

מתנדבים יקרים,

התקופה הנוכחית מזמנת לכולנו אתגר שמעולם לא התמודדנו עימו בעולם ובישראל.

החברה הישראלית עומדת לפני מסע שלא עשינו אליו הכנה מוקדמת והוא רצוף אתגרים מזוויות רבות ובכל המעגלים, החל מהאישי והמשפחתי ועד לקהילתי והלאומי.

במסגרת הבחירות שכל פרט נדרש לעשות בתקופה זו, בחרתם אתם במילוי משימה חברתית חשובה ויוצאת דופן.

מדיניות הריחוק החברתי גורמת לתחושת בדידות בקרב אזרחים ותיקים רבים: מועדונים חברתיים, חוגים ופעילויות פנאי שונות הופסקו.

העולם החברתי, שהצטמצם על פי רוב אחרי הפרישה מהעבודה, התכווץ מאוד.

במפגש שלכם יש הזדמנות להביע מעורבות חברתית, אכפתיות, ערבות הדדית ולהעביר את המסר החשוב: "אתם לא לבד".

בנוסף לכך, יש במפגש הזדמנות להביע כבוד והערכה לבני הגיל השלישי, סקרנות והתעניינות בהיסטוריה האישית שלהם ובתקופות שחוו וכן לשתף ולחלוק מעולמכם האישי.

במפגשים נציע להתייחס לנקודות הבאות, הכל לפי שיקול דעת, ברגישות ובאופן מותאם לשותף במפגש:

פתיחה: שמי (להזדהות). נשלחתי (בין אם הנך מתנדב או בעל תפקיד) מטעם ... על מנת לשאול בשלומך ולראות איך אפשר לעזור, אם יש צורך. זה מידע שמועבר ל... המתעניין/ת בשלומך והם ימשיכו בקשר אם יש צורך.

חשוב:

1. להקשיב, לדבר ברור ולהיות ער לקשיי שמיעה.

2. לדבר באופן מתעניין ומתייחס - אמפטי.

שאלות:

- ✓ התעניינות כללית: איך אתה מרגיש בימים אלה? מהו סדר היום שלך? (הקשיבו לתמונת סדר היום בימים האלה - כולל יציאה מהבית, פעילות גופנית, קשר מרחוק).
 - ✓ האם ההנחיות ידועות לך? (אפשר לעצור ולהסביר אם חסר ידע).
 - ✓ במי אתה נעזר ולמי אתה פונה בימים אלו? משפחה, שכנים עזרה בניקיון, מטפלת ביטוח לאומי, ארגוני תמיכה (במקרה שצריך - לשאול האם נוכל לקבל טלפון של איש קשר?)
 - ✓ בדיקה של מחסור קונקרטי כלשהו: מזון, תרופות, אביזרים חשובים (ראיה, שמיעה, הליכון)
 - ✓ האם תרצה חבר טלפוני, מתנדב לשיחה שבועית בנוסף לקשריך היום? האם יש לך קשר עם ארגון תומך?
 - ✓ האם אתה משתמש באמצעים דיגיטליים לקבלת מידע, לתקשורת? אם לא - האם תרצה עזרה בשימוש במחשב, אינטרנט, סלולרי וכו'?
- ❖ מיפגש אישי עם אדם במצב לחץ יכול לעורר אצל המתנדב שאלות והתלבטויות. חשוב שתוכלו לשתף ולחזור לאיש מקצוע רלוונטי המרכז את הפעילות.

מסור מספרי טלפון של קוים חמים חשובים:

- מוקד מידע וסיוע של משרד הרווחה – 118
- קו חם ער"ן - 1201 שלוחה 6
- קו חם נט"ל - 1-800-363-363