

# בשבילם

עיתון מתנדבי אגף השיקום





# בשורת

## מערכת:

ענבר דוד, שרה ארגמן, רות מערבי, תמר שמעוני,  
ישראלה אלסון, חנה בן-ארצי  
תגובות, מכתבים, הצעות ומשאלות -  
אנא שלחו לענבר דוד  
המוסד לביטוח לאומי  
ויצמן 39, כפר סבא  
המוסד לביטוח לאומי, אגף השיקום. אוגוסט 2015  
הפקה: לשכת הפרסום הממשלתית



## המתנדבים - שגרירים ושותפים חשובים

### דברי מנכ"ל המוסד לביטוח לאומי

מתנדבים, מתנדבות והתנדבות הם חלק מערכי המוסד לביטוח לאומי. אנו מפעילים מערך התנדבות גדול בתחומים שונים זה שנים רבות.

שירות המתנדבים הוקם לאחר פיגועי הטרור בשנים 1994-1995 כחלק ממערך השירותים הניתנים על ידי אגף השיקום והביטוח הלאומי לאוכלוסיית הנפגעים של פעולות איבה.

### בעלון מתנדבים זה אנו מציינים עשרים שנה להקמת שירות המתנדבים של אגף השיקום.

אתם המתנדבים שותפים שלנו שנים רבות בתמיכה ובליווי הפצועים והמשפחות שפקד אותן האסון. אתם השגרירים של המוסד לביטוח לאומי בקשר שלכם עם משפחות אלו, במתן אוזן קשבת ויחס אישי, וכן בסגנון, ביקור בית, תמיכה וליוי.

כיום אפשר לקבל שירות זה כמעט בכל מחלקות השיקום במוסד לביטוח לאומי, והוא חלק אינטגרלי מתפיסת השירות הניתן למשפחות של נפגעי פעולות איבה באמצעות אגף השיקום.

במהלך השנים התרחב שירות המתנדבים. בשנת 2008 הוספנו את שירות המתנדבים "ייעוץ לנכה" במרכזי שירות בימי קבלת קהל בסניפי המוסד לביטוח לאומי בערים שונות, ובשנה האחרונה גם במרכז רפואי מאיר בכפר סבא. השירות נועד לסייע בהגברת מיצוי זכויות למבוטחים, בין בהגשת תביעות לנכות ובין במתן הסבר למבוטח על התהליך של הגשת תביעה ושלבי הטיפול השונים בה, לרבות הסבר על הוועדה הרפואית והשלבים של קבלת החלטה בתביעה.

בשני שירותי מתנדבים אלו התברכנו בכך, 280 אנשים טובים שתורמים מזמנם למען הזולת ומסייעים במתן שירות משלים ובלתי אמצעי למבוטחים המטופלים באגף השיקום.

השילוב של עובדים בשכר לצד מתנדבים מפרה את הארגון בעושר וברבגוניות של עשייה ומאפשר נתינה רחבה ומותאמת אישית לצרכים הייחודיים של מקבל השירות.

מרביתכם עושים את מלאכתכם ההתנדבותית זה שנים רבות במחויבות מלאה ועם הרבה אהבה ונתינה, וזוהי גאווה גדולה עבורנו.

עלון זה הנו ביטוי לפרי עמלכם הרב, והוא מתעד את עשייתכם הברוכה.

ברצוני להודות לכם על התגייסותכם ועל מסירותכם ולאחל לכם עוד שנים רבות של עשייה משמעותית, ואני מאחל לכולנו שרוח ההתנדבות תמיד תשרה עליכם.

תודתי גם לעובדי אגף השיקום על עבודתם המקצועית המסורה ועל הליווי השוטף שהם מעניקים לכם.

בברכה,

פרופ' שלמה מור-יוסף

המנהל הכללי

## עשרים שנה לפעילות שירות המתנדבים

עלון המתנדבים **בשנילם** מציין השנה עשרים שנות פעילות של שירות המתנדבים העוסק בהיבטים השונים של מיצוי זכויות באמצעות שני שירותי המתנדבים הפעילים באגף השיקום.

האחד הוא שירות המתנדבים למען נפגעי פעולות איבה ונכים קשים. השירות מונה כ-180 מתנדבים המלווים באופן פרטני משפחות שכולות, נכים נפגעי איבה וכן נכים קשים הנמצאים בטיפול של אגף השיקום. מרביתם עובדים בשירות שנים רבות ונמצאים בקשר פרטני ישיר עם הלקוחות.

בעבודה הפרטנית המתנדבים מסייעים בנושא מיצוי זכויות תוך ראיית האדם כמכלול. עבודת המתנדבים נעשית ב"ראש גדול" ובניסיון לתרום ולסייע לאדם במעגלים נוספים מעבר לחוזה הראשוני ולמטרות הסיוע, שהוגדרו בין המתנדב למשפחה בתחילת הקשר.

כך, לדוגמה, מתנדבת בביתה של אם שכולה בנתניה מלווה אותה למרכז יום לקשיש על מנת שתכיר שירות זה ותחיל ליהנות ממנו, וכן היא מתזכרת אותה לפני תורים לטיפולים רפואיים.

מתנדב מסניף רמת גן מלווה אדם עם נכות לבגדים ולחברת הסלולר לטיפול בכיסוי חובותיו הרבים כדי שיוכל להתפנות רגשית לתהליך שיקומו התעסוקתי.

מתנדבים מסניף רחובות נקראו לדגל וסייעו למחלקה ביצירת קשר טלפוני עם משפחות כדי להזמין את ילדיהן היתומים לאירועי בר מצווה ובת מצווה שאורגנו עבורם.

השירות הנוסף - שירות ייעוץ לנכה - החל את דרכו לפני שבע שנים ומונה כיום כ-100 מתנדבים. המתנדבים נמצאים בעמדות של קבלת קהל ומסייעים לקהל הרחב למלא טופסי תביעה, נותנים הסבר על הוועדות הרפואיות, עושים תזכורות טלפוניות וכן מסייעים במיצוי זכויות במחלקות נוספות במוסד לביטוח לאומי ומחוצה לו.

אנו חוגגים שנתיים גם לשירות חדש שהחל לפעול ב"מרכז רפואי מאיר" כפר סבא, אליו מגיעים מתנדבים פעמיים בשבוע ומסייעים למאושפזים למלא תביעות לנכות כללית, לנכות עבודה ולסיעוד.

שירות המתנדבים נמצא בקשר הדוק עם השירות הסוציאלי במרכז הרפואי המפנה אליו מאושפזים ומשמש כתובת להתייעצות בכל שאלה וכן עם עובדות בכירות מסניף הביטוח הלאומי בכפר סבא המלוות ומסייעות לפי הנדרש.

התנדבות היא בבחינת רשות, והמחויבות האישית להתנדב ולעשות ככל האפשר כדי לסייע לאדם במעגלי חייו השונים ראויה להכרת תודה רבה.

בעלון המתנדבים **בשנילם** ניתן ביטוי להוקרת תודה זו כלפי המתנדבים של אגף השיקום, והוא מהווה במה לתייעוד העבודה המבורכת הנעשית בשירות חיוני זה.

תודה רבה נתונה לעובדי השיקום מנחי הקבוצות, המלווים באופן מקצועי ורגשי את המתנדבים בעשייתם כפרטים וכקבוצה.

תודה מיוחדת לחברי המערכת: רות מערבי, שרה ארגמן, ישראלה אלסון, תמר שמעוני וחנה בן ארצי על הפקת עלון מתנדבים מיוחד זה.



**ענבר דוד**  
רכזת שיקום ארצית

בברכה,



**כרמל סטינגר**  
מנהלת אגף השיקום

## שירות מיצוי זכויות במרכז רפואי מאיר - איתכם ברגעים הקשים...

בשנים האחרונות המוסד לביטוח לאומי שם לו למטרה להגיע לכל בית בישראל ולהנגיש את שירותיו לכל מי שזקוק להם.

בתפיסת השירות של מדינת הרווחה חל מהפך. משירות מגיב וסביל שבו היוזמה לקשר באה מצד המבוטח באמצעות הגעתו לסניף או הגשת תביעה, התבקשו אנו העובדים לתת שירות חדש, יוזם וממצה זכויות. השירות החדש מאתר את הצרכים אצל המבוטחים עוד טרם פנייתם אלינו, ולעתים בטרם הם עצמם מכירים בצורך או יודעים לאן עליהם לפנות כדי לקבל עזרה.

כחלק מתפיסת שירות זו, הטבועה בחזון המוסד לביטוח לאומי, התבקשתי לפתח שירות של מתנדבים הנמצאים במרכז רפואי ומסייעים למשפחות המאושפזים למצות את זכויותיהם מול הממסד בכלל ומול המוסד לביטוח לאומי בפרט.

מדובר ביוזמה מבורכת של המשנה למנכ"ל המוסד וראש מנהל הגמלאות, גב' אילנה שרייבמן.

באוקטובר 2013 גייסתי שמונה מתנדבים לטובת שירות זה, כשרובם הגדול הינו מקרב פורשי המוסד לביטוח לאומי. היתרון של מתנדבים פורשי המוסד הוא גוף הידע הבלתי נדלה המוטמע וטבוע בהם, שגם אחרי שנים רבות בגמלאות הם עדיין בקיאים ברזי החוק.

יתרון משמעותי נוסף של פורשי המוסד לביטוח לאומי הוא היותם חיילים נאמנים שנקראים לדגל, כשמדובר במשימה שעשויה לקדם את השירות של ביטוח לאומי לאזרח הפשוט. בפנייתי הטלפונית לפורשים לא אחת שמעתי את הערגה בקולם. חלקם אמרו: "זה מה שחשבתי בתקופת עבודתי שנכון לעשות ולא הספקתי בשל העומס הרב, ולכן היום אני מתגייס לדגל".

מי שהקים קבוצת מתנדבים מבין שגיוס קבוצה במשך שעתיים הוא הישג בלתי רגיל וחסר תקדים, וכל זאת בזכות הכוכבים הללו, המתנדבים שלנו.

בקבוצה שנבנתה מחצית המתנדבים נותנים שירות בתחום הזקנה וחוק סיעוד לאחר שעברו מיון והכשרה אצל מנהלת תחום ייעוץ לקשיש בסניף כפר סבא, גב' הילה שלו. המחצית האחרת נותנת שירות בתחום הנכויות - נכות כללית, נכות עבודה, חוק לרון, ילד נכה וכמובן שירותים מיוחדים.

בחרנו לפתוח את השירות במרכז רפואי מאיר, משום שרציתי ללוות את תהליכי ההקמה של שירות זה מקרוב ולתת לו את מרב התמיכה. עבורי זו הייתה סגירת מעגל לחזור למקום שבו עבדתי לפני כניסתי לעבודה במוסד לביטוח לאומי, ושמחתי לבנות שירות חדש בשיתוף פעולה עם עמיתים מהעבר.

מנכ"ל מרכז רפואי מאיר, ד"ר איתן וירטהיים, קיבל אותנו בחום ובזרועות פתוחות. אין ספק שהתאמנו לחזון ולתפיסת השירות של בית החולים, שביקש להדק את ממשקי העבודה עם הקהילה ולהנגיש למשפחות המאושפזים את רצף השירותים המסייעים.

ד"ר וירטהיים מינה עובדת ממערך שירות הלקוחות בשם ליאת ליפסקי, שאימצה את המתנדבים, והיא הכתובת לכל שאלה ובקשה הנוגעת לצוות בית החולים. ליאת מקבלת את פני המתנדבים בבוקר ודואגת לצורכיהם. המתנדבים זוכים לחנייה לרכבם ולארוחת צהריים והם משתתפים בכנסים ובאירועים שבית החולים מקיים למתנדביו.

השירות פועל במשך יומיים בשבוע, בימים שני ורביעי, בין השעות 9:00 עד 12:30.

הוא משרת, כאמור, נציגי משפחות המגיעים לשאול ולברר על זכויות בנושא נכות, מחלה וצורך בסיעוד. בכל משמרת נוכחים שני מתנדבים. אחד נותן שירות לאנשים בגיל עבודה בנושא נכויות, והאחר נותן ייעוץ בנושא הגיל השלישי.

בחודשים הראשונים הקהל העיקרי שנעזר בשירות היה אנשי פרסונל בית החולים שבאו לברר ולהסתייע בשירות עבורם ועבור מקורביהם. כמו-כן העובדות הסוציאליות הגיעו כדי לרכוש גוף ידע עדכני ורלוונטי בנושא זכויות הביטוח הלאומי או לשאול שאלות בנוגע למאושפזים. אט אט בזכות העובדות הסוציאליות ושיווק השירות מגיעים יותר לקוחות ומשפחות מהקהל הרחב.

משרדי שירות המתנדבים ממוקמים במקום מרכזי במרכז הרפואי כחלק מכל מערך שירות הלקוחות של בית החולים במטרה להקל על המשפחות. ניתן למצוא בהם טופסי תביעה וחומר הסברה של המוסד. הם גם מצוידים במכשיר פקס ובמחשב, דבר המאפשר גישה לאתר האינטרנט של המוסד לביטוח לאומי.

המתנדבים נעזרים במידע שקיים באתר וכן מלמדים את נציגי המשפחות כיצד להיכנס לאתר ולהכיר את זכויותיהם, כיצד להוריד טופסי תביעה, וכיצד להשתמש במחשבונים.

אף כי עד כה מרבית האנשים בוחרים שלא להגיש תביעה דרך השירות, עדין אנשים בוחרים לפנות שוב ושוב לשירות בבקשה לקבל הסבר או מידע או לברר על אודות תביעתם. מבדיקה שעשינו התברר, שלעתים אנשים ממלאים את טופס התביעה במסגרת השירות, אך מכיוון שחסרו להם מסמכים נלווים, הם בוחרים להשלים את המידע ולשלוח את התביעה מביתם. בכל זאת, היכולת לספר את סיפורך באופן אישי ואינטימי במסגרת רכה ומקבלת והאפשרות לקבל הסבר מפורט על הזכויות תוך לימוד הגישה לאתר האינטרנט, הן משאב בעל ערך רב.

כשתביעה מתקבלת, היא נשלחת בפקס לדוא"ל ייעודי של סניף המוסד לביטוח לאומי בכפר סבא ומקבלת קדימות בטיפול, מכיוון שמדובר במשפחה במשבר. סניף ביטוח לאומי כפר סבא מגויס אף הוא להצלחת השירות. ליאורה פרייד, מנהלת הסניף, מינתה מנהלי מחלקות להיות אנשי קשר עם המתנדבים ולשמש כתובת ישירה להתייעצות, לברורים ולמתן תשובות בזמן אמת לטובת המבוטחים.

זו העת להודות לליאורה פרייד, לרוחמה שררה, לשושי אברג'יל, לדליה חיטמן ולשרון קפלן.

תודה מיוחדת ליורם כביר שמגיע אחת לשבוע לאסוף דברי דואר שהוכנו בשירות המתנדבים ומיועדים לסניף הביטוח הלאומי בכפר סבא.

לאור הצלחת השירות במרכז רפואי מאיר בימים אלו אנו מתכוננים להרחיבו, וכבר מתקיימים מגעים בנושא עם בית החולים לוינשטיין, בית חולים בילינסון ובית חולים איכילוב. לשם כך אנו נערכים לגיוס מתנדבים נוספים.

אני חשה שנפלה בחלקי זכות גדולה לפרוץ דרך חדשה לשיפור השירות של המוסד לביטוח לאומי לכל בית בישראל. אני חשה חזקה בזכות נבחרת הכוכבים שלי, המתנדבים, המגלה יכולת עבודה עצמאית ומקצועית, מחויבות ומסירות באופן מעורר השראה והערכה.

זו ההזדמנות להודות לכל אחד ואחת מכם על האמון שנתתם בי ובשירות עוד בטרם הבנו לאן פניו מועדות וכן על הנופך המיוחד שהענקתם לו.

אני גאה להיות חלק מכם.

**ענבר דוד, רכזת שיקום ארצית**

## פרויקט "יועץ מלווה בוועדות רפואיות" - סניף כרמיאל

בחודש ספטמבר 2011 החלו בסניף כרמיאל להפעיל שירות ייחודי של מתנדבים בתחום ה"יועץ לנכה", במסגרתו המתנדבים מייעצים לאנשים עם נכות בימי קבלת קהל במרכז השירות, בשעות הבוקר.

בחודש נובמבר 2013 הרחבנו את השירות והתחלנו בהפעלת פרויקט "יועץ מלווה בוועדות הרפואיות" בשעות אחר הצהריים. הפרויקט נעשה בשיתוף רכזי הוועדות הרפואיות במחלקת נכות כללית ונפגעי עבודה בסניף.

הרעיון מאחורי הפעלת הפרויקט הוא ליווי של מוזמנים לוועדות רפואיות על-ידי מתנדבות, במטרה לשפר את הרגשתם הכללית טרם כניסתם לחדר הוועדה.

במסגרת הפרויקט המתנדבות מקבלות מראש את רשימות המוזמנים לוועדות. הן מתקשרות כדי להזכיר להם על התכנסות הוועדה ביום המיועד, על מקום ושעת הישיבה ועל הצורך להביא תעודה מזהה.

המתנדבות הנושאות תג מזהה, יושבות בעמדת המודיעין ומקבלות את פני המוזמנים לוועדות מרגע כניסתם למבנה. הן מציגות עצמן בפניהם, מזהות אותם ומסמנות את הגעתם ברשימה לפי סדר. כמו כן הן מצלמות מסמכים רפואיים לפי דרישת המוזמנים.

המוזמנים מקבלים מהמתנדבות הסבר קצר על התנהלות הוועדה.

כאשר המתנדבות מזהות מוזמנים שהגיעו לבד, ללא ליווי, או מוזמנים שמגלים חששות או שזקוקים לשירותי תרגום, הן מציעות להם ליווי גם לתוך חדר הוועדה.

לאחר היציאה מהוועדה הן בודקות את תחושת שביעות הרצון של המוזמנים מהוועדה ושואלות, בין היתר: "איך היה? איך התרשמת מהוועדה?" וכדומה.

התגובות מועברות למנהלות של הוועדות הרפואיות להפקת לקחים בהמשך.

השירות הניתן על-ידי המתנדבות למוזמנים לוועדות הרפואיות שדרג באופן מיטבי את השירות הניתן לאזרחים ואת עבודת הוועדות הרפואיות בסניף כרמיאל.

**מיכאל מיכאיל, מנהל תחום בכיר שיקום, סניף כרמיאל**



מתנדבי סניף אשקלון

# "ההתנדבות לא שינתה אותי אלא עיצבה אותי"

## ריאיון עם משה פריד - מתנדב בסניף קריות

משה פריד, מראשוני המתנדבים באגף השיקום, מתנדב זה כ-13 שנה מטעם מחלקת השיקום בקרב נפגעי פעולות איבה ונכים קשים.

זה עשרות שנים הוא פעיל בייזום, בהקמה ובהוצאה לפועל של פרויקטים מגוונים למען הקהילה. משה מהווה כתובת ייחודית למתן פתרונות וסיוע לזולת גם במקרים שבהם ידי הרשויות קצרה מלהושיע. ביקשתי להיפגש עמו לשיחה קצרה על אודות עבודתו הייחודית.

### משה שלום, ספר מעט על עצמך ועל עבודת ההתנדבות שלך.

הסיפור שלי הולך אחורה לשנת 1968. הייתי אז חייל מילואים צעיר בן 23, זו הייתה תחילתה של מלחמת ההתשה, ואנחנו היינו חיילים צעירים במוצב קדמי בחזית הסורית. נפצעתי קשה ונאלצו לקטוע את רגלי הימנית. שכבתי בבתי חולים וראיתי את רוח ההתנדבות של אנשים שבאו ורוממו את רוחי. אמרתי לעצמי שכשאני אבריא, אקח על עצמי לסייע לזולת. מאז עסקתי בכל מיני תחומים של ייעוץ ועזרה. גם בעבודה שלי עזרתי לעובדים ולנכים בתחומים שונים, לא כגוף ממוסד אבל באופן פרטי.

בהמשך, הקמתי ביחד עם חברים עמותת חסד שעוסקת בחלוקת מזון בקריות. היום העסק הזה עובד ומחלק כ-1000 מנות בשבוע. זה עסק רציני.

אחר כך כשהתחיל להיות לי קשה פיזית, עברתי להקמה של פרויקטים שונים במסגרת העמותה הזאת. כך, לפני 5 שנים, יזמתי והקמתי מרפאת שיניים קהילתית שעוזרת למעוטי יכולת ולמשפחות נזקקות לקבל טיפול רפואי נחוץ בסבסוד כמעט מלא.

להתנדבות באגף השיקום של ביטוח לאומי הגעתי בעקבות פרסום שראיתי והרצון לסייע לנפגעי פעולות איבה. באותה תקופה התנדבתי בזק"א וראיתי שאני מתקשה פיזית לעמוד בדרישות התפקיד שדרש ניידות רבה. עברתי ריאיון והיתר היסטוריה. לאורך השנים אני מתנדב אצל מספר אנשים שאותם אני מלווה באופן קבוע, בביקור בית, בקשר מול הרשויות, בעצה טובה ובדאגה כללית לצרכיהם.

### אתה נוטל חלק בקבוצת מתנדבים. האם זה תורם ובמה?

ראשית אני שמח להגיע לקבוצה מאחר ונוצרה כאן קבוצת חברים שהולכת ביחד כבר שנים רבות. זה מפגש חברי מהנה.

במפגשים עצמם אנחנו דנים באירועים שונים שבהם חברי הקבוצה נתקלים. אני למד מהאירועים האלו ולוקח את זה איתי לעבודת ההתנדבות שלי וגם תמיד שמח לשתף מניסיוני במתן עצה טובה.

### במה אתה נתרם מעבודת ההתנדבות?

ההתנדבות נותנת לי תחושה טובה, הרגשה טובה. כשפונה אלי אדם אפילו בטלפון, בבקשה לעזרה או לעצה טובה, זה ממלא ומספק. אנשים יודעים שאני כאן ושיש אוזן קשבת. העזרה לאדם ממלאת אותי, ואני מרגיש שאני לא רק מעניק לאחר, אני מעניק גם לעצמי.



## האם יש זמנים שבהם אתה חושב להפסיק... רגעי שבירה...? מה גורם לך להמשיך?

אני מתנדב אצל נפגע פעולות איבה ממלחמת לבנון השנייה שמוגדר כנכה +100. אני מגיע אליו אחת לשבוע. ההתנדבות אצלו מאתגרת מאחר והאיש סגור, מופנם, ממעט לדבר.

לעיתים אני שואל את עצמי אם זה בכלל משנה לו אם אני מגיע או לא. זה קושי שאני מתמודד אתו בכל מפגש ומפגש, אבל לעולם לא חשבתי להפסיק. יכול להיות שיש רגעי רפיון, אבל אני לא בנאדם שמוותר כשקשה.

## האם ההתנדבות שינתה משהו באופן שאתה מסתכל על החיים או על עצמך?

אני עוסק בהתנדבות מגיל 23 ואני בקרוב אהיה בן 70. ההתנדבות היא דרך חיים בעבורי. באופן כללי אני לא אוהב לדבר על העשייה שלי. זה היומיום שלי וההתנדבות טבועה בי. אפילו כשאני יושב במסעדה עם חברים, מסיימים לאכול, אני מתחיל לקפל את הצלחות. כולם אומרים לי עזוב, למה אתה אוסף את הצלחות? יש מלצר, ואני אומר לעצמי. מה, לא נעזור לו? מה כבר יכול להיות, בוא נעזור למישהו. זאת כבר הפכה להיות צורת החשיבה שלי. הייתי אומר שההתנדבות לא שינתה אותי, אלא עיצבה אותי.

## ספר על התערבות משמעותית שזכורה לך...

אני אספר לך משהו מהימים האחרונים... הגעתי אל האדם שאני מתנדב אצלו בדיוק ביום בו קיבל רכב חדש, ואז הוא מספר לי שיש לו בעיה מאחר והרכב הזה לא נכנס לו לחנייה הפרטית (מדובר ברכב גדול המותאם לנכים קשים ובעל אבזור רב). צלצלתי לעירייה ודיברתי עם סגן ראש העיר אתו יש לי היכרות מוקדמת. הצגתי את הבעיה בפניו. הוא ביקש שהאיש יכתוב מכתב, יצלם את הרכב, המסמכים הרפואיים, וכן את השטח הציבורי הייעודי שהוא חושב שאפשר יהיה להקצות לרכב נכה, ואני שמח לומר שאפשר כבר לברך על המוגמר. הנושא מטופל ונמצא פתרון לדבר.

## זכורים לי אירועים שונים שבהם מצאת את עצמך גם בסיטואציות מיוחדות שלא לומר קצת מביכות ובדיעבד אפילו מצחיקות... זוכר?

כמובן... יום אחד התקשרה אלי מנהלת מח' השיקום, גב' חווה באומרט, וביקשה שאתלווה אליה לפגוש אדם שזקוק למתנדב.

הגענו לביתו של האדם ואיך שהוא רואה אותי, הוא פונה לחוה ואומר לה "מה הבאת לי קליקר לפה? (נכה בלעז...), אבל בסדר, הבנתי אותו... (צוחק 😊). הבנתי שזה מקרה מיוחד ובנוסף הוא ביקש ממני להיפגש אתו רק על הספסל בשדרה, קיץ, חורף, שמש, גשם רק על הספסל, וכך היה..."

## היום כשבתקשורת יש הדים וקולות רבים על המוסד לביטוח לאומי. איך אתה מרגיש להיות מתנדב של המוסד?

אני מצטער לראות את הנזק התדמיתי שנגרם למוסד לביטוח לאומי. אין ספק שיש מקום ללמידה ושיפור על מנת למנוע טעויות ועוגמות נפש, אבל אני מכיר גם את הגורם האנושי בביטוח הלאומי, את העובדים, ואני יודע שמדובר בעובדים מצוינים, אנשים טובים. אני מבין גם שהעבודה של המוסד היא רבה ותפקידו לסנן מבין כל התביעות שמגיעות את אלו שבאמת מוצדקות ולתת לאנשים שבאמת מגיע להם. זו עבודה קשה.

כמתנדב אני מתמקד באדם שצריך את העזרה שלי ומשתדל לסייע לו ככל יכולתי. זהו ייעודי כמתנדב, ואני משתדל למלא אותו נאמנה.

כתב וערך: יאיר כהן, מנחה קבוצת מתנדבים, סניף קריות

## על חוויית ההתנדבות - מתנדבים מספרים

### שירות ייעוץ לנכה:

#### לתרום זמן וידע ולקבל המון בחזרה

"אתה נותן אך מעט, אם נותן אתה מרכושך. רק אם נותן אתה מעצמך, זוהי נתינת אמת. יש הנותנים בשמחה והשמחה שזכרם. יש הנותנים בכאב וצער, ואלה מנת חלקם. יש הנותנים לא בכאב, בלא לחפש שמחה לא בטוב ולא ברע, אלה נותנים, כשם שהנהר נותן מימיו לאילן הגדל על גדותיו. מהם דובר אלוה, ובעיניהם שופע חיכוך על פני עולם."

ג'ובראן חליל ג'ובראן על "הנתינה"



מתנדבי סניף קריות

### 37 שנים עבדתי במוסד לביטוח לאומי ופרשתי פרישה מוקדמת לפני שלוש שנים.

כשפנתה אלי ענבר דוד והציגה בפני את השירות החדש המתוכנן בשיתוף פעולה של הביטוח הלאומי וביה"ח מאיר, חשתי מיד שזה המקום בשבילי שבו אוכל לתרום רבות מהידע והניסיון העצום שיש לי מעבודתי כמנהלת מחלקת נכות כללית במוסד. זאת בנוסף להתנדבותי בארגון ליונס בכפר-סבא.

מאחר שאת ענבר אני זוכרת עוד מהתקופה בה היא בעצמה עבדה בבי"ח מאיר ובמשך השנים טיפחנו שיתוף פעולה פורה, הצטרפתי בשמחה ובציפייה לשירות החדש והכל כך חשוב וחיוני לאוכלוסיית המאושפזים בביה"ח.

התגבשה קבוצה נהדרת המורכבת בעיקר מפורשות הביטוח הלאומי, קבוצה איכותית ואכפתית.

השירות שאנו נותנות בביה"ח הוא חיוני ביותר. יש לנו הידע והזמן לשבת, להקשיב, לעזור במילוי טפסים, להדריך ולמצות זכויות של הפונים ובני משפחותיהם בשעתם הקשה. ויש מקרים עצובים וקורעי לב. התביעות שאנחנו מקבלות בנקודת השירות, מקבלות עדיפות בטיפול בסניף. יש לנו קשר ישיר עם הסניף ואנחנו מבררות ונותנות תשובה לפונים. באמצעותנו המוסד מגיע אל האנשים ונותן להם מידע חיוני, עזרה ואמפתיה.

אני כמתנדבת זוכה להערכה רבה מכל הנוגעים בדבר, להכרת תודה ושמחה על ההתנדבות.

הקבוצה שענבר מכנסת אחת לחודש, הנושאים העולים בכל פגישה והדינמיקה מעניינים ומפריים.

אני אמנם מתנדבת ותורמת מזמני והידע שלי, אך מקבלת המון בחזרה.

תודה על ההזדמנות שאתם נותנים לנו. אני גאה לייצג את המוסד בפעולה מבורכת זו.

דורית קינן, מתנדבת במרכז רפואי מאיר, סניף כפר סבא

## מחשבות של מתנדב

חוק הביטוח הלאומי מנובמבר 1953 הוא בין החוקים אשר מביא לידי ביטוי סולידריות לאומית ומקנה זכויות לכלל אזרחי מדינת ישראל ללא הבחנה בין דת, לאום, מין וגזע.

החוק הוא מן המתקדמים בעולם מבחינת התפיסה הסוציאלית ומבטיח לכל אזרח מיום הולדתו הגנה וביטחון סוציאלי בסיסי.

קל מאד להזדהות עם העקרונות המונחים בבסיס החוק. קשה יותר להתמודד עם מציאות שיישום מלא של חוק לביטוח לאומי על תיקוניה הרבים איננו בראש סדר העדיפות הלאומי, כאשר בשנים האחרונות המדיניות הסוציאלית על כל מרכיביה איננה זוכה לעדנה ולעדיפות לה היא זכאית.

עצם העובדה שהמוסד זקוק לעזרתם של אלפי מתנדבים לביצוע מטרותיו מראה שקיימת מצוקה ארגונית וכספית שמחזקת את הצורך במדיניות סוציאלית כוללת, מדיניות שאיננה מתבטאת רק בהגדלת הקצבאות למיניהן אלא בראש וראשונה שמה דגש על פיתוח שירותים קהילתיים ברמה גבוהה וטיפול אינטנסיבי באוכלוסיות הזקוקות לשירותים אלו.

ההתנדבות פותרת במידה רבה את הפערים בין מה שצריך להיעשות לבין יכולת המדינה לתת. מפת ההתנדבות מראה את ההיקף האדיר של פעילויות במספר רב של מוקדים הכולל הגשת עזרה בסניפים בתפקידים שונים ומגוונים: קבלת קהל, עזרה לנזקקים, ביקורי בית אצל קשישים, איסוף מידע לצורך זיהוי ואיתור בעיות בקהילת הקשישים, שירות שנפתח זה עתה בבתי חולים של תמיכה בחולים ובמשפחותיהם הזקוקים למידע הקשור לזכויות החולים בביטוח הלאומי ועוד.

זהו ללא ספק מפעל גדול, ומשתתפים בו אנשים המקדישים מזמנם ויש ברצונם לתת.

אי אפשר לא לציין את הטיפול מטעם ביטוח לאומי במתנדבים בכל הנוגע לשיפור יכולתם לתפקד, נתינת ידע, עדכון קבוע על שינויים חשובים בקריטריונים, טיפול וגיבוש חברתי שהוא גורם חשוב בתפקוד ועוד.

נראה לכאורה שהמודל של פעילות מתנדבים בהיקף גדול נותן תשובה טובה לכל השותפים - האוצר מרוצה כי איננו נדרש לממן פעילויות, ביטוח לאומי מרוצה מביצוע מטלותיו בעזרת מתנדבים והמתנדבים מרוצים מהאפשרות לתת.

יש צורך לשפר את תדמית המוסד לביטוח לאומי. המתקפה של חברות שצצו כפטריות אחר הגשם והמבטיחות נסים ונפלאות אינה תורמת, בלשון המעטה, לתדמיתו של המוסד בעיני הציבור ואיננה תורמת דבר להבנה של מהות המוסד, תפקידיו וזכויות האזרח ודרכי מימושו.

טוב היה לו יכול היה המוסד לביטוח לאומי לקבל פינת שידור שבועית בתקשורת הציבורית שבה יקבלו האזרחים מידע על פעילות המוסד על אגפיו השונים, וכמו כן שתהיה אפשרות לשאול שאלות בניסיון לפתור בעיות אד הוק.

אני מאחל לכל חבריי המתנדבים שנה טובה ופעילה.

**דוד גורן, מתנדב במרכז רפואי מאיר, סניף כפר סבא**

## הומור וצחקוקים במפגשים

זה מספר שנים שאני נמנית עם קבוצת מתנדבים במחלקת השיקום של המוסד לביטוח לאומי בתל אביב. קבוצה איכותית של אנשים נבחרים בעלי חסד ונתנה אשר מבצעים את מטלותיהם בנועם ובמסירות.

יצא לי ללוות נשים צעירות, גברים בוגרים ואף משפחה שבעוונותינו לאחר שהאם ילדה שלישייה נפלה למשכב ללא יכולת תפקודית.

לפני מספר חודשים נפלה בחלקי הזכות ללוות אדם מבוגר, "סבא", סבא של ממש שחוגג השנה יום הולדת 90 !!! אדם נחמד מלא בחוש הומור אשר לדאבוננו איבד לפני מספר חודשים את בתו וחתנו בפיגוע טרור בחו"ל.

בתחילה חששתי מהקשר בשל גילו המופלג, אך החלטתי בכל זאת לנסות ליזום מפגש ראשוני, מפגש אשר הפך להיות חוויה נעימה ולקשר שנרקם בינינו מפגישה לפגישה. השמחה שמתלווה בכל מפגש ניכרת בפניו. הציפייה ליום הזה והצורך שלו לחברותא ולאוזן קשבת הם בהחלט הריבית שאני קוצרת מהקשר שנוצר.

במפגשים אנו מדברים על אקטואליה, מעלים זיכרונות מהעבר של תל אביב הקטנה ועל ילדותו העשירה, על משפחתו המופלאה שהוא כה גאה בה, ויש לא מעט הומור וצחקוקים במפגשינו המשותפים.

אני מודה על ההזדמנות שנפלה בחלקי ללוות איש זה ויותר ממה שהוא שמח במחיצתי, אני שמחה שזכיתי להכיר אותו ולשמוח וליהנות מהרגע.

## אילנה טופר, מתנדבת בסניף תל אביב

## להיות לה אם ואחות

את קורין הכרתי דרך מחלקת השיקום של המוסד לביטוח לאומי לפני כ-5 שנים במסגרת התנדבותי. קורין היתה בחורה צעירה אשר התמודדה עם קשיי החיים לבד, ללא משפחה וחברים, ללא עבודה, במצב נפשי ירוד, אבל עם רצון עז להצליח ולהראות לכולם כמה גבוה היא יכולה להגיע.

מאז ועד היום אני בקשר עם קורין, כאשר בכל הזמן הזה ניסיתי בכל יכולתי לסייע לה כאימא וכאחות, בשיחות ובמפגשים, באהבה ובתמיכה, סיוע אשר לעניות דעתי קיבלה קורין בחיבוק גדול.

קורין הפכה עם הזמן לבת בית אצלי, למי שמחוברת למשפחתי ולאחת ממנה. ביחד איתנו היא הצליחה להתמודד ולהתקדם בחיים, ומבחינתי היא מהווה דוגמה.

לאחרונה הלכנו בתי ואני ביחד עם קורין כדי לבחור לה שמלת כלה. אירוע אשר ישלים לה את כל חלומותיה, ואין מאושרת יותר ממני להיות נוכחת ומלווה באירוע זה.

אני שמחה שניתנה לי האפשרות להתנדב ולהגיע למקום בו אני נמצאת עכשיו עם קורין, ויודעת אני כי ניתנה לי הזכות להוסיף אותה למשפחתי וזכיתי.

חשוב לי לציין כמי שליוותה ונתנה לקורין, שלא אחת קיבלתי ממנה בחזרה אהבה והערכה אף יותר ממה שאני נתתי לה.

## אדית כהן, מתנדבת בסניף תל אביב

## את מלאך

אדית היקרה והאהובה,

לא דיברנו הרבה זמן. אני יותר ממתרגשת לשלוח לך את ההזמנה הזו. את גלומה ביכולת שלי להוציא את הספר הזה. מה שנתת לי אין לו שיעור. אשמח להיפגש איתך, עכשיו, כשאני חזקה יותר ונמצאת במקום אחר. לעולם לא אשכח מה שעשית בשבילי. את מלאך ואני רוצה שתדעי שאת בליבי לנצח ואני מוקירת תודה מעמקי נשמת, גם בזמן שלא הייתי בקשר. כל-כך אשמח שאת ובעלך תבואו. הכי מגיע לך לראות ולהיות נוכחת במקום שאת זרעת.

**מ'**

(הזמנה זו נשלחה לאדית, מתנדבת בסניף תל אביב, על ידי מ' לרגל השקת ספרה החדש).

## כל אחד מאתנו הוא תו, יחד אנחנו מנגינה נפלאה

זו השנה השנייה להתנדבותי במוסד לביטוח לאומי - אגף השיקום תל אביב.

באחת הפגישות הקבועות של קבוצת המתנדבים הוצע לנו להצטרף לקורס מתנדבים שהתקיים בסניף רמת גן.

את הקורס ריכזה גב' ענבר דוד, שליוותה אותנו במהלך כל הקורס במקצועיות רבה, כשהיא מקרינה סימפטיה ואכפתיות, הן בתחום המקצועי והן במענה לצרכים המנהליים שעלו במסגרת הקורס, ועל כך יישר כוח!

תרומתו הרבה של הקורס התבטאה בעיקר במידע הרב והחשוב אודות הפעילויות הרבות של המוסד, שרבים מאיתנו וכן קהל המבוטחים לא תמיד מודעים לקיומן ולהיקפן. כאן נכנסים אנחנו המתנדבים ומתגייסים לטובת הקהילה ומהווים את אחת הדרכים להעברת המידע.

מתכני הקורס ניכר שמאמץ רב ומחשבה מעמיקה מושקעים כדי לתת מענה ושירות משופר לקהל מבוטחי המוסד הנזקקים לשירותיו.

במסגרת הקורס למדנו רבות על הפעילות הענפה בה עוסק המוסד לביטוח לאומי והבנו את המורכבות הרבה והלא פשוטה שאיתם הוא מתמודד.

הנושאים בקורס היו מגוונים, מעניינים ומועילים מאוד. זכינו במרצים חיצוניים מרתקים ובמדריכים מקצועיים מקרב עובדי המוסד המסורים, שהעבירו את המידע בצורה מעניינת ובהירה, ענו לכל שאלותינו בפתיחות רבה ובמודעות לתחושה הקשה הקיימת כיום בקרב הציבור כלפי המוסד לביטוח לאומי.

זכיתי להכיר מתנדבים שהשתתפו בקורס, אשר הגיעו מכל קצוות הארץ, ונוכחתי לדעת שהמשותף לכולנו הינו הרצון הרב והכן לעזור ולזולת, בעיקר לאלה הזקוקים במיוחד לתמיכה ולאוזן קשבת.

כל אחד מאתנו הוא תו, יחד אנחנו מנגינה נפלאה.

אני מבקשת להודות לכל אלו שתרמו להצלחת הקורס ולמוסד לביטוח לאומי על הזכות שניתנה לי להתנדב למען הקהילה.

בהזדמנות זו ברצוני להודות גם לרכזת המתנדבים של סניף תל אביב, גב' רות מערבי, שבאישיותה המיוחדת משרה בקבוצה אווירה נעימה וחברתית. מקצועיותה הרבה תורמת רבות לתהליך ההתנדבות ומעלה את המוטיבציה לעשייה הרבה שאני רואה בקרב קבוצת המתנדבים.

**הדי ברכה, מתנדבת בסניף תל אביב**

## להתנדב בביטוח לאומי בשבילי זה...



מתנדבי סניף תל-אביב

- זה עניין וחברה.
  - זה הרגשה טובה שאני עושה משהו בשביל מישהו...
  - להקשיב לאנשים שונים ומגוונים ולפעמים גם משונים.
  - לדבר רוסית ולפעמים גם אנגלית.
  - זה כוס קפה עם חצי עוגת גבינה.
  - ליהנות מיכולת התנסחות עבור אדם שקשה לו.
  - לדבר עם משה על מה ואיך כדאי לשפר...
  - זה לעזור לידיד או חבר או סתם מקורב אחר...
  - זה להיות בעניינים כשמשנים חוקים ונהלים...
  - ולא פחות חשוב... יחס העובדים והמנהלים
  - שנותנים הרגשה שאני עושה משהו חשוב...
  - וזה עוד דברים קטנים וטובים שלא תמיד זוכרים.
- ההרגשה הטובה זה מה שעושה את העניין... אם כשאני מגיע זה עושה לי טוב, זה אומר הכול...

## אילן ברוכים, מתנדב בייעוץ לנכה, סניף תל אביב

### הציניות נותרה בחוץ...

מאות מתנדבי אגף השיקום של הביטוח הלאומי התכנסו ב"די מול" ברמת גן. עם הכניסה לאולם יכולת להרגיש את האנרגיות העצומות שמילאו את החלל: מאות אנשים מכל קצוות הארץ מברכים זה את זה וזו את זו לשלום, כמכרים ותיקים.

ענבר דוד, ה"אנגר'יזר", פתחה את הכנס בדברי ברכה ותודה לכל המשתתפים.

מנכ"ל הביטוח הלאומי, פרופסור שלמה מור-יוסף, נשא דברים מרגשים וציין לשבח את פעילות המתנדבים ואת תרומתנו הרבה לביטוח הלאומי.

גב' אילנה שרייבמן, סמנכ"לית גמלאות, ריגשה אותנו בסיפור על אמה בת ה-85 שמתנדבת ותורמת.

השיא המרגש ביותר היה, כמובן, סיפורה הבלתי נתפס של טל רבינוביץ', אשה מוכה, שהחליטה יום בהיר אחד לקום ולברוח יחד עם שלושת ילדיה מחורש רעתה, בעלה. ההחלטה נפלה ברגע שהבינה שאם לא תברח מיד, לא תוכל לקום ולברוח לעולם. האלימות המילולית שהפעיל כלפיה, גרועה מהאלימות הפיזית: אימו שלא תוכל יותר לדבר ותענה רק במצמצי עיניים, הוא הדבר הטוב ביותר שקרה לה מאז נישואיה לאותו חורש רעתה. זה הטריגר שגרם לה לקום ולברוח לחיים חדשים. לא יכולתי להתאפק. ניגשתי אליה ואמרתי לה שהיא גרמה לי לדמוע ואני, גבר גבר, בוכה רק בסרטים...

ד"ר יגאל פוריש, בדרכו המתובלת בהומור וסרטונים מצחיקים, השחז לנו את תודעת השירות וההקשבה. ארוחת הצהריים היתה טעימה ומזינה ולאחריה - הקינוח: תות שדה מרמת השרון, בדמותו של משה בקר הנהדר, אשר ריתק את הקהל ביכולת השירה המעולה שלו ובקטעי קישור מעולים ומבדרים.

כל הכבוד למארגנים ולעוסקים במלאכה.

## אמיר גנוסר, מתנדב בייעוץ לנכה, סניף תל אביב

## מתנדבים במערך מיצוי זכויות - ייעוץ וסיוע לאנשים עם מוגבלויות

זה כשש שנים אני שותפה כמתנדבת לפרויקט בו שולבו מתנדבים בשירות לקוחות בדלפק הקדמי, כאשר הדגש הוא על סיוע, עזרה ועוד בנושאי נכות וזכויות של אנשים עם מוגבלות.

מחלה, מוגבלות, נכות מביאה להתמודדויות בתחומים ומישורים רבים. הגשת תביעה ומיצוי זכויות בביטוח לאומי היא אחת מהן. לא פעם, בעצם ההגעה של המבוטח לסניף הביטוח הלאומי יש התגברות שלו על מחסום נפשי. אחרי שעבר את המחסום הזה המפגש עם טפסים שלא תמיד ברורים ולעיתים אף ארוכים מכביד וקשה אף הוא. נוסף לכך את החשש ממילוי טפסים.

בסניף תל אביב קיים מערך מיצוי זכויות הניתן באמצעות שתי עובדות מקצועיות ומתנדבים שמסייעים בהנגשת הזכויות בדרך של מילוי טפסים, אזור קשבת ותיווך לגורמים במוסד לביטוח לאומי ומחוץ לו.

בזכות מערך המתנדבים ההתנהלות מול המוסד היא בהישג יד.

הקהל אותו אנו מלווים זקוק לעזרה מכיוון שאינו מודע לזכויותיו. חלקו מתמודד עם קשיי שפה, קשיים רגשיים בקבלת המחלה ולעיתים הוא תובעני. למתנדבים שלנו יש משאבי זמן וסבלנות וידע לעזור למבוטחים.

אנחנו מושיטים יד ומקלים על הקהל בנבכי הבירוקרטיה והמפגש עם הביטוח הלאומי וגופים נוספים אחרים.

קיימות היום חברות אשר מכריזות כי הן עוסקות ב"מימוש זכויות רפואיות" הגובות סכומים גבוהים מהקצבאות המשולמות ללקוחות שלהם. יתכן שאם תושבי מדינת ישראל היו מודעים לקיומו של שירות "ייעוץ לנכה" של הביטוח לאומי, הצורך בחברות הפרטיות היה פוחת.

**חיה דונקלמן, מתנדבת בייעוץ לנכה, סניף תל אביב**



**מתנדבי סניף תל-אביב**

## ילד מתוק

ילד מתוק  
שוקולד,  
כל האהבה שבעולם  
לא תשאיר אותך לבד,  
תיקח אותך,  
דבש וסוכר,  
למקום מואר.

אם תתבונן  
לרחוק,  
תגלה סודות שלא נראו,  
לא יוכל הזמן למחוק  
מה שנשמר,  
את זיכרונוך,  
את אהבתך.

ואם אתה רוצה לבכות  
תצחק,  
ואם אתה רוצה לבעוט  
תשיר.  
דיבור הוא לפעמים  
משחק,  
ומה שמאיר פנים  
אין לו מחיר.

רגע אחד,  
רגע של דבש  
עוד ייקח אותך לכל מקום.  
ספר לי משהו חדש  
שלא עובר  
אבל עוזר,  
רגע כמו חבר.

© כל הזכויות שמורות

שמוליק קלוסקי, פזמונאי, מלחין  
וקופירייטר, מתנדב בסניף תל אביב

במהלך השנים האחרונות ליוויתי, כמתנדב בסניף תל אביב, ארבעה אנשים. כאשר המנחה שלנו, רותי מערבי, הציעה לי לכתוב לעיתון זה, תהיתי מה ביכולתי להוסיף או לחדש, ואז צצה בראשי שורה שכתבתי לפני שנים אחדות - "ומה שמאיר פנים אין לו מחיר", החותמת את שירי, "ילד מתוק".

השיר "ילד מתוק" משקף את תחושותי לגבי תפקידי כמתנדב ואת היכולת המופלאה להכיל ובעיקר להעצים. השיר שכתבתי והלחנתי, הוקלט על ידי ויצא כסינגל, והוא חלק מאלבומי השני שבדרך. לפניכם התמליל.

ניתן להאזין לשיר ביוטיוב כשמקלידים: ילד מתוק - שמוליק קלוסקי.



מתנדבי סניף חולון



## ההתנדבות משמחת ותורמת לתחושה טובה

לפני כשנה נעניתי למודעה בעיתון שהציעה להתנדב למחלקת השיקום בביטוח הלאומי. אחרי שיחת טלפון נעימה עם ישראלה, העובדת סוציאלית, נקבעה פגישת תיאום ציפיות ואחריה מפגש עם י', אישה צעירה כבת 40, אם לחמישה ילדים תושבת קריית מלאכי.

בשיחה המשולשת חשפה האישה את סיפור חייה המרתק, ההתעללות והפרידה מהמשפחה באתיופיה, מסע אישי מפרך ועלייה ארצה. פגשתי אישה אמיצה המנהלת מאבק מעורר התפעלות בקשיי החיים. היא מגדלת לבדה 4 בנים ובת (רביעייה !!!) בדירה קטנטונת, לומדת במכללת אחווה, עובדת בבית ילדים אחר הצהריים ורק אז מתפנה לטיפול בילדיה וללימודים.

מאז אנו נפגשות על בסיס שבועי ולעיתים יותר מכך. אני מסייעת לה בתחום הלימודי, בהכנת חומרי למידה לחגים ולמשימות אותן היא נדרשת לבצע, כמו גם בהכנת אמצעים יצירתיים לפי בקשתה. הקשר בינינו נעים ולבבי. אנו נפגשות גם בביתה, במקום עבודתה, במכללה ולעיתים בבית קפה או על ספסל במרכז העיר. י' מעריכה מאוד את העזרה המוענקת לה על ידי ישראלה, העובדת סוציאלית מטעם הביטוח הלאומי, וכן את תמיכתי האישית בה.

בימים אלו בהם אני מתקשה לבקרה בשל המצב הביטחוני באזור בו שתינו גרות, אנו מקיימות קשר טלפוני ומקוות להיפגש בקרוב. מיותר לציין עד כמה ההתנדבות משמחת אותי ותורמת לתחושה טובה אצלי.

בנוסף, אני נפגשת גם עם ש', צעירה בת 22 שנפגעה בתאונת דרכים ושהתה בבית לוינשטיין כשנה בשל פגיעת ראש. הצעירה לומדת במכללת אחווה חינוך מיוחד ונתקלת בקשיים לא מעטים. בנוסף, אין לה מקום מגורים, והיא נאלצת לנדוד בין אחיה בשדרות ובנס ציונה, דבר המקשה עוד יותר על תפקודה. ש' היא צעירה מתוקה להפליא המתמודדת עם בעיות רבות וחרף זאת עושה מאמצים אדירים להצליח. אנו נפגשות במכללה ובגדרה וכן מנהלות קשר טלפוני קבוע. אני מסייעת לה בהכנה לקראת מבחנים, בארגון חומרי למידה ובשינון (בשל בעיות בזיכרון שנפגע). לסיכום, שתי הנשים עמן אני נפגשת מוקירות תודה על כל העזרה ובכך מעניקות לי סיפוק רב

## חנה בן ארצי, מתנדבת בסניף רחובות



מתנדבי סניף רחובות

## תודה למתנדבת שעוזרת להגשים חלום

אני רוצה לספר לכם מעט על עצמי ועל התהליך שעברתי.

שמי 'י', בגיל 13 נפרדתי ממשפחתי באתיופיה במטרה לעלות לארץ ישראל. בדרך הגעתי למדינה מוסלמית. נכלאתי למשך שנה וחצי ולאחר שחרורי בדרך נס שוטטתי לבדי במדינה זרה ועוינת למשך שנתיים וחצי נוספות עד ששליח מישראל הצליח לאתר אותי ולהעלות אותי לישראל. החיים היו קשים עבורי. בגיל 17 עליתי לבד לארץ. התחלתי ללמוד בכל מיני קורסים, אבל לא הייתי חזקה מבחינה רגשית ולכן התחלתי ועזבתי.

בהמשך התחתנתי ונולדה לי רביעייה.

ב-2012 נרשמתי למכינה ייעודית לבני הקהילה האתיופית במכללת אחווה. באותה שנה גם התגרשתי. פעמים רבות התייאשתי ואמרתי שאין טעם להמשיך את הלימודים משום שזו נראית לי משימה בלתי אפשרית גם מבחינה כלכלית וגם מבחינת השפה. למרות הקשיים הרצון העז להגשים חלום ישן, גרם לי להמשיך בלימודים.

התקבלתי ללמודי הוראה באחווה כתלמידה מן המניין, ואז הכרתי את ישראלה, עובדת השיקום. פגישה זו שנתה את מסלול חיי. ישראלה דאגה לי לכל הכלים כדי שאצליח בלמודים וכן הציעה לי להיעזר במתנדבת שקוראים לה חנה. חנה היא מורה בתיכון. היא אישה מדהימה ומאד יצירתית. היא עוזרת לי בהכנת פרויקטים לגן בו אני עושה את העבודה המעשית שלי.

אני משוחחת אתה על הקשיים שלי בלימודים וגם על הקשיים עם הילדים שלי הנמצאים בגיל ההתבגרות. היא מקשיבה ומעודדת אותי כדי שאסיים את הלימודים.

בפורים היא הכינה בעצמה תחפושת לבתי כי לא הייתה לי אפשרות לקנות לה תחפושת. התחפושת היתה מהממת - "מלכת הלקים" וזכתה לתגובות נלהבות.

אני רוצה להודות לחנה על זה שהיא תומכת בי ומאמינה בי ונותנת לי את האפשרות להגשים חלום ולהיות דוגמה אישית לילדיי.

**י' קרית מלאכי**

## שכר ההתנדבות - הנאה רבה

כשאתה מלווה נכה במשך שש שנים, נכה קשה גם בגפיו וגם בראשו, אתה עד לתופעות עולות ויורדות בתחושותיו, מכאוביו וגם בתקוותיו.

הנכה שבטיפול קרוב לגיל 60. הוא מטבעו אדם אנרגטי בעל יוזמות מתחדשות לבקרים למרות כאבי תופת שפוקדים אותו מדי פעם.

מ' שלי היה קבלן שיפוצים. בזכות קצבתו הגבוהה מהביטוח הלאומי הקים בביתו בריכת שחייה שיכולה להיות גם בריכה טיפולית לנכים.

אני נוכח במשך השנים האלה במעברים חדים בהתנהגותו, כשמצד אחד יש תופעות של דפרסיה עמוקה ומנגד רגעי שיא ביצירתיות. במשך השנים האלה נהניתי מאד מיצירות נהדרות של קרמיקה ועוד יותר מעבודת פסיפס.

מ' בשבילי הוא חבר שנעים להתרועע אתו. חביבים עלינו במיוחד שיעורי תורה ויהדות מהם הוא מתמוגג והם מכהים את ייסוריו.

שכרי גדול מאד כי אני נהנה לא פחות ממנו.

**שמואל כהן, מתנדב בסניף רחובות**

## מעריכים ומוקירים את פועלך

שמואל,

בשעה טובה ומוצלחת,

לגיל שמונים הגעת עם בריאות טובה והרבה נחת.

אנו קבוצת המתנדבים רוצים אותך לברך

על פועלך והתנדבותך מכל הלב.

דמותך, אישיותך, חוש ההומור שלך

והעשייה ההתנדבותית

הם מקור השראה וגאווה לכל חברה אנושית.

יכולתך לצור קשר עם אדם בכל גיל

ולוות אותם בהתמדה ובמסירות באופן לא רגיל.

הידע הרחב שלך בידיעת הארץ ובתנ"ך

מעשיר את הסובבים אותך ומהווה עבורם עוד נדבך.

נהנינו לשמוע את הסיפורים הרבים על לייזר,

לומדים יחד על הגלובוס, והוא הופך לך לעזר.

את קריאת העיתון עם מיכאל ודיון בפרשת השבוע

והשחייה המשותפת שהפכה לשעשוע.

אנו מעריכים ומוקירים את מעשיך,

את חכמת החיים ואת פועלך.

שתמשיך תמיד להתנדב ולתת

ולסייע בכל זמן ובכל עת.



מתנדבי סניף עפולה

## ישראלה אלסון, מנחת קבוצת מתנדבים, סניף רחובות

## יותר ממה שאני נותנת אני מקבלת

זה כשש שנים אני מתנדבת במחלקת השיקום בסניף ביטוח לאומי ברחובות. אני מאד נהנית מהפעילות שלי. לעיתים אני מרגישה שיותר ממה שאני נותנת אני מקבלת.

כיוון שהייתי מורה במשך 34 שנים בכיתות א-ו, ישראלה מפנה אלי מטופלים הזקוקים לעזרה בקריאה וכתובה. אני מלאת סיפוק והנאה כשאני רואה את התקדמותם.

כעת אני מטפלת בל', בחורה צעירה מושתלת כליה נשואה ואם לילדה בת חמש. אני ממש מצפה לבואה וגם היא מצפה למפגש איתי. אנו משוחחות ומספרות זו לזו את כל מה שעבר עלינו במשך השבוע וכמובן לומדות. היא מתקדמת נהדר ואני מתמוגגת מנחת.

כבר הסכמנו בינינו שלא ניפרד לעולם.

## בינה בן שאול, מתנדבת בסניף רחובות

## השמחה שלה היא השמחה שלי

הזמן ...

אצלי כבר כמעט עברו שש שנים מתחילת ההתנדבות. שש שנים חולפות מהר ... כן? לפעמים כן ולפעמים לא. יש תקופות שבהן הכל נראה שחור-אפור והזמן לא עובר, אפילו עומד מלכת, ובתקופות היפות הזמן חולף ביעף ודווקא אז רוצים לעצור את הזמן.

בתקופה זו ליויתי את ע'. התחלנו תקופה יפה ונהדרת עם הרבה תקוות. היא חזרה לעבוד והזמן חלף, ופתאום הרוח שינתה כיוונה והביאה אתה עננים שחורים. המצב הפך להרבה יותר קשה. אנחנו מתמודדות. לפעמים היא רוצה להיות לבד ולפעמים ביחד וצריך לזרום.

לאחרונה יצאו קרני שמש שמחממות את הלב והנשמה, ואנו מקוות להצליח. אני רואה שע' מתלהבת, מסדרת את הבית, משנה ריהוט ויותר שמחה, וברור שהשמחה שלה היא השמחה שלי.

אני מאחלת לנו ולכל המתנדבים וחבריהם שהזמן יהיה זמן טוב ומוצלח עם הרבה אור.

## אורנה טל, מתנדבת בסניף רחובות

### בזכותך

לאורנה היקרה,

בפעם הראשונה שהציעו לי אותך, לא האמנתי שתהיה בינינו תקשורת טובה ושאוכל לפתוח בפניך את הלב. אך בהמשך השיחות בינינו הרגשתי שקל לי יותר להיפתח בפניך, וכך גם היה לי פשוט יותר לשתף את ילדיי בבעיותי הבריאותיות. עזרת לי רבות מבחינה בריאותית. לקחת אותי לרופאים מומחים ולבדיקות מעקב, ועל אף שהיה מאוחר מדי לעזור לי, הרגשתי שלמה יותר אחרי ששמעתי את חוות הדעת הרפואית שלהם.

בלעדיך לא הייתי מגיעה למקום שבו אני נמצאת היום. בזכותך, אחרי רגעים רבים של ייאוש וכמעט וויתור, קיבלתי תעודת עיוור.

היו לנו ימים מאוד כיפיים ביחד, כשיצאנו להרצאות מגוונות וקניות. סידרת לי נופש באילת שבו אני ומשפחתי מאוד נהנינו, ועל כן אנו מכירים לך תודה.

בטח הרבה אנשים שואלים את המתנדבות "מה אתן עושות איתם?", אך הם אינם יודעים כמה אור אתן מפיצות בחיינו. את לעולם לא תישכחי מלבי, ואני מאחלת לך אושר ואהבה, שתיהני עם בני משפחתך ושהקדוש ברוך הוא ייתן לך את מה שנתת לאחרים - שמחה.

שנה טובה ומתוקה, מאחלים לך מכל הלב.

נשמור על קשר!

### עדי והמשפחה

## הצלחת לעודד, לתמוך ולטעת תקוות

אורנה היקרה!

הצטרפת לקבוצה בראשית דרכה.  
שבע שנים זאת בהחלט תקופה ארוכה.  
קשה להגיד שלום ולסכם במילים.  
באמת עברנו ביחד הרבה דרכים ושבילים.  
התרשמתי מאד מאישיותך הכובשת.  
אמפטית, רגישה ומאוד מתחשבת.  
לב זהב, פתיחות והרבה נחישות.  
הובלת מספר כוכבים, עם הרבה רגישות.  
יצרת איתם קשר מאוד מיוחד.  
למרות השוני של כל אחת ואחד.  
ידעת לפצח את הקשיים שעלו בשיחות  
והצלחת לעודד, לתמוך ולטעת בהם תקוות.

בזכות יכולת הניתוח שלך והסקת המסקנות  
תרמת מאוד לקבוצה ועזרת לה להיבנות.  
ואיך אפשר לשכוח את חוש ההומור.  
בדיחות, חיקויים וסיפורים ידעת גם לשזור.  
שיתפת בסיפורי הילדות והחיים האישיים  
שעצבו אותך, וזה היה מאוד מרשים.  
הפכת להיות חברה של כולנו.  
בשמחות, באירועים קשים, היית תמיד לצידנו.  
מקווה שיהיה לך הכי טוב ותיהני בדרכך,  
תמשיכי לתרום, להיתרם וליהנות ממשפחתך.  
ואם בהמשך תחליטי לחזור לקבוצה,  
אין לי ספק שנקבל אותך בריצה.

**ישראלה אלסון, מנחת קבוצת מתנדבים, סניף רחובות**



**מתנדבי סניף חדרה**

## ההתנדבות הפכה להרגל שני

כמעט שש שנים חלפו מאותו היום בו התחלתי להתנדב במחלקת השיקום בביטוח לאומי. ההתחלה היתה לא קלה. מה אומרים, מה עושים על מנת לעזור. עם השנים השתלמנו, הוספנו ידע וביטחון כך שמלאכת ההתנדבות הפכה כמעט להרגל שני שלנו - שלי.

במהלך השנים עזרתי למגוון אנשים, אך יותר מכולם הרשימה אותי צעירה בת 21 שהיתה לאחר ניתוח שני בהשתלת כליה. דווקא בגלל הקשיים שלה ניסיתי בכל כוחי לעזור לה בתחומים שונים בהתאם לצרכים האישיים שלה. לאחרונה היא מתלבטת האם לעזור את בית הוריה ולצאת לחיים עצמאיים. שוחחנו על משמעות צעד זה על היתרונות והחסרונות שבדבר, ניתחנו חלק מהנושאים. במפגש הבא ננסה לסכם את מחשבותיה בנושא ולהגיע יחד להחלטה.

תפקידי לשקף לה את תשובותיה ולעזור לה להגיע לידי החלטה סופית. מובן שאני אקבל ואכבד כל החלטה שלה ואתן לה את ברכת הדרך.

## עיריית טבת, מתנדבת בסניף רחובות

### ממני אלייך

לעיריית המתנדבת היקרה,

ברצוני להודות לך על תקופה יפה ומהנה בה נפגשנו ושוחחנו. שיחות אלו היו לי לעזר רב. הן הגבירו בי את תחושת הביטחון והשרו עלי אווירה נעימה.

אני בטוחה שיכולת ההענקה שלך, הנכונות לסייע, לתמוך ולעודד יחד עם רוח ההתנדבות המפעמת בקרבך יאפשרו למשתקמים נוספים לחוש את אותן התחושות שחוויתי.

מעריכה ומוקירה,

יפה, רחובות



מתנדבי סניף פתח-תקווה

## לא מתייאשת גם כשהמלאכה רבה

לחנה היקרה,  
רצינו להודות לך על תשומת הלב האישית והחמה.  
הגעת אלינו במסירות והתמדה בלי לקבל תמורה.  
על הציוד של בננו היית שומרת  
ובין מפגש למפגש עליו חושבת.  
איך אפשר אותו לקדם ולשפר  
ולהביאו לנקודה גבוהה יותר.  
עבדת איתו בסבלנות מרובה  
ולא התייאשת גם כשהמלאכה הייתה רבה.  
גם לאחיו הקטנים היית עוזרת  
ואף פעם לא מוותרת.  
הקשבת, תמכת וייעצת בכל התחומים,  
ומעולם לא אמרת "אני - רק בלימודים".  
תמיד התעניינת מה שלום כולם  
ומתי שהתאפשר הצעת עזרה.  
לימדת אותו בכיף ובמשחק  
והוא חיכה למפגשים איתך.  
חנה המקסימה,  
שמחנו מאוד שזכינו להכיר אותך. אישיותך מקרינה  
שמחה וחום. יהי רצון שתמשיכי לעשות חיל, לעזור ולשמח.  
מאחלים לך בריאות, אושר ושמחה.  
תודה מכל הלב,

**משפחת עמיאל, רחובות**

## לחנה

### לעולם לא אשכח אותך

הימים עוברים והגיע הזמן שניפרד,  
כל כך נהייתי מההשקעה, החיוך והסבלנות  
ועוד המון דברים טובים.  
לעולם לא אשכח אותך,

**לביא עמיאל, רחובות**

## תורמת ונתרמת

את נ' הכרתי לפני מספר חודשים. אישה צעירה, למודת סבל, גרושה על רקע של אלימות קשה, אם לשלושה בנים שנחשפו לאלימות והגיבו בהתאם.

נ' עצמה המשיכה לעבוד בסיפוק רב עד שפקדה אותה מחלה שגרמה לה למגבלה רפואית, אשר הלכה וגדלה עד לאותו רגע מר שנאלצה לסיים את עבודתה. הפסקת עבודתה הייתה הקש ששבר אותה, אולי כי זה היה להודות בריש גלי על מגבלתה, מה שהיה לה כל כך קשה לעשות.

על אף כל הקשיים נ' שומרת לאורך כל הדרך על חוש הומור נפלא, רצון להתמודד עם כל הקשיים תוך הפעלת שיקול דעת. ממנה למדתי שיש אפשרות אחרת להגיב למצוקות. לראשונה בתפקידי כמתנדבת במחלקת השיקום בביטוח הלאומי הרגשתי ממש שאני לא רק תורמת אלא גם נתרמת. ישנה נתינה וגם קבלה, ועל כך אני מודה לה.

## עירית טבת, מתנדבת במחלקת שיקום, סניף רחובות

### חגיגת מצווה בסניף רחובות

בתאריך 20 באוקטובר 2014 ערכנו מסיבת בר מצווה ובת מצווה ליתומים ולהוריהם השייכים לסניף רחובות. באירוע זה נעזרנו רבות בקבוצת המתנדבים על מנת לאתר את כל המשפחות. לאחר מכן החלו סבבי טלפונים אינטנסיביים שנעשו בעיקר על ידי המתנדבים של מחלקת השיקום על מנת להבטיח השתתפות מקסימלית הן ביום הגיבוש שערכנו טרם האירוע והן באירוע עצמו. ההזמנה נעשתה עבור 45 ילדים, ולאירוע הגיעו... 45 ילדים והוריהם!!!

בתחילה הגענו לבית הכנסת "עטרת יצחק" בניר עציון, שם חיכה למשפחות מתופף אשר ליווה אותם בשירה ובניגון אל בית הכנסת - מעמד מאוד מרגש ושמח. הילדים נפגשו עם רב אשר שוחח עימם קצרות על ערכי המשפחה והיהדות. לאחר מכן המשכנו אל מקום שנקרא "חווית הבוקרים", שם השתתפו הילדים בסבבים של שלוש פעילויות: קליעה למטרה, נסיעה בטום-קאר ורכיבה על סוסים. שלוש הפעילויות היו מהנות ומתוזמנות היטב, ובשלב מסוים עלה החשד כי ההורים נהנים אף יותר מילדיהם...

בתום הפעילות התכנסו כולם במסעדה, ושם הוגשה ארוחת צהריים מעולה. אחריה קינחו הילדים בסדנת תיפוף, ובמרכז היה מעגל קבוע של אימהות וסבתות מרקדות וצוללות...

את הברכות והמתנות שמרנו לסוף - סיום מוצלח ליום מוצלח.

כאשר נקראו כולם לחזור לאוטובוסים, צעדו כולם בחיוך וניגשו אל עובדות השיקום בהוקרת תודה על היום שהיה. להלן חלק מהמשובים שקיבלנו:

- "אירוע בלתי נשכח. מאמינה שלא נשכח אותו זמן רב."
- "היה מקסים, מרגש וגם טעים. כל הכבוד."
- אחד הילדים כתב: "היה כיף מאוד ואני גם שרתתי. פשוט חוויה של פעם בחיים וגם אימא נהנתה". בהערות הוא הוסיף: "בא לי עוד פעם."
- "אירוע יוצא מן הכלל, חוויה מהנה ביותר. המטרה היא הילדים, אך לא הזניחו גם את ההורים. אוכל טעים וצוות מדהים."
- "מקסים, כייפי לגמרי, מרגש וקליל. פתאום הבנו שאנחנו לא לבד."
- "זה היה אירוע חשוב, ומצד שני ממש כיף גדול, שלמדתי ממנו המון וממש נהנית. זה היה יום שחשוב לכל בן ובת מצווה במצב שחסר אב או אם בבית."

ברצוננו להודות לאריאלה טויטו, ליפה בנימין ולאיתי כהן אשר סייעו מאוד לארגון אירוע מיוחד ומרגש זה.

**ישראלה אלסון**  
מנחת קבוצת מתנדבים

**מילי שורצמן**  
מנהלת תחום שיקום



## שמחה להתנסות ולתרום

אני נואל סביחאת מתנדבת בביטוח לאומי סניף נצרת זה כעשר שנים. בהתחלה הייתי בקשר עם מר בני ואחר כך עם גב' לילא. בתקופה זאת למדתי הרבה דברים וקיבלתי מידע שעזר לי בכל התחומים. הניסיון שלי עם הביטוח הלאומי פתח בפניי אופקים חדשים של עתיד נהדר ומלא בתקוות. בתחום החברתי רכשתי הרבה חברים ויצרתי קשרים עם אנשים מיוחדים. אני שמחה מאוד על ההתנסות הזאת ובתרומה שלי לאנשים שצריכים את עזרתי. היום אני שמחה מאוד שאני מתנדבת ורוצה להמשיך בעשייה הנהדרת הזאת בהצלחה. בהזדמנות זו רוצה להודות לחבריי המתנדבים והמנחה שלנו על כל דקה שהייתי בה בחברתכם, ואני גאה שיש לי משפחה אחרת שקוראים לה ביטוח לאומי.

### נואל סביחאת, מתנדבת בסניף נצרת

## אדם לאדם - אדם

לצוות מתנדבי השיקום סניף נצרת שלום רב, תרשו לי לנצל את ההזדמנות הזו ולהביע את הערכתי הרבה לפועלכם ומסירותכם למטרה נעלה, אשר מגלמת בתוכה את כל הטוב שבעולם - לסייע לזולת. אנו, צוות מרכז שירות נצרת, מודים לכם מעומק הלב, לכל אחת ואחד, על ההשקעה, ההתמדה והאהבה שאתם מרעיפים עלינו ועל לקוחותינו. תודה מיוחדת להנהלת הסניף ומחלקת השיקום על הרצון לתמוך בערוץ חשוב זה. ההתנדבות שלכם היא ביטוי לעוצמה אנושית ייחודית ומרגשת. אנשים שקמים מהכורסה הנוחה והמפנקת ויוצאים החוצה, לא אחת בחום לוחט ובקור מקפיא, כדי לתת מעצמם לזולת, כדי לתרום ולהועיל, כדי לסייע ולחזק, כדי להיות בפשטות "אדם לאדם - אדם". בטוחה אני כי ללא נדיבותכם והשקעתכם האמיתית, לא היינו מגיעים להישגים אלו. יש ניסים בעולם ויש גם נפלאות, וכאשר מתאמצים רואים גם תוצאות, ולכם ולנו יש על מה להתגאות. על מסירות ואכפתיות שאין די לה, על "ראש גדול" ואנרגיה חיובית ומרץ מתחדש ואינסופי, על שפע החיוכים, המבט וההסבר, שעוזר לכולנו בשעות לחץ או בזמן משבר. צוות מרכז שירות נצרת ואנוכי מודים ומברכים אתכם בהמון כוחות להמשיך ולתרום למען כולנו. שוב אנו מחבקים אתכם בחום ומודים לכם, לכל אחת ואחד מכם, שכן ירבו כאלה בסניף ובכלל. בהערכה ואהבה מכל הלב,

### נסרין זועבי אבו אלנעאג', ממונה אחראית, מרכז שירות סניף נצרת



## תחושת סיפוק רב

אני מתנדבת במחלקת השיקום בסניף רמלה כבר משנת 1995.

לאחר שהפונה הקודמת שלי נפטרה, קיבלתי אישה, נפגעת עבודה קשה, עולה מאתיופיה, לקשר. אני מגיעה אליה בקביעות, שומעת שוב ושוב את סיפור הפציעה שלה ומנסה לעזור לה בתיווך מול גורמים שונים ומול משפחתה. לאחרונה היא הוציאה רישיון נהיגה, מה שמאוד יכול לעזור לה בניידות והיא למדה להיעזר יותר במשפחתה. ההתנדבות חשובה לי ונותנת לי סיפוק רב במשך שנים.

## אילנה צור, מתנדבת בסניף רמלה

### עזרה בתרגום

אני מתנדבת במחלקת השיקום בסניף רמלה כבר מספר שנים עוזרת בתרגום לרוסית בוועדות הרפואיות ואף במסגרות שונות.

היום אני מלווה אב שכול ואלמן מבוגר שדובר רוסית אני מבקרת אותו בקביעות ודורשת בשלומו ונמצאת בקשר גם עם משפחתו.

אני מאוד נהנית מההתנדבות, שאני יכולה לתרום גם למשפחות שכולות וגם לעזור בתרגום למי שצריך.

לעיתים אני מוזמנת על ידי עובדת השיקום ללוות משתקמים בסיכום האבחון התעסוקתי, ולעיתים אני מתבקשת להתלוות למבוטח לוועדה רפואית ולסייע בתרגום מעברית לרוסית ולהיפך.

## תמרה ניירייב, מתנדבת בסניף רמלה

### סיוע לאלמנתו של משתף פעולה

אני מתנדבת במחלקת השיקום בסניף רמלה כבר מספר שנים.

אני מלווה ותומכת באמצעות קשר טלפוני קבוע אחת לשבוע, בנכה פעולות איבה דובר ערבית.

בנוסף, אני מתנדבת בקביעות אצל אלמנתו של "משתף פעולה", מלמדת אותה את השפה העברית ומסייעת לה בתיווך מול גורמים שונים. לאחרונה בשעה טובה היא רכשה דירה בעזרתי והוציאה רישיון נהיגה.

תחילה הקשר עם האלמנה היה הדוק ולעיתים תכופות. בהמשך היא נזקקה לי פחות והצליחה להסתדר בכוחות עצמה. לאחרונה שוב התחדש הקשר בינינו סביב לימוד השפה העברית.

ההתנדבות עם האישה נותנת לי תחושה טובה שאני יכולה לתרום ולעזור.

## סוזי שמאס, מתנדבת בסניף רמלה



מתנדבי סניף רמלה

## “אתן מסיימות פרק חשוב של נתינה שאינו מובן מאליו”

### פרידה משתי מתנדבות ותיקות ביותר - שרה פרכטר ואליס עמר



המתנדבות היקרות, שרה ואליס, התנדבו למען אוכלוסיית מחלקת השיקום בביטוח לאומי במשך כ-14 שנים.

הן התנדבו לסייע גם למשפחות שכולות וגם לפונים שהתחילו והיו בתהליכי שיקום.

מתוך דברים שנאמרו במעמד הפרידה ממתנדבות אלו: “מעמד פרידה זה משתי מתנדבות יקרות מעורר התרגשות מטבע המעמד.

שרה ואליס, שתיים מהוותיקות בקבוצתנו, החליטו שהגיעה העת ‘לצאת לגמלאות’ מעבודת ההתנדבות. הגיל, הבריאות והמשפחה מחייבים אותן לפרוש.

לכבוד היה לנו לעבוד במחיצתן, שרה ואליס, ליהנות מתרומתן למטופלינו, כל אחת בדרכה, אישיותה ויכולותיה. כל אחת מכן הביאה במהלך השנים ניחוח מיוחד לעבודת הצוות והייתה שותפה ליצירת קבוצת המתנדבים המיוחדת במינה שיש לנו בסניף רמלה.

אתן מסיימות פרק חשוב של נתינה שאינו מובן מאליו, ואנחנו מודים לכן בשם המוסד לביטוח לאומי, סניף רמלה, מחלקת השיקום ובשם האנשים שאצלם התנדבתן.

איחולינו לבריאות, שביעות רצון ואריכות ימים בהמשך דרכן הברוכה.”

### שרה ארגמן, מנחת קבוצת מתנדבים, סניף רמלה

#### מילות תודה, הוקרה ועידוד

ברצוני לכתוב כמה מילות תודה, הוקרה ועידוד לקבוצת המתנדבים הוותיקה בסניף רמלה.

הקבוצה קיימת משנת 1995. היא עברה תהפוכות ושינויים, שמחות רבות, פרישה של מתנדבים, מחלות ומוות. לאחרונה שתי מתנדבות ותיקות מאוד שהותירו חותם משמעותי על הקבוצה, נאלצו לפרוש בשל מצבן הבריאותי. בנוסף אליהן מתנדב ותיק שלנו עבר אירוע מוחי, ומתנדבת ותיקה ביותר חלתה במחלה קשה.

למרות הזעזוע המשמעותי והטלטלה שהקבוצה שלנו עוברת, הקבוצה נשארה איתנה ומונה כ-11 מתנדבים.

תודה לחלוצים ולוותיקים שביניכם שממשיכים להתנדב במשך שנים ללא חת ולעיתים עוסקים במקרים לא קלים כלל. תודה לוותיקים שלמרות הטלטלות הלא קלות ממשיכים להתנדב ולהתעניין בשלומם של המתנדבים החולים, וכמובן תודה למתנדבת החדשה שנכנסה להתנדבות בתקופה לא קלה שעוברת על הקבוצה ועדיין מגיעה לפגישות באופן קבוע. תודה על העזרה שכולכם נותנים למטופלי המחלקה ועל העזרה המשרדית שלא פחות חשובה.

אתם נרתמים מיד ועוזרים לנו בפרויקטים השונים של המחלקה, לעתים שעות על גבי שעות מבלי לומר מילה.

תודה רבה רבה!

אתם קבוצה מדהימה ואיכותית. אני נהנית לעבוד אתכם ונדהמת מיכולת הנתינה שלכם כל פעם מחדש.

אני מאחלת לנו עוד שנים פוריות של עבודה משותפת.

### שרה ארגמן, מנחת קבוצת מתנדבים, סניף רמלה

## תפקידי כמתנדב לעזור וליידע

בהתנדבות קיימים מגוון של נושאים ותחומים בהם האדם יכול למצוא עניין ומרחב לפעילות שיש בה סיפוק. אני בחרתי להתנדב ב"ייעוץ לנכה" במחלקת השיקום בסניף כרמיאל. עברתי קורס בסניף חיפה במשך שבעה מפגשים. בקורס למדנו על זכויות ושירותים שהנכה יכול לקבל על פי חוק. רבים הנכים שלא ממצים את זכויותיהם מחוסר ידע. אני רואה בתפקידי כמתנדב יועץ לענייני נכות לעזור להם וליידע אותם איך לדרוש ולהגיש את תביעותיהם כדי לקבל מה שמגיע להם לפי החוק. העזרה והנתינה שלנו כמתנדבים מחזקת אותנו ומעניקה הרבה סיפוק. בהזדמנות זו אני רוצה להודות למיכאל מיכאל, מנהל מחלקת השיקום בסניף כרמיאל, אשר פתח ואפשר לנו להתנדב ומלווה אותנו בייעוץ שלו לאורך הדרך. הוא מכוון ומחזק אותנו בעבודתנו ההתנדבותית. יישר כוח.

**מחמוד עואעד, מתנדב בייעוץ לנכה, סניף כרמיאל**

## בשבילי להתנדב זו שליחות

שמי אילנה פליישמן ואני מסניף כרמיאל מתנדבת כבר ארבע שנים. רציתי לספר לכם על ההתנדבות מנקודת מבט שונה. אני טריפוליטאית שדוברת רוסית, עברית, אנגלית, ערבית ושפת הסימנים. אני מתנדבת בערב בוועדות רפואיות ונהנית מתרומה יוצאת דופן. אני פוגשת אנשים מכל הגוונים, ולפעמים מוצאת את עצמי מדברת רוסית, מתרגמת לערבית וחושבת בעברית. קשה? - אתם לא יודעים כמה. כיף? - רק הלב יודע לספר. מבחינתי, להתנדב ולעזור לנכים לעבור את הוועדות ולתת להם תחושה שיש מישהו שאכפת לו מהם, זו שליחות. אני יכולה להעיד כמה קשה היה לי בתור נכה לעבור ועדה מבלי לדעת דבר ומבלי שמישהו קיבל את פניי וייעץ לי שוועדה רפואית זה לא סוף העולם. אני מוצאת את עצמי הרבה פעמים מעודדת אנשים ובדרך כלל מתעודדת בעצמי. בשבילי להתנדב זו דרך חיים, ואני יכולה להיות גאה, כי גם ילדיי הלכו בדרכי וגם הם מתנדבים. אסיים במשפט: "מה שחשוב בחיים הוא לא עצם העובדה שיש לנו חיים. ההבדל שעשינו בחייהם של אחרים הוא שיקבע את המשמעות של החיים שאנו מנהלים". (נלסון מנדלה)

**אילנה פליישמן, מתנדבת בייעוץ לנכה, סניף כרמיאל**

## היאוש נעשה יותר נח

אני, אלי הירשלה, מתנדב זה כעשור במחלקת שיקום של סניף רמת גן.

לפני מספר חודשים נפגשתי עם יאיר, מנחה קבוצת המתנדבים בסניף רמת גן, ועם נח (שם בדוי). נח היה מאושפז זמן רב עקב תאונת עבודה. מדובר בפגיעת ראש שגרמה לאפילפסיה קשה. עקב הפגיעה נח מתקשה להשתלב מבחינה תעסוקתית ואישית, אך בעייתו העיקרית היא התנהלותו הכספית הלא תקינה שיצרה חובות.

מדובר בחובות בסכומים גבוהים לגורמים שונים שהדירו שינה מעיניו של נח ולא הותירו לו פנאי לשקם את עצמו. בגין החובות ננקטו נגדו תהליכי הוצאה לפועל. בהחלטה משותפת הוחלט על פנייה לבעלי החוב בניסיון לצמצם ולהקטין את החוב מול הגורמים השונים.

הצגתי את המקרה בפני קבוצת המתנדבים בהנחייתו של יאיר. הקבוצה תמכה ברעיון לפיו השלב הראשון של הסיוע לנוח יתמקד בטיפול בענייני הכלכליים הבעורים, ובהמשך הסיוע יעסוק בתהליך השיקומי-תעסוקתי שהוא יעבור באמצעות מחלקת השיקום.

נח ואנכי פנינו לבנק וביקשנו פריסת החוב לעשר שנים, הורדת הריבית וחסול האוברדראפט בחשבון. בקשה זו דרשה אישור מיוחד של הנהלת הבנק, שניאותה לסייע במקרה חריג זה. במקביל ישבתי עם יאיר וסיכמנו על סכום שיספיק לנח לחיסול החובות השונים. במסגרת השיקום אושר לנח היוון של קצבת הנכות אשר אפשר לו להחזיר לכל בעלי החוב את כספם תוך ליווי ומעקב צמוד שלי.

בזכות התערבותי והליווי שלי את נח מול הבנקים, חברות הסלולר וכו', הצלחנו לצמצם את החובות לנושים השונים בכלמעלה מ-50%.

בכל המקרים שטופלו על ידי אני פונה ומבקש: "בואו נעשה יחדיו מצווה". לא תאמינו. תנסו. זה תמיד עובד.

ברצוני להבהיר שנח מקבל סכום נאה מביטוח לאומי, אבל לא יודע להתנהל. נח ואני ידידים קרובים, ואני שומר שלא יהיו חריגות בחשבוננו.

קעת אחרי החגים, משהתפנה נח מהחובות, אני מלווה אותו בתהליך השיקום התעסוקתי אותו הוא עושה במסגרת מחלקת השיקום. שיקומו התעסוקתי יהווה נדבך נוסף ומשלים לקראת חיים בריאים ונורמטיביים ככל הניתן.

אציין כי על אף הוותק שלי בהתנדבות אני נרגש לקראת המשך התהליך... השמיים הם הגבול. אני מאמין בכוחותיו של נח ושהשילוב של הטיפול בשיקום עם ההתנדבות שלי יסייעו לנח לצלוח את המשימה הבאה.

**אלי הירשלה, מתנדב סניף רמת גן**



**מתנדבי סניף רמת-גן**

## זכיתי להכיר אנשים מדהימים

זכות גדולה נפלה בחלקי להנחות את קבוצת המתנדבים בסניף רמת גן במשך יותר מעשר שנים. זכיתי להכיר אנשים מדהימים אשר אהבת האדם והנתינה הן חלק בלתי נפרד מחייהם. הם אינם רואים בכך דבר יוצא דופן אלא חלק משגרת חייהם וערכיהם.

החשש שליווה אותי טרם תחילת הנחיית הקבוצה, התחלף עם הזמן בציפייה לקראת המפגשים המשותפים, אשר הטעינו אותי כל פעם מחדש בכוחות להמשיך גם בעבודת השיקום. הזווית הנוספת לחיי המקצועיים הייתה עבורי מקור של כוח ועצמה הן באופן אישי-מקצועי והן בתפיסת עולמי באשר למשמעות חיינו. היא הרחיבה את לבי למראה אנשים טובים אשר כל מהותם לתת מעצמם לאחר ולשפר את מציאות חיי כלנו.

ההתנדבות במוסד לביטוח לאומי אינה דבר פשוט. הדימוי הציבורי שלנו, לצערי, אינו מרנין, ולא פעם נדרשו המתנדבים ל"הצדיק" את ההתנדבות במוסד. על אף זאת החליטו להמשיך ולהיות היד האנושית של הבירוקרטיה ה"קרה". לא פעם גם למתנדבים הייתה בקורת על התנהלות המוסד, אך ביקורת זו באה מתוך רצון לשפר. הם גם היוו עבור סביבתם מקור להכרה ולמיצוי זכויות במוסד לביטוח לאומי. לא פעם בזכותם אותרו כאלה שלא הכירו את זכויותיהם.

בקבוצה שהנחיתי היו מתנדבים מכל קשת הגילים. הייתה לי נחת רוח רבה לראות צעירים בראשית דרכם המקצועית אשר השקיעו זמן יקר עבור האחר ללא תמורה כספית, בצנעה ובאהבה. המבוגרים יותר אשר הגיעו ל"מנוחה ולנחלה", אך ראו חשיבות להמשיך ולהקדיש מזמנם לעבודת ההתנדבות, ואלה באמצע החיים אשר על אף עיסוקיהם וטרדת יומם מצאו זמן למשימות.

אין זה מובן מאליו כלל וכלל... זכיתי באמת זכיתי לראות זאת...

לצערי, חווינו בקבוצה שלנו גם אובדן, כשאיבדנו את מוטי לוי ז"ל, איש טוב לב מאין כמוהו אשר לימד אותנו כי אין סוף לנתינה... יהא זכרו ברוך. נחמתי היא כי החברים בקבוצה היו עבור מוטי ז"ל משענת משמעותית וליוו אותו עד יומו האחרון.

אני תקווה כי קבוצות המתנדבים של אגף השיקום ברחבי הארץ ימשיכו, יתעצמו ויהוו עבורנו, העושים במלאכה ועבור ציבור המשוקמים, מקור של עצמה, כוח ואנושיות.

יישר כוח לכולכם!

**נעמי בשי, מחלקת שיקום, רמת גן**



מתנדבי סניף ירושלים

## זרכים לנפשו של האדם

במסגרת התנדבותי במוסד לביטוח לאומי נשלחתי לא' על מנת לארח לו חברה ולעודדו. בביקורי הראשון נתקלתי באדם הזקוק לאוזן קשבת, לשמוע את אשר קרה לו, על הטיפולים הרבים שעבר ועודנו עובר, על החיים שהתנפצו. פציעתו נגרמה בעת היותו פנסיונר אשר נקרא לעבודה עקב מומחיותו בכלים כבדים. מאדם בריא, זקוף, פעיל, ספורטאי הפך לאדם מוגבל.

כשנפגשנו בפעם הראשונה, עוד לפני שתהינו זה על קנקנו של זו, קיבלתי מידע על פציעתו, מגבלותיו והתמודדותו עם הפציעה. סופר לי שא' אינו רוצה לבוא בחברת אנשים על מנת שלא יראו את סבלו ולא ירחמו עליו.

א' מתנדב בבי"ח רמב"ח במחלקת ילדים, ומדי בוקר בשעה 4 לפנות בוקר הוא יוצא מביתו ברגל מרחק של 5-6 ק"מ לביה"ח, שם הוא עוזר לאחיות המחלקה בעבודתן: מאכיל, מקפל, שליחיות וכו'. האהבה וההערכה שלהן הוא זוכה שם רבות וחשובות לאין שיעור.

פעם, כשהצעתי לו להיפגש מחוץ לביתו, הוא הציע להיפגש בביה"ח במחלקה על מנת להכיר לי את האנשים אתם הוא עובד כדי שאשמע את דעותיהם עליו ועל אהבתם אליו. בלבי אני חושבת שהוא מרגיש שם שהוא עדיין מסוגל, הוא נחוץ ואהוב, וזה מזון לנשמה.

אחרי הביקור הזה הבינתי כי א' זקוק לאוזן קשבת, לאדם לו יוכל לספר על כל "גבורותיו" בעבר, על צרותיו בהווה ועל פחדיו מהעתיד. א' גם עוסק בעבודות יד, כגון ריקיעת ציורים על לוחות עץ. לאחר ששיבחתי את עבודתו, חיכתה לי בביקורי הבא מתנה - תמונת ריקוע לנכדי.

בתהליך איטי רכשתי את אמונו והרגשתי כי אני הופכת לחברתו אשר אינו צריך להתבייש בפניה, גם אם הוא חוזר ומספר על עברו המפואר. את הערכתו אלי הוא מביע בהתנהגותו הג'נטלמנית - לחכות לי בתחנה בבואי, ללוות אותי לתחנה בצאתי, לטלפן מדי פעם ולוודא שאני מגיעה. דברים אלו נותנים לי את ההרגשה הטובה.

עם הזמן הצלחתי לשכנע אותו לנסוע עם בני משפחתו למרוקו לשיפוץ קבר אביו אותו כלל לא הכיר. כשחזר, סיפר את זיכרונות הילדות שעלו בו בהיותו שם. החוויה הייתה מרגשת. נראה לי כי א' החל לצאת לדרך חדשה. אני מקווה שבעתיד נוכל להיפגש במקומות שונים ולשוחח על נושאים שונים מלבד פציעתו.

הצבתי לי מספר מטרות אליהן אני שואפת להגיע במפגשים שלי עם א' אותם אני מקווה שעם ההיכרות והידידות בינינו נוכל להגשים.

**רחל פרידמן, מתנדבת בסניף חיפה**



## ביטוח לאומי - הריאליטי האמיתי

מה את עושה בביטוח לאומי, שאלה חברתי?

אני עוזרת במילוי טפסים, עניתי.

יש יותר מעצבן מזה? היא גיחכה.

לא מעצבן - אפילו מעניין.

מה, מה, היא המשיכה.

תראי, כל טופס הוא סיפור,

וכל סיפור שונה.

כל מספר אחר,

והנרטיב לרוב מורכב וקשה.

את רואה ריאליטי, שאלתי?

כי הסיפורים ששומעים בביטוח לאומי

הם הריאליטי האמיתי.

ללא שחקנים, רקע או תפאורה מזמינים, רק אבטחה, סדר וטורים מתמשכים.

הפונים אלינו מבקשים לבדוק זכויות לקבלת תמיכה.

אנחנו המתנדבים עוזרים להם למצות את זכותם

בצעד הראשון וההכרחי - מילוי טפסים.

ועוד במסגרת הריאליטי בביטוח לאומי

אני כותבת מכתבי תלונה, הסבר, ערעור או בקשה, תיקון, בירור...

עזרה גדולה בעיני, כי הפונים אלי משתפים אותי בפרטים מחייהם

שאפילו להם קשה להודות בהם.

והמציאות לפעמים עולה על כל דמיון.

על כן אני תמיד משתדלת להיות חביבה, מנומסת

ובעיקר מועילה לאוכלוסייה הנזקקת.

תודה, הקלה, חיוך, מבחינתי תמורה מספקת.

מוקדש בחום למדריכים שלנו:

גב' אורית שילוח, מר אשר רובינשטיין וגב' רזלי מנצור

שמגבים אותנו ומעשירים אותנו בכל מפגש מחדש.



איילה דהאן, מתנדבת בסניף חיפה



## יותר משהעגל רוצה לינוק - הפרה רוצה להיניק

### עזרה לילד שאביו נפגע בפעולת איבה

אני חלק מקבוצה של מתנדבים פעילים במחוז ירושלים. התבקשתי ליצור קשר עם ילד שאביו נפגע בפעולת איבה. ברצוני לספר לכם על החוויה שעוברת עליי בכל עת שאני בא אל ביתו של הילד. אין בפי מילים לתארה. כל מפגש עם הילד ועם משפחתו מעורר בי רגשות וזיכרונות. רגשות - כי כולנו אמוצייונליים, אחרת לא היה אכפת לנו מהזולת ולא היה חשוב לנו לעזור לזולת. זיכרונות - של מצבים קשים, כגון ממלחמת יום הכיפורים, בעת שהייתי חייל סדיר.

הילד עצמו, ילד חמוד ביותר, בעצם גם הוא נפגע איבה. אמנם לא בצורה ישירה, אבל כרגע (זה כשנה) אביו אינו מתפקד, כפי שהיה לפני הפיגוע, ובעקבות זאת הילד מבולבל, אולי כועס, אך בוודאי חש חוסר ביטחון.

אני מרגיש שתפקידי אתו הוא לאפשר לו לבחור עבורי תפקיד ומקום שהוא זקוק להם כרגע. זו יכולה להיות דמות של חבר, דמות של אח גדול, או אפילו דמות של סבא שמוכן להעניק קצת חברות, קצת שייכות ובעיקר - קצת ביטחון.

לילד, כמו לכל הילדים או הנכדים שלנו יש דמיונות, מחשבות, רצונות ועוד. עלינו כמתנדבים עם ילדים לאפשר לילד להתבטא כאילו היה בחברת בני גילו, לאפשר לו להיות חופשי בדבריו, והכי חשוב, עלינו להתמיד ולהיות עקביים כדי לשמש לו עוגן בעולמו המבולבל.

העבודה אינה קלה אבל היא מאתגרת ביותר.

כפי שנאמר: יותר משהעגל רוצה לינוק, הפרה רוצה להיניק.

### פרדי שבח, מתנדב בסניף ירושלים

### עזרה קטנה עם הרגשת סיפוק גדולה!

לפני מספר חודשים פנתה אלי מיקה היקרה משיקום - האישה המדהימה, האחראית על קבוצת המתנדבים ביעוץ לנכה - וביקשה ממני שאנסה ללוות את אחד המשתקמים הנמצא בתהליך שיקום. האיש בשנות החמישים לחייו מבקש להגיש בקשה עקב החמרת מצב בנכות כללית וזקוק לליווי והכוונה בתהליך. שמחתי להיענות.

האיש המוטטר שהופיע לפני היה בעל חזות מרשימה. נקי, מסודר ונעים הליכות. אולם ניכר בו חוסר שקט שלא נותן לו מנוח, מוצף במחשבות וחרדות. שלח מבטים לצדדים שמא יהיה מישהו בסביבתו שיכירו... תוך ניסיון להסתיר את סבלו.

זה היה ביום קבלת הקהל בו התנדבתי. הוא סיפר לי בהסתייגות ובחשש על קשייו. שוחחנו כחצי שעה. עזרתי לו למלא את הטפסים כנדרש. לא רציתי להכביד עליו בפגישתנו הראשונה, אך הרגשתי שהוא זקוק למפגש נוסף. רוצה לשתף ולשפוך את לבו. לכן קבענו להיפגש שוב בשעת קבלת הקהל שבה אהיה שוב בסניף.

כבר בפגישתנו הראשונה הרגשתי שהוא יצא מעודד ועם נכונות להמשך טיפול בעניינו. הפכתי להיות איש קשר בעבורו (קשר נוסף היה דרך מיקה).

הצעתי שיגיע לסניף כרצונו בימים של קבלת קהל בהם אני מתנדבת. אכן, הוא הגיע מספר פעמים, הרבה לשאול שאלות ולשתף. הרגעתי אותו כל פעם מחדש ונוצר קשר טוב של אמון. הוא סיפר לי בפתיחות על עצמו, על ילדותו, משפחתו, התנהלותו לאורך השנים. החרדות שלו לא פחתו, שהרי זו עיקר הבעיה שלו. גם בעיותיו לא התפוגגו, אבל חשתי שהשיחות שניהלנו עזרו לו להתכונן נפשית להמשך הטיפול בעניינו, וכך גם לדבריו.

מועד הוועדה הרפואית הלך וקרר וכך גם חרדותיו הלכו וגברו. עלה רעיון שאלווה אותו לוועדה הרפואית ונענית לבקשה.

ביום ובשעה המיועדים נפגשנו ונכנסתי אתו לוועדה. הנוכחות שלי אפשרה לו, כנראה, לפתוח את סגור לבו ולדבר בחופשיות על התלאות אותן הוא חווה בתפקוד היומי שלו.

ההתרגשות אותה הפגין בשעה זו הייתה גדולה מאוד. הוא היה נתון בסערת רגשות עד בכי. התבייש בחולשתו זו והיה נבוך מאוד. הדבר היחיד שעשיתי: ישבתי לצדו והנחתי יד נוכחת על כתפו... יד שנתנה לו תחושת ביטחון ואפשרה לו להירגע ולהתאושש לאט לאט.

בתום ישיבת הוועדה יצאנו יחד החוצה, ישבנו בצד ושוחחנו עד שנשימותיו ודופק לבו התייצבו... נפרדנו לשלום. לאחר כשבועיים התבשר האיש על שאושרה לו קצבת נכות. הוא הופנה להמשך טיפול המתאים עבורו בו הוא משתף פעולה.

מעט נדרש ממני כדי לאפשר לאיש הזה התקדמות מה בחייו ואולי לחוש לראשונה חווייה חיובית של תמיכה והבנה. עבורי היה זה סיפוק גדול שמילא אותי שמחה...

תודה למיקה שאפשרה!

**מינה יניב, מתנדבת בייעוץ לנכה, סניף חדרה**

## הזכות לתת ולתרום

שמי ברכה קאשי, גמלאית המוסד לביטוח לאומי. עבדתי בסניף תל אביב כמנהלת תחום בכירה במשאבי אנוש. מרגע שפרשתי היה לי ברור שאני הולכת לתרום לקהילה ולהתנדב. האמת שלא עלה בדעתי להתנדב בארגון שבו עסקתי ולגמרי במקרה הגעתי לסניף ראשון לציון ליחידה של ייעוץ לנכה תחת אחריות מחלקת השיקום.

מיד לאחר שפרשתי מעבודתי למדתי קורס אימון אישי והנחיית קבוצות (קואוצ'ינג) במטרה לעסוק בזה למחייתי ומתוך זה לסייע לאנשים במצוקה. בהתנדבות אני חשה שאני מיישמת זאת. התרומה מעבר לסיוע למבוטחים במתן מידע על זכויותיהם מהמוסד לביטוח לאומי היא בעצם ההקשבה למצוקותיהם.

עברנו קורס הכשרה לנושאים שנידרש להם בהתנדבות. קורס מושקע ומעניין מאוד.

עלי לצייין שהרעיון להקים שירות ייעוץ לנכה לטובת האנשים עם נכות הנו רעיון מבריק ועל כך יישר כוח. במהלך התנדבותי בסניף ראשון לציון אני נפגשת עם אנשים בעלי נכות אשר מביעים שביעות רצון מהשירות. הם אסירי תודה וגורמים לנו המתנדבים לתחושת סיפוק.

לסיום אני רוצה להודות על קבלת הפנים שלה אנו המתנדבים זוכים מכל עובדי המחלקה. לנלי שחר, מנחת המתנדבים במחלקת השיקום אשר מרכזת את ההתנדבות. למנהלת תחום השיקום, הגב' אסתי גבאי, ואחרון אחרון חביב מנהל הסניף, מר איציק פלוס.

אני באופן אישי, כגמלאית המוסד, מרגישה כמו בבית בשל האווירה והיחס שמעניקים לנו החל מהשומרים בכניסה וכלה באחרון העובדים.

תודה על שזיכתם אותי לתת ולתרום.

**ברכה קאשי, מתנדבת בייעוץ לנכה, סניף ראשון לציון**

## דורון הוא שי אמיתי

האם אירע לכם שקיבלתם מתנה אמיתית מהמוסד לביטוח לאומי?

דן (שם בדוי) קיבל את דורון.

דן, צעיר בן 20, מעולם לא הכיר את אביו שנטש אותו עוד טרם לידתו. גם אמו התקשתה להתמודד עם משימת ההורות, והוא נלקח ממנה בהוראת בית משפט למשפחת אומנה. הוא התגלגל בין מוסדות שונים ובתי ספר רבים ושב אל אמו בגיל 12.

גם אז, בהיעדר נוכחות הורית דומיננטית וללא כל גורם קהילתי בסביבה, הוא נשר ממערכת החינוך בגיל צעיר. כשהגיע למחלקת השיקום היה זה לאחר שישב בבית חסר מעש במשך שנתיים. הוא סובל מהשמנת יתר ומקשיים רגשיים. למרות נקודת הפתיחה הקשה ניכר היה כי הוא בעל מידות, מחפש את דרכו בעולם וחולם כמו כל צעיר בן גילו ללמוד, להשתכר שכר הולם ולהקים לעצמו משפחה. את החלומות האלו אנו מתחילים לשמוע אחרי שנה של השקעה אישית של מתנדב בשם דורון.

לא נגזים אם נתאר את היחסים שנבנו ביניהם בשקידה רבה כיחסי מורה ותלמיד ואף אב וילד. דורון דחף, הסביר, שימש חבר ואוזן קשבת, ודן גילה איך מרגישים כשחולקים רגשות, כשמשתפים בחלומות (למשל, לקנות מכונית...).

דורון הרצוג, איש צעיר, בעל משפחה ועובד. הוא מתנדב במחלקת השיקום בראשון לציון זה כחמש שנים. לפני כן התנדב בסניף נתניה. הוא מוצא את הפנאי להשקיע השקעה ערכית, איכותית וכמותית בקידום של האנשים שהוא מלווה אל עבר שיקום ועצמאות.

בתארו את העבודה עם דן הוא מדמה אותו לילד שגדל בג'ונגל וכעת נחשף לחברת בני אדם. נדרשות תשומות של לימוד סדרי עולם וחברה בסיסיים ביותר. דורון פוסע עם דן יד ביד בדרך החדשה. הוא נעזר בהדרכה הקבוצתית ומשתף את חבריו לקבוצה בתהליכים המרגשים והמתסכלים לעתים. דורון לא חושש מאתגרים ולא מהסס להפעיל אמצעים יצירתיים,

הוא מסייע בתהליך קליטתו של דן בעבודה החדשה, נמצא בקשר עם מאמנת ההשמה ועם המעסיקים, מסייע לדן בתכנון הדיאטה, מכוון בנושאי התנהלות כלכלית ואף מייעץ (גייס לשם כך את רעייתו!) בענייני אסתטיקה ומראה חיצוני.

הליווי של דורון מסור, אחראי ומלא נשמה. יש בו חוכמה ואינטואיציה להעניק לדן את מה שהוא צריך בדיוק - חום וחברות לצד הצבת גבולות בעת הצורך. דורון, ממש כשמו, התברך ביכולת לנתינה משמעותית, שהשפעתה ניכרת בתהליך שעוברים המשתקמים שהוא מלווה.

בחרנו להציג מקרה זה שמסמל בעינינו את ערכה הייחודי של עבודת המתנדבים, הפועלים לצד עובדת השיקום ומייצרים עבור הפונה סביבה מטפחת, סביבה המתייחסת לכלל ההתמודדויות בתהליך השיקום ומבטיחה תהליך משמעותי ומעמיק ביותר. דורון הוא מתנדב מצטיין המוציא אל הפועל את כל הטוב שברוח ההתנדבות!

**אירית טובול אפרתי, עו"ס**  
סגנית מנהלת תחום שיקום  
ומנחת קבוצת מתנדבים, סניף ראשל"צ

**ליאת קרונפלד ביתן, עו"ס**  
עובדת שיקום

## תרומה והתנדבות - ערכים בסיסיים ביהדות

הרעיון של נתינה והתנדבות מופיע במקורות. בספר שמות כתוב "ויקחו לי תרומה". לא כתוב ויתנו לי תרומה. מה שבא ללמד אותנו שמי שנותן בלב שלם ובנפש חפצה, אינו רק נותן אלא גם מקבל או לוקח גם לעצמו. כי הכוונה במילה ייקחו היא נתינה. גם דוד המלך קרא לעם ישראל להתנדב - לבניין בית המקדש. כתוב: "וישמחו העם על התנדבם כי בלב שלם התנדבו...". הערך של תרומה והתנדבות הוא אחד הערכים הבסיסיים ביותר ביהדות. ברוח זאת אנו רוצות לברך אתכם, אנשים יקרים לנו מאוד, על התרומה המשמעותית שלכם בעבודתנו. הפכתם לחלק בלתי נפרד מהמחלקה, עד כדי שאנחנו לא יכולות כבר לדמיין את עצמנו בלעדיתם. אנו רוצות לברך אתכם שתהיה לכם ולבני ביתכם שנה טובה, שנה של נתינה לזולת, שנה של בריאות איתנה בראש ובראשונה. נסיים בברכה מהמקורות: "יהי רצון מלפני אבינו שבשמיים שייתן לנו כוח לעמוד בכל המשימות האלה ולתת...". אוהבות אתכם מאוד.

### עובדות מחלקת נכות כללית, סניף ראשון לציון



מתנדבי סניף ראשון לציון

### שיחה מרגשת עם בתה של מטופלת

רציתי לשתף אתכן, זהורית וענבר, בשיחה המרגשת שהיתה לי עם הבת של מ'. התקשרתי למסור לה שהעלינו את רמת הסיוע בעזרת הזולת, והיא לא הפסיקה לשבח את נאווה המתנדבת. בזכותה מ' יוצאת פעמיים בשבוע למרכז יום לקשיש, לאחר שבמשך שנים לא היתה בשום מסגרת! היא מתעמלת, יוצרת ונפגשת עם אנשים. בנוסף, נאווה מסייעת לה בקביעת תורים לקופת חולים (ויש הרבה...) ודואגת לתזכר אותה לפני כל תור. נוצר ביניהן קשר אישי שמאוד משמעותי למ'. לאחרונה חגגה נאווה יום הולדת, ומ' יצאה איתה למסעדה, גם כדי לבלות איתה וגם כדי להביע את הערכתה. המשפחה, שכל כך נפעמת מהטיפול של נאווה, ביקשה לבדוק אפשרות לשלם לה עבור השירות. הסברתי לה שזה שירות המתנדבים שלנו ושאינן כל מקום לתשלום. התרגשתי מהשיחה ומקווה שגם אתן...

**אתי שפירי, מנהלת סניף נהריה  
(לשעבר מנהלת תחום בכיר שיקום, נתניה)**

## ההתנדבות מאתגרת ומעניינת מאוד

ההתנדבות במחלקת השיקום הינה חוויה מיוחדת מאוד. עד לכניסתי להתנדב בה המושג שלי לגבי שיקום היה שונה לחלוטין מהמציאות שאותה פגשתי במחלקה. המושג שיקום הצטייר בעיניי כמשהו הניתן לאנשים שעברו תאונה כלשהי או אירוע מוחי שגרם לשיתוק, והשיקום שניתן היה בעיקר רפואי גופני כמו פיזיותרפיה וכדומה, ומטרתו להחזיר את הפגוע ליכולת תפקוד במידת האפשר.

רק עם כניסתי להתנדב במחלקה, נוכחתי לדעת שהמושג שיקום רחב יותר ושונה במהותו וכולל מגוון של אפשרויות כמו שיקום גופני ונפשי, שיחות תמיכה ועידוד ובעיקר בניית תכנית שיקום שמותאמת לצורכי המטופל. למשל, הפניה לגופים שונים העומדים לרשות המחלקה ותפקידם לעזור לתהליך השיקום באופנים שונים. לפעמים על ידי שינוי צורת הדיור שאינה מתאימה יותר למטופל בגלל המגבלה שנוצרה ולפעמים מכונית לצורך נייחות. לעיתים לימודים או הסבה מקצועית ועוד. המטרה הסופית הנה כמובן להביא את המטופל לכך שיוכל לתפקד שוב בחיי היומיום שלו טוב ככל האפשר. סוג המטופלים הנו מגוון: נפגעי פעולות איבה, נפגעי תאונות, נכים, אלמנות ואלמנים. את כל אלה כאמור מנסים לשקם כל אחד על פי צרכיו ולהחזירם לחברה כאנשים מתפקדים.

אך ראשית ברצוני להתייחס לעובדות השיקום עצמן. הן מתפקדות תחת עומס כמעט בלתי אפשרי. כמות המטופלים של כל אחת גדולה, ובכל זאת החיוך והסבלנות בהם כל אחת מהן מקדמת את הנכנס לחדרה מאירות פנים ועוזרות ליצירת אווירה נינוחה ואוהדת ולשיתוף פעולה ופתיחות ביני לבין המטופל. חשבו רגע. בתום יום עבודה עמוס בו עליהן להאזין בסבלנות ואמפתיה לבעיות של המטופל ולפעמים אפילו להתאפק מלהזיל דמעת השתתפות, בעיקר כשלא ניתן למצוא פתרון לבעיה, אם עקב מצבו או עקב מגבלות החוק, הן חוזרות לביתן וצריכות לתפקד כרעיה וכאם ולהשאיר מאחור את חוויות יום העבודה. לדעתי דרוש לכך כוח נפשי אדיר על מנת להכיל.

הפן הנוסף הוא המטופלים עצמם שאותם אני פוגשת פחות, בעיקר בגלל שמירת הסודיות בינם לבין עובדת השיקום. אך בכל זאת יוצא לי לשוחח עם חלק מהם, ומעניין לשמוע מהם מה הם חווים וחושבים מהצד של מטופל הפונה למערכת לקבלת השירות. מה הן הציפיות שלו - חיוב? שלילה? ועל מידת שביעות או חוסר שביעות הרצון מהיחס האישי והטיפול שהוא מקבל. כמובן מגוון התשובות הוא גדול ותלוי באישיותו של הפונה, אופיו וכן אופי בעייתו. באופן כללי הופתעתי לטובה מהרצון והנכונות לשיתוף פעולה וההבנה שלא תמיד ניתן למלא אחר הציפיות שהמטופל מצפה להן במהלך הטיפול בו.

לצערי התדמית של המוסד כפי שהיא מצטיירת בציבור אינה מחמיאה בלשון המעטה, וחבל שלא ניתן להביא לידיעתו על העזרה והתמיכה שהמחלקה נותנת בשעת מצוקה לנזקקים ולהראות שלא הכול רע ושיש הרבה חיוב.

לסיכום, ההתנדבות במחלקה מאתגרת ומעניינת מאד, ואני מרגישה המון סיפוק וגאווה להיות חלק ממנה ולו כמתנדבת.

**חנה אברמוביץ, מתנדבת בסניף כפר סבא**

## פטירה של חבר ומתנדב

כמנחי קבוצת מתנדבים אנו מתמודדים עם נושא המוות והאובדן הן במישור הקשר של המתנדבים עם המשפחות השכולות והן במישור האישי כאשר המוות נוגע במקורביו של המתנדב עצמו.

לפני כמה חודשים נוסף מישור שלא התכוננו אליו. איבדנו חבר מתנדב משורותינו - את אבנר זכאי ז"ל.

אבנר התנדב בקבוצה בהנחייתי מתחילת דרכה לפני עשר שנים. בפסח לפני שנה כאשר נתתי לו את רשימת הטלפונים של נפגעי איבה על מנת להתקשר אליהם לפני החג, ענה לי בהתנצלות: "אני מצטער אבל לא אהיה פנוי לזה השנה. יש לי איזה ניתוח קטן בהדסה לעבור ונקווה לטוב." משם העניינים התדרדרו. הקבוצה שמרה עמו על קשר. חלק באו לבקר. חלק שמרו עמו על קשר טלפוני לאורך המאבק וכאשר היה הרושם שהרע מאחוריו - הוא הוכרע. באופן מקרי ומאוד סימבולי מועד הלוויה נקבע ביום המפגש הקבוצתי. יצאנו יחד ללוויה וכך יכולנו לתמוך אחד בשני, בניסיון לקלוט את המצב ולשתף ברגשותינו לאור האובדן.

עבור הקבוצה היה אבנר מעמודי התווך ואחד הגורמים המלכדים בקבוצה. אבנר שהיה נכון לכל משימה שניתנה לו במסירות ובחווה היה אדם דעתן וצבעוני בעל חוש הומור ופילוסוף לא קטן שהוביל אותנו לדיונים ארוכים ומאתגרים. לעיתים היה נדמה שהוא אומר אמירות הנוגדות את עמדת הקבוצה כדי לאתגר את כולנו לחשוב על הצדדים האחרים הפחות ברורים ונוחים לנו. כזה הוא היה וכזה יישמר זכרו אצלנו.

אבנר התנדב גם במחלקת הכספים בסניף, מה שאומר שהיה נגיש. היה מגיע לבקר, נוקש בדלת בדרכו הג'נטלמנית, מתנצל אם מפריע, מעלה רעיונות ליעול. תמיד ניתן היה להתייעץ עמו ובקבוצה היה אחראי על הגשת הוצאות הנסיעה של המתנדבים. אני כל כך סמכתי עליו, הוא היה כל כך קפדן ואחראי וקיוויתי כמו כולנו להחלמתו...

ביקשתי מחברי הקבוצה שוב ושוב לכתוב משהו עליו, אך זיהיתי כי קשה להם ולכן החלטתי פשוט לראיין אותם. שאלתי אותם מה היה אבנר עבורם, לקבוצה, וביקשתי שיתארו קווים לדמותו. היו שענו בספונטניות והיו שביקשו כמה ימים לחשוב כי קשה לדבר עליו בלשון עבר.

**אייבי:** איבדתי חבר, חבר נפלא. אבנר היה אדם פדאנט ויסודי. הכל אצלו היה כמו סרגל. הוא עמד על שלו. לא עוזב את העבודה עד שמסיים. את אבנר הכרתי בצבא. היה הסגן שלי. הקמנו יחד מרכז גיוס צבאי בצומת נפתלי, ששימש דוגמה לכל צה"ל. בשנים האחרונות היה פעיל בקרב גמלאי צה"ל.

**לאה:** אבנר היה סה"כ אדם שתקן, אך כשהיה לו מה להגיד, זרק את דעותיו עם קצת עוקצנות.

**משה:** אבנר תרם בשלוש מחלקות בביטוח לאומי. היה מסור ופעיל. "איפה ישנם עוד אנשים כמוהו?"

**מרתה:** הוא היה מאוד מסור למטרה. הזדהה עם המקום ותפקידו. היה מאוד נעים הליכות. תמיד פנה לאנשים בנועם ובכבוד.

**ויקטור:** חבר יקר שהיה סגני במלון דפנה. אין מילים לאובדן.

**דני:** איש נעים הליכות ואדיב שדיבר בכבוד לכל אחד. צנוע מאוד. קיבל הכל בסבלנות אין קץ.

**הדס:** הכרתי אותו כשנתיים בישיבות הקבוצה. אי אפשר לדלג על אישיותו. פועל ומתנהג במידה ובעל מידות טובות. ישב תמיד במקום קבוע. תמיד נוכח בשקט וענווה. מכין את רשימת הנוכחים במפגש, מקשיב לכל אדם בסבלנות יתרה ללא הערות, בקבלה שלמה ומלאה. אדם חרוץ ודייקן על קוצו של יוד. מוכן להירתם לכל משימה שעלתה. בסבלנות מכוון אותנו לדייק בדפי נסיעות שהגשנו. גם בעת מחלתו דיבר בתקווה, תאר באובייקטיביות את מצבו. אדם ישר, נאמן ומסור לארץ ישראל, למשפחתו ולקבוצה. אבנר, אתה חסר לי סביב שולחן המתנדבים. ת.נ.צ.ב.ה. הקבוצה ממשיכה לפעול, וחסרונו מורגש כל כך.

**נינה עוז, מנחת קבוצת מתנדבים, סניף טבריה**

## כלי התנדבות החיים שלי היו ריקים

להתנדב זה הרבה יותר טוב מאשר לשבת בבתי קפה ולשחק ברידג'.

תרומה קטנה עושה את ההבדל!

לפני שיצאתי לפנסיה הייתי מנכ"ל מלון בטבריה במשך הרבה מאוד שנים, ולכן כל נושא מתן שירות לא היה זר עבורי. אני מתעניין בשלומם של האנשים, מאזין בקשב לדבריהם, לבעיותיהם ולחלומותיהם. אני עוזר להם כי זה בדמי, וזה נותן לי סיפוק רב, ואני משוכנע שגם תורם לבריאות שלי.

במשך תקופת ההתנדבות אני מתנדב גם במחלקת השיקום וגם בייעוץ לקשיש. במסגרת השיקום ליוויתי נפגע איבה מבוגר שנפגע קשה. הוא היה על כיסא גלגלים. ליוויתי אותו עד שנפטר. כיום אני מלווה נכה קשיש נוסף שמצבו הרפואי מידרדר, אבל הוא מכחיש זאת. זה לא פשוט בכלל, ואני מנסה לעזור לו לפתור בעיות ולמלא צרכים שלו. אני גם בקשר עם המקורבים אליו ועם גופים שונים לשיפור איכות חייו. בביקורי אצלו אני מעניק לו תשומת לב, חום ותמיכה.

המוטו שלי הוא: כאשר למישהו יש קושי, אני מושיט לו יד. זה נותן לי סיפוק ומעניק משמעות לחיים שלי. הלוואי שכולם היו עוזרים האחד לשני. החיים שלנו היו נראים הרבה יותר טוב.

אני סמוך ובטוח שאמשיך להתנדב עוד כמה שנים, כל עוד בריאותי תיטיב עמי.

## ויקטור פריץ, מתנדב בסניף טבריה

### משפחת המתנדבים

אני אב שכול, איבדתי את בתי שלי באסון במעלות.

בשנת 2003-2004 היו הרבה פיגועי טרור באוטובוסים, ובכל מיני מקומות אחרים ובביטוח הלאומי חיפשו מתנדבים שיסייעו לנפגעים ובני משפחותיהם.

עובדות השיקום במוסד לביטוח לאומי פנו והציעו לי כאב שכול לבוא להתנדב ולסייע למשפחות נפגעי פעולות האיבה.

כיום אני פועל בכמה מישורים. אני משמש כיושב ראש ועד ההורים של 22 משפחות שאיבדו את הילדים באסון במעלות וכן מלווה באופן אישי משפחות שכולות ומסייע בכל שניתן - בתיקונים קלים, הסעה לבדיקות, הבאת מוצרי מזון ועזרה בפנייה למוסדות למימוש זכויות.

מאז שאני מתנדב בביטוח לאומי וחלק מהקבוצה שמנחה הגב' נינה עוז - אנחנו הפכנו למשפחה, ואני תמיד מחכה למפגש הבא, כדי לספר על כל העשייה והחוויות שעברתי ולקבל עצות ורעיונות איך לקדם דברים.

אנחנו ממשיכים להשתדל ולעזור כל זמן שיש לנו אפשרות.

## דני כהן, מתנדב בסניף צפת

## המתנדבים בעם

המדינה שלנו נחשבת לבעלת כוח רב. יש שיאמרו מעצמה אזורית ואולי אף מעבר לכך. באופן די שבלוני אנו נוטים לייחס את עוצמתה של ישראל לכמות הטנקים והמטוסים בצבא או למידת הכשרתם של החיילים הקרביים.

בזמן האחרון שיניתי מעט את הגישה. אני נתקל מדי יום בתעצומות הנפש של אנשים יקרים בארצנו אשר כמותם לא הכרתי בעבר. כוחות אלו נותרים בדרך כלל סמויים מהעין הציבורית, אך הם המצביעים על חוסנה האמיתי של החברה הישראלית. אני מתכוון למתנדבים, אותם אנשים היודעים להעניק ולעזור ללא תמורה חומרית, שעבורם השכר הוא שיפור במצבו של הזולת. אני נותר משתאה ונפעם מפועלם של אלו המקדישים מזמנם, מרצם ורוחב לבם על מנת להטיב עם האחר.

פגשתי מתנדבים המסייעים לאוכלוסיות שונות, ביניהם נערים ונערות בשנת שירות, לפני הצבא, המתנדבים במוסדות המטפלים בילדים שהוריהם אינם מסוגלים לתת להם בית חם, ומתנדבים המסייעים לנגמלים מסמים. לאחרונה ביקרתי במוסד כזה והתרגשתי עד דמעות.

כל חמשת ילדי התנדבו במסגרות המסייעות לנוער במצוקה וניסו להעניק לילדים אלו תקווה ולהראות להם שיש דרך אחרת.

בשנים האחרונות אני עצמי מתנדב בסיוע לנפגעי איבה בסניף טבריה. המנחה שלנו, נינה עוז, משמשת השראה עבור כולנו. אנו בקבוצה מושפעים מאישיותה החמה וחשים כי בעקבות ההיכרות עימה וההתנסות בהתנדבות, נעשינו אנשים טובים יותר.

במסגרת ההתנדבות אני בקשר עם אדם חירש שהוריו ואחיו נרצחו בפיגוע לפני שנים רבות.

לא אכביר במילים על הסיפוק העצום שאני חווה מהקשר עמו ומהסיוע שאני מעניק לו. רק אצטט, באישורו כמובן, מספר מילים שכתב לי השבוע:

"מה שלומך, אבא יקר? מקווה שהכל טוב אצלך. האם תוכל לעזור לי לקבל הצעת מחיר לתיקון...?", ואני כמובן סייעתי לו לסדר את מבוקשו.

משפט קצר זה ממחיש את הקשר בין המתנדבים לאלו הזקוקים לסיוע. כאן משתקפת ארץ ישראל היפה באמת. כאן טמון החוסן האמיתי של החברה שלנו.

**יואל הירש, מתנדב בסניף טבריה**





## מצדיעים לביטוח הלאומי

רק רציגי אהליז...

כשמילה יוצאת אז חלל האוויר,  
יש זכוחה משמעות רבה,  
אך מייז ניגן אהרליש אם יש כוונה  
או כך סגס היא חלפה.  
כאשר מילים נרשמות אז זל  
יש זקן יותר ממילה.  
יש זקן רשום ומחשבה.

גודה...

היא מילה יפה והמשמעות שלה גדולה.  
מילה עם סרך אהבה לאדם  
אשר נגן או עשה.  
גודה לצוות המארלן של יום ההצדעה  
היה יום נפלא

צוות השיקום ומתנדבי סניף נצרת

## תשבץ

	6	5	4	3		2	1	
					8			7
12	11					10		9
		15				14		13
			18	17		16		
22				21			20	19
			25		24	23		
	29		28			27		26
		31						30
			33					32

### מאונך:

1. מארבעת הרוחות
2. קידומת לשם הולנדי
3. מדינה בצורת מגף
4. כלי לאיסוף אשפה
5. סימן מוזיקלי
6. שחקנית ישראלית, שיחקה בסרט "אפס ביחסי אנוש"
7. גיבור תנכי
8. ירק
10. ההיפך ממתוקה
12. שחצן מתנשא
14. אגרטל
15. ירק מאכל
18. רעיון, בקשה
20. קיבוץ בגליל המערבי
22. ממשפחת הבקר
23. נרתיק ללהב החרב
24. ממשפחת הטורפים
26. דבר קיים
27. מוגבל, נזקק
29. צמח דוקרני

### מאוזן:

1. סלע
3. חזק ויציב
7. יונק ממשפחת המכרסמים
8. בירת דרום קוריאה
9. געיית הפרה
10. אי קטן בים התיכון
11. גיל מצוות
13. צינור לשאיפת אוויר מתחת למים
15. מפעל טקסטיל שנסגר
16. מילה שמציינת אדם או חפץ
17. "...ובל יעבור"
19. כוכב לכת
21. התלווה
23. עוף דורס
25. ערימת הריסות
26. פועל מרצונו החופשי
28. אירוע עסקי
30. בשלות
31. אנקול
32. 12 ירחים
33. "... לקצה"

## תפזרת בנושא נתינה

מצאו 20 מילים שנוגעות לנושא נתינה, מימין לשמאל, משמאל לימין, מלמעלה למטה ובאלכסון

א	נ	ף	א	ה	ב	ה	ס	ר	פ
ת	ד	ע	ב	ו	ט	ס	ח	י	ש
ו	י	ה	ב	ש	ק	ה	ל	ח	מ
נ	ב	ה	ב	נ	ה	נ	מ	ץ	ת
ל	ו	צ	ה	י	ט	פ	מ	א	ו
ב	ת	ש	ו	ר	ה	ק	ל	ה	נ
ס	ע	ן	ו	ר	ו	ד	ק	כ	ל
י	ת	פ	כ	א	ד	ס	ח	י	ב
ו	ס	ח	ח	י	ו	ך	ת	מ	ו
ע	צ	ד	ק	ה	מ	ו	ר	ת	ס



## תודה/ ישי לוי

מילים: טל שגב ויעקב למאי  
לחן: טל שגב ויעקב למאי

בכל העולם יש אהבה  
בכל אדם קיים הרגש  
אבל כמוך לאף אחד אין  
את יחידה

בכל שניה צומח פרח  
בכל דקה נולד עוד משהו  
בכל הזדמנות  
אני אומר לך תודה

תודה על האושר  
תודה על השקט  
תודה לאל  
ששלח לי אותך  
תודה על היופי  
תודה על הזמן איתך  
תודה על הכל אהובה יחידה

בכל העולם יש אהבה  
בכל אדם קיים הרגש  
אבל כמוך לאף אחד אין  
את יקרה