבדרך: מה עבד? מה לא עבד? **מה דורש שיפור** לקראת השנה הבאה?
- ✓ מה היה תפקידו של כל אחד מאתנו, **השותפים?** מהו המרכיב הקריטי בתפקיד של כל אחד מאתנו? האם כל השותפים נרתמו? האם קיים שותף פוטנציאלי שהיה חסר?

- ✓ מה סייע בהצלחתה של השותפות? **אילו קשיים ואתגרים** נגלו בניהול השותפות?
- ✓ כיצד **מתארים את הפרויקט הנערים** שהשתתפו בו, וכיצד **מתארים אותו הזקנים?** האם יש פערים משמעותיים באופן בו הם חוו את התכנית?
- ✓ במה **תרמה ההתנדבות בפרויקט** עבור כל אחת מהקבוצות? איזו תרומה הייתה להתנדבות לפיתוחם ולצמיחתם האישית של המשתתפים?
- ✓ מה היינו **עושים אחרת** אילו היינו מתחילים היום מחדש? מה ניתן היה לתקן?
- ✓ **האם ובאיזה אופן** ברצוננו להמשיך ולהפעיל את התכנית בשנה הבאה? מה ניישם?

### **לסיכום: גורמי מפתח להצלחה בתכנית התנדבות בין-דורית**

- ✓ נושא-על מתחום תוכן רלוונטי ומותאם לשתי האוכלוסיות, הכולל מרכיב של תרומה לקהילה
  - ✓ מנחה משמעותי מלווה - איש מקצוע בעל יכולת תקשורת עם שתי האוכלוסיות
  - ✓ לוח זמנים מוגדר ומוקפד מראש - מתחילת השנה
  - ✓ רצף מפגשים שבועי מומלץ מפגש אחד בשבוע, תוך התחשבות בלוח חופשות בני הנוער ובחגים
  - ✓ תכנון תקציב מוקפד והיצמדות לתקציב שהוגדר מראש
  - ✓ התחלת יישום התכנית - מיד אחרי חגי תשרי, על מנת לסיימה בסוף מאי
  - ✓ עקב מגבלות של מבחני בגרות וכו'
  - ✓ מחויבות גבוהה של כלל השותפים וחיבור לפן הערכי
  - ✓ צוות היגוי פעיל, השומר על קשר שוטף לאורך כל השנה
  - ✓ תיאום ציפיות וחזרה בין השותפים; הגדרת גבולות וממשקים
  - ✓ הכשרה מקצועית למנחים ולמשתתפים
  - ✓ ליווי מקצועי ואישי למנחה ולמשתתפים
  - ✓ מעורבות גורמים מרכזיים ברשות בתהליכי הכרה והוקרה
  - ✓ אירוע סיום מוצלח
  - ✓ תוצר מוחשי המייצר גאוות יחידה - מעורבות הזקנים והנוער ביצירת התוצר
  - ✓ גמישות והקשבה לקבוצה תוך יכולת שינוי ותזוזה מהתכנית המקורית
- בנספח מספר 5, ניתן למצוא דוגמה לפרוטוקול ישיבת הסיכום של צוות ההיגוי בתכנית "דור מצלם דור".



# כרטיסי תכניות



## אילוף כלבים צפת

### התכנית:

בני נוער וזקנים למדו יחד על אילוף כלבים וקיימו שיח בין דורי סביב מאפייני קשר, נאמנות, קשר בין בני אדם לבעלי חיים ויחסי אמון. במפגשים שהתקיימו אחת לשבוע, למשך שעה וחצי בשעות אחה"צ, למדו המשתתפים עקרונות של אילוף כלבים וכן נערכו מפגשים לשיח בין דורי. המפגשים התקיימו במועדון קפה אירופה במרכז יום לקשיש ובשטח אימון הכלבים.

### התנדבות משותפת:

המשתתפים ערכו ערב למשתתפי קפה אירופה בו חשפו את פעילותם המשותפת. בנוסף, משתתפי התוכנית הנחו ערב של הקרנת סרט ושיח בין דורי לכלל משתתפי קפה אירופה.

### המשתתפים:

- זקנים המגיעים בקביעות לפעילות אחה"צ בקפה אירופה, במרכז יום לקשיש סביונים
- נוער בסיכון ממרכז הנוער היישובי

### השותפים בתכנית:

- אגף הנוער, עיריית צפת
- נאמנות-פיתוח שירותים לזקן
- מרכז יום לקשיש סביונים

### הנחייה וליווי:

ההדרכה המקצועית בנושא אילוף כלבים נעשתה על ידי חברת מגן- אילוף כלבים.

בנוסף, את הקבוצה ליוו רכז התנדבות נוער בסיכון, מנהלת הפעילות החברתית ורכזת קפה אירופה. כל אלה יחד, הובילו את השיח הבין דורי.

### משאבים נדרשים:

מדריך אילוף כלבים מקצועי | מקום להתכנסות ולפעילות

## בעקבות לוחמים פתח תקווה

### התכנית:

נערות מאולפנת ישורון נפגשו עם לוחמי מחתרות ישראל לסדרת מפגשים שמטרתם להרחיב את הידע בנוגע למאבק על קום המדינה הנערות אספו מידע ותיעדו את סיפוריהם האישיים של הלוחמים ויצרו מאגר אינטרנטי של הסיפורים. בנוסף, אימצה הקבוצה את מוזיאון הלח"י. המשתתפים למדו להכיר את המוזיאון וביצעו הדרכות לתלמידים, בני משפחה ולמבקרים ממועדוני קשישים.

### התנדבות משותפת:

המשתתפים קיימו אירועים קהילתיים בחגים: סדר פסח במהלכו נשזרו סיפורי לוחמים, הנחת זרי זיכרון על קברי לוחמי המחתרות ביום הזיכרון, הדרכה לקהל הרחב ביום העצמאות במוזיאון הלח"י, סיור מודרך סביב אתרי מורשת בעיר למשתתפי הקבוצה ומשתתפים מהקהילה ועוד. בסיום התכנית נערך טקס חגיגי למשתתפים ולבני משפחות הלוחמים - במוזיאון לח"י בתל אביב.

### המשתתפים:

- זקנים אשר לקחו חלק במחתרות ישראל: אצ"ל, לח"י הגנה והפלמ"ח
- תלמידות מאולפנת ישורון בפתח תקווה

### השותפים בתכנית:

- אגף הנוער מדור התפתחות אישית ומעורבות חברתית בעיריית פ"ת
- המדרשה הלאומית ע"ש רנה מור
- מוזיאון לח"י, בית יאיר ת"א
- אולפנת ישורון בפתח תקווה

### הנחייה וליווי:

מנחה מהמדרשה הלאומית לוותה את הפרויקט, לצד מנהלת מוזיאון לח"י מדריכות חיילות מהמוזיאון הדריכו חלק מהמפגשים

### משאבים נדרשים:

הסעות | מקום מפגש | הנחייה מקצועית

לפרטים נוספים:

מזל צועמי: [mazaltz@ptikva.org.il](mailto:mazaltz@ptikva.org.il)

נעמה וולקני: [mnv@zahav.net.il](mailto:mnv@zahav.net.il)

## גוונים של מתוק פרדס חנה כרכור

### התכנית:

מיזם "גוונים של מתוק" הינו מיזם חברתי שייעודו העצמה של בני נוער בסיכון תוך כדי תהליך של ייצור ומכירת פרליני שוקולד. הוחלט לשלב בו זקנים גמלאים. המיזם פעל בליווי שוקולטייר מקצועי ואיפשר לבני הנוער ולזקנים לקחת חלק בכל שלבי הייצור, המיתוג, השיווק והמכירה. במהלך התוכנית, עברו כל המשתתפים סדנת העצמה וסדנת מיומנויות מכירה על מנת לסייע בקידום מכירת התוצרים.

### התנדבות משותפת:

בחנוכה התקיים מפגש חגיגי של הדלקת נרות. בט"ו בשבט - הפנינג מכירת תוצרים ומסיבה למשתתפי התוכנית אליה הוזמנו תושבים מהקהילה. ביום מעשים טובים - המשתתפים יצאו לחלק שוקולדים במרכזי יום ובמועדונים לקשיש וכן שתלו שתילים בגינה קהילתית של יוצאי אתיפיה.

### המשתתפים:

- גמלאים עצמאיים מהקהילה המגיעים למרכז הקהילתי.
- תלמידים מפנימיית נווה מיכאל - המוגדרים כנוער בסיכון

### השותפים בתכנית:

- מחלקת הנוער - מנהלת התנדבות רשותית בחינוך
- המדור לגימלאים בקהילה - מרכז פיס גיל הזהב
- מיזם "גוונים של מתוק"
- פנימיית נווה מיכאל

### הנחייה וליווי:

ההנחייה ניתנה על ידי שוקולטייר מקצועי. הזקנים בתכנית לוו על ידי גימלאית מתנדבת - מחזיקת תיק הגימלאים ברשות. המנהלת החינוכית של המיזם גוונים של מתוק ליוותה את בני הנוער.

### משאבים נדרשים:

מקום לפעילות שמכיל את הציוד הנדרש לסדנת שוקולד | מנחה מקצועי |  
חומרי גלם וציוד

לפרטים נוספים:

ענת פרסמן: [gilhzahav@gmail.com](mailto:gilhzahav@gmail.com)

נעמה הכהן מרגלית: [naamacohen5@gmail.com](mailto:naamacohen5@gmail.com)

# דבקה - דורות הגליל

## סחנין

### התכנית:

זקנים ובני נוער למדו יחד מורשת סביב לימוד ריקוד הדבקה המסורתית. הקבוצה נפגשה לשני מפגשים כל שבוע. המפגש הראשון התקיים במרכז היום לקשיש והתמקד בחיבור הבין דורי ובו עסקו בתכנים של ערכים, לימוד המסורת והכרות הדדית. המפגש השני, התקיים במרכז התרבות היישובי והוא התמקד בלימוד משותף של ריקוד הדבקה.

### התנדבות משותפת:

הקבוצה הופיעה בריקוד הדבקה המסורתית, במגוון של אירועים קהילתיים.

### המשתתפים:

- זקנים ממרכז היום של העמותה לקשיש בסחנין. גברים בלבד.
- בני הנוער מתנדבים משכבת ט' בסחנין, מרביתם בנים.

### השותפים בתכנית:

- העמותה למען קשיש, סחנין
- אגף חינוך ותרבות תוכנית עמן (עיר מתנדבת נוער), סחנין
- מנהל מרכז תרבות ונוער סחנין

### הנחייה וליווי:

הקבוצה לוותה על ידי סטודנטים לעבודה סוציאלית ממכללת תל-חי, תחת הפיקוח המקצועי של עובדת סוציאלית ממרכז היום לקשיש. את ריקוד הדבקה לימד מנחה דבקה מקצועי מטעם מרכז התרבות.

### משאבים נדרשים:

אכסניה למפגשים שבועיים | ליווי מקצועי | מדריך לריקוד | הסעות לאיסוף המשתתפים הזקנים לפעילות | ציוד הגברה ותלבושות להופעות

לפרטים נוספים:

רמי שלעאטה: [rami@alslam-mosen.co.il](mailto:rami@alslam-mosen.co.il)

## דור מצלם דור מודיעין

### התכנית:

בני נוער וזקנים למדו יחד את עקרונות הצילום, הבימוי, התסריט והעריכה ולאחר תקופת הלימוד המשותפת, צילמו וערכו סרט על מודיעין. המשתתפים נפגשו בבית הספר אחת לשבועיים בשעות הבוקר למשך שעה וחצי.

### התנדבות משותפת:

המשתתפים יצרו סרט וידאו העוסק בחיי הקהילה במודיעין. נושא הסרט ותכניו נקבעו על ידי הקבוצה במהלך המפגשים. את הסרט חשפו המשתתפים לקהל מוזמנים רחב באירוע הסיום והעלו אותו לרשת האינטרנט.

### המשתתפים:

- זקנים עצמאיים המתנדבים בעמותה לקשיש במודיעין - מרביתם אנשי חינוך לשעבר
- תלמידי כיתת י"ב במגמת צילום, בית ספר ברנקו וייס, מודיעין

### השותפים בתכנית:

- תיכון מעוף ברנקו וייס - מודיעין
- העמותה למען הקשיש - מודיעין
- מחלקת נוער וצעירים - עמ"ן (עיר מתנדבת נוער) - עיריית מודיעין

### הנחייה וליווי:

לטובת הנחייה מקצועית בתכנית, גויס בהתנדבות מפיק ובמאי מהטלוויזיה המסחרית שהנחה וליווה את הקבוצה. במקביל אליו פעלה המורה לקולנוע של בית הספר, שהנחתה גם היא את הקבוצה וסייעה בעריכת הסרט. את בני הנוער ליוו יועצת מביה"ס ורכז החינוך החברתי של ביה"ס. את הזקנים ליווה יו"ר העמותה למען הקשיש שאף השתתף בתוכנית.

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי | מקום מפגש | ציוד לצילום וידאו - מצלמות וסאונד | חדרי עריכה

לפרטים נוספים:

מר טוביה רוזמן: [trosman@netvision.net.il](mailto:trosman@netvision.net.il)



## דיוואן לדיאלוג בין דורי

### מועצה אזורית משגב: סלאמה

#### התכנית:

הדיוואן הינו מקום מפגש והתכנסות מסורתית של המשפחה, בו מתקיימים כנסים ודיונים בענייני היומיום של המשפחה והקהילה. מטרת תכנית ההתנדבות הבין-דורית הייתה להחיות את מקום ההתכנסות המסורתי ולאפשר פלטפורמה לדיאלוג בין דורי, במטרה להתמודד עם דחיקתם של זקני השבט לשוליים וגדילתם של בני הנוער בחוסר מודעות והכרות של המורשת. מפגשי שיח נערכו אחת לשבוע למשך שעתיים, בדיוואן בבית הספר אורט סלאמה.

#### התנדבות משותפת:

המשתתפים הפיקו חוברת עם סיפורים ואנקדוטות מחייהם סביב נושאים שונים: מאכלים, מנהגי חגים, מנהגי חתונה ועוד. בנוסף, העלו את החומרים לאתר אינטרנט של ביה"ס ופתחו את האתר להוספת סיפורים נוספים של זקנים שלא השתתפו בתוכנית על מנת ליצור מאגר ידע ומורשת פתוח לקהילה.

#### המשתתפים:

- זקנים המגיעים למועדוני קשישים של עמותת מרחבים.
- תלמידים משכבת י' בבי"ס אורט סלאמה

#### השותפים בתכנית:

עמותת מרחבים לוותיקי משגב  
תיכון אורט סלאמה

#### הנחייה וליווי:

- רכז המורשת ורכז התקשור באורט סלאמה ליווה את השיח הבין דורי במפגשים
- רכזת הפעילות מטעם עמותת מרחבים - ליוותה את הזקנים.

#### משאבים נדרשים:

מקום מפגש | הנחיה מקצועית

לפרטים נוספים:

מיכל חונן: [michal1c@netvision.net.il](mailto:michal1c@netvision.net.il)

# הגינה שלי - גינון קהילתי גבעתיים

## התכנית:

בני נוער וזקנים, למדו ביחד על גינון, צמחי העונה, צמחי מרפא ומאפיינים שונים של צמיחה וגדילה והתנסו בזריעה, שתילה, גינון וטיפוח צמחים בגינה קהילתית שהקימו במרכז היום לקשיש. המפגשים נערכו אחת לשבוע במרכז יום לקשיש.

## התנדבות משותפת:

שתילה ותחזוק של גינה קהילתית במרכז היום לקשיש. ביום המעשים הטובים - שתילה משותפת של גינה בחצר בית הספר בו לומדים בני הנוער.

## המשתתפים:

- זקנים משני מרכזי היום בעיר. חלקם עצמאיים, חלקם תשושים וחלקם תשושי נפש.
- תלמידי כיתה ט' בכיתת תנופה בבית הספר הסמוך למרכז היום - כיתה קטנה המתאפיינת בילדים עם אתגרים לימודיים וחברתיים.

## השותפים בתכנית:

- מרכז יום לתשושי נפש
- מרכז יום לקשיש
- בי"ס שמעון בן צבי בגבעתיים
- מחלקת הנוער בעיריית גבעתיים - עמ"ן (עיר מתנדבת נוער)

## הנחייה וליווי:

את הקבוצה הנחו במשותף מדריכה לגינון קהילתי ורכזת נוער מטעם מחלקת הנוער - עמ"ן. את הזקנים ליוו מנהלות מרכזי היום. ממרכז היום לתשושי הנפש התלוותה בקביעות עו"ס לצורך השגחה צמודה וסיוע. לבני הנוער - התלוותה מורה מביה"ס.

## משאבים נדרשים:

מדריך/ת גינון | שתילים וזרעים | כיבוד למפגשים

לפרטים נוספים:

גב' שרית רון sarit@lahav-org.com

# הד הדורות - מלאכת יד ומורשת

## סחנין

### התכנית:

זקנות ממרכז היום ונערות בסיכון מהישוב, התנדבו יחד ושמעו סיפורי מורשת סביב הכנת עבודות יד, יצירות שונות ודברי מאפה אופייניים. המפגשים התקיימו אחת לשבוע, למשך שעתיים ובמהלכם התקיימו פעילויות שהונחו על ידי סטודנטיות לעבודה סוציאלית. במפגשים המבוגרות לימדו את הנערות עבודות יד מהמורשת הערבית כמו רקמה וסריגה.

### התנדבות משותפת:

את התוצרים המשותפים ואת החיבור הבין דורי חשפו המשתתפות ביריד תוצרים במכללת תל חי. הכסף שנאסף ממכירת התוצרים שימש לקיום טיול משותף למשתתפות בתכנית.

### המשתתפים:

- זקנות המגיעות למרכז היום של העמותה למען הקשיש בסחנין.
- נערות מהבית החם לנערות במצוקה בסחנין

### השותפים בתכנית:

- העמותה למען הקשיש בסחנין
- בית חם לנערות במצוקה בסחנין

### הנחייה וליווי:

את המבוגרות ואת המפגשים הקבוצתיים ליוו 2 סטודנטיות מהמכללה בתל חי במסגרת פרקטיקום בעבודה קהילתית. מדריכה תעסוקתית ממרכז היום סייעה בתחום מלאכת היד והיצירה את הנערות ליוותה מנהלת הבית החם בשיתוף עובדת סוציאלית של המקום.

### משאבים נדרשים:

חומרי יצירה | מלוות מקצועיות שיוכלו לנהל את השיח הבין דורי לצד הדרכה במלאכת יד

לפרטים נוספים:

רמי שלעאטה: [rami@alislam-mosen.co.il](mailto:rami@alislam-mosen.co.il)  
שהירה באשר: [b\\_shahira@hotmail.com](mailto:b_shahira@hotmail.com)

# היישוב שלי

## גן יבנה

### התכנית:

הקמת אתר אינטרנט ובו סיפורה של גן יבנה. בני נוער וזקנים בתוכנית סיפרו את סיפורו של היישוב תוך כתיבת הסיפור ותייעוד בתמונות, ראיונות, סרטונים ועוד. מרבית המפגשים התקיימו בכיתת מחשבים שהוקצתה לתוכנית בבית הספר. במסגרת התכנית התקיימו אחת לשבוע מפגשי הכרות ושיח מובנים לאחריהם יצאו המשתתפים בזוגות לתעד פינות חמד ומקומות מנוף ילדותם של הזקנים.

### התנדבות משותפת:

במסגרת התכנית נבנה והוקם אתר אינטרנט המתחזק ע"י בני הנוער ובית הספר. לאתר הועלה סיפורו של היישוב, דרך סיפורי הותיקים. בתוך האתר מופיעה קריאה לתושבים נוספים לשלוח את סיפוריהם, תמונות מעברם וכל מידע אחר שרלוונטי לצורך עיבוי מאגר המידע.

### המשתתפים:

- ותיקי היישוב שאותרו לתוכנית זו והתנדבו להשתתף בה
- תלמידי כיתה י' ממגמת תקשורת בי"ס אורט רבין

### השותפים בתכנית:

- תוכנית גמל"א, גן יבנה
- אגף החינוך, גן יבנה
- בי"ס אורט רבין

### הנחייה וליווי:

את כלל משתתפי הקבוצה ליוותה באופן שוטף רכזת גמל"א. את המפגשים הקבוצתיים ליוותה מנחה מקצועית, מורה מלווה מטעם בי"ס המתמחה במחשוב סייע לתלמידים בבניית האתר.

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי | כלים להקמת אתר אינטרנט ושם דומיין

לפרטים נוספים:

שרה משה: sem62@bezeqint.net

# הסיפור שלא סופר - סיפורי מעברות

## קריית טבעון

### התכנית:

קבוצת בני נוער פעלה לאיתור כל יוצאי המעברות בטבעון, במטרה לתעד ולרשום את הסיפורים שהם נושאים איתם משנות ה-50 ועד היום ומעולם לא תועדו בתולדות ימיה של טבעון. הזקנים ובני הנוער נפגשו בסדרת מפגשים, שבעקבותיהם העלו קבוצת בני הנוער, הצגה מאוסף הסיפורים ששמעו מהמבוגרים. המפגשים בין הצעירים והזקנים, נערכו אחת לשבוע, אחר הצהריים, במתנ"ס.

### התנדבות משותפת:

בסוף התהליך יצא סרט תיעודי ומחזה פרי העבודה המשותפת והדיסק של הסרט חולק בערב חגיגי. התוצרים הוצגו בבתי הספר ובמרכזים הקהילתיים בטבעון. הסיפור ותוצריו הוויזואליים הוכנסו לתערוכת "טבעון בעיניים שלי" ולתוך תכנית הלימודים של ילדי כתות ד' "הבית שלי".

### המשתתפים:

- יוצאי המעברות בטבעון ומבוגרים שנולדו במעברות.
- משתתפים בחוג דרמה, במרכז לדרמה של רשת המתנ"סים בקרית טבעון, מכיתות י'-יא'.

### השותפים בתכנית:

- עמותת שלהב"ת - העמותה לקשיש בטבעון
- אגף הנוער, תחום התנדבות נוער, טבעון
- מתנ"ס טבעון

### הנחייה וליווי:

את הקבוצה ליוותה מנחה מקצועית- מורה לדרמה מהמתנ"ס.  
את השיח הבין-דורי הנחתה מנחה מתחום התנדבות הנוער ברשות.

### משאבים נדרשים:

אולם וציוד הגברה/תאורה למופע | מורה/מנחה לדרמה

לפרטים נוספים:

לילך דרמון: [lilach@kiryat-tivon.muni.il](mailto:lilach@kiryat-tivon.muni.il)

# הקול בגיל - תרתי משמע

## תל אביב

### התכנית:

בני נוער חרשים וזקנים חרשים דוברי שפת סימנים, נפגשו לסדרת מפגשים המזמינים לדיאלוג בין דורי. הפעילות המשותפת חשפה את שתי הקבוצות אחת לשנייה ולעולמה באמצעות משחקים, חידונים, ריקודי עם, עבודה חווייתית במלאכה ואפיה. המפגשים התקיימו אחת לשבועיים, במועדון הקשישים של אח"א בתל אביב.

### התנדבות משותפת:

תוצרי האפיה/הבישול שהמשתתפים הכינו במהלך המפגשים חולקו לתלמידי בי"ס ולמשתתפי מועדון הקשישים. בפורים, אפו המשתתפים מגוון אוזני המן ועוגיות, ארזו אותן למשלוח מנות ויצאו לחלק את השי בגן לילדים עם צרכים מיוחדים. בסיום שנת הפעילות התקיימה ארוחת בוקר שהכינו המשתתפים לכלל באי מועדון הקשישים ותלמידי ביה"ס.

### המשתתפים:

- גמלאים חרשים וכבדי שמיעה הדוברים את שפת הסימנים
- תלמידי כיתות י'-יב' מבי"ס ניב לחרשים

### השותפים בתכנית:

- מנהל חינוך, אגף החינוך על יסודי, עיריית תל אביב
- מנהל שרותים חברתיים, תחום זיקנה עיריית תל אביב
- מועדון קשישים - של אגודת החרשים בישראל (אח"א).
- בית ספר ניב

### הנחייה וליווי:

את הקבוצה הנחתה מורה מבי"ס ניב המתמחה בכלכלת בית לצידה סייעו גם הרכז והרכזת החברתיים מביה"ס. את הזקנים ליוותה רכזת מועדון הקשישים

### משאבים נדרשים:

מלווה מקצועי היודע את שפת הסימנים | חומרי גלם ומטבח להכנת התוצרים | חומרי גלם ליצירות

לפרטים נוספים:

אפרת ברק: efratbarak10@gmail.com

## והילד הזה הוא אני

### מועצה אזורית עמק חפר - בית יצחק ובחן

#### התכנית:

במטרה לייצר נקודת מפגש משמעותית בין בני הנוער והזקנים התושבים במועצה האזורית, הוקמו שתי קבוצות בין דוריות: האחת בבית יצחק והשנייה בבחן, אשר עסקו בשילוב פעילות נוער וזקנים, סביב משחקי ילדות וחוויות של פעם בהשוואה למשחקי הילדות של היום. המפגשים נערכו אחת לשבועיים, למשך שעה וחצי. כל מפגש נסב סביב נושא שהוגדר מראש: משחקי ילדות, סיפורי ילדות, שפה ותקשורת, חפצים וזיכרונות ועוד.

#### התנדבות משותפת:

באירועי הסיום הוקמו מיצגים ותערוכה ששיקפו את תוצרי המפגשים. התקיימו אירועים חגיגיים לכל חברי המשפחות והקהילה של בחן ושל בית יצחק. כל חברי הקהילה הוזמנו לשחק בטעם של פעם. בבחן הוצא עלון ובו תעוד הפעילות וסיפורי המשתתפים שחולק לתושבים.

#### המשתתפים:

- זקנים עצמאיים מבית יצחק ומבחן
- בני הנוער בבית יצחק: נוער מהישוב. בבחן: חניכי תנועת נוער (הצופים) מבת חפר

#### השותפים בתכנית:

- וועדת נוער וועדת רווחה של בית יצחק ושל בחן
- רכזת רשותית של בגרות חברתית והתפתחות אישית, אגף החינוך - במועצה האזורית

#### הנחייה וליווי:

מנחת קבוצות ליוותה את פעילות הקבוצות ואת השיח הבין דורי. את בני הנוער ריכזו מתנדבי נוער: בבחן - מתנועת הצופים. בבית יצחק - מוועדת נוער בישוב

#### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי | ציוד למשחקים

## יוצרים בגיל בגליל

### מועצה אזורית גליל עליון

#### התכנית:

התוכנית ביקשה לבחון את השפעתם של אומנים ותיקים מהגליל, על תושבי הגליל תוך יצירת קשר בין דורי עם תלמידי מגמת אומנות - הנמצאים בראשית דרכם היצירתית. התקיימו מפגשים פרטניים וקבוצתיים. במפגשים הפרטניים - האמנים ובני הנוער שוחחו ויצרו יחד, סביב נושא משותף שבחרו. במפגשים הקבוצתיים, שהתקיימו בבית הספר עמק החולה, נערך שיח בין דורי משותף.

#### התנדבות משותפת:

את תערוכת התוצרים חשפו באירוע הסיום וכל היצירות (פיסול, ציור, צילום, רישום) נתרמו לטובת הקהילה. בארוע סיום חגיגי יצרו המשתתפים חמסות על אריחי קרמיקה ושלל היצירות נתרמו לטובת קיר בביה"ס עליו הוצגו לצד תיעוד שלבי העשייה ותיעוד בני הנוער והזקנים היוצרים.

#### המשתתפים:

- הזקנים, אמנים, בעלי סדנאות יצירה מוותיקי הגליל.
- תלמידי כיתה ו', כיתת אומנות מבי"ס עמק החולה בכפר בלום.

#### השותפים בתכנית:

- עמותת ותיקי הגליל
- אגף החינוך במועצה האזורית גליל עליון.
- ביה"ס עמק-החולה, כפר בלום.

#### הנחייה וליווי:

את האומנים הזקנים ליוותה אומנית- רכזת מטעם עמותת ותיקי הגליל את בני הנוער ליווה הצוות מביה"ס - בהובלת מנהלת המגמה לאומנות

#### משאבים נדרשים:

הסעות | הנחייה של המפגשים הקבוצתיים | מקום למפגש | חומרי יצירה

לפרטים נוספים:

עידית חמל: [idth@galil-elion.org.il](mailto:idth@galil-elion.org.il)



# ליצנות רפואית

## אור עקיבא

### התכנית:

בני נוער וזקנים מתנדבים, למדו יחד את עקרונות הליצנות הרפואית תוך שימת דגש על הקשר שבין הגוף לרגש כמוטיב המחבר בין קבוצות הגיל השונות. לצד לימוד עקרונות הליצנות הרפואית, יצאו המשתתפים למפגשי התנדבות משותפים בקהילה. המפגשים, נערכו אחת לשבוע, במרכז יום לקשיש "בית גיל הזהב".

### התנדבות משותפת:

הקבוצה יצאה למספר הופעות התנדבות בקהילה, לקשישים תשושי נפש ולהופעות ביום מעשים טובים.

### המשתתפים:

- מבוגרים המגיעים בקביעות לבית גיל הזהב.
- בני הנוער - תלמידי כיתה ' מב"ר , מבי"ס עמית

### השותפים בתכנית:

- עמותת גילה, מרכז יום לקשיש "בית גיל הזהב"
- בי"ס עמית באור עקיבא
- מחלקת הנוער, מנהל התנדבות נוער בחינוך.

### הנחייה וליווי:

מנחת התוכנית ליצנית רפואית מקצועית ולצידה סייעו רכזת פרויקטים בעמותת גילה ומורה מבי"ס עמית המלווה את התלמידים להתנדבות השבועית.

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועית לתחום הליצנות הרפואית | מנחה מקצועי לתחום השיח הבין דורי | ציוד ותלבושות ליצנות

לפרטים נוספים:

רונית פחימה: [merkazyom580@gmail.com](mailto:merkazyom580@gmail.com)

# ליצנות רפואית

## חולון

### התכנית:

קבוצת בני נוער וזקנים מתנדבים, רכשו מיומנויות של ליצנות רפואית, והתנדבו יחד בפני אוכלוסיות מיוחדות במטרה לשמח ולהעלות את איכות חיי המשתתפים. בתוכנית הושם דגש על העצמת בני הנוער והזקנים באמצעות הומור לצד חיבור בין דורי ויצירת קשר חם בין המשתתפים. המפגשים נערכו אחת לשבוע, במשך שעה וחצי, במרכז היום בחולון וכללו חלק תיאורטי בו למדו את עקרונות הליצנות הרפואית וחלק מעשי בו המשתתפים תרגלו מגוון פעילויות של ליצנים רפואיים.

### התנדבות משותפת:

הקבוצה יצאה למספר הופעות התנדבות בקהילה, לקשישים תשושי נפש, למרכז קשת-תעסוקה מוגנת, לגן לילדים עם צרכים מיוחדים ולהופעה ביום מעשים טובים.

### המשתתפים:

- הזקנים - זקנים המגיעים בקביעות למרכז יום לקשיש- בית גיל הזהב
- תלמידי כיתה ח' מבי"ס אורט חולון.

### השותפים בתכנית:

- מרכז יום לקשיש
- בי"ס אורט חולון
- מחלקת הנוער- עמ"ן- עיר מתנדבת נוער, עיריית חולון

### הנחייה וליווי:

את הקבוצה ליוו שתי מנחות מקצועיות מתחום הליצנות הרפואית.

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי | אביזרים וקישוטים לליצנים

לפרטים נוספים:

טובה מסילתי: [tovam@holon.muni.il](mailto:tovam@holon.muni.il)  
או למיכל מגדסי: [michal-m@012.net.il](mailto:michal-m@012.net.il)

## מדברים, מבשלים ומשדרים

### טבריה

#### התכנית:

זקנים ובני נוער קיימו שיח בין-דורי באמצעות בישול ושידור תכניות ברדיו 106. בתוכניות שיתפו בנושאים מגוונים מתחום האפייה והבישול, ככלי מחבר בין הדורות. הפעילות התקיימה במרכז היום, אחת לשבוע למשך שעה וחצי. במפגש המשתתפים בישלו או אפו יחד ודרך הבישול המשותף, שמעו סיפורים על תרבות ומורשת.

#### התנדבות משותפת:

המבוגרים והצעירים עלו לפי סבב לשידור ברדיו המקומי ושיתפו את המאזינים בחוויותיהם ובחיבור שנוצר ביניהם. בסיום המפגשים הופקה חוברת עם מתכונים של המשתתפים וסיפורים קצרים שחולקה בקהילה.

#### המשתתפים:

- זקנים המגיעים בקביעות למרכז היום בית גיל בטבריה
- תלמידים מהכיתה הקולינארית בבית ספר מח"ט.

#### השותפים בתכנית:

- המחלקה לנוער היחידה להתנדבות, טבריה
- בית ספר מח"ט
- העמותה לקשיש, מרכז היום לקשיש- בית גיל
- רדיו טבריה, FM 106

#### הנחייה וליווי:

הקבוצה הונחתה על ידי מדריכה מטעם היחידה לקידום נוער ושני סטודנטים מתנדבים ממכללת רידמן. לבני הנוער התלוותה מחנכת הכיתה, אשר נכחה בכל המפגשים. מרכז היום הקצה עובדת שהיתה אחראית גם על הצד הלוגיסטי.

#### משאבים נדרשים:

מנחה | מקום הכולל מטבח להכנת המתכונים וחומרי גלם | פלטפורמה לקידום השיח הבין-דורי והפצת המסרים העולים ממנו (כגון: הרדיו האזורי).

# מוסיפים חיים לעיר

## ראש העין

### התכנית:

קבוצה בין דורית שהוקמה במטרה להציל חיים. בני נוער וזקנים עברו קורס החייאה בסיסי בעזרה ראשונה, שהועבר ע"י מד"א והעניק להם ידע ומיומנות פרקטית להצלת חיים. המפגשים התקיימו אחת לשבוע ובסיומם הוענקה לכל המשתתפים, תעודת מגיש עזרה ראשונה מטעם מד"א.

### התנדבות משותפת:

המשתתפים העבירו הרצאות בנושא עזרה ראשונה במגוון מוקדים בקהילה, כולל: מועדוני קשישים, קבוצות אימהות צעירות, צוותי מטפלות במועדוניות הרווחה ועוד.

### המשתתפים:

- גימלאים מתנדבים ממסגרות שונות בראש העין.
- תלמידים מכיתה 'י' בתיכון בגין, ראש העין

### השותפים בתכנית:

- אגף חינוך ונוער, ראש העין
- המחלקה לאזרחים ותיקים, ראש העין
- בי"ס תיכון בגין
- מד"א

### הנחייה וליווי:

את ההנחייה המקצועית העביר מדריך ממד"א. מלווה מתנדב מטעם המחלקה לאזרחים וותיקים ליווה את הקבוצה. מנהלת התנדבות הנוער ברשות דאגה לחיבור הבין דורי ולקשר סביב תחומי עניין ותוכן משותפים.

### משאבים נדרשים:

מדריך מקצועי ממד"א להעברת הידע בתחום עזרה ראשונה | מנחה לליווי הפן החברתי של הקבוצה

לפרטים נוספים:

רינת מגידו שעה: rinat@rosh.org.il  
או ליוכי מדמוני: yochi@rosh.org.il

## מלאכת יד בכל גיל מג'ד אל כרום

### התכנית:

נערות וזקנות השתתפו יחד בסדנא ליצירת עבודות יד מסורתיות. הנשים הזקנות לימדו את הנערות את מלכת היד הערבית הקדומה כגון רקמה ותפירה לצד סיפורים מעברן. המשתתפות הכינו עבודות יד משותפות והציגו אותן, יחד עם הסיפורים המסורתיים הנלווים להן, בתערוכה. המפגשים התקיימו אחת לשבועיים, למשך שעתיים וחצי, במתנ"ס היישובי.

### התנדבות משותפת:

עבודות היד השונות שהמשתתפות יצרו יחד לצד סיפורי המשתתפות סביב כל עבודה, הוצגו בתערוכה לקהילת משתתפי מרכז יום לקשיש והמתנ"ס.

### המשתתפים:

- נשים המגיעות למרכז היום לקשיש
- נערות מתנדבות בתכנית גמל"א.

### השותפים בתכנית:

- מחלקת הרווחה, עיריית מג'ד אל כרום
- מרכז יום לקשיש
- תכנית גמל"א

### הנחייה וליווי:

רכזת גמל"א הנחתה את השיח הבין דורי בין הזקנות לנערות.

### משאבים נדרשים:

הנחיה מקצועית | חומרי גלם ליצירות

לפרטים נוספים:

אליאס דאכור: [elias8467@gmail.com](mailto:elias8467@gmail.com)

## נוער וגמלאים מבשלים יחד

### אבו גוש

#### התכנית:

בני נוער וזקנות מתנדבים ומתנדבות התכנסו, דיברו ובישלו יחד למען משפחות נזקקות בישוב ולמען גמלאים הנמצאים לבד בבית. הזקנות הכינו בהכנה מוקדמת את המצרכים וכאשר בני הנוער הגיעו למפגש הם הכינו יחד תבשילים שונים מהמטבח הערבי. בזמן הבישול, קיימו המשתתפים שיח מובנה אשר תוכנן מראש על ידי מנחה התכנית.

#### התנדבות משותפת:

בסיום כל מפגש קבוצתי, חולקו התבשילים שהוכנו במסגרתו ע"י המשתתפים - למשפחות ונזקקים ברחבי אבו גוש, המוכרים על ידי מחלקת הרווחה בכפר וכן למשפחות נזקקות המוכרות לזקנות המשתתפות בתוכנית.

#### המשתתפים:

- מבוגרות המגיעות בקביעות למועדון גיל הזהב.
- תלמידי כיתה י' מבי"ס מקיף אבו גוש

#### השותפים בתכנית:

- המחלקה לשרותים חברתיים, מועדון גיל הזהב
- מחלקת חינוך, מתנ"ס קהילתי אבו גוש
- מחלקת חינוך, מנהל התנדבות רשותי
- ביה"ס מקיף אבו גוש

#### הנחייה וליווי:

את המשתתפים לוותה רכזת הפעילות במועדון גיל הזהב למפגשים הצטרפו גם מתנדבים נוספים: סופרת ילדים, קונדיטור ואחות.

#### משאבים נדרשים:

מקום למפגשים הכולל מטבח ובו ניתן לעסוק בבישול משותף | מנחה מקצועי | מצרכים וחומרי גלם

#### לפרטים נוספים:

איברהים פריד: [ibrhem\\_il@hotmail.com](mailto:ibrhem_il@hotmail.com)

## סביבה, בריאות ומורשת באקה אל גרביה

### התכנית:

בני נוער וזקנים מתנדבים, למדו יחד ערכי מורשת, תוך דגש על קיימות בריאותית וסביבתית וערכי שמירה על הטבע והסביבה בה הם חיים ופעלו יחד על מנת להעלות מודעות לתכנים אלה בקהילה. המפגשים התקיימו אחת לשבוע, למשך שעה וחצי. מרבית המפגשים התקיימו במרכז היום לקשיש. המפגשים האחרים נערכו בחוץ וכללו סיורים בטבע ומבצעי נקיון, שיקום וטיפוח אתרים.

### התנדבות משותפת:

המתנדבים הפעילו קמפיין סביבתי שנקרא: "ליד החנות שלי נקי". למשתתפי התוכנית צורפו מתנדבים נוספים מטעם מועצת התלמידים היישובית והמד"צים שסייעו למשתתפים לחלק שקיות ניילון, לנקות ולהסביר על החשיבות שבשמירת הסביבה והבריאות לתושבי באקה אל גרביה. בנוסף, יצאו משתתפי התוכנית לנקות את הבאר בישוב.

### המשתתפים:

- זקנים ממרכז יום לקשיש גיל הזהב.
- תלמידי כיתה י' מבי"ס איבן סינא

### השותפים בתכנית:

- מרכז יום לקשיש גיל הזהב
- מחלקת הנוער - יחידת התנדבות הנוער, עיריית באקה אל גרביה
- בי"ס איבן סינא

### הנחייה וליווי:

הקבוצה לוותה על ידי מדריך מקצועי ועל ידי מנהל יחידת הנוער ברשות. את הזקנים ליוותה רכזת מטעם מרכז היום לקשיש גיל הזהב.

### משאבים נדרשים:

הסעות המשתתפים לפעילויות השונות שהתקיימו מחוץ למרכז היום | מנחה מקצועי

לפרטים נוספים:

פאדי מואסי: fadi@baqa.co.il

# פוטו תרפיה - עם הפנים לקהילה

## אזור

### התכנית:

בני נוער מהיחידה לקידום נוער ונשים ממועדון הקשישים, נפגשו אחת לשבוע, במרכז הצעירים באזור, למשך שלוש שעות של פעילות משותפת. בתחילת כל מפגש בני הנוער למדו על נושא מעולם הצילום. בשלב השני של המפגש, הצטרפו המשתתפות והזקנות ובני הנוער לימדו אותן את שלמדו בעצמם. לאחר הלימוד הטכני, יצאו בני הנוער והזקנות לצלם ולתרגל את הנלמד. התמונות שצילמו יחד הועלו בתערוכה מיוחדת שהוצבה ברחבת המועצה המקומית.

### התנדבות משותפת:

הקבוצה הבין דורית צילמה מספר אירועים בעיר. בסיום המפגשים נערכה תערוכה מרהיבה עם תמונות שצילמו המשתתפים. התערוכה הוצגה לקהילה בערב חגיגי ובו הוצג תעוד סיפורי המשתתפים. התערוכה נדדה ברחבי מוסדות הרשות.

### המשתתפים:

- נשים המגיעות באופן עצמאי למועדון לקשיש אחת לשבוע.
- תלמידי כיתות ט-י, המטופלים ביחידה לקידום נוער.

### השותפים בתכנית:

- מחלקת רווחה, תחום זיקנה במחלקה לשירותים חברתיים, אזור
- היחידה לקידום נוער ומדור הנוער, אזור
- מרכז הצעירים באזור

### הנחייה וליווי:

מנחה מקצועי פוטו תרפיסט לימד את יסודות הצילום עו"ס קידום נוער ליווה והיה אחראי על בני הנוער תחום הרווחה הכשיר וליווה את הזקנות שלקחו חלק בתכנית

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי מלווה | תקציב לפיתוח התמונות לתערוכה

לפרטים נוספים:

חן דוידי: [cdcd88@walla.co.il](mailto:cdcd88@walla.co.il)

מיכל מלכי: [Michal@walla.co.il](mailto:Michal@walla.co.il)



# פוטו תרפיה - צילום ככלי אומנותי מקשר חולון

## התכנית:

בני נוער וזקנים יצרו קשר בין-דורי באמצעות צילום, למדו להביע את עצמם וקיימו תערוכת צילומים משותפת. המפגשים נערכו אחת לשבוע, במשך שעה וחצי במרכז היום לקשיש. המפגשים כללו חלק תיאורטי על עקרונות הצילום וחלק מעשי: הזקנים הביאו למפגשים חפצים, בני הנוער תיעדו את הסיפור האישי סביב החפץ ויחד הם צילמו את החפצים השונים.

## התנדבות משותפת:

נערכה תערוכת צילום מרשימה שהוצגה במדיאטק בחולון, בבניין עיריית חולון ובמרכז היום. בפתיחת התערוכה התקיים רב שיח בהשתתפות הקהל ובו שיתפו המשתתפים בחוויותיהם מהפעילות. בנוסף, הופקה חוברת של התוכנית הבין דורית ותוצריה שחולקה למשתתפי התוכנית ולקהילה.

## המשתתפים:

- זקנים המגיעים למרכז היום לקשיש
- תלמידי כיתה ט' במגמת צילום בבי"ס אורט חולון

## השותפים בתכנית:

- מרכז יום לקשיש
- בי"ס אורט חולון
- מחלקת הנוער - עמ"ן- עיר מתנדבת נוער, עיריית חולון

## הנחייה וליווי:

את הקבוצה ליוותה מנחה מקצועית בתחום הפוטו תרפיה ומורה מלווה ממגמת הצילום בבית הספר וכן עובדת של מרכז היום.

## משאבים נדרשים:

מדריך/ת צילום | מצלמות/טלפונים חכמים של בני הנוער | תקציב להפקת התערוכה והחברת

## לפרטים נוספים:

מיכל מגדסי: [michal-m@012.net.il](mailto:michal-m@012.net.il)  
טובה מסילתי: [tovam@holon.muni.il](mailto:tovam@holon.muni.il)

# פרופסור סבתא

## ירושלים

### התכנית:

בני נוער וזקנים, נפגשו ליצירת שיח משותף שמטרתו לתעד את סיפורי הזקנים במגוון דרכים ולאפשר לכל קבוצת גיל להשלים את פערי הידע שלה. מצד אחד, הקניית ידע טכנולוגי לזקנים ומצד שני, הקניית ידע תרבותי ומורשת לבני הנוער. נקודת ההנחה הייתה כי לזקנים יש ניסיון וחוכמת חיים אולם אין ידע טכנולוגי ולבני הנוער ישנו ידע טכנולוגי רב וחוסר בידע על העבר. המשתתפים, הם החליטו יחד על נושאים משותפים לחקר ולתיעוד. נבחרו מגוון נושאים בטעם של פעם: אהבה, אופנה, סרטים, זמרים ושחקנים, מקצועות עבודה ופרנסה, עלייה לארץ ועוד. המפגשים התקיימו בבית שוויץ, אחת לשבוע, למשך שעה וחצי.

### התנדבות משותפת:

בני הנוער תעדו בכתב, במצגות, בסרטונים את סיפורי הזקנים והעלו במפגש סיום חגיגי שנערך בקהילה את תוצרי התוכנית. בנוסף הופקה חוברת תוצרים וחולקה בקהילה.

### המשתתפים:

- דיירי בית שוויץ של עמותת עידן
- תלמידי כיתה י' מתיכון למדעים ואומנויות יאס"א

### השותפים בתכנית:

- אגף היחידה להתנדבות נוער, עיריית ירושלים
- בית שוויץ של עמותת עידן
- תיכון למדעים ואומנויות יאס"א

### הנחייה וליווי:

התכנית לוותה על ידי אם הבית של בית שוויץ וסטודנט מתכנית אימפקט, המתנדב בבית שוויץ מזה שנתיים

### משאבים נדרשים:

מקום לפעילות, הכולל מחשבים | משאבים להפקת חוברת תוצרים

לפרטים נוספים:

חמדת אבירם : chemdat@idan-jer.co.il

# קהילה מבשלת

## עכו

### התכנית:

פעילות משותפת לבני נוער במצבי סיכון ולזקנים ממרכז היום, בנושא בישול, אפייה ותרומה לקהילה. הרב גוניות המאפיינת את העיר עכו, באה לידי ביטוי בפעילות אשר עסקה בכל מפגש ב"מוטבח" מעדה אחרת. המפגשים התקיימו אחת לשבוע במרכז היום לקשיש ואת האפייה והבישול ליוו סיפורים אישיים של הזקנים ושל בני הנוער.

### התנדבות משותפת:

את תוצרי הבישול והאפייה חילקו משתתפי הקבוצה לבאי מרכז היום.

### המשתתפים:

- זקנים המגיעים בקביעות למרכז היום, בעיר נשים.
- תלמידי כיתות י' ממגמת קונדיטוריה מבי"ס "קשת" - מפתן.

### השותפים בתכנית:

- מרכז יום לקשיש של העמותה למען הקשיש בעכו
- בי"ס מפתן "קשת"
- יחידת הנוער העירונית, עמ"ן
- "מוטב יחדיו"

### הנחייה וליווי:

הליווי המקצועי ליצירת החיבור הבין דורי, ניתן ע"י מורה מביה"ס. מנהלת יחידה ההתנדבות ורכזת "מוטב יחדיו" - ליוו את הפעילות של בני הנוער. עובדת מטעם מרכז היום דאגה לפן הלוגיסטי והביצועי. מנהלת מרכז היום דאגה לתרומת המצרכים מהמרכול השכונתי.

### משאבים נדרשים:

מקום לעריכת הפעילות - הכולל מטבח ואפשרויות לבישול ואפיה | מצרכים וחומרי גלם | מנחה מקצועי

# קש"י לילדת

## קרית שמונה

### התכנית:

המתנדבות בין דורית של נערות ונשים זקנות, סביב יצירה משותפת למען יולדות בעיר ושיח בין-דורי. הנשים והזקנות יצרו ביחד מגוון עבודות יד, לטובת יולדות מהקהילה: חמסות, סריגה של גרבי תינוקות, כובעים, שמיכות, מוביילים, אותיות מלבד ועוד. המפגשים התקיימו במרכז היום לקשיש, אחת לשבוע, במשך שעה וחצי, בשעות הבוקר.

### התנדבות משותפת:

פריטי מלאכת היד שיצרו הנערות והזקנות יחד, חולקו ליולדות בעיר. לירידים הוזמנו נשים מקרית שמונה שילדו במהלך החודשים הסמוכים לקיום התוכנית.

### המשתתפים:

- נשים פעילות במרכז היום לקשיש
- נערות בכיתה י"א מאולפנת המתמיד

### השותפים בתכנית:

- אולפנת המתמיד לבנות
- מרכז היום של העמותה לקשיש בקריית שמונה.
- מחלקת הנוער - עמ"ן - עיר מתנדבת נוער, עיריית קריית שמונה.

### הנחייה וליווי:

המפגשים הונחו על ידי מורה מקצועית למלאכת יד- מטעם מרכז היום לקשיש. הקבוצה לוותה ע"י רכזת התרבות ואחראית המתנדבים מטעם העמותה לקשיש. הנערות לוו על ידי מורה מהאולפנה

### משאבים נדרשים:

מנחה מקצועית | חומרי יצירה | מקום למפגש

לפרטים נוספים:

מיכל כראדי: [michal.karadi@gmail.com](mailto:michal.karadi@gmail.com)

# שמגלוצ' ראשון לציון

## התכנית:

בני נוער מכיתות י' יוצאי הקהילה האתיופית, ביחד עם בני נוער ותיקים וילידי הארץ, נפגשו עם זקני השמגלוצ', לתיעוד תפקידם החברתי בקהילה. התוכנית הביאה להנכחת צדדים חיוביים ומכובדים בקהילה האתיופית, תוך חשיפתם בתקשורת העירונית והארצית. בכל מפגש נחשפו המשתתפים לסיפורו של אחד מזקני העדה האתיופית, למדו את דרכי הגישור הנהוגים, את הסיפור האישי של כל אחד מהם, את המנהגים, הפתגמים והחפצים המלווים את אורח חייהם של בני העדה. המפגשים התקיימו אחת לשבוע, למשך שעה וחצי, במוקד הקליטה העירוני.

## התנדבות משותפת:

הקבוצה המשולבת של בני הנוער, השמגלוצ' ומתנדבי גמלא, קיימו שני אירועים קהילתיים: ביום המעשים הטובים, הפעילה הקבוצה המשולבת 4 מועדוניות רווחה בתחנות הפעלה, בנושאי קבלת האחר וסובלנות. ביום ירושלים, בו מציינים בעדה האתיופית את זכר נספי סודן, קיימה הקבוצה רב שיח בין תרבותי ובין דורי בהקשרים של קליטת עלייה. הוזמנו כל תנועות הנוער וארגוני הנוער הפועלים ברמת אליהו.

## המשתתפים:

- זקנים בני העדה האתיופית המכהנים כשמגלוצ' - מגשרים
- מתנדבים גמלאים בתוכנית גמלא
- בני נוער.

## השותפים בתכנית:

- המינהל לשילוב חברתי וקליטת עלייה, ראשון לציון
- תוכנית גמלא
- אגף הנוער והצעירים, תחום התנדבות נוער, ראשון לציון
- בי"ס מקיף ב' ובי"ס מקיף י', ראשון לציון

## הנחייה וליווי:

את בני הקבוצה ליוותה מנהלת תחום ההתנדבות ברשות לצד מדריכה מקצועית עובדת סוציאלית ומתורגמנית

## משאבים נדרשים:

מנחה מקצועי לליווי מפגשי הקבוצה | מתורגמן לתיווך דברי הזקנים בני העדה האתיופית

לפרטים נוספים: הנית עוזז פרחאן: [henita@rishonlezion.muni.il](mailto:henita@rishonlezion.muni.il)

# Golden Bridge

## רמת השרון

### התכנית:

זקנים ובני נוער, נפגשו למשחק ברידג' משותף. משחק הברידג' מוכח כמשפר מאד את יכולת הזיכרון, התכנון והחשיבה האסטרטגית, כמו גם סבלנות, סובלנות, כבוד לאחר ולצרכיו, אמפתיה והפריה הדדית. המפגשים התקיימו אחת לשבוע, במשך שעתיים וחצי. נוצרו זוגות של זקן-נער שעבדו, למדו ושיחקו יחד. לעיתים הזקנים לימדו את הנערים ולעיתים הנערים לימדו את הזקנים.

### התנדבות משותפת:

המשתתפים יצאו כקבוצה לתחרויות ברידג' שהתקיימו בגני התערוכה בת"א. ו"יצרו" קטגוריה חדשה שאינה קיימת - משחק בין דורי.

### המשתתפים:

- גמלאים עצמאיים המשתתפים בחוג ברידג'
- תלמידים בכיתות ט'-ו'

### השותפים בתכנית:

- מנהל גיל הזהב רמה"ש
- אגף החינוך - תכנית עמ"ן (עיר מתנדבת נוער)
- תיכון אלון
- תיכון רוטברג
- איגוד הברידג' הישראלי

### הנחייה וליווי:

את הקבוצה ליווה מורה ברידג' מקצועי, אלוף הארץ בברידג'. רכז התוכנית - היה אחראי על שתי קבוצות הגיל, והגעתן למפגשים.

### משאבים נדרשים:

שולחנות ועזרי משחק | מנחה מקצועי | הסעות לתחרויות

לפרטים נוספים:

לאה אורן: [Lea\\_o@ramat-hasharon.muni.il](mailto:Lea_o@ramat-hasharon.muni.il)

אבישי בן דוד: [asbd@zahav.net.il](mailto:asbd@zahav.net.il)

## ביבליוגרפיה

- אריקסון, א. (1963). ילדות וחברה: פסיכולוגיה של האדם בתמורות הזמן. ספרית פועלים, מרחביה.
- ברטור, ל. (2005). האתגר שבהזדקנות: בריאות נפשית, הערכה וטיפול. אשל - האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן בישראל, ירושלים.
- גוטפריד, ג. (2013). על חשיבות השיח הבין-דורי, תכנית הקול בגיל, ג'וינט ישראל אשל - האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים לזקן בישראל, ירושלים.
- הדר, ל. (2010). התנדבות ככלי להעצמת בני נוער בסיכון. מניתוק לשילוב: יזמות ומחשבות, במה לעובדי קידום נוער בישראל, (16), 43-60.
- סימקין, ד. (2010). פרישה מעבודה, עשייה התנדבותית והזדקנות מוצלחת. התנדבות - תפיסות שפה וכלים, עלון מידע מקצועי לעבודה עם מתנדבים, המכון לניהול התנדבות ע"ש לר, יד שרה. אוחר בתאריך 10.5.13 מ: <http://www.hitnadvut.org/articles/241>
- רוזה, ח. (2009). התנדבות ופעילות בין-דורית. ג'וינט ישראל אשל - האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים לזקן בישראל, ירושלים.
- Arnett, J. J. (2007). Aging out of care: Toward realizing the possibilities of emerging adulthood. *New Directions for Youth Development*, (113), 151-161.
- Bostrum, A. K., Hatton-Yeo, A., Ohsako, T. & Sawano, Y. (2000). A general assessment of IP initiatives in the countries involved. In Hatton-Yeo, A. and Ohsako, T., *Intergenerational Programmes: Public policy and research implications, An International Perspective*. Hamburg and Stoke on Trent, UNESCO Institute for Education and Beth Johnson Foundation.
- Haski-Leventhal, D., Ronel, N., York, A., and Ben-David, B. (2008). Youth volunteering for youth: Who are they serving, how are they being served. *Children and Youth Services Review*, 30, (7), 834-846.
- Hatton-Yeo, A. (2010). An introduction to intergenerational practice. *Working with Older People*, 14(2), 4-11.

Hatton-Yeo, A., Klerq, J., Oshako, T. and Newman, S. (2000). Public policy and research recommendations: an international perspective. In Hatton-Yeo, A. and Oshako, T., Intergenerational Programmes: Public policy and research implications, An International Perspective. Hamburg and Stoke on Trent, UNESCO Institute for Education and Beth Johnson Foundation.

Magafas, A., (1991). At-risk youth find meaning in service projects. *Illinois Parks and Recreation*, 22, 19-20.

MacCallum J., Palmer D., Wright P., Cumming-Potlin W., Northcote J., Brooker M. & Tero, C. (2006). Community Building Through Intergenerational Exchange Programmes: Report to the National Youth Affairs Research Scheme. Canberra: Australian Government Department of Families, Community Services and Indigenous Affairs.

McBride A. M., Lombe M., Tang F., Sherraden M. and Benítez C. (2003). The knowledge base on civic service: Status and directions, Working paper 3-20. St. Louis: Centre for Social Development, Washington University.

Ryff C. (1989). In the eye of the beholder: views of psychological well-being among middle-aged and older adults. *Psychology and Aging* 4 (2) 195-210.

Ryff, C. and Singer, B. H. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.

Ryff, C.D. & Singer, B. (2000). Biopsychosocial challenge of the new millennium. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 69, 170-177.

The Centre for Intergenerational Practice website ([www.centreforip.org.uk](http://www.centreforip.org.uk))

Wilson, J. (2000). Volunteering. *Annual Review of Sociology*, 26, 215-240.



# נספחים

## נספח מספר 1:

### תיק תכנית: קהילה מבשלת - עכו

**מטרת התכנית:** קיום שיח בין זקנים לנוער באמצעות בישול ככלי מחבר בין דורות.

**אוכלוסיית היעד:** זקנים ממרכז ליום הזקן ובני/ות נוער מכיתות י'-י"ב, מגמת קונדיטוריה מביה"ס "קשת" - מפתן. הקבוצה תמנה 15 בני/ות נוער ו-15 זקנים.

**מקום הפעילות:** אחת לשבוע, במרכז יום לזקן. משך כל מפגש - שעה וחצי.

**השותפים לפעילות:** מרכז יום לזקן, העמותה למען הזקן בעכו, ביה"ס מפתן "קשת", יחידת הנוער העירונית, עמ"ן, מוטב יחדיו, אשל, אשלים ועיריית עכו.

**מלווי הפעילות:** גב' מרים מני - סגנית מנהל בית ספר, מורה ושף קונדיטור בביה"ס מפתן "קשת" בעל אוריינטציה לחינוך עם נוער מיוחד, מעיין סלומון - מנהלת מרכז יום הזקן, לימור אוזן - מוטב יחדיו, דנה גרשון - מנהלת יח' הנוער העירונית.

**לוח:** שלושה מפגשים ראשונים יהיו מפגשי היכרות של בני הנוער והזקנים יחד, על מנת לאפשר לשני הצדדים להכיר יותר לעומק ולהתחיל עם הרגשה נוחה יותר.

לאחר מכן, כל מפגש יעסוק ב"מטבח" מעדה אחרת - מה שמאפיין, למעשה, את הרבגוניות בעיר עכו. למשל: המטבח המרוקאי, המטבח הקווקזי, המטבח הערבי, המטבח התימני, המטבח הרוסי, המטבח ההודי, המטבח העיראקי ועוד.

כמו כן, כל מפגש ילווה בסיפורים מחייהם הפרטיים של הזקנים ובני הנוער הנוגעים בעדות המוצא שלהם. למשל: סיפורים על המשפחות שלהם, סיפור עלייתם ארצה. הקבוצה תלמד מעט גם על המנהגים של כל עדה ועל הארץ

ממנה הגיעה. באחד המפגשים הראשונים, יקבל כל אחד ממשנתפי הקבוצה  
”דרכון” שיוחתם בכל מפגש על ”טיולו” בכל ארץ.

על מנת לתת הד לפרויקט, כל המפגשים יתועדו בצילום. התמונות יצורפו  
לכתבות שיפורסמו בעיתונות המקומית. בסוף התהליך, יוכן ספר מתכונים  
וסיפורים שתועדו במהלך כל מפגש על ידי בני הנוער.

למפגש האחרון יוזמנו כל הגורמים השותפים, וכמובן הקבוצה. יוצג כל תהליך  
הפרויקט ויושק ספר המתכונים.

## נספח מספר 2: מערך מפגשים לתכנית "מדברים, מבשלים ומשדרים"

תכנית בין-דורית, בשיתוף היחידה להתנדבות - מחלקת הנוער; עמ"ן; בית ספר מח"ט; קידום נוער; רדיו טבריה; העמותה לזקן - בית גיל.

מטרת הפרויקט: קיום שיח בין-דורי בין זקנים לנוער באמצעות בישול ושידור תכניות סביב נושאים מגוונים ברדיו FM106 ככלי מחבר בין הדורות

### סילבוס:

תאריך	שעות	נושא	ציוד
15/11	עד 10:30 11:30	היכרות - תיאום ציפיות בבית ספר מח"ט	
18/11	עד 10:15 12:15	פרות הדר ומיצים טבעיים	פרות, 10 קרשים, 10 סכינים, 10 מסחטות, 10 קערות, קופסאות לשימוש חד-פעמי (עם סגירה).
25/11	עד 10:15 12:15	תמרים	תמרי מג'הול, אגוזי מלך, ממרח תמרים, ממרח חרובים, 3 חב' קמח רגיל, 3 חפ' מרגרינה, בקבוק שמן, אבקת סוכר, שומשום.
2/12	עד 10:15 12:15	זיתים	זיתים ירוקים ושחורים מהעץ, בקבוק שמן זית, מלח גס.
23/12	עד 10:15 12:00	רדיו (יוסי ירושלמי יגיע לשידור פתיחה)	

תאריך	שעות	נושא	ציוד
6	10:15 עד 12:15	צמחי מרפא	קנייה של צמחי מרפא ותיבול (למשל: נענע, מרווה, לואיזה, שיבה, רודה, בזיליקום, טימין, לימונית, כוסברה) ואדמת שתילה.
7	10:15 עד 12:15	פשטידות (שני סוגים)	2 חב' גדולות של ביצים, שמן, תפוחי אדמה, גזר ואפונה, 6 חב' אטריות ביצים, קינמון. מערוכים, תבניות קטנות מנירוסטה לשימוש חד-פעמי.
8	10:15 עד 12:15	קטניות	קרטון ביצוע, מספריים, דבק פלסטי גדול, טושים, מכחולים, לק שקוף, צבעי גועש, עדשים כתומות, עדשים ירוקות, גריסים, אפונה, חומוס, שעועית לבנה ושחורה, עדשים שחורות.
9	10:15 עד 12:15	רדיו	
10	10:15 עד 12:15	חליטות ופיתה עם זעתר	לבדוק אופציה: לקחת חליטות מבית הספר "תחכמוני". כפיות לחליטה, שמן זית, זעתר, לבנה, דבש, ממרח שוקולד, 10 חב' קמח רגיל, 2 בקבוקי שמן רגיל, שמרים יבשים.
11	10:15 עד 12:15	ט"ו בשבט	פרות יבשים, סוכריות גומי, שיפודים דקים, צלופן וסרטי קשירה.

ציוד	נושא	שעות	תאריך	
בריסטולים, אורז, דבק, טושים, צבעים, מכחולים, צבעי גואש, דברי יצירה, נייר קרפ.	פעילויות יצירתיות לכבוד פורים	10:15 עד 12:15	10/2	12
	רדיו	10:15 עד 12:15	17/2	13
	מסיבת פורים, סדנת איפור של בית ספר מח"ט	10:15 עד 12:15	3/3	14
	עבודה משותפת על ספר התובנות	10:15 עד 12:15	10/3	15
10 חב' קמח רגיל, שמרים יבשים, דבש, 2 בקבוקי שמן, שיבה ותה.	מופלטות וספינג' - ברוח המימונה	10:15 עד 12:15	17/3	16
	רדיו	10:15 עד 12:15	21/4	17
	כתיבה משותפת של ספר התובנות	10:15 עד 12:15	5/5	18
	המשך כתיבה, עריכה	10:15 עד 12:15	19/5	19
	רדיו והדפסת ספר	10:15 עד 12:15	2/6	20
	מסיבת סיום והשקת הספר	10:15 עד 12:15	16/6	21

## נספח מספר 3: דוגמת מכתב לגיוס מתנדבים זקנים לתכנית "דור מצלם דור"

"דור מצלם דור"

ביה"ס התיכון "מעוף ברנקו וייס" מודיעין הוא תיכון לנוער בסיכון הפועל ברעות מזה שלוש שנים. ביה"ס קולט תלמידים בכיתות י'-י"ב שבשל מגוון קשיים, כגון לקויות למידה והפרעות קשב, לא מצאו את מקומם בתיכונים הרגילים בעיר. ביה"ס מעניק לתלמידיו הזדמנות נוספת להצלחה לימודית - בעזרת מתן יחס אישי, למידה פרטנית ומגוון פעילויות חברתיות, חינוכיות וערכיות. תכנית "דור מצלם דור" היא אחת מתכניות הדגל של ביה"ס, בשיתוף הג'וינט. במסגרתה, ייערך מפגש בין-דורי בין תלמידי ביה"ס לבין קבוצת גמלאים מהעיר מודיעין-מכבים-רעות.

רציונל: מפגש בין תלמידי בית הספר לבין קבוצת הגמלאים יאפשר לתלמידים היכרות נרחבת עם סיפורי חיים השונים מהסיפורים המוכרים להם, וכן את הרחבת אופן חשיבתם והשקפת עולמם. לגמלאים, תתאפשר היכרות עם עולם המושגים, הערכים והשקפות העולם של צעירים בני עירם.

מטרת הפרויקט: קיום שיח בין-דורי בין גמלאים לנוער. שיח המלווה בצילום ובווידאו, והפקת תוצר וידאו מסכם ככלי מחבר בין הדורות.

אוכלוסיית היעד: גמלאים מהעיר מודיעין-מכבים-רעות ותלמידים מכיתות י'-י"ב בבית הספר "מעוף ברנקו וייס" מודיעין. הקבוצה תמנה כ-15 תלמידים וכ-15 גמלאים.

מקום הפעילות: המפגשים הקבוצתיים יתקיימו אחת לשבועיים, בימי ב' בבוקר, במבנה בית הספר התיכון "מעוף ברנקו וייס" מודיעין. משך כל מפגש: שעה וחצי.

לסיום: יתקיים ערב סיום חגיגי בנוכחות משפחות המשתתפים ומכובדים. הערב יכלול הקרנה של התוצר הסופי והצגת התהליך המשותף שעברה

הקבוצה.

דרישות מהמשתתפים:

- יכולת ומחויבות להגעה סדירה למפגשים שיתקיימו בימי שני בבוקר בבית הספר ברעות.
- רצון לקחת חלק בפרויקט ראשוני. יכולת קבלתם של בני הנוער - על השקפות עולמם ודפוסי ההתנהגות שלהם.
- סבלנות, מוכנות להתמודד עם קשיים, ונכונות להעניק ולקבל בחזרה חום ואהבה.
- "ראש פתוח", גמישות מחשבתית ויצירתיות.
- ההשתתפות בתכנית מתאימה למי שרוצה לקחת חלק בעשייה חינוכית, משמעותית וחוייתית.

## נספח מספר 4:

# מערך שיעור הכנה לבני ולבנות נוער לתכנית התנדבות בין-דורית

המנחה תציג את עצמה בפני המשתתפים.

**מתן סטינג:** בשעה הקרובה אציג לכם את התכנית... במפגש היום אין "נכון!" או "לא נכון!", מותר להגיד הכול.

בסבב: לבקש מכל אחד מבני הנוער לומר את שמו ולענות על השאלה: **מה הביא אותי להתנדב דווקא בתכנית הזו?**

על הלוח: **שמש אסוציאציות** - כשאני אומרת "זקן/זקנה", מה עולה לכם בראש?

לרשום על הלוח את התוצאות. לעודד את המשתתפים להגיד כל מה שעולה להם בראש. מותר לרשום גם: חכמה? שמחה? אופטימיות? בהתחלה, עולים כל הקשיים...

בסוף, להגיד בדרמטיות: **"הזקן הזה יכול להיות סבא שלכם!"**

המטרה: להציף סטראוטיפים ולעמת את בני הנוער עם האמירות שנאמרו.

**לבדוק עם בני הנוער מהן הציפיות שלהם מהתכנית.** אם כך נראים זקנים וכך אנו חושבים על זקנים, מה מצפה לנו? לתת מקום לחרדות, לחששות, לצחוקים ולכל מה שעולה.

**מבוא קצר למאפיין את הזקנים:** כל אדם הוא שונה, כמובן. ולרוב, הזקנים לא נבדלים מאנשים אחרים. גם אם אנחנו מדברים על "מאפיינים" של אנשים זקנים, אנחנו מדברים על תופעות שעשויות להופיע, אבל לא בהכרח, ובטוח שלא אצל כל זקן אתו ניפגש. בכל זאת, ישנן נקודות שחשוב שנדע ונהיה ערניים אליהן, כדי שנוכל לגשת לאנשים ביתר רגישות ובהבנה.

**דרך איסוף כל האמירות שבני הנוער אמרו, להוביל למאפיני הזקנה.**

כיום, נהוג לחלק את הזקנה לשלושה שלבים:

זקנה צעירה: גיל 60-70

זקנה אמצעית: גיל 70-80



זקנים מאוד: גיל 85-90 ומעלה

תוחלת החיים עלתה, ועמה גם איכות החיים. הרבה זקנים הם פעילים, מתנדבים, ויכולים להעניק מזמנם ומחכמתם לדור הצעיר ולחברה בכלל.

לתת דוגמאות של התנדבות מבוגרים: בביטוח הלאומי, בבתי ספר, בבתי חולים, באגודה למען החיל ועוד.

לחבר כל הזמן לסבא ולסבתא של בני הנוער.

לזקנה המאוד מבוגרת יש אכן מאפיינים קצת פחות נעימים: מראה, ריח, צלילות חושים. ועדיין, הזקנים שתפגשו בתכנית יהיו ורבליים וכאלה שמסוגלים, ובעיקר מעוניינים, בקשר אתכם, הצעירים.

לזקנה יש מאפיינים משמעותיים נוספים, עליהם ניתן את הדעת:

**תחושת בדידות** - היציאה ממעגל העבודה, הילדים והנכדים שמגיעים בעיקר לביקורים, רוב היום עובר בעשייה שהיא לעתים מוגבלת...

**האבדנים** - אבדן היכולות הפיזיות והקוגניטיביות. אבדן בן/בת הזוג. אבדן חברים וקרובים. האבדנים מעצימים את תחושת הבדידות.

במידה שבני הנוער קשובים, להרחיב על הבדידות ועל האבדנים. לחבר אותם "מהבטן" לתכנית.

ישנם עוד מאפיינים שלא אפרט, אולם שני מאפיינים אלה הם משמעותיים לקשר הבין-דורי. לשם, אתם בני הנוער, נכנסים - למקום שכל כך צמא לחברה, לדיבור, לתחושת מסוגלות ונתינה.

כשהמבוגר משטח בפניכם את קורות חייו, את סיפוריו ואת ניסיון החיים שצבר, הוא מרגיש דרככם שהוא עבר כברת דרך משמעותית בחיים. בנוסף, יש מישהו שמגיע באופן קבוע ומקשיב לו, לפעמים גם מתעד (לתת דוגמאות, כגון זקן שאמר לתלמיד: "עכשיו אני מרגיש שאני יכול למות בשקט. לא שבא לי, כמובן. אבל אני, את הסיפור שלי העברתי לדור הבא.")

מאפיין בולט אחר, הוא החזרה לזיכרונות מגילים מוקדמים יותר בחיים. תהליך ביולוגי ופסיכולוגי זה קורה אצל כל אחד ואחת בגיל המבוגר יותר: זיכרון החוויות של היום פוחת, ולעומת זאת, זיכרון החוויות שקרו בגיל הילדות והנעורים מתעצם.

**יש כמה הנחיות בסיסיות עליהן כדאי להקפיד במגע עם אוכלוסיית הזקנים:**

- דיבור אטי וברור. לבני הנוער יש נטייה לדבר מהר ולבלוע מילים. הזקנים מתקשים להבין את המילים (ובמיוחד את השפה: סלנג לעומת שפה תקנית/מיושנת).
- להגביר מעט את הקול. לא חייבים להישמע כאילו מדברים עם אדם מוגבל בשכלו. אבל, מאחר שבגיל המבוגר יש נטייה לירידה בשמיעה, צריך להיות ערניים ולוודא שהזקן מולו אתה נמצא שומע ומבין אותך.
- הקשבה ממקום מכבד ולא שיפוטי.

לחזור על **מטרת התכנית ומאפייניה**: נפגשים במרכז היום, פעם בשבוע, בימי \_\_\_\_\_, למשך \_\_\_\_\_ שעות. את הקבוצה ילוו מורה/מנחה/עו"ס, כך שאתם לא לבד בהתנדבות (לכל מי שחושש ממגע שאינו מתווך עם זקן/זר). יהיו מפגשים במעגל גדול, וייתכן שיהיו גם מפגשים בקבוצות קטנות. בסיום, יהיה תוצר \_\_\_\_\_ . התכנית היא התנדבותית (מומלץ להרחיב מעט על חשיבות ההתנדבות בכלל והתנדבות עם זקנים בפרט).

**בסבב: עם מה אני יוצא מכאן היום?**

\*חשוב במעמד זה לחלק לבני הנוער דפי הסכמת ההורים לפרסום תמונות מהפרויקט!

© גילי גוטפריד

## נספח מספר 5: דוגמה לפרוטוקול מפגש סיום: תכנית "בקול הגיל" - מודיעין

### נוכחים:

דרור גרשטיין - רכז חינוך חברתי, בית הספר התיכון "ברנקו וייס"  
טל נימני - מורה לקולנוע, בית הספר התיכון "ברנקו וייס"  
טוביה רוזמן - יו"ר העמותה לזקן - ורעייתו, ורה  
מיכאל בן שיטרת - מנהל בית הספר התיכון "ברנקו וייס"  
שירה - מחנכת הכיתה  
גילי גוטפריד - מנהלת התכנית, ג'וינט ישראל

נפגשנו לישיבת סיכום הפרויקט שהתנהל במהלך השנה.

**דרור:** מסכם את הפרויקט בסיפוק גדול. ישנם תוצרי לוואי משמעותיים שנרקמו סביב הפרויקט - המבוגרים שהשתתפו בקבוצה הפכו לחלק בלתי נפרד מנוף בית הספר. הם מוזמנים ומגיעים לכל האירועים שבית הספר מקיים, והפכו לחלק בלתי נפרד מהנוף הטבעי בו. 'זה מרגיש כמו משפחה...'

בנוסף, הורי התלמידים הפכו מעורבים בצורה משמעותית בפרויקט. התלמידים משתפים בבית על המתרחש במפגשים - עובדה שכלל אינה מובנת מאליה, ואינה מאפיינת את אוכלוסיית תלמידי בית הספר.

במהלך המפגשים קבעו התלמידים והמבוגרים נסיעה משותפת בחופשת חג השבועות לאולפנים בנוה-אילן, לצורך צילומים וראיונות בשעה 08:00 בבוקר. התלמידים נרתמו, והגיעו מוקדם בבוקר ביום חופשתם כדי להשתתף. מאוד לא טריוויאלי!

בצורה מעוררת השתאות, התלמידים הצליחו להכיר אוכלוסייה השונה מהם. בסימו של דבר, הם אמרו שעכשיו הם מבינים ש"גיל זה רק מספר..." שיתוף הפעולה עם טוביה ועם העמותה לזקן היה מוצלח ביותר. מעוניין להמשיכו גם בשנה הבאה.

**שירה:** הפרויקט עשה טוב לתלמידי הכיתה. בתחילה הם חששו מפערי הגיל ומחוסר עניין, אולם הם התבדו ונרתמו לעשייה מכל הלב. כאשר אחד התלמידים פגש ב"סופר" מבוגר מהתכנית - הוא ניגש אליו, לחץ את ידו והחל לשוחח עמו. שירה חיזקה את התלמיד, משום שהאקט אינו מובן מאליו ומראה

על כבוד. דרך הפרויקט, היא חיזקה ערכים חינוכיים ותרבותיים וערכים שבין אדם לחברו.

**טוביה:** בתחילת הפרויקט הסתכלו עלינו בתדהמה. במהלכו, הרגשנו את המהפך בחשיבה ובגישה של התלמידים כלפינו.

העבודה עם צוות בית הספר הייתה מוצלחת ביותר. מעוניין להמשיך את העשייה המשותפת גם בשנה הבאה.

**מיכאל:** כשנכנס למפגשים שבמהלך השנה, התרשם מהקרבה ששררה בין המשתתפים: נראתה כמו קשרים של סבא ונכד. הקשר נראה אישי, ולא קשר מתוך כורח או חובה.

**טל:** העבודה בפרויקט הייתה מרובה, אולם מלאה בסיפוק. ההנחיה לצד שי (המתנדב) הייתה מעשירה ומלמדת. במהלך הפרויקט הרגשתי שגדלתי.

הסרט יועלה בימים הקרובים לאתר "ווטיוב" וישלח אליו קישור

לצפייה.

#### **לסיכום:**

הפרויקט היה מוצלח ביותר. הניב הרבה יותר מסרט משותף. צמצם פערים, סטראוטיפים ודעות קדומות.

עדיף לקיים מפגשים שבועיים ברצף, ולא אחת לשבועיים.

שיתוף הפעולה בין הרשות/יח' ההתנדבות לפרויקט ראוי לשיפור. שיתוף הפעולה בין העמותה לבית הספר היה מוצלח ביותר.

תודות מיוחדות לשי בן סעדון, על שנרתם לעשייה עם לב ענק ובמקצועיות רבה.

תודה לכולכם על הזכות ללוות ולהתלוות אליכם למסע המרתק!

נהניתי מאוד.

גילי גוטפריד, מנהלת תכנית "הקול בגיל"