



המוסד לביטוח לאומי
הקרן למפעלים מיוחדים



ג'וינט ישראל
מסד נכויות
והאגף לנכויות ושיקום



משרד הבריאות
שירותי בריאות הנפש



משרד הרווחה
והשירותים החברתיים
אגף השיקום

בשיתוף רשויות מקומיות ובסיוע איחוד הקהילות היהודיות בצפון אמריקה (JFNA)
והמגבית המאוחדת לישראל בקנדה (UIAC) וקרן טאובר

קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים



רעיונות לשיפור השירות ולהתחדשות בקהילות התומכות



רעיונות לשיפור השירות ולהתחדשות בקהילות התומכות

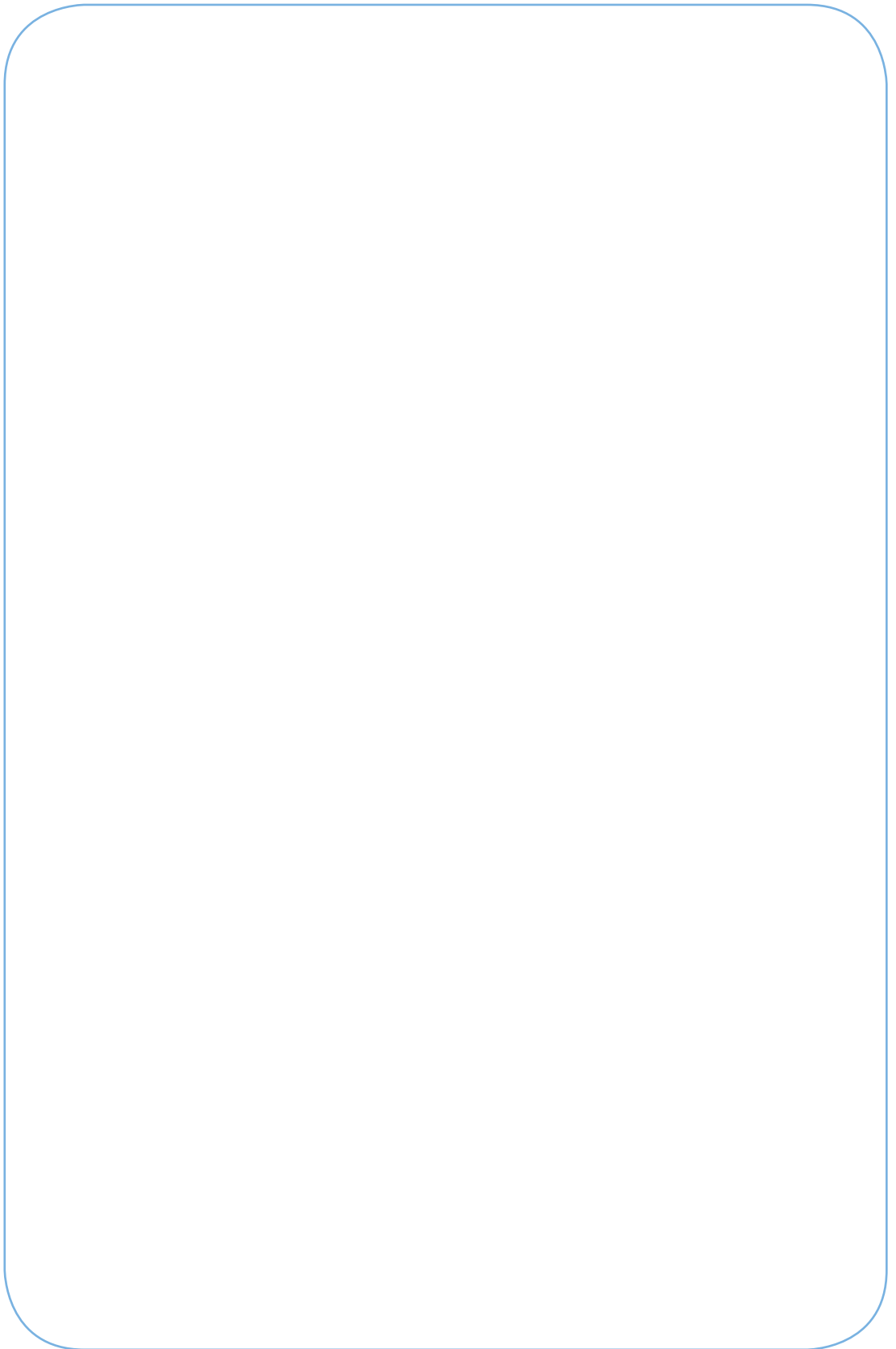
מרץ 2010

פרסומים, חומרים מקצועיים, ומידע על קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים
באתר: www.jdc.org.il/disability

תוכן העניינים

עמוד

5	הקדמה
6	פרק א' - חיזוק הקהילה
9	פרק ב' - העצמת נכים
12	פרק ג' - שיפור השירות
15	פרק ד' - התנדבות בקהילה למען הקהילה
17	פרק ה' - פעילות תרבות וחברה



הקדמה

קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים היא שירות שפותח החל משנת 2002. כיום השירות פועל ב-20 קהילות ובהן כ-1,500 נכים. בסך הכל נהנים מהשירות למעלה מ-4,000 נפש כולל בני משפחה של הנכים הגרים איתם.

במהלך השנים, הוכחה האפקטיביות והחיוניות של השירות. יחד עם זאת, הלמידה בשטח וההמשכיות מצריכות בחינה שוטפת והתחדשות.

ב-31 במרס 2009 התקיים הכנס השנתי של קהילות תומכות לנכים. בכנס שכותרתו "התחדשות וצמיחה בקהילות התומכות" התקיימה סדנא בהנחיית היועצת הארגונית רונית קורץ. בסדנא הועלו רעיונות לחיזוק הקהילה, לשיפור השירות, להעצמת הנכים בקהילה וכן להפעלת מתנדבים במגוון של פעילויות למען קהילת הנכים.

החוברת הינה תוצר של סדנא זו.

הרעיונות קובצו בחוברת שלהלן ללמידה משותפת, לשיפור השירות, להעשרת הפעילות, וכבסיס לחילופי רעיונות.

אנו מודים למשתתפים על החשיבה והיצירתיות ומקווים שיעשה שימוש מועיל ונעים בהצעות המופיעות בחוברת.

נשמח לקבל משוב והצעות נוספות לחוברת הבאה.

רונית גולדינר, שולי בר שי, יקיר מנדל פניני

צוות קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים בג'וינט ישראל ו"מסד נכויות".

פרק א' - חיזוק הקהילה

בפרק זה מוצגים רעיונות שמטרתם לחזק את המרכיב הקהילתי של התוכנית: חיזוק השייכות, יצירת יחסי-גומלין בין חברי הקהילה, וחיזוק הנוכחות של קהילת הנכים בישוב.

קהילתון - עלון הקהילה

הרעיון: פרסום עלון חודשי לחברי הקהילה ובני משפחותיהם.

המטרה: לחבר בין כל חברי הקהילה באמצעות תכנים משותפים.

המלצות וטיפים:

- לשתף את כל החברים בפעילויות הנעשות בקהילה.
- לעדכן אודות שירותים וזכאויות.
- לצרף לכל עלון "צימוק" או "סוכריה" שהם סיפור או שיר שיש בהם מסר חיובי.
- להתאים את התכנים לחברי הקהילה. להקפיד לשלוח את העלון במועדים קבועים כדי לייצר קשר קבוע. לא לפגוע בזכויות יוצרים.
- אפשר לשלוח העלון גם בדואר האלקטרוני.
- לערב חברי קהילה בכתיבה ובפרסום העלון.

"אמץ קהילה"

הרעיון: איתור ארגון חברתי או עסקי בישוב שיאמץ את הקהילה.

המטרה: סיוע לקהילה בגיוס משאבים לפעילות חברתית וסיוע פרטני כלכלי לחבר קהילה בעת הצורך. בנוסף, גיוס מתנדבים ופעילים מהארגון לסיוע בארגון הפעילות החברתית ולקשר פרטני תומך.

המלצות וטיפים:

- חשוב להבנות את הקשר עם הארגון המאמץ ולהגדיר ציפיות ודרכי פעולה.

הפנינג קהילות

הרעיון: יום כיף משותף לכל הקהילות (או למספר קהילות) המיועד לנכים ולבני משפחותיהם.

המטרה: גיבוש של הנכים ובני המשפחה למפגש משותף רב משתתפים. במספר רב של משתתפים יש מרכיב של עוצמה.

המלצות וטיפים:

- לחשוב על מסר מוביל ליום הכיף.
- ליצור תהודה תקשורתית סביב הארוע.
- ליצור מסורת של יום כיף שנתי.

כוס לאלוהי הנביא

- הרעיון:** קיום ליל סדר לנכים בודדים.
- המטרה:** לסייע לנכים בודדים לחגוג את ליל סדר, להפיג את תחושת הבדידות ולשלבם בקהילה.

המלצות וטיפים:

- לסייע לנכים להשתתף בסדר ציבורי בישוב, לקיים סדר משותף למספר נכים בודדים, לגייס תרומה לארוחת ליל סדר, לארגן הסעות, לגייס מתנדבים לניהול הסדר, ל"שדך" נכים בודדים למשפחות המקיימות סדר ומעוניינות לארח בביתן.
- חשוב להקפיד על שמירת פרטיות החברים וכבודם.

"יד שניה"

- הרעיון:** אירוע מכירת ביגוד וחפצים מ"יד שניה".
- המטרה:** לאפשר לנכים לרכוש בגדים ומוצרים בעלות סמלית.

המלצות וטיפים:

- למיין את הבגדים והחפצים ולהציגם למכירה נקיים ומסודרים.
- להעסיק נכים בשירות לקוחות בזמן המכירה

אצלנו בטברנה

- הרעיון:** חבר קהילה מארח בסלון ביתו קבוצה קטנה של חברים מהקהילה, סביב תוכן מוגדר מראש.

- המטרה:** הידוק הקשרים החברתיים והזדמנות לפעילות תרבותית וחברתית שמעוניינים בה מספר קטן של חברים.

המלצות וטיפים:

- נושאים לדוגמא למפגשים: האזנה מודרכת למוסיקה, קריאה ודיון של קטעי ספרות, צפייה ודיון בסרט.
- צוות התכנית יכול לסייע בארגון הבית וקניית הכיבוד.
- הרעיון יכול להיות מענה לבעיות ההסעה למקום המרכזי של הפעילות החברתית.
- ניתן לערוך את המפגש כל פעם בבית של חבר אחר.

יום הולדת הנה בא

- הרעיון:** ציון ימי הולדת של חברי הקהילה.
- המטרה:** לתת לחבר הקהילה תשומת לב אישית בתאריך הולדתו.

המלצות וטיפים:

- ביקור בית של אב הקהילה, ברכה לחבר בעלון הקהילה, שליחת ברכה בדואר.

פרק ב' - העצמת נכים

בפרק זה מוצגים רעיונות והצעות לפעילות של נכים לקידום מטרותיהם. מטרות הפעילות הן העצמת נכים, הגברת תחושת הסיפוק, המשמעות והדימוי העצמי.

כל ישראל אחים

הרעיון: סיוע ותמיכה הדדית של חברי קהילה זה לזה.

המטרה: להשתמש ביתרונות ובכוחות של חברים בקהילה לטובת חברים אחרים ובכך להעצים את הנותנים ואת המקבלים.

המלצות וטיפים:

- לזהות את היכולות של האנשים, לשווק את הרעיון לחברי הקהילה ולשבץ את החברים, תוך חיבור בין הצרכים לבין היכולות.
- לתת ליווי ותמיכה לחברים שעוזרים לאחרים כדי לחזק את תחושת ההעצמה.

מצרכני שירות לנותני שירות

הרעיון: איתור חברי קהילה בעלי מוטיבציה ויכולות והכשרתם להיות נותני שירות בקהילה.

המטרה: לאפשר לחברים להיות פעילים ולתת הזדמנות לשיקום תעסוקתי בהמשך.

המלצות וטיפים:

- להגדיר מהם תחומי השירות, למי יינתנו וכיצד.
- לבנות את התכנית בשיתוף עם נכים מהקהילה.

נכים יוזמים הקמת בית קפה חברתי

הרעיון: חברי הקהילה יכולים להפעיל "בית קפה" במקום בו מתקיימים המפגשים החברתיים (כגון "נגיש קפה" - בית הקפה שהוקם על ידי חברי קהילה נגישה ברמת ישי).

המטרה: לאפשר לחברי הקהילה יזמות עסקית או התנדבותית.

המלצות וטיפים:

- הנכים יפעילו את בית הקפה בכוחות עצמם וגם ישתכרו מההכנסות.
- לעודד את הנכים המפעילים את בית הקפה להרחיב את השירות לקהלי יעד נוספים.

אנחנו מפתחים שירות/פעילות עבור הקהילה

הרעיון: הפעלת קבוצות נכים כדי לפתח תחומי פעילות בקהילה כגון מיצוי זכאויות.

המטרה: לאפשר לנכים להיות פעילים בתחומים הקרובים ללבם ומעניינים אותם ויכולים לתרום להם ולחבריהם.

המלצות וטיפים:

- לבחור היטב את הנושאים כך שיתרמו לקהילה כולה.
- לרתום מתנדבים מקרב אנשי המקצוע כדי ללוות את קבוצות העבודה.

יש לי קבוצה שלי

הרעיון: יצירת קבוצות קטנות מקרב חברי הקהילה שיש להם מטרה לפתח עיסוק המשותף להם כגון: גינון טיפולי, כתיבת עיתון ועוד.

המטרה: לבנות את הקבוצה על בסיס מכנה משותף ולחזק קשרים חברתיים ותחושת שייכות.

המלצות וטיפים:

- להמליץ במיוחד למי שמתקשים להצטרף לפעילות החברתית השוטפת.

מחשב לכל חבר

הרעיון: לסייע לנכים להצטייד במחשב ולדעת להפעילו.

המטרה: פיתוח היכולות והידע של הנכים לעבודה עם מחשבים. חיזוק עצמאות והרחבת רשתות חברתיות

המלצות וטיפים:

- להשיג מחשבים כתרומה.
- לגייס מדריכים מתנדבים.
- לקיים הדרכה ברמה קבוצתית ופרטנית על-פי הצרכים.
- מידע על פעילות שנעשתה בתחום אפשר לקבל מקהילות נהריה, שדרות ובאר שבע.

פרק ג' - שיפור השירות

בפרק זה מוצגים הצעות ורעיונות לשיפור השירות. השירות בקהילה תומכת הוא לב התוכנית. כיום פועל סל שירות שנבנה בעת הקמת הקהילות הראשונות. בחלוף הזמן ועם הטמעת הקהילה בישוב אנו נוכחים לדעת שנדרש לעשות יותר.

מכפילים כוח למען הנכים

- הרעיון:** יצירת תאום ושיתופי פעולה עם שירותים אחרים בישוב.
- המטרה:** איגום משאבים ויצירת רצף בשירותים הפרטניים והקהילתיים לנכים.
- המלצות וטיפים:**
- למפות את כל השירותים בישוב.
 - ליצור קשר למטרת היכרות הדדית עם נותני השירותים בישוב, לבנות יחסי אמון ושיתוף פעולה.
 - לבנות תכנית פעולה משותפת.

אחי, מי מבין אותי הכי?

- הרעיון:** הרחבת שירותי המוקד, הניתנים כיום, למתן תמיכה רגשית לנכים ולבני משפחותיהם.
- המטרה:** מתן מענים רגשיים לנכים ובני משפחותיהם באמצעות הטלפון 24 שעות ביממה.
- המלצות וטיפים:**
- לעודד את הנכים להשתלב בעבודת המוקדים כעובדים מן המניין.
 - להכין ערכת הדרכה עבור המוקדנים עם תכנים רלוונטיים לרעיון ולמטרתו.

עשה לך מפה

- הרעיון:** מיפוי צרכים של הנכים אל מול המענים הקיימים.
- המטרה:** יעול השירות אל מול הצרכנים
- המלצות וטיפים:**
- למפות את הצרכים
 - למפות את הפתרונות הקיימים והשירותים הנותנים מענים.
 - לקיים פורום חשיבה בשיתוף הנכים לתכנון מענים חדשים.

סומכת ותומכת

הרעיון: הכנסת שירותי סומכת / תומכת לשיפור מיומנויות התפקוד היומיומי וניהול משק הבית.

המטרה: לשפר את מיומנויות התפקוד המשפחתיות והביתיות, לפתח תחושת עצמאות ושליטה אישית בחיי היומיום.

המלצות וטיפים:

- ללוות ולהדריך את הסומכת ולהקנות לה מיומנויות בסיסיות.
- להרחיב את השירות לניהול יעיל של תקציב משק הבית.
- לפתח מיומנויות תקשורת אל מול השירותים בקהילה (תחום חשוב במיוחד לבעלי לקות קוגניטיבית).

פורום ידע

הרעיון: הקמת פורום ידע באינטרנט לעובדים הסוציאליים האחראים על הקהילה התומכת ברשויות המקומיות ולמפקחי השיקום במשרד הרווחה.

המטרה: למידה הדדית והתמודדות עם אתגרים בשלבי הטמעת השירות לאחר מעבר הקהילות ממימון ואחריות הג'וינט למימון ואחריות משרד הרווחה והרשויות.

המלצות וטיפים:

- למנות "נאמן לפורום" אשר יהא אחראי לתחזק את הפורום.
- לקיים סבב בין המשתתפים לתפקיד "נאמן הפורום".
- לשבץ בפורום מידע עדכני הרלוונטי לניהול הקהילה.
- ליזום פורומים גם לאבות הקהילה ולרכזות הקהילה.

היערכות לשעת חירום

הרעיון: הטמעת נושא הנכויות בקרב צוותי החירום הישוביים באמצעות צוות קהילה תומכת ונכים פעילים וחזקים בישוב.

המטרה: להכין בצורה מיטבית את הארגונים הפועלים בישוב למתן שירותים לנכים בעת חירום

המלצות וטיפים:

- לציין צרכים של נכים בעת חירום או נושאים שיש לתת להם את הדעת כגון: חירשים שאינם שומעים האזעקות, נפגעי נפש שרגישותם עולה במצבי חרדה, חוסר נגישות של מקומות מילוט והגנה לנכים עם מוגבלות בניידות ולעיוורים.
- להיעזר בדוח חירום המופק מתוכנת הניהול למיפוי מיידי של צורכי החברים בחירום.

פרק ד' – התנדבות בקהילה למען הקהילה

בפרק זה מוצגים רעיונות לגיוס והפעלת מתנדבים מהישוב למען הקהילה וכן לגיוס והפעלת נכים חברי הקהילה כמתנדבים למען חבריהם. רעיונות אלה מתווספים לרעיונות שעלו בפרקים הקודמים כגון "אצלנו בטברנה", "כל ישראל אחים" ועוד.

מתנדבי תחזוקה

- הרעיון:** הפעלת מתנדבים בעלי מלאכה לעזרה לאב הקהילה בתיקוני בית
- המטרה:** מתן סיוע לאב הקהילה בתחום תיקוני הבית במיוחד באותם תחומים בהם אינו בקי לדוגמא: תיקוני חשמל
- המלצות וטיפים:**
- איתור מתנדבים במרכזים להכשרה מקצועית.
 - איתור מתנדבים מקרב סטודנטים.
 - פרסום מודעות בעיתונות המקומית ובאתרי אינטרנט המופנות לבעלי מלאכה שונים.

אחינו הנהג

- הרעיון:** הקמת מאגר מתנדבים לסיוע בהסעות לפעילות חברתית
- המטרה:** לאפשר לנכים להגיע לפעילות החברתית, ליהנות מפעילויות פנאי שונות ולהשתלב בקהילה.
- המלצות וטיפים:**
- לוודא קיום רשיון נהיגה בתוקף וביטוח לכל נהג.
 - לבנות מאגר קבוע של נהגים מתנדבים
 - להיעזר במתנדב לרכז את מערך ההסעות ולטפל בבקשות השונות של חברי הקהילה.

נתינה היא מתנה

- הרעיון:** שילוב עובדי הארגון המפעיל בפעילות החברתית של הקהילה התומכת.
- המטרה:** יצירת חיבורים הדוקים יותר בין נותני השירות למקבלי השירות ויצירת מחויבות בקרב הארגון המפעיל כלפי הנכים בכלל והקהילה התומכת בפרט.
- המלצות וטיפים:**
- העובדים יכירו את צרכני השירות וירגישו סיפוק מהנתינה והנאה מהפעילות.
 - כדאי לזהות את הכישורים המיוחדים של העובדים ולהפעילם בהתאם לכישוריהם.

פרק ה' - פעילות תרבות וחברה

רעיונות והצעות לפעילות חברתית "קצת אחרת". חלק מהרעיונות כבר נוסו בקהילות והוכחו כמוצלחות.

אומנות בקהילה

הרעיון: הקמת חוג אומנות.

המטרה: לאפשר לחברי הקהילה השתתפות קבועה בחוג אומנות בקבוצה קטנה בהתאם לנטייתיהם האמנותיות והיצירתיות

המלצות וטיפים:

- ליצור תכנית טובה ואיכותית שתמשוך את הנכים ותהיה ייחודית ומתאמת לצרכיהם.
- לגייס אומנים מתנדבים שיוזמנו לתת שיעור למשתתפים.

תיאטרון פליי-בק

הרעיון: שימוש בתיאטרון פליי-בק לעבודה עם נכים. תיאטרון פליי-בק הינו מפגש תיאטרון שבו קבוצת שחקנים משחקת את הסיפורים האישיים שהמשתתפים מעלים במפגש.

המטרה: הפגת מתחים, פתרון בעיות ועיבוד דילמות דרך שימוש בתיאטרון. באמצעות תיאטרון פליי-בק ניתן להעלות ולחלוק מצבים מורכבים מתוך חייו של חבר הקהילה, לקבל תובנות חדשות והתייחסות אוהדת ולא שיפוטית מחברי הקהילה.

המלצות וטיפים:

- לקיים תיאטרון פליי-בק לקבוצה קטנה של נכים בלבד (ללא בני משפחה ומלווים).

תיעוד הסיפור האישי

הרעיון: תיעוד הסיפור האישי באמצעים יצירתיים שונים כגון, כתיבה, צילום, ציור.

המטרה: לעודד הבעה יצירתית, חיזוק הדימוי העצמי.

המלצות וטיפים:

- להעזר בסטודנטים מתנדבים.

בילוי תרבות

הרעיון: יציאה מאורגנת לארועי תרבות כגון: אופרה, סרט, קונצרט.

המטרה: פעילות בקבוצות קטנות לפי תחומי עניין וגיבוש חברתי.

המלצות וטיפים:

- מפגשים בקבוצות קטנות מחזקות את הקשרים החברתיים.
- אפשר לשלב ביציאה מפגש חברתי על כוס קפה.

מועדון הסרט הטוב

הרעיון: מפגש חברתי להקרנת סרט.

המטרה: לאפשר לחברים חווית בית קולנוע בפורום של חברי הקהילה.

המלצות וטיפים:

- "חוויה קולנועית" – הכנת פופקורן לכל הנוכחים.
- הרצאה מקדימה על הסרט.
- בהקרנת סרט ישראלי אפשר להזמין את הבמאי או אחד השחקנים להרצאה על הסרט.

אמנות בבית

הרעיון: ניידת אמנות לעבודות יצירה שתגיע לבתי נכים קשים ומודרים חברתית.

המטרה: לאפשר גם לנכים קשים ליהנות מיצירה ומעשייה אמנותית, אשר תסייע בהפגת הבדידות ומילוי תוכן בשעות הפנאי

המלצות וטיפים:

- לבנות פעילות מותאמת
- להכשיר מדריכים
- ליצור שיתוף פעולה עם מחלקת התרבות והיחידה לעבודה קהילתית בעירייה.

פרסומים, חומרים מקצועיים, ומידע על קהילה תומכת חיים עצמאיים לנכים
באתר: www.jdc.org.il/disability

