



27.51x31.32	1/2	עמוד 20	ישראל היום! - כותרת	03/11/2019	70621957-7
"החברה למתנ"סים מתנ"ס תנועת של - 40266"					

ותיקים בגינ, צעירים ברוח



יציאה לגמלאות היא לא מה שהיתה פעם • רבים שפרשו מעבודה עסוקים בפעילות התנדבותית ומשיכים לתרום לחברה • "אנחנו רואים בזה שליחות" • עכשיו המדינה מצדיעה להם ב"חודש האזרח הוותיק" • אנשים טובים באמצע הדרך • נועם (דבול) דביר

להתנדבות אין גיל

לקראת חודש האזרחים הוותיקים: הגמלאים שמנסים להמשיך לתרום ככל דרך, גם הרבה אחרי הפרישה • עמ' 20

קלרי לוטמן (83) | גננת נשארת גננת

דיוור מוגן? הסבתא פתחה גן ילדים להידוק הקשר



צילום: אביגיל שאר ישוב

קלרי לוטמן. "הרגשה טובה"

פעילויות שאליהן מזומנים מראש כל הנכדים של הדיירים דוגמת ימי ספורט, מסיבות חנוכה ועוד. "אנחנו לא כאן כדי לשמור על הילדים אלא כדי לשחק איתם, וכל סבתא משחקת עם הנכדים שלה. אחת המתנות היותר גדולות לאדם מבוגר היא הקשר הטוב שלו עם הנכדים והנינים". לדבריה, הדבר חשוב בעיניה בשל חסך שחוו ילדיה שלא היו להם סבא וסבתא מאף צד, והיא מבינה כמה הדבר חשוב.

קלרי, חדה ורהוטה, מבקשת להעביר מסר: "קודם כל אני מבקשת לא לקרוא לנו זקנים, אלא אנשים מבוגרים. אני חושבת שהמילה 'זקן' לא נותנת הרגשה טובה לאדם המבוגר". בנוסף היא מדברת בהתלהבות על הקשר הבין-דורי: יש לי נכדים בגילים שונים, גם בני 30, סטודנטים ועוד – זה מאוד נחמד שהם באים לבקר, אנחנו מדברים או פותחים ריב תשבצים מהעיתון. את הקשר הזה חשוב לבנות כשהנכדים עוד צעירים. כשהנכד שלי חזר מארה"ב וקבענו להיפגש, רצייתי שניפגש במסעדה, אבל הוא רצה לבוא אלי לדירה ושאינו לו מאכלים שהכנתי כשהיה צעיר. הקשר האישי והרגשי נבנה כשהנכד דים צעירים, איך שאתה מרגיל את הילדים והנכדים – כך הם יפעלו. סבתא לא נועדה רק לשמור על הנכדים, אלא גם להתייעץ. לכן למקום כזה שפתחנו עם משחקים ופעילויות יש חשיבות".

קלרי לוטמן (83), גננת בגמלאות, מוכיחה שחיידק הגננות לא עובר עם השנים – ועד כמה חשוב לשמור על קשר עם הנכדים. במשך 45 שנים היתה גננת וכל חייה עסקה בחינוך, עד שלפני כשלוש שנים הפכה לדיירת בבית של רשת "עד 120" בהוד השי רון. היא סבתא לשמונה נכדים בגילים שור נים ומאוד אוהבת את נכדיה – וילדים בכלל. יום אחד היא פנתה בהצעה שהלהיבה את מנהלי המקום: "אני גננת נצחית", היא אומרת. "התחלתי להיות גננת בגיל 21 עד שיצאתי לגמלאות. כשעברתי לדוור המוגן אמרתי למנהל המקום שאני מאוד אוהבת ילדים וכי קשר בין-דורי הוא חשוב מאוד מבחינתי. הדירות שלנו אמנם ממש יפות, אך אין בהן מספיק מרחב. הצעתי ליצור מעין גן ילדים שיפעל אחר הצהריים, בחלל נעים ומטופח ומלא משחקים, שיתאים לביולוי משותף בשעת איכות של דיירי הבית עם נכדיהם וניניהם". בסיוע צוות העובדים של הבית, הלומה של קלרי הוגשם, והשם הנבחר הינו "סבטף", (סבא/סבתא וטף). אפשר למצוא בו ספרים, משחקים ועבודות יצירה. הנכדים שמגיעים לבקר את סבא-סבתא קוראים ספרים יחד ומשחקים, והכל בזכות היוזמה של קלרי. החדר פועל פעמיים בשבוע בשעות הערב לשימוש חופשי – והיא תמיד נמצאת שם ומקדמת את הילדים עם חיוך. בחלק מהימים נעשות בו

שרה ארבילי (67) | מעיסוק בכסף לחינוך לזה"ב

"ההתנדבות ממלאת אותי ומעניקה לי אושר גדול וסיפוק"

כיום שבהם הייתי מרותקת למיטה, הבנתי שאני צריכה לשמוח ולעשות דברים שאני אוהבת. מסלול החיים הוביל אותי באופן אוטומטי, ומעולם לא עצרתי לרגע לחשוב. היום, כשאני מתנדבת עם ילדים, אני מבינה עד כמה אני טיפוס מלמד ועד כמה אני צריכה את זה. במהלך השנים לאחר התאונה, כשהבנתי שאני צריכה לשמוח, עשיתי המון קורסים של תיאטרון, הומור, בובנאות, וכל זה עוזר לי היום במהלך ההתנדבות".

מה מרגש אותך? "העבודה שלי כגננת. אני משוגעת על הילדים. הם מקסימים, אוהבים, אמיתיים. כשאני מגיעה לגן אני שומעת אותם מקילומטרים, הם שרים לי: 'שרה, שרה, שרה...' וזה מדהים לראות את האהבה שלהם. הם חכמים, יש להם יכור לת הקשבה, הפנמה ושינוי פעולה וזה כיף גדול". לדבריה, התאונה שעברה עוררה בה רצון לתת לאחר: "כשהייתי מרותקת למיטה היו שם בשבילי, האכילו אותי ותמכו בי ועכשיו הזמן שלי להחזיר, לתת מעצמי לקהילה. אני מסתכלת על כל יום כאילו הוא היום האחרון, אבל לא רק במילים, אלא ממש הלכה למעשה. חייבים להרגיש את זה בפנים כדי להבין, וזה נותן לי המון".

פעמיים בכל שבוע מתייצבת שרה ארביילי (67) בגני ילדים ומלמדת את הרכים על בטיחות בדרכים. לפני כארבע שנים, בגיל 63, יצאה שרה לפנסיה מוקדמת, לאחר שעברה כבדק לאומי בטבעון במשך 40 שנה. חברות המליצו לה להתנדב עם ילדים במסגרת פעילות זה"ב בגן של תנועת של"מ, מבית החברה למתנ"סים הארצית – והיא החליטה לנסות. "ברגע שהסבירו לי מה אני צריכה לעשות, מיד אהבתי את זה והיום אני משמשת מדריכת את זה בקב ריית טבעון ובגן ברמת ישי. אני מלמדת את הילדים על בטיחות בדרכים, מסבירה, יוצרת איתם, חווה איתם ומשלבת בפעילות הלימוד יצירה ומשחק עם אלמנטים מעולם הזהירות בדרכים".

לדבריה, העיסוק ההתנדבותי שלה "ממלא אותי ומעניק לי אושר גדול וסיפוק. עכשיו אני פורחת. ההתנדבות גרמה לי להבין שזה מה שאני הכי אוהבת לעשות".

בשנת 1991 עברה שרה תאונת דרכים קשה. משאית נכנסה לנתיב הנסיעה שלה מימין והעיפה אותה אל המסלול הנגדי, שם נפגעה מרכב נוסף. "עברתי טראומה קשה ותהליך שיקום ארוך. שם, בחורשים הארוך



צילום: מישל דוט קום

שרה ארבילי. "להעניק לאחרים"



16.76x26.5	2/2	עמוד 21	כותרת -	03/11/2019	70621958-8
"החברה למתנ"סים מתנ"ס תנועת של - 40266"					

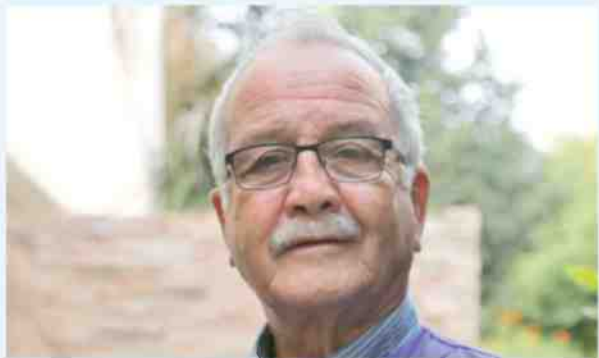
אריה האן (79) | לנצל את היכולת לטובת הכלל

מהתפקיד בכנסת לסיוע לאזרחים ותיקים

הם רוצים לעשות משהו, לנצל את היכולות שלהם". יצוין כי המשרד לשוויון חברתי מפעיל כמה תוכניות לאזרחים ותיקים: בין השאר, מרכזי "טיפות זהב" הפועלים כפיילוט ב-13 רשויות מקומיות ומשמשים כתובת לתכנון תקופת החיים החדש, לבניית סדר יום חדש, לאוריינות דיגיטלית ועוד. לצד זאת, יש תוכניות לעידוד תעסוקת אזרחים ותיקים, ובהן פורטל "דרוש ניסיון" ומרכזי תעסוקה "הפלוס בשישים".

השרה לשוויון חברתי, ח"כ גילה גמליאל: העלייה המבורכת בתרבות החיים יצרה פרק חיים חדש – 'האזרחות הוותיקה', ואנו פועלים להעמיד לאזרחים הוותיקים כלים לחיים חיוניים בתקופה זו. לשם כך יזמנו שורה ארוכה של תוכניות ליצירת חיי חברה, לפעילויות שנאי משמעותיות ולהפגת בדידות בקרב האזרחים הוותיקים".

אחת ההוכחות כי בני הגיל השלישי יכולים לתרום ועושים זאת בצורה בלתי רגילה היא אריה האן בן ה-79, שכיהן כמוזכיר כנסת ישראל כעשור (בשנים 1997–2007) והיה חלק בלתי נפרד ממנה. הוא עורך דין בהשכלתו, ובמשך שנים היה המזכיר והיועץ המשפטי של סיעת המפד"ל. כיום מחלק האן את זמנו בין הנכדים לבין התנדבות ביחידת סגולה של המשרד לשוויון חברתי, אשר במסגרתה עוברים אזרחים ותיקים בין מחלקות בבתי החולים ומיידעים חולים בני גילם על זכויותיהם. בין השאר, מסבירים המתנדבים על שעות סיעוד, הקרן לניצולי שואה, התוכניות להפגת בדידות, וכן מסייעים להם למלא טפסים. כיום פועלים 17 מוקדים ברחבי הארץ, ובהם יותר מ-400 אזרחים ותיקים.



צילום: גדעון מרקוביץ | אריה האן. "תחושה של שליחות"

"אני רואה בזה שליחות", אומר האן, "נכון, יכולתי לצאת לפנסיה וליהנות, אבל חיפשתי להתנדב. בכל פעם שאני מגיע למיטה של חולה שהוא אזרח ותיק, אני מציג עצמי ולהפתעתי חלקם מזהים אותי. חלק מהחולים מאוד עייפים וסובלים, והמשפחות יושבות מסביב חסרות אונים. אתה מרגיש שאתה עוזר להם, עושה עבורם משהו טוב, אף שזה לא קל – כי אתה רואה אנשים במצבים נוראים. בכל פעם שאני ממלא טופס עבור מישהו או מסביר דבר מה למשפחה, יש לי הרבה סיפוק".

בימים אלה הוא כותב ספר אוטוביוגרפי על סיפור חייו. על היחס לאזרחים ותיקים הוא אומר: "אני מאוד פעיל. תוחלת החיים בארץ גבוהה מאוד ויש הרבה גמלאים בשיא כוחם שיכולים לעשות דברים, וצריך לעודד אותם. בתל השומר יש יותר מ-1,000 מתנדבים, כולם גמלאים. הם מתעסקים בהמון דברים, זה חיסכון גם למוסדות וגם ממלא את היום שלהם. גמלאים לא רוצים לשבת בבית ולהירקב,

אברהם בר דוד (82) ולאח שץ (80) מעמותת דיירי הדיור המוגן

"אנחנו כבר לא יושבים בבית וסורגים"

הדיירים ברדור המוגן, לבדוק שהמחירים הוגנים ושמופעילי הדיור המוגן מקיימים את מה שכתוב בחוזה. לצערי, יש כאלה שרוצים לנצל את האזרחים הוותיקים ואנחנו נלחמים נגד זה. יש אזרחים ותיקים שיוצאים לפנסיה ועדיין מאוד עצמאיים והם לא תלויים בילדים ובמדינה, יש אנשים שהחיים שלהם רק מתחילים כשהם נכנסים לדיור מוגן, הם מוצאים פעילויות, חוגים וחברים חדשים ויש כאלה שמתאהבים מחדש. ברדור מוגן יש לא מעט גברים ונשים שהם תאלמנו, ויש גם מקרים שהם עוברים לגור יחד בתוך הדיור המוגן".

ה"קשישים" שלא נחים: אברהם בר דוד (82) ולאח שץ (80), מכה נים בהתנדבות כיושב ראש וסגנית יושב ראש של עמותת דיירי הדיור המוגן. הם יוזמים מאבקים ציבוריים, חקיקה בנושא דיור מוגן ופוגשים דיירים מהדיור המוגן שיש להם בעיות שונות. "נכנסתי לדיור מוגן לפני 13 שנים ומאו אני פעילה בעמותה שלקה על עצמה לפעול למען אזרחי הדיור המוגן", מספרת לאח שץ, מורת דרך לשעבר שמתגוררת בדיור מוגן בתל אביב. "עד אז היו חוקים לבתי אבות או בתי מלון – אבל לא לדיור מוגן. זה לקח כמה שנים והצלחנו להעביר חוק מפורט". היא אומרת: "היום הזקנה היא לא כמו שהיתה פעם, ואני חושבת שגם הסביבה שיינתה את התפיסה והפנימה שגמלאים לא יושבים בבית וסורגים. חשוב לשמור על הפעילות, אחרת אתה מתנוון, זה חשוב לבריאות הפיזית והנפשית".



צילום: יהושע יוסף | אברהם בר דוד ולאח שץ. נגד ניצול קשישים

בישראל יש כ-95 בתי דיור מוגן, חלקם שייכים לרשתות וחלקם לבעלים פרטיים. בין ההישגים של השניים אפשר למצוא העברת תיקון לחוק שיצר ביטוח לכספי הדיירים. כעת, אם בית דיור מוגן פושט רגל, הכסף של הקשישים מבוטח. בנוסף, העמותה הוכרה כ"ארגון הצרכנים הרשמי של דיירי הדיור המוגן".

אברהם בר דוד (82), יושב ראש של עמותת דיירי הדיור המוגן שהוקמה לפני למעלה מ-20 שנים: "אנחנו כאן כדי לשפר את תנאי