

מיזם הבדידות – תיאור המענים ביישובים

כתיבה: אילנית שטיינברגר, מנהלת מיזם הבדידות

שם היישוב: ירושלים

שם התוכנית: מחסוי לגלוי

הגוף המפעיל: המרכז הישראלי לאפוטרופסות, הקרן לטיפול בחסויים.

המועד, משך הפעילות ותדירותה: התוכנית התקיימה במשך שנתיים.

המקום: בתי הזקנים בקהילה או במוסדות.

קהל היעד: זקנים חסויים (על פי ההגדרה בחוק הכשרות והאפוטרופסות), שהמרכז הישראלי לאפוטרופסות, הקרן לטיפול בחסויים, משמש להם כאפוטרופוס, על פי מינוי בית המשפט לענייני משפחה או כנאמן לגמלת הביטוח הלאומי, על פי מינוי של המוסד לביטוח לאומי. לתוכנית נבחרו זקנים שיש להם נתק מוחלט ממסגרות משפחתיות או חברתיות.

מספר המשתתפים: 67 קשרים בין זקנים למתנדבים נוצרו במהלך התוכנית כאשר לאורך זמן התקיימו באופן עקבי וקבוע רק כמחציתם.

תיאור הפעילות: מבנה ותוכן

לכל משתתף הותאם ידיד-מתנדב, אשר תפקידו היה להכיר את הזקן היכרות מעמיקה הנוגעת לתחומי העניין שלו, תרבותו, יכולותיו הפיזיות, המנטליות והאמצעים שברשותו בסביבתו הטבעית. לאחר ההיכרות הידיד התאים פעילות לרצונו של המשתתף, תוך התייחסות ליכולתו האישית ולפיתוח קשרים חברתיים. הידידים ביקרו את המשתתפים באופן קבוע וניסו לחשוף אותם למרחבים הציבוריים בסביבתם (מרכזי יום, מתנ"ס, שכנים, מועדונים, חוגים), להרחיב את הרשתות החברתיות שלהם ולעודד אותם להשתמש בהן.

יצירת קשר בין משתתף למתנדב הוא תהליך מורכב, הדורש מאמץ ומוכנות משני הצדדים. אצל חלק מהמשתתפים תהליך זה לקח מספר שבועות, לאור חוויות עבר לא קלות של

נטישות ופרידות כואבות וגם לאור כישורים חברתיים שהיו מצומצמים שנים רבות. לעיתים, הקשרים התחילו עם חשדנות (גלויה או סמויה) מצד המשתתפים, שלא הורגלו לדמות שמגיעה אליהם ללא תשלום וללא מטרה קלינית או סוציאלית. הקשר נוצר ברגע שנרכש אמון, שהמתנדב ימשיך להגיע באופן עקבי מתוך בחירה, רצון ואכפתיות אמיתית.

להלן דוגמאות לפעילויות שהתקיימו במסגרת הקשרים בין המתנדבים למשתתפים:

- חידוש הקשר עם המשפחה: מתנדב יצר קשר עם אחיו של משתתף המתגורר בקנדה והוא בן המשפחה היחידי שיש לקשיש. המתנדב סייע בהנגשת הקשר באמצעות תוכנת סקייפ, שהמשתתף למד להשתמש בה גם בהיעדרו של המתנדב.
- הנגשה לפעילויות פנאי אשר יכולות לגרום הנאה בכל ימות השבוע באמצעות:
 - רכישת נגני מוסיקה, שהמתנדב מעלה להם מוסיקה אהובה על הקשיש ומדריך אותו כיצד להשמיע אותה.
 - רכישת זכוכית מגדלת להקלה על הקריאה.
 - מנוי לספרייה לעיוורים וקבלת ספרים מוקלטים.
 - שימוש במחשב קיים במסגרת המוסדית.
 - היכרות עם משחקי חברה.
- יציאות לבילוי משותף, למשל לבית קפה, לבית קולנוע, למוזיאון, להופעה מוסיקלית, לטיול בשכונה.
- ציון אירועים אישיים: ימי הולדת, יום שנה לבני משפחה, ציון חגים ואירועים בצורה אישית.
- מפגשים קבוצתיים בנושאים שונים, למשל אקטואליה, דרמה, אומנות ועוד, בהנחיית סטודנט לעבודה סוציאלית/ריפוי בעיסוק/פסיכולוגיה במסגרת התנסות מעשית.

תהליך גיוס המתנדבים נעשה בערוצים שונים, כגון: אינטרנט, אתרי התנדבות וארגוני התנדבות, ארגוני גמלאים, מקומות עבודה, קהילות (בתי כנסת). כמו כן, נוצרו שיתופי פעולה עם בתי ספר לעבודה סוציאלית ולריפוי בעיסוק באוניברסיטה העברית, עם מכינות ומדרשות. שיתוף פעולה מרגש נוצר עם האגודה לצער בעלי חיים בירושלים. האגודה הפנתה מתנדבים אשר ביקרו אצל הקשישים עם כלבם. במקרים אלה, התיווך לקשר בין המתנדב לזקן נעשה

באמצעות הכלב. נוכחות הכלב יצרה אווירה נעימה, שמחה, עודדה תקשורת בין הזקן לכלב ואף עודדה טיול משותף לקשיש, למתנדב ולכלב מחוץ לכותלי המסגרת - הישג משמעותי מאוד.

תמיכה, הדרכה וליווי שוטף הם משמעותיים בשמירה על המוטיבציה של המתנדבים בעיקר בתחילת ההתנדבות וסביב שבירת המחסומים של הזקן ובניית הקשר ביניהם. לכן מומלץ להנחיל שגרות עבודה במהלך הפעלת התוכנית, המסייעות הן לרכז והן למתנדבים בשמירה על קשר שוטף, קבלת הדרכה, מידע ויצירת קבוצת עמיתים. להלן דוגמאות משגרות העבודה אשר סייעו לרכזת התוכנית בשמירה על קשר עם המתנדבים ומתן ליווי מקצועי שוטף.

1. מפגש חודשי קבוע בנושאים, כגון:

- מיקוד מטרות המיזם ומשמעות העשייה בתוכנית.
- צמצום בדידות באמצעים שונים.
- מידע בסיסי בנושא בריאות הנפש וזיקנה.
- רעיונות לפעילויות.
- למידת עמיתים.
- תמיכה.

2. שיחה טלפונית אחת לחודש.

3. שליחת דוח חודשי לרכזת התוכנית.

4. הפצת עלון חודשי (ניוזלטר) המסכם את הידע שהועבר, המפגשים העתידיים, העשייה בשטח, מאמרים וידע הקשורים לעשייה.

5. הצטרפות רכזת התוכנית למפגש של הצמדים שנוצרו בשטח, אחת לחצי שנה.

6. פעילויות לגיבוש ולתגמול המתנדבים.

7. קיום אירועים משותפים של המתנדבים והזקנים סביב חגי ישראל, פעמיים בשנה.

כוח אדם

- רכזת התוכנית: 75% משרה.
- מתנדבים: הכוח המניע של התוכנית היו המתנדבים ועל כן משאבים רבים הוקדשו לגיוסם ולהדרכתם במהלך כל התוכנית.

עלות התוכנית: 250,000 ₪ לשנתיים. עבור רכזת, הדרכות ותגמול מתנדבים.

יצירת קשר

יואב שפיז, עוזר מנכ"ל הקרן לטיפול בחסויים.

דוא"ל: yoavs@apotropus.org

טלפון: 072-2600403