

ארגז כלים למובילי קבוצות

11.5.25

שבוע טוב

כל שבוע אני שולחת לכם מכתב ובו רעיונות לפעילות עם קבוצה שאתם מובילים שיכולה להיות במרחב ההתנדבות שלכם, במקום העבודה, במשפחה, במסגרת חברתית עם שני אנשים - חברות / חברים או קבוצה.

הפעם אני מניחה בפניכם את האפשרות גם לאתר בסביבה שלנו אדם בודד ולהגיע אליו פעם בשבוע עם המכתב ולשתף אותו בתכנים.

אם זה אדם שרחוק מכם פיזית, תוכלו לקיים שיחה שבועית בטלפון או אפילו מפגש זום עם כוס תה. יש חשיבות למפגש בזמנים קבועים, כדי לאפשר לאדם את מתנת הציפיה והגעגוע.

כל שבוע אני מזכירה לנו את המציאות המטלטלת שבה אנחנו חיים, את הכמיהה לבואם של החטופים, את התפילה לשלום החיילים ואת הבקשה לחפש בתוכנו מקורות לכוח ולחוסן. נתינה היא מפתח חשוב ומשמעותי לחוסן. כשאנחנו בוחרים לעסוק בנתינה, אפילו רק למשך שעותיים בשבוע, אנחנו מתחזקים.

הזמנה למחשבה

שבת והדרת היא מועד שנתי להוקרה לאזרחים הוותיקים, מייסודו של השר אורי אורבך ז"ל. בכל שנה, בפרשת קדושים, פועלת משפחתו יחד עם אנשים רבים להנציח את זכרו. הפרשה נבחרה בשל הפסוקים: "והדרת פני זקן", "מפני שיבה תקום" ו-"ואהבת לרעך כמוך", שמשקפים את דמותו של אורי ואת מפעל חייו.

אורי אורבך ז"ל היה עיתונאי, סופר, פוליטיקאי ואיש ציבור שהקדיש את חייו לחיזוק מעמדם של האזרחים הוותיקים בישראל. הוא האמין שהגיל השלישי הוא לא סוף הדרך אלא תחילתה של דרך חדשה – דרך של עשייה, תרומה ונתינה.

זמן קצר מאד לפני שאורי אורבך נפטר, פגשתי אותו ברעננה. הצגנו בפניו את התכניות של תנועת של"מ – החברה למתנ"סים, הוא התרשם מאד ובסוף דבריו הוא שתף אותנו שהוא רוצה למצוא דרך לקרוא למשרד שהוא מוביל גם המשרד להתנדבות.

בסוף המפגש נגשתי אליו ושוחחנו ואמרתי לו, שאני אשמח להצטרף אליו כדי להגשים את חלום המשרד להתנדבות, קבענו שנדבר.

הוא בקש שאני אשלח לו את הסיפור שספרתי וגם את מאגר הציטטות שיש לי בנושא התנדבות ואז אחרי תקופה קצרה הוא נפטר.

לימים תנועת של"מ הפכה ל"באים לטוב" המערך הלאומי להתנדבות אזרחים ותיקים שמופעלת על ידי החברה למתנ"סים והמשרד לשוויון חברתי ובאחד מאירועי הפתיחה, מירב כהן שהיתה אז השרה, שתפה בדבריה מהחזון של אורי אורבך וכך מצאתי את עצמי חלק מפעילות המשרד של אורי אורבך ז"ל, בתחום ההתנדבות, בלעדיו.

במסגרת התפקיד שלי הקמתי בית ספר ליזמות של אזרחים ותיקים מתנדבים, דרך מרכזים קהילתיים בכל הארץ, כך שמשהו ממנו נמצא גם בעשייה היומיומית שלי.

קישור לאתר – והדרת - <https://did.li/7EKlw>

רונית רביב - מנחה, מרצה, ומספרת סיפורים 050-6458882 ravivr1@bezeqint.net

ארגז כלים למובילי קבוצות

במילותיו:

“רעיי בני הכפר, שכניי, ידידי, תוכלו לתקן חלומות בלעדי. זה אפילו מומלץ וכדאי. זה לא האבקה או מכון מפואר. החיוך המבט – זה העיקר. ותשומת הלב ויחס מעט, אהבת הזולת, הליטוף המבט. אם בזה תשתמשו בטוב טעם ודעת, חלום רע לא יבוא, לא דרקון ומרשעת. אם תראו את הכל בפשטות וביושר, תתקנו לעצמכם כל חלום באושר.” (מתוך “מתקן החלומות”)

תפילה לאזרחים ותיקים

ריבונו של עולם, אלוהי הזקנים/ בקשה מהשר לאזרחים ותיקים/ שתקבל תפילתי כתפילת זקן ורגיל/ אפילו שעוד לא הגעתי לגיל:

יהי רצון מלפניך שתיתן שנה עסוקה יותר לכל הגמלאים/ שתהיה שנה טובה יותר לזקנים הלא בריאים/ שתמצא אהבה לכל הבודדים והבודדות/ שתיתן לסקרנים ללמוד, לבליינים – לרקוד, ולמי שרוצה – לעבוד/ והכי חשוב: שנחזיר לגיל הזהב את הכבוד!

סליחה, ריבונו, אם אני קצת מציק/ (ועוד בחרוזים שזה ממש מעיק)/ אבל עודף פנאי עלול גם להזיק/ אז דאג נא שהמבוגרים שלנו יוכלו להתנדב/ ושיתרמו מהניסיון שלהם ומהלב/ שתהיה שנה יותר עשירה לזקנים החיים מלחם צר/ (בטח יש לך קשרים עם שר האוצר)/ ושישמחו בילדים ובנכדים, ואם אפשר בנינים/ כי בגיל הזה הדברים הגדולים הם הדברים הקטנים.

אבינו שבשמים, היושב במרומים/ חמול השנה על אהוביך, הבאים בשנים/ וסליחה אם אני נשמע קצת מוטרד/ אבל ככה זה כשצריך לנהל משרד/ שדואג לוותיקים, בלי תקציבים ובלי רוב טקס/ כל השבוע וגם ב"שלישי בשלייקס". / ותן לנו כוח, לילדים ולהורים/ להבין שהעולם לא שייך רק לצעירים

ערב ראש השנה 2014

רעיונות לשיח בנושא:

- **אדם משמעותי** – מזמינים את המשתתפים לשתף בסיפור קצר על אדם מבוגר, מישהו מהעבר או מההווה, שהשפיע עלינו, שלמדנו ממנו משהו חשוב, שנתן לנו השראה.
- **שרשרת מעשים טובים** – מחלקים לכל אחד פס של נייר ליצירת שרשרת, בסבב מעבירים שדכן, כל אחד משתף בסיפור על מעשה טוב שהוא עשה, שעשו עבורו או עבור משפחתו ואז מחבר את פס הנייר לשרשרת.
- **מתקנים חלומות** – משתפים בחלום שהיינו רוצים להגשים, אפשר לכתוב על דף ללא שם. מערבבים וכל אחד לוקח דף ומספר על החלום שמופיע בדף שקבל כאילו הוא כבר היה. אני רוצה לספר לכם על משהו מדהים שנעשה ב.. (כמו כתבה טלוויזיונית). בסיכום כל אחד מוזמן לשתף, איך התרגיל סייע לו בקידום החלום ומה הוא לוקח מהמפגש.

בואו נמשיך לשמור על החלומות שלנו ולהעניק השראה גם לדור הצעיר. נייחל לבשורות טובות ולימים של שקט ונאמר תודה על מה שיש לנו

רונית רביב 050-6458882

רונית רביב - מנחה, מרצה, ומספרת סיפורים 050-6458882 ravivr1@bezeqint.net