



תכנית חברותא

קבוצות גמלאים וגמלאיות בקהילה

"אם יפה לאדם צער יהיה צער,
יפה לאדם צקן יהיה צקן" (צ'אן קוקטו)

הקהילות המשימתיות השונות פזורות בכל רחבי הארץ - מקרית שמונה ועד אילת, ופעילים בהם כ-18,000 חברות וחברים בקרוב 3000 קבוצות שונות.

במקו"ם חברים כל שבטי החברה הישראלית - בוגרי תנועות הנוער הסוציאליסטיות, לצד אנשי הגרעינים התורניים, בני מקום יוצאי אתיופיה, לצד אנשים שעברו לפריפריה, דרוזים ויהודים, קהילות חוזרים בתשובה וקהילות צעירים חילוניים פלורליסטים - כולם יחדיו שומרים על זהות ארגונית נפרדת, אך שותפים במהלך המשותף של קידום צורת החיים של קהילה משימתית.

מועצת הקבוצות והקהילות המשימתיות בישראל - מקו"ם, הינה ארגון גג המאגד תחתיו את כלל הארגונים של מפעל הקהילות המשימתיות בישראל.

הקהילות המשימתיות הינם צורת חיים של אנשים בוגרים, שרואים כמשימת חייהם ובניית קהילות משימה, המונעות משליחות אידאולוגית ושליחות ציונית וחברתית, לחיזוק ישראל כמדינה יהודית ודמוקרטית המקיימת חברה צודקת, שוויונית וסולידרית לכל אזרחיה ללא הבדל דת, גזע ומין ברוח מגילת העצמאות.



תכנית חברותא

מטרות התכנית

- הבאת 'קול הזקן' - קבוצות שונות, הפועלות עם זקנים מרקעים שונים ומאזורים שונים בארץ תוכלנה להביא את קולם של הזקנים למרכז החברה הישראלית.
- הדרת הבדידות בקרב זקני ישראל ושמירה על אורח חיים בריא וחיוני - יצירת מפגשים חברתיים באמצעות מפגש פיזי או מפגש מקוון.
- הקמת קבוצות חברתיות לזקנים - המפגש הקבוצתי יהיה מפגש מתמשך, כל קבוצה היא גם קבוצה משימתית בקהילה שלה, לכל קבוצה יש מדריכה/קבועה!

פעילות הקבוצות

- הקבוצה הינה קבוצה חברתית - כל מפגש נפתח בסבב מה נשמע? ושיח חברתי ואישי.
- ידע צבור - הקבוצות הינן מקום לביטוי אישי, החברים יכולים להעביר דברים שלמדו בעבר.
- הקבוצות פתוחות וניתן להצטרף אליהן בכל עת.
- משימה - הקבוצות עושות פרויקטים חברתיים החוצה: פרויקט עידוד לבידוד, כתיבת ספר מתכונים, תערוכה על זיקנה ועוד...
- בקבוצות מתחברים למה שקורה בחברה הישראלית - מדברים על המצב, מתעדכנים בחדשות במשותף
- חוגגים חגים יחד ומציינים מועדים משותפים (ימי הולדת, לידת נכד...)
- הקבוצות הוקמו בעיצומה של מגפת הקורונה, ותחילה בהתאם להנחיות נפגשו בזום בלבד. כאשר התאפשר נפגשו הקבוצות באופן פיזי במרחב העירוני.
- כיום פועלות כ-30 קבוצות חברותא ברחבי הארץ. בכל קבוצה פעילים בין 10-20 גמלאים וגמלאיות בגילאי 65-85. הקבוצות מגוונות מאוד: מבחינה סוציו-אקונומית, דתיים-חילוניים, עולים ותיקים וחדשים וכן 2 קבוצות מהעדה הדרוזית.
- לכל קבוצה מדריכה/קבועים הנמצאים בקשר עם חברי הקבוצה ביומיום, גם מעבר למפגשים.
- לכל קבוצה יש ווטסאפ בו מתעדכנים, משתפים וגם שואלים מה שלום כולם?



פריסת הקבוצות

- עכו
- ירושלים
- ראשון לציון
- ראשון לציון
- שפרעם
- כפר מג'אר

- תל אביב
- לוד
- ירושלים
- בקעת הירדן
- כפר תבור
- באר שבע
- רחובות

- כרמיאל
- ראש העין
- לוד
- נתיבות
- גדרה
- גן יבנה
- חריש

- באר שבע
- חיפה
- עפולה
- עפולה
- מעלות תרשיחא
- עכו
- אריאל

תנועת הנוער של הזקנים

קבוצות חברותא פועלות בקודים וברוח תנועות הנוער. מדריכי התכנית הינן בוגרי תנועות נוער ומביאים את "רוח התנועה" למפגשים השונים.

הקבוצות משחקות, משוחחות במעגל חברתי, לומדות יחד ויוצרות מערכות יחסים אישיות בתוך הקבוצה ועם המדריכים.



פרויקטים חברתיים שיצרו הקבוצות

כחלק מהתכנית אנו מעודדים את חברי הקבוצות לעשות פעולה משמעותית כלפי החברה. קבוצות שונות לקחו על עצמן משימות אלו, ויצרו פרויקטים מעוררי השראה ברחבי הערים והשכונות, להלן מספר דוגמאות:

"אבל אני תמיד נשאר אני"
תערוכת רחוב של קבוצת חופש ביטוי בעכו

קבוצת גמלאים וגמלאיות עולים מבריה"מ לשעבר, יצרו תערוכת רחוב בהשראת האמן "פיבן". התערוכה מספרת את סיפורם האישי של הגמלאים ונתלתה במרכז השכונה בעכו. התערוכה תורגמה ל-3 שפות: עברית, ערבית ורוסית בכדי להתאים לשלושת האוכלוסיות המרכזיות המתגוררות בשכונה.



קבוצת "אגדה מקומית"
מציגה יצירות אומנות שיצרה בגלריה העירונית של עפולה

הקבוצה של תנועת תרבות היא קבוצה רב גילאית ובתוכה 25 גמלאים וגמלאיות ו-4 צעירים בני 22. הקבוצה נפגשת, מדברת ועוסקת באומנות. פרויקט השיא של הקבוצה היה כאשר הם הציגו את יצירות האמנות שעבדו עליהם בגלריה המקומית. חלק מהיצירות מדברות על תהליך ההזדקנות של חברי הקבוצה. דוגמא מדהימה לכך ניתן לראות בסרט שהפיקו חברות הקבוצה ושמו "פג תוקף" והוא עוסק בתחושת חוסר המשמעות שמלווה את היציאה לגמלאות ובעיקר את המסרים הבלתי אמצעים שהחברה מעבירה לזקנים שיוצרים לפנסיה היא שזמנם עבר.



השפעת התכנית על זקני החברה הישראלית - ציטוטים נבחרים

”
אנחנו ארחנו אתמול את הקבוצה בגבעת חביבה ועשינו סיור בתערוכת מרדכי אנילביץ' במכון מורשת. לצערנו תוך כדי ההדרכה התבררנו שאמא של אחת מחברות הקבוצה נפטרה. זה היה עצוב אבל גם מרגש לראות איך לכולם היה ברור שהם מתארגנים יחד לביקור ניחום אצלה (תום גלבוט, מדריכה בחריש, שמו"צ)

אתמול פתחנו בסדרת הרצאות זום לקשישים בנושא בריאות. ב"ה הגיעו משתתפים רבים. ראש העיר ובכירים נוספים ברכו את ציבור הקשישים והודו על הפעילות (אתי ואזנה מדריכה באריאל, נצר אריאל)

אנחנו נפגשנו אתמול ועשינו כבוד ליום המשפחה, כל אחת הביאה תמונה מהעבר שלה בצעירותה ושל משפחתה והן ממש התרגשו ושמחו לספר... ממליצה (אלישבע מזעקי, מדריכה בלוד, קרן קהילות)

היום ערכנו אירוע השקה לתערוכה בשכונת! הפרויקט הקבוצתי שלנו בעכו, הגיעו חברים משפחות ושותפים. שיא של תהליך ארוך בנושא זהות שעברנו בקבוצה (מיכל קידר מדריכה בעכו, דרור ישראל)

עלי להודות שלא הכרתי את המושג גילנות למרות שחוויתי את תופעותיו עוד בטרם הגעתי לקבוצה החברתית הנוכחית שבה אני משתתפת כיום. קבוצת "דרור רמב"ם" בניצוחם של סיון, מיכל וחגי המופלאים. שחשפו אותנו לסממני התופעה והפעילו אותנו ביוזמות מבורכות למיגור התופעות השליליות הנלוות לגילנות. (נעמי גמלאית משתתפת בקבוצה בראש"צ)

תכניות להמשך

- **הרחבת והגדלת מספרי הקבוצות** - פתיחת קבוצות נוספות בעוד מוקדים.
- **יציאה לתקשורת** - היכרות של החברה הישראלית עם הפעילות ע"י פרסום באמצעי התקשורת וברשתות החברתיות.
- **גיוס כספים להמשך התכנית** - המשך גיוס כספים לקיום התכנית והרחבתה.

- **כנס ארצי של כלל הקבוצות** - כנס בו יפגשו הקבוצות השונות ויבינו את הכח של היחד. הכנס יכלול, למידה, שיח ותוצר.
- **פרויקט גינות קהילתיות** - הרחבת הרעיון של יצירת גינות קהילתיות לעוד קבוצות גמלאים במועצה.
- **יציאה לטיולים** - יצירת תכנית טיולים וספורים למקומות בארץ בשיתוף ארגונים נוספים.
- **מאבק על העלאת קצבת הזקנה** - שיח על קצבת הזקנה ויצירת תהליך שמטרתו להעלות את הקצבה.





מקו"ם - מועצת הקבוצות והקהילות המשימתיות בישראל

makom-il.org.il • מייל: benny@makom-il.org.il

דנוה: 054-6734208 • בוני: 052-4239905