



פעילות פנאי ותעסוקה לזקנים

מדריך להגברת ההשתתפות
בפעילויות פנאי תכליתיות

יובל נוה | מרגריטה רחנאייב

פעילות פנאי ותעסוקה לזקנים

מדריך להגברת ההשתתפות
בפעילויות פנאי תכליתיות

יובל נוח | מרגריטה רחנאייב

Activity and Recreation for the Elderly
A guide to enhance participation in purposeful leisure activities
Yuval Naveh Msc OT
Margarita Rahnayev BA.

ייעוץ מקצועי: מעין כץ, מנהלת תחום גריאטריה, השירות הארצי לריפוי בעסוק, משרד הבריאות

הוועדה להוצאה לאור, ג'וינט ישראל - אשל;

פרופ' חוה גולנדר, יו"ר

שמואל באר

ד"ר טובה בנד-וינטרשטיין

פרופ' יצחק בריק

חיה דימנט

פאני יוז

בן ציון כרם

שרית רבינוביץ

פרופ' ארנולד רוזין

ורה שלום

מרים שמלצר

טוביה מנדלסון, מרכז הוועדה

עריכה: עופר המבורגר

הפקה: דפוס איילון

עיצוב: סטודיו איילון

עורך צילומים: אופיר בן נתן

מזכירות ותיאום הפקה: סימונה דוד

מנהל הוצאה לאור: טוביה מנדלסון

הספר מוקדש לזכרה של מזל אזולאי ז"ל, מדריכה תעסוקה מקצועית ומסורה, אשר עבדה ברשת "מעונות מכבי - בת ים", 1959-2006.

© כל הזכויות שמורות לג'וינט ישראל - אשל ול"בית בלב" מקובצת מכבי שירותי בריאות.

אין להעתיק, לשכפל, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגרי מידע, או להפיץ חלק תיאורטי של ספר זה בשום צורה ובשום אמצעי - אלקטרוני, אופטי או מכני (לרבות צילום והקלטה) - ללא אישור בכתב מהמחברים.

בחלקו של הספר הכולל דוגמאות לעבודה פרטנית מודרכת, דוגמאות לקבוצות נושא ודוגמאות לקבוצת מטבח, מותר שימוש חופשי וללא הגבלה, תוך כדי הקפדה על ציון המקור.

הודפס בירושלים, תשע"ב - 2012

מס' קטלוגי - 212841

מספר ISBN - 978-965-7073-62-9

www.eshelnet.org.il

תוכן העניינים

עמוד

1. פתח דבר 7.
2. הקדמה וברכות 8.

חלק ראשון: תיאוריה

3. הגדרת מצב תפקוד 12.
4. רקע כללי וקווים מנחים לעבודה עם מטופל מבוגר 12.
5. רקע כללי על מאפייני המטופלים וקווים מנחים להפעלתם 18.
6. החלפת פרק ירך 21.
7. סוכרת 22.
8. פרקינסון 22.
9. שיטיון (דמנציה) ואלצהיימר 22.
10. מחלת ריאות חסימתית כרונית 24.
11. שיטות ואמצעי הנשמה 24.
12. תהליך קבלת מטופל מונשם לטיפול 28.
13. קווים מנחים לתחילת התערבות בקרב מטופל מונשם 28.
14. הנחיות טיפול במטופלים בהם בודדו חיידקים עמידים לאנטיביוטיקה 29.
15. רעיונות לעבודה עם מטופלים בבידוד בהתאם לרמת השתתפותם בפעילות פרטנית 30.
16. רעיונות לעבודה עם מטופלים צעירים המאושפדים במחלקות גריאטריות 30.
17. קווים מנחים לעבודה עם מטופלים צעירים 31.
18. התמודדות עם מטופלים בעלי אופי שונה 31.
19. תהליך התמודדות עם מטופל המסרב להשתתף בפעילות 33.
20. זיהוי רגשות העצמי כתגובה לסרבנותו של המטופל 34.
21. פיתוח אישיות המדריכה 35.
22. רמת השתתפות 36.
23. תהליך קביעת התערבות על ידי מדריכת תעסוקה בתיאום עם מרפאה בעיסוק 41.
24. קווים מנחים לעבודה משותפת בין מרפאות בעיסוק לבין מדריכות תעסוקה 42.
25. קווים מנחים להכנה לקראת פעילות 42.
26. גישות שונות להתערבות עם מטופלים 50.
27. התעמלות 51.
28. גינון 55.
29. מוזיקה 57.
30. מחשב 57.
31. ביבליותרפיה 59.
32. ביקור במוזיאון וירטואלי 61.
33. בעלי חיים 65.
34. מטבח 68.
35. מגע 69.
36. טיפוח חן וקוסמטיקה 70.
37. סנוזלן 70.
38. התערבות להפחתת התנהגות לא רצויה בקרב מטופלים דמנטיים 71.
39. חודש הקשיש 71.
40. שמירה על איכות עבודתן של מדריכות התעסוקה 72.

41.	הפעלת מטפלים	73.
42.	הפעלת מתנדבים	73.
43.	קווים מנחים לפעילות פרטנית מודרכת	77.
44.	רציונל לקביעת רמת תיווך	78.

חלק שני: דוגמאות להפעלות מטופלים

45.	פעילות פרטנית מודרכת	81.
46.	דוגמאות למשחקים מומלצים	82.
47.	דוגמאות לניתוח פעילות עם משחקים	83.
48.	דוגמאות לפעילות מודרכת עם מטופלים - בהתאם לרמת השתתפות	86.
49.	דוגמאות לפעילות יצירה עם מטופלים - בהתאם לרמת השתתפות	88.
50.	דוגמאות לפעילות מטופלים בעבודה מול מחשב	111.
51.	פעילות קבוצתית	112.
52.	מבוא לפעילות קבוצתית	112.
53.	דוגמה לפעילות ציפורי חצר	112.
54.	ניתוח פעילות לקבוצת נושא (ציפורי חצר)	112.

פעילות קבוצתית

55.	ציפורי חצר	116.
56.	בין 20 ל-60 שנות המדינה	118.
57.	גירוי חושים (חוש המישוש והראייה)	122.

תכנית פעילות קבוצתית לעונת הסתיו

58.	סתיו בישראל וברחבי העולם	127.
59.	פירות וירקות בסתיו	129.
60.	סתיו - ציור חופשי	131.
61.	חודש תשרי	133.
62.	ראש השנה	136.
63.	יום כיפור	138.
64.	חג הסוכות	140.
65.	רגשות	142.
66.	יום הקשיש	144.

תכנית פעילות קבוצתית לעונת החורף

67.	חורף	150.
68.	חנוכה	152.
69.	יום המשפחה	155.
70.	ט"ו בשבט	156.
71.	פרי הדר	159.
72.	תקשורת	161.
73.	חג פורים	163.
74.	חקלאות	166.
75.	חילופי עונות (בין חורף לאביב)	168.

תכנית פעילות קבוצתית לעונת האביב

76.	יום האישה	170.
77.	עונת האביב	171.
78.	חג הפסח	174.
79.	יום הזיכרון לשואה ולגבורה	176.

179.	יום הזיכרון לחללי מערכות ישראל ולנפגעי פעולות האיבה	80.
180.	יום העצמאות	81.
182.	ל"ג בעומר	82.
184.	יום ירושלים	83.

תכנית פעילות קבוצתית לעונת הקיץ

187.	חג השבועות	84.
191.	עונת הקיץ	85.
194.	טיולים ונופים	86.
196.	כלי נגינה	87.
198.	משמעות השם	88.
202.	טבע	89.
203.	תשעה באב	90.
204.	חיוכים במקום צעקות	91.
205.	ט"ו באב	92.
206.	כלי רכב ומשמעותם	93.
207.	שבעת פלאי תבל	94.

קבוצות מטבח

212.	הכנת כריך (סנדוויץ')	95.
213.	סלט פירות	96.
214.	סלט בריא	97.
215.	סלט טונה	98.
216.	סלט קצוץ	99.
217.	סלט פאטוש	100.
218.	סלט חצילים	101.
219.	חמאת בדיליקום	102.
220.	פיצה	103.
221.	פיצה איטלקית "אורגינל"	104.
222.	מנקיש	105.
223.	כעכים מלוחים	106.
224.	עוגיות חמאה	107.
225.	כדורי שוקולד	108.
226.	אוזני המן (גרסה 1)	109.
227.	אוזני המן (גרסה 2)	110.
228.	לחמניות כשרות לפסח	111.
229.	עוגת גזר	112.
230.	עוגת סולת	113.
231.	עוגת שוקולד	114.
232.	עוגיות חמאה (גרסה 2)	115.
233.	עוגת ביסקוויט	116.
234.	עוגת קרם פודינג	117.
235.	עוגת תפוזים במיקרוגל	118.
236.	פשטידת פטריות וגבינה	119.
237.	פשטידת מיונז	120.
238.	פשטידת תירס	121.
239.	ברצ'קי במילוי תפוחים	122.

123. אתרים מומלצים על פי נושאים. 240.

חלק שלישי: דוגמאות ליישום הנהלים

124. נוהלי עבודה ואיכות שירות - רשת "בית בלב" 244.

125. אמנת שירות - צוות מדריכות התעסוקה. 244.

126. הקדמה לנהלים. 245.

127. הנחיות ללוח התמצאות במחלקה 247.

128. הנחיות ללוח פעילות במחלקה 248.

129. נוהל עבודה למדריכת תעסוקה במחלקת שיקום 249.

130. תהליך קבלת מטופל חדש על ידי מדריכת תעסוקה 250.

131. טופס הכרת המטופל - על ידי מדריכת תעסוקה 251.

132. מעקב התקדמות בגרף חודשי (לשנה/שלושה חודשים) 253.

233. טופס פירוט פעילות שנתית 254.

234. קבלת החלטה על סיום התערבות תעסוקתית 255.

235. טופס סיום התערבות תעסוקתית 256.

236. הכנת תכנית עבודה שנתית לעבודות תעסוקה 257.

237. טופס תכנון קבוצות נושא. 258.

238. קביעת מטרות לקבוצות נושא 259.

239. הכנת פעילות של מדריכת תעסוקה לפני החגים 261.

240. טופס הפניית מטופלים לפעילות קבוצתית. 263.

241. ביבליוגרפיה. 264.

פתח דבר

בקרב חוקרים ואנשי המקצוע קיימת תמימות דעים באשר לחשיבות ולמרכזיות של פעילויות מסוגים שונים של זקנים. כל פעילות, בין אם זו פעילות פיזית המותאמת ליכולת ולצרכים של דיירי בתי אבות או זקנים בתנאי אשפוז אחרים, ובין אם זו פעילות מתחומי היצירה והאמנות, עבודה עם חיות מחמד או תכניות גינון, משפיעה לחיוב על מצבם של הזקנים. המחקר והפרקטיקה מעידים כי פעילות פנאי ותעסוקה של זקנים מגבירה את ההתעניינות שלהם בנעשה סביבם, משפרת את מצב רוחם ותורמת לאיכות החיים שלהם.

יובל נה, מנהל הריפוי בעיסוק ברשת "בית בלב" בת-ים מקבוצת מכבי שירותי בריאות ומרגריטה רחנאייב, מדריכת תעסוקה ראשית ב"בית בלב" חברו יחדיו לחבר ספר הדרכה והנחיות למדריכי תעסוקה ופנאי וליצור חיבור בין עבודת המרפאים בעיסוק ולבין מדריכי התעסוקה. במובנים רבים זהו ספר הנחיות ראשון מסוגו, פרי עבודה שנמשכה קרוב לעשר שנים. הספר מציג תהליך חשיבה מובנה שהוביל להגדרת קווים מנחים לפעילות ובמקביל לבניית מדדים המעריכים את יעילות ההתערבות בפעילות התעסוקה והפנאי של הזקנים. הספר, כפי שמפרטים מחבריו במבוא, מנחה כיצד לעקוב אחרי ההישגים של המטופלים ויוצר כלים המאפשרים מעקב יעיל אחרי ההשפעה של עבודת מדריכות התעסוקה עם מטופליהן.

כשתמה עבודת הכתיבה של הספר חברה אשל, האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן מיסודה של הג'וינט וממשלת ישראל, ל"בית בלב" והייתה לשותפה מלאה בהפקת הספר בכל שלביו – העריכה, ההגהה, העצוב וההדפסה.

הספר "פעילות ותעסוקה לזקנים – מדריך להגברת ההשתתפות בפעילות פנאי תכליתית" הוא פרי של שיתוף הפעולה המקצועי והפורה בין אשל ל"בית בלב" והוא משתלב היטב במאמץ הבלתי נלאה של אשל ושל שותפיה לדאוג ולפעול לרווחת הזקנים, להקל על סבלם, לחזק את דמויים ואת ביטחונם באמצעות ניצול נכון, יעיל, מהנה ויצירתי התורם לזיקנה נעימה ומוצלחת.

פרופ' יצחק בריק,
מנכ"ל אשל

הקדמה וברכות

לפני עשר שנים, כתוצאה ממינוע מידע הדרכתי לפעילות תעסוקה לקשישים, נרתמו יובל נה, מנהל הריפוי בעיסוק בבית החולים השיקומי "בית בלב", ומרגריטה רחנייב, עובדת תעסוקה בבית החולים, למסע שהפך ברבות השנים למפעל חיים ולפרויקט שגולת הכותרת שלו הוא ספר זה.

הספר נוצר כדי ליצור גשר בין עבודת המרפאים בעיסוק ולבין מדריכי התעסוקה, תוך פריצת דרך בתחום עקב היותו כוללני, מבוסס על כלים מדידים ובעל עושר מבני ורעיוני. זהו ספר הנחיות ראשון מסוגו.

כעבור עשר שנות עבודה הצטרפה "אשל", האגודה לפתוח שירותים לזקנים מיסודה של הג'וינט והממשלה, כשותפה מלאה בהפקת הספר. המטרה להוציא לאור את ספר ההדרכה העיקרי לקשישים במחלקות אשפוז ובמרכזי יום הושגה. אכן, זהו ספר הנחיות המגדיר בלשון מובנית ומעשית את מערכי העבודה המותאמים לתפקיד מדריכי התעסוקה והמרפאים בעיסוק, ומאפשר מעקב אחר תהליכי עבודה בצורה מדידה. הספר נותן כלים למנהל המקצועי בתחום הרב"ע בקבלת החלטות ופיתוח תהליכי למידה ותהליכי שיפור.

הספר הוא נדבך נוסף במאמצים לקידום רווחת הזקנים בישראל ושיפור איכות חייהם כדי להבטיח להם זיקנה מוצלחת וטובה. על כך זכו יובל נה ורטיטה רחנייב בפרס גליקמן לשנת 2009. אך הזוכים האמיתיים הם עובדי התעסוקה והמרפאים בעיסוק המטפלים בזקנים במדינה ישראל וכלל הזקנים במחלקות האשפוז ובמרכזי היום.

תודתי נתונה למחברים, על שהקדישו זמן, והעמידו את כישורונם ואת הידע שלהם לקדם את הספר, וכמובן לג'וינט ישראל-אשל ולכל השותפים להפקה של ספר חשוב זה.

דר' דרור וסרמן

מנהל בית החולים השיקומי
בית בלב בת-ים

בית בלב, הרשת לגיל המבוגר המובילה בישראל, רואה בתעסוקת הקשישים- העצמאים והמוגבלים כאחד, נדבך חשוב במסגרת הטיפול הכוללני בקשיש.

ב"בית בלב" אנו מאמינים שתעסוקה מתוכננת ומגוונת מהווה אבן דרך משמעותית בתהליך הריפוי הפיזי והנפשי של הקשיש

ספר זה, פרי עמל וניסיון נצבר של שנים רבות ברשת "בית בלב", מהווה פריצת דרך בתחום התעסוקה לקשישים.

הספר נועד לחזק ולשפר את תחושת הביטחון, הערך העצמי ואיכות החיים אצל הקשישים באמצעות תנועה, יצירה, למידה והפעלת הגוף והנפש באופן שיטתי.

זהו מדריך למרפאים בעיסוק ולמדריכי תעסוקה בכל מוסדות הגריאטריה ומאפשר מעקב, מדידה ולמידה של הפעילות, איכותה ותרומתה הן בקבוצות והן בקרב יחידים.

תודה להנהלת בית החולים השיקומי בית בלב בת-ים, ליובל נה ולרטיטה רחנייב על כתיבת הספר, לג'וינט ישראל-אשל על העריכה, ההפקה, העיצוב וההדפסה. תודה לכל אלה על המקצועיות, המסירות והאהבה שהושקעה בכתיבת הספר ובהבאתו לדפוס.

יעקב סלע

מנכ"ל רשת בית בלב
מקבוצת מכבי שרותי בריאות

בסיס עבודה למדריך זה

צוות הריפוי בעיסוק עובד ברוב המסגרות כחלק מצוות רב-מקצועי, ובמעטן הוא פועל בגפו. העבודה לפי מדריך זה אינה מבוססת על גודל הצוות, והיא מתאימה הן לאלו העובדים כחלק מצוות רב-מקצועי גדול והן לאלו העובדים בגפם.

מטרות

- הגדרת מהלכי עבודה המותאמים לתפקיד צוות הריפוי בעיסוק
- מעקב אחר תהליכי העבודה בצורה מדידה, לקביעת יעילותם
- נוהל שמירה על דיווח שוטף ורלוונטי
- הערכת תוצר הפעילות לשם זיהוי תקלות ולמתן תגובה הולמת לתיקון
- מעקב מסודר אחר התהליכים ומידת יעילותם
- עידוד שיפור מתמיד

מהלך וביצוע

מדיניות הביצוע מותאמת לדרישות ההנהלה ומקושרת לצורכי המשתתפים. מדיניות האיכות ברורה לכל איש צוות ריפוי בעיסוק. כל איש צוות יודע לדרג בצורה מדידה, ברורה ואובייקטיבית את ביצועי הפעילות אותה הוא מבצע.

קבלת החלטות מתקבלת על סמך המדדים אשר נאספו ותועדו ברשימות רלוונטיות לפעילותן של המרפאה בעיסוק ומדריכת התעסוקה.

דיווח בתיק המטופל מאפשר לעקוב אחר רמת השתתפותו בפעילויות. דיווח בקלסר קבוצת נושא מתועד ומאפשר לעקוב אחר רמת ביצוע.

כל מהלכי העבודה של צוות הריפוי בעיסוק מתועדים במדריך זה.

קיימת גישה לכל איש בצוות הרפואי והפרה-רפואי לתיק המטופל המשתתף בפעילות מדריכת התעסוקה. המדדים הינם ברורים וחד-משמעיים, ומאפשרים הבנה של מידת ההשתתפות והפעילות.

המבנה הפנימי של מדריך ההפעלה כולל מידע על מהות תפקיד מדריכת התעסוקה, מידע על תהליכי עבודה, הגדרת האוכלוסייה איתה באה המדריכה במגע, הגדרת קווים מנחים להפעלה ותהליכי ביצוע ההפעלה. כל זאת, תחת מדדים מדידים וקביעת נורמות סביבתיות ברורות.

כל תהליכי העבודה מופו ומוצגים במדריך זה. לכל פעילות המוצעת במדריך קיימות מטרות ברורות, ומערך של מדדים להערכת הצלחתה. מדדים אלו באים לידי ביטוי בגרף התקדמות שנתי, ובשאלות ברורות בסוף כל "קבוצת נושא" המגדירות את המפתח להערכה.

במדריך זה אופיינו המטופלים על פי אבחנתם הרפואית, ועל פי מגבלותיהם המוטוריות והקוגניטיביות. כמו כן, הוצגו מערכי עבודה הכוללים מידע על אודות המטופלים, מידע לגבי העזרים להפעלה בכל נושא, ומידע ביחס לקבלת משוב על הביצוע בכל פעילות.

בשלב תכנון הפעילות, בעת פיתוח המוצרים להפעלה על ידי מדריכת התעסוקה, ניתן דגש לבדיקה שהמוצר הסופי (ההפעלה עצמה, המתקיימת במחלקות האשפוז) והעזרים בהם היא משתמשת מתאימים למטופלים המשתתפים בפעילות.

הוגדרו מאפיינים ברורים לרכישת מוצרים קנויים, ביניהם: לוח התמצאות ולוח פעילות מחלקתית, משחקי קופסה ועזרים לקבוצת נושא, וכן עזרים להפעלה מוטורית וקוגניטיבית.

אחת לחודש, מתקיימות פגישות מול אחראי הריפוי בעיסוק לקביעת איכות ומידת ההתאמה של המוצר, תוך מתן דגש לבעיות שעולות במהלך העבודה והשימוש במדריך. ניתנת תשומת לב לכך שמדיניות האיכות נשמרת, שיש תיעוד לפעילויות כנדרש, וכי קיים תיעוד לבקורות אלו.

במהלך מפגשים עם אחראי הריפוי בעיסוק מתנהל תיעוד, שמטרתו התמודדות עם קשיים בביצוע פעילות פרטנית או קבוצתית, הכנת עזרים, או הזמנת עזרים מספק חיצוני. מתקיימת בדיקה והערכה שמטרתה לוודא כי אף מדריכת תעסוקה אינה עובדת עם ערכת קבוצת נושא אשר אינה הולמת, וכי לא מתקיימת פעילות קבוצתית או פרטנית עם מוצר פגום, אשר אינו ראוי לשימוש על ידי משתתפים מאושפדים.

תודות

תודה למעין כץ, מנהלת תחום גריאטריה, השירות הארצי לרפוי בעסוק, על הפתיחות והייעוץ הולם בתהליך החדרתם ברשת. תודה לצוות הריפוי בעיסוק ולמדריכות התעסוקה בבית החולים השיקומי "בית בלב" בת-ים על הסיוע בכתיבת המדריך. הדעות והרעיונות המוצגים במדריך זה מבוססים על סקירה מחקרית נרחבת, ועל ניסיונם ותהליכי עבודתם של המחברים הראשיים. בשל כך, מדריך זה מתייחס למטופלים אשר רמת השתתפותם שתיים (2) ומעלה (הגדרה לרמת השתתפות ניתן למצוא בעמ' 36).

המלצתנו היא, שצוות הריפוי בעיסוק ומדריכות התעסוקה בכל מוסד, יבחן ויבנה נהלים ותוכניות עבודה בהתאם לנוהלי משרד הבריאות ולשיקול דעתו המקצועי והקליני.

חלק ראשון

קווים מנחים



הגדרת מצב תפקוד

עצמאי: מטופל שאינו זקוק לעזרת הזולת בביצוע הפעולות היום-יומיות (BADL - Basic Activities Of Daily Living) (אכילה, רחיצה, לבישת בגדים) וגם נייד. כלומר, מסוגל להגיע בכוחות עצמו לכל מקום וללכת מרחק סביר ברגל, גם אם יש צורך בשימוש באביזר עזר בו עושה המטופל שימוש באופן עצמאי, כולל ניהול משק בית. (Instrument Activities Of Daily Living - IADL)

תשוש: קיים קושי ביכולתו של המטופל לבצע מטלות בניהול משק הבית (IADL) והוא נזקק לעזרתו של אדם אחר. מסוגל לבצע מטלות יום-יומיות בסיסיות ללא עזרה, או בעזרה קלה בלבד.

סיעודי: המטופל אינו יכול לבצע מטלות יום-יומיות בסיסיות, גם כאשר ניתנת לו עזרה. מרותק בדרך כלל לכיסא גלגלים, חסר שליטה על אחד הסוגרים, וייתכן אף שניזון באמצעות זונדה או פג.

סיעודי מורכב: בנוסף להגדרה הקודמת סיעודי, סובל מאחת או יותר מהבעיות הבאות: פצעי לחץ בדרגות שלוש או ארבע, סובל ממחלת סרטן פעילה, תחת דיאליזה או זקוק לחמצן במשך רוב שעות היממה.

תשוש נפש: קיים קושי בביצוע מטלות יום-יומיות בסיסיות ובניהול משק הבית עקב ירידה קוגניטיבית ניכרת. (י. יאול, 2002)

שיקומי: מטופל הלוקה במגוון מחלות ופגיעות מולדות ונרכשות, מסיבות פנימיות או חיצוניות-טראומטיות (כאירועים מוחיים, פגיעות בחוט השדרה, חבלות ראש, טרשת נפוצה, קטיעות גפיים, החלפת מפרקים, גמילה מהנשמה מלאכותית, טיפול בירידה תפקודית לאחר מחלות, תאונות דרכים ועוד), והוא בעל פוטנציאל לחזרה לתפקוד קודם. (עורי, 2010)

רקע כללי וקווים מנחים לעבודה עם מטופל מבוגר

כבוד האדם

מטופל מאושפז חווה מגבלה משמעותית בתפקודו הנוכחי בהשוואה לעברו, בו תפקד בעצמאות מלאה, התפרנס בכבוד, ושמר על בריאותו ובטיחותו. הפגיעה מתאפיינת בירידה קוגניטיבית ובמגבלות מוטוריות נלוות המשפיעות על כושרי הסתגלות מגוונים: טיפול עצמי, פנאי ותעסוקה, תקשורת, מיומנויות חברתיות ושימוש במשאבים קהילתיים. כמו כן, נפגעת יכולת של המטופל להסתגל למצבים שונים בחיי היום-יום ולהתאים עצמו לדרישות הסביבה.

לפני תחילת פעילות עם מטופל, יש לוודא ניקיון אישי וניקיון הסביבה בה מתקיימת הפעילות.

יש לדבר עם המטופל בשפה מתאימה ומובנת, ברמת יכולת ההבנה שלו. חשוב לתת למטופל זמן מספק זמן להגיב ולענות לשאלות. מומלץ להימנע מלבחון את המשתתף, וכן להימנע מוויכוחים מיותרים.

פעילות קבוצתית עם המטופל המבוגר צריכה להיות מגוונת ומעניינת, ולשלב לפחות שלוש טכניקות שונות כגון הקשבה למזיקה, משחק וחידון. על הפעילות להיות מדורגת, לא מאיימת, וכזאת שאינה מהווה פעילות בודדת המבוססת על שיחה בלבד.

אם נאמין ביכולתו של הקשיש וננסה ליצור עימו מגע וקשר, להעניק לו בפן הפיזי והרגשי. נוכל לבסס עימו תקשורת הדדית שתאפשר להגיב אליו בהתאם.

הושבה נכונה

סוגי כיסאות גלגלים:

1. קבוע: לא מתפרק ולא מתקפל.
2. פריק - מתקפל (בעל משקל סטנדרטי של 22 קילוגרם).
3. קל משקל: (בעל משקל של 12-14 קילוגרם).
4. כיסא ספורט: משמש ספורטאים צעירים בגוף ובנפש במהלך הפעילות בלבד. כיסאות אלו לא מתקפלים, הם קטנים בגובהם וברוחבם, ובעלי משענת גב נמוכה.

ההתאמה הנדרשת:

1. יש לוודא שהמטופל יושב זקוף בכיסא, כפות רגליו מונחות על הרגליות, עם כיפוף של 90° בברכיים.
 2. מומלץ שהמטופל ישב עם כרית מותאמת למניעת פצעי לחץ בישבן.
 3. במידה שהמטופל הוא בעל שיתוק מלא או חלקי בגפיים עליונות, מומלץ שישב ליד שולחנית לתמיכה.
 4. יש לוודא שמעצורי הכיסא נעולים בעת הפעילות.
 5. יש לדבר בגובה העיניים אל מטופל היושב בכיסא, כדי לאפשר לו לקרוא את שפתי הדובר ועל מנת לשמור על כבודו העצמי.
 6. במידה שקיים חשש שהמטופל אינו יושב כראוי, יש להתייעץ עם מרפא בעיסוק או פיזיותרפיסט - האחראים על ההושבה במוסד.
- חושיו השונים של האדם המבוגר פוחתים עם הגיל. על אנשי הצוות השונים העובדים עם האדם המבוגר להיות מודעים לצרכיו, ולהתאים את הסביבה ואת דרישות הפעילות כך שתתאפשר לו השתתפות מרבית.

תיאור החושים השונים ודרכי התמודדות עם ליקויים:

הראייה

בעזרת חוש הראייה אנו מבחינים בין אור לחושך, ואף מזהים צבעים מתוך מגוון צבעי הקשת. כמו כן, אנו מסוגלים לזהות צורות שונות, כולל אובייקטים תלת-ממדיים, לאמוד מרחק בין עצמים שונים ואף לזהות קריקטורות שונות ומוזרות.

פגיעה בראייה בגיל המבוגר:

הפגיעה ביכולת הראייה של אדם מבוגר הינה הנפוצה ביותר. היא כוללת מגוון ליקויים הנובעים מנוקשות ומחוסר גמישות של עדשת העין או של השרירים האוחזים בה. חוסר גמישות העדשה מקשה על שינוי מיקוד העין בין התבוננות מקרוב להסתכלות למרחק. פגיעה בעדשה יכולה גם לגרום לקשיים בדיהוי ובאבחנה בין צבעים עד כדי סנוור, ובכך ליצור קשיים בהסתגלות במעבר מחושך לאור, ולהיפך. זאת, מכיוון שפגיעה ושינוי במבנה העדשה גורם ליותר אור לחדור לעין. פגיעה ברשתית העין, או פגיעה בכלי דם בעין כתוצאה מסוכרת, יוצרת שדה ראייה עכור ולא נקי.

פגיעה לאורך עצב הראייה עלולה לפגוע בשדה הראייה, בהתאם למקום הפגיעה.

באתר ACBVI, בכתובת <http://www.acbvi.org/albums/Vision/index.html>, ניתן למצוא מגוון דוגמאות לליקויים בראייה.

ההתאמה הנדרשת:

1. יש לוודא שקיימת תאורה נאותה בחדר בו מתקיימת הפעילות.
2. יש לוודא שהמטופל מרכיב משקפיים המתאימים לצרכיו - משקפי קריאה או משקפיים להסתכלות למרחק.
3. בעת פעילות הדורשת חומר לקריאה, יש לוודא שהרקע הינו בהיר וחלק, וכי האותיות והתמונות ברורות ובולטות.

4. במידה שהמטופל לוקה בליקוי בשדה הראייה (המיאנופסיה), יש להתייעץ עם גורם רפואי ופרה-רפואי, לשם קבלת הנחיות לאופן היעיל ביותר לסיפוק תעסוקה למטופל, כך שתתאפשר לו השתתפות מרבית.

השמיעה

חוש השמיעה מאפשר להבחין בין צלילים שונים באופן מדויק. כמו כן, הוא מאפשר לזהות את כיוונו ועוצמתו של מקור הצליל.

פגיעה בשמיעה בגיל המבוגר:

חוש השמיעה נפגע כתוצאה מנוקשות איברי החישה ועור התוף. עקב כך, יש גם הפחתה בזיהוי צלילים מסוימים, הגורמת לאדם הנאה מופחתת מהאזנה למוזיקה, ואף מפחיתה או גורמת לאיבוד ההנאה שביציאה מן הבית לתיאטרון ולקונצרטים.

ההתאמה הנדרשת:

1. יש לוודא שבחדר בו מתקיימת הפעילות אין רעשי רקע.
2. יש לוודא שהמטופל מרכיב מכשיר שמיעה המתאים לצורכיו.
3. יש לוודא שהחדר שקט בעת שמדריכת התעסוקה או אחד מהמטופלים מדברים.
4. על המדריכה לדבר באופן ברור: בקול רם ובקצב שאינו מונוטוני ואינו מהיר מדי, כך שיתאפשר למטופל לקרוא את שפתיה במידה שאינו שומע.

טעם וריח

באמצעות איברי חישה בלשון, מאפשר לנו חוש הטעם לחוש בטעמים: מתוק, מר, חמוץ ומלוח. יש הטוענים, שלחוש הטעם יש בסיס לחיי חברה החל מגיל הניקוט. התינוק יוצר קשר עם אימו באמצעות יניקה. ככל שגדל הילד, גדל גם מגוון המזונות והטעמים בהם הוא מתנסה. אנו משתמשים בארוחה לחיזוק ולמניעה מבידוד ומבדידות: באמצעות ארוחות משפחתיות, ארוחות עם חברים, ארוחות עסקיות, ואף ארוחה אינטימית.

חוש הריח הינו חלק בלתי נפרד מחוש הטעם, ומבוסס על הרחת כימיקלים באוויר הנקלטים על ידי איברי חישה באף.

פגיעה בחוש הטעם והריח בגיל המבוגר:

פגיעה נוספת הינה בחושי הטעם והריח, העלולים לגרום לתת-תזונה כתוצאה מחוסר תיאבון. הפגיעה בחוש הטעם נגרמת כתוצאה מהפחתה ברוק ופגיעה במידת האבחנה במתיקות, בחמיצות ובמליחות. ירידה בחוש הריח תורמת אף היא את חלקה לחוסר התיאבון.

ההתאמה הנדרשת:

1. יש לוודא שטיפת ידי המטופלים לפני הפעילות.
2. יש לוודא רחיצת פירות וירקות בסבון לפני האכילה.
3. יש לוודא לפני פעילות מי מהמשתתפים חולה בסוכרת. במידה שקיימים חולים כאלה, יש להימנע מפירות יבשים, ממיץ מתוק, מדבש, מריבות, מחלווה, מעוגות וממתקים. בכל מקרה, חובה להתייעץ עם דיאטנית או עם הצוות הרפואי.
4. יש לוודא שאין למטופלים בעיות בליעה. יש לוודא מול קלינאית תקשורת או גורם רפואי מהו המרקם הרצוי (רגיל, רך טחון, שתייה רגילה או שתייה עם מסמיך).
5. יש לוודא שהמטופל אינו סובל מאלרגיה לדברי מזון מסוימים. במידה שכן, יש לנהוג בהתאם. התפוח נחשב למזון לא אלרגני - לכן, רסק תפוחי עץ הוא אחד המזונות המומלצים.
6. יש לוודא שהמטופל אינו אלרגי לריחות מסוימים. יש להימנע מגירוי מסוג זה במידה שקיימת אלרגיה.

סיבוכים ואזהרות משימוש בשמנים ארומטיים:

- שמן רוזמרין אסור לחולי אפילפסיה.
- שמן מליסה עלול לגרום לכוויות וללחץ תוך עיני אצל אנשים הסובלים מגלאוקומה.
- שמן אקליפטוס עלול להעלות לחץ דם.

7. על מנת לשלול תופעות לוואי, יש ליידע את הרופא האחראי במחלקה ולקבל את רשותו להשתמש בשמן או בבושם ארומטי. זאת, במטרה לברר איזה טיפול תרופתי מקבל אותו מטופל, ומהן ההשפעות האפשריות כתוצאה מהאינטראקציה ביניהם.

8. רק אנשי מקצוע אשר רכשו ידע וניסיון בשימוש בארומתרפיה מורשים לעסוק בכך.

9. יש לוודא כי החומרים אשר נרכשו יוצרו תחת בקרת איכות ראויה.

10. בעת שימוש בשמנים ארומטיים יש לקבל אישור מרופא שהתכשיר אינו מזיק למטופל.

תחושת מגע

תחושת המגע נפגמת עם הגיל. מבחינה זאת, קיימת ירידה ביכולת זיהוי מיקום מגע על פני הגוף, וביכולת לזהות חפצים אשר מחוץ לטווח הראייה.

הירידה בתחושה, בנוסף לירידת במסת השריר, תורמת אף היא את חלקה לתגובות פחות מהירות, לחוסר שיווי משקל, ולקשיים בביצוע מטלות הדורשות מוטוריקה עדינה וגסה. עקב כך, נפילות הן הגורם העיקרי לשברים בגפיים התחתונות, בעיקר שבר צוואר הירך אשר תהליך ההחלמה ממנו ארוך במיוחד.

ההתאמה הנדרשת:

1. יש לערב מטופל הלוקה בחסר תחושתו בפעילויות מגרות כגון גירוי חוש המישוש או הוויברציה.
2. מומלץ להפעיל קבוצות קטנות (בנות כחמישה משתתפים) בעת פעילות גירוי תחושתו.
3. יש לשמור על ידיו ורגליו של מטופל בעל חסר תחושתו, כך שלא יספגו מכות או שלא ייתפסו בחפצים בסביבה (כמו למשל: מכיסא הגלגלים, משולחנות, מקירות, מעצבים ומהיתקלות במשתתפים אחרים).

כאב

בקרב האוכלוסייה הקשישה קיימת שכיחות גבוהה של תלונות על כאב, התלויות בחומרת הפגיעה ומעידות על הצורך בטיפול דחוף ומיידי. למרות הקושי בהגדרת "כאב חריף", נמצא שרוב התלונות בקרב אוכלוסייה זו הן על רקע שריר-שלד (musculoskeletal) כגון כאבי גב וארטריטיס. כאב יכול להיגרם מגורמים נוספים כגון סוכרת, ניתוחים וקטיעות, פגיעות במערכת העצבים וסרטן.

ניתן להגדיר שני סוגים של כאב: כאב חריף וכאב כרוני.

כאב חריף נמשך לפרק זמן קצר ונגרם כתוצאה מפגיעה, כוויה או דלקת. כאב מסוג זה עלול להעיד על סכנת חיים ודורש התערבות מיידי. במרבית המקרים, טיפול הולם בכאב חריף יכול למנוע התפתחות של כאב כרוני.

כאב כרוני מוגדר כאשר הכאב נמשך יותר משלושה חודשים, וקיים חוסר הלימה בדיווח המשתתף בין מידת הכאב עליו הוא מדווח לבין הגורם לכאב. לעתים, כאב כרוני מתקשר למגבלה תפקודית ופוגע ביכולתו של המשתתף לתפקד בחיי היום-יום.

קיימים מגוון כלים להערכת כאב. כלים אלו מסייעים בהערכה ראשונית של מידת הכאב ובמעקב אחר יעילות הטיפול. תוצאות המעקב ניתנות לרישום בצורת גרף - המאפשר זיהוי אם המצב הינו יציב, או שמא ישנם שינויים לאורך זמן הדורשים התערבות.

בעת הערכת כאב בקרב משתתפים בעלי ירידה קוגניטיבית קלה עד בינונית נמצא, שהכלים הקיימים כגון סרגל ה-VAS (Visual Analog Scale), או סרגל הכולל פרוצופים, יעילים באותה מידה בהשוואה לאוכלוסייה בעלת קוגניציה

תקינה. יחד עם זאת, הערכת כאב בקרב מטופלים בעלי ירידה קוגניטיבית משמעותית, כגון דמנציה ואלצהיימר או כאלה הנמצאים בדילריום, הינה מאתגרת ולא פשוטה. כיום, לא נמצא כלי ספציפי היעיל לצורך הערכת כאב בקרב אוכלוסייה זו. יתרה מזאת, למרות ההנחה שמשתתפים הנמצאים בקומה (תרדמת) עמוקה אינם חווים כאב, אין זה ודאי שפגיעה מוחית מסוג זה יוצרת חסר תחושת שלם (Complete Anesthesia). קושי באמידת כאב קיים גם בהערכת משתתפים הנעולים מבפנים (locked-in Syndrome), המאופיינים ביכולת קוגניטיבית שמורה אך בשיתוק מוטורי מלא ובחוסר יכולת מוחלטת להביע את עצמם.

למרות שכאב הינו חוויה אישית, סובייקטיבית, מומלץ להיעזר בבני משפחה בזיהוי והערכת כאב בקרב משתתפים בעלי ירידה קוגניטיבית משמעותית. תחושת בני המשפחה, בצירוף הערכה ותצפית של אנשי מקצוע, יכולים לתת מדד משוער על מידת הכאב. במקביל, יש לנקוט באמצעים נוגדי כאב בעת פעולות במצבים הידועים כגורמי כאב או אי-נוחות (Ferrel & Charette, 2009).

בניסיון להפחתת כאב בקרב אוכלוסיית מטופלים הנמצאים בשלבים מתקדמים של דמנציה (Late-Stage Dementia) נמצא, כי העלאת מודעותו של הצוות המטפל באמצעות הדרכה לזיהוי סימנים המעידים על כאב, ומתן טיפול תרופתי של משככי כאבים בתדירות קבועה בצירוף תרפיה במוזיקה (Music Therapy) ומסד' (עיסוי) טיפולי (Therapeutic Massage), הפחיתו את מידת הכאב באופן משמעותי. ראוי לציין, שבמחקרים נמצא כי התערבויות נוספות כגון תמיכה מילולית, מגע תומך, התעמלות ותנועה, וכן גירוי חושים בהתאם, יכולות אף הן להשפיע לטובה (Kovach et al, 1999).

אומדן כאב ואי נוחות לחולים דמנטיים וקשיי תקשורת

במהלך ירידה קוגניטיבית משמעותית המטופל אינו מסוגל להביע את מידת הכאב ממנו הוא סובל, ולכן ועל הצוות הרב מקצועי להעריך באמצעות תצפית על התנהגותו הלא מילוליות של המטופל כולל הבעותיו ותפקודו את מידת הכאב (Kaasalainen et al., 1998). נמצא שדווח מפי משפחה קרובה על מידת הכאב של המטופל הוא האמין ביותר, זאת, מכיוון שהוא נובע מתוך הכרה יסודית על הבעותיו והתנהגותו (Kovach et al., 2000).

PAIND – Pain Assessment in Advanced Dementia

ניקוד	2	1	0	תאור
	נשימות כבדות וקולניות באופן קבוע Cheyne Stokes	נשימות כבדות לסירוגין / נשימות מהירות לסירוגין	רגילה	נשימה
	בכי / צעקות כל הזמן / אנחות בקול רם	נאנח לסירוגין / דיבור רפה	לא משמיע קולות המעידים על כאב	קולות
	כווץ חזק של כל שרירי הפנים	עצוב / מדוכא / מראה פנים מפוחד / קימוט מצח ו/או סביב הפה	חיך / הבעה רגילה / רגועה	הבעת פנים
	נוקשות / אגרופיים קמוצים / תנוחה עוברית / מושך או דוחף בזמן טיפול / התנגדות חזקה למטפל	מתוח / הליכה בחוסר מנוחה / חסר מנוחה (תנועות עצבניות) / תנועות מונוטוניות	רגועות	תנועות גוף
	לא ניתן להרגעה / או הסתת הדעת מהכאב	נרגע ע"י מגע או קול של המטפל	אין צורך בהרגעת המטופל	הרגעת מטופל
סה"כ:				

מפתח סה"כ הניקוד: 0 - ללא כאב, 1-3 כאב קל, 4-6 כאב בינוני, 7-10 כאב חזק

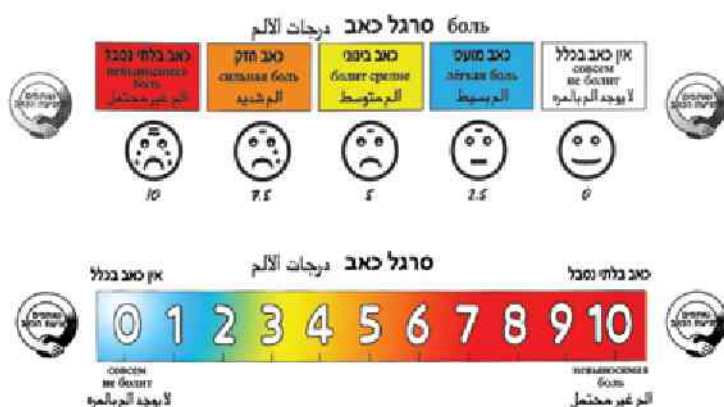
טיפול בכאב מבוסס על עקרון "מעלית הכאב" ככלי לעזר לבחירת הטיפול התרופתי היעיל ביותר. המעלית מסייעת בתרגום "עוצמת הכאב" המתקבלת ע"י סרגל VAS לתרופה מתאימה.

סרגל VAS:

סרגל VAS הינו כלי לאומדן כאב בעל שני צדדים. בצדו האחד, ישנן ספרות המייצגות רמות כאב מ-0 (ללא כאב) עד 10 (כאב חריף). בצדו השני, מוצגים חמישה פרצופים המבטאים עוצמות כאב, ונועדו לשימוש בקרב מטופלים בעלי קשיים בתקשורת.

מטופלים בשלבי דמנציה מתקדמים, החולים במחלות כגון Dementia ו-Alzheimer's Disease, Multi-infact Demensia of Unknown Etiology אינם מסוגלים להביע את עצמם ומציגים כאב על פי סימנים הניתנים לזיהוי. סימנים אלה כוללים:

- שוטטות מוגברת הדורשת התערבות
- עצבנות מוגברת
- שטף מילולי מוגבר
- אלימות פיזית
- בכי מוגבר
- התנהגות נסוגה
- הבעת פנים עצובה או המביעה פחד
- גוף מכווץ ומתוח
- תנועות גוף מחזוריות מלוות במתח רב
- התפרצות מילולית כלפי אדם אחר
- הליכה מוגברת במשך הלילה
- פחדים וחששות
- הזיות
- קול נשימתי כבד



ההתאמה הנדרשת:

1. למטופל הסובל מכאב - יש לוודא מתן תרופה נגד כאב, במידת הצורך - בהתאם להנחיות הצוות הרפואי.
2. למטופל הסובל מכאב הנובע מפצעי לחץ - יש לוודא הושבה מותאמת אשר תותאם על ידי אנשי המקצוע. במידת האפשר, יש לקבל הדרכה בדבר שינוי תנוחה אשר בעזרתם ניתן להפחית את הלחץ.
3. יש להשתמש בטכניקות מסיחות דעת - אשר יעוררו ענין בפעילות בקרב המטופל הסובל מכאב. כך, יהיה המטופל עסוק ומודע פחות לכאב ממנו הוא סובל.

4. בעת פעילות - יש לאפשר למטופל הסובל מכאבים לעבוד בהתאם לקצב וליכולת שלו.
5. בהתאם לתוצאות המחקר של Kovach et al, 1999, מומלץ לתת תרופות משכחות כאבים בתדירות קבועה במשך היום, בצירוף מוזיקה ועיסוי תרפויטי (Therapeutic Massage).

רקע כללי על מאפייני המטופלים וקווים מנחים להפעלתם

הודות לטכנולוגיות רפואיות מתקדמות, מטופלים מבוגרים רבים הלוקים במגוון רחב של מחלות רקע חיים חיים ארוכים יותר. ניתוחי מעקפים, החלפת מפרקים, מכשירי הנשמה ותרופות - כל אלה מאפשרים כיום למטופלים לתפקד. אולם, קיים קושי להעריך את המחיר הכללי שגובות מחלות אלו מהאדם, בעיקר משום שלרוב לוקה האדם ביותר ממחלה אחת. לכן, קיימת חשיבות רבה להכיר את המאפיינים של מגוון המחלות בהם לוקה האדם המבוגר (Rimmer, 2005).

מצבי הכרה שונים הנובעים מפגיעה במערכת העצבים המרכזית (הנובעת מפגיעות ראש – TBI או ממחלות מתקדמות כגון ALS) שאינן נובעות מדמנציה.

מאפיינים קליניים של מצבי הכרה שונים ע"פ Giacino et al., 2002

מצב	מודעות	ערנות/שינה	יכולת מוטורית	שמיעה	ראייה	תקשורת	רגש
Coma	ללא	חסר	תגובה רפלקסיבית ותנוחתית בלבד.	ללא	ללא	ללא	ללא
Vegetative (state) (VS)	ללא	קיים	תנוחתית או רתיעה מגירוי חד.	תגובה לבהלה	תגובה לבהלה	ללא	ללא
			לעיתים תנועה לא תכליתית.	הפנייה קצרה למקור הגירוי.	מיקוד ראייה לזמן קצר.	ללא	בכי או חיוך רפלקסיבי
Minimally conscious (state) (MCS)	חלקית	קיים	ממקם גירוי חד.	ממקם מקור הגירוי.	שומר על מיקוד מבט.	השמעת קול מקרית.	חיוך או בכי מקרי.
			מושט יד לחפצים.	ממלא הוראות באופן לא קבוע.	מקיים מעקב עיניים.	הבעת ג'סטה או מלל שניתן להבין.	
			מחזיק או נוגע בחפצים באופן שמאפשר זיהוי של גודל וצורה.				
Looked in syndrome	מלאה	קיים	שיתוק מלא.	שמור	שמור	אפוזיה / חוסר שטף דיבור.	שמור
						תנועת עיניים ומצמוץ שמורה.	

מצב	מודעות	ערנות/שינה	יכולת מוטורית	שמיעה	ראייה	תקשורת	רגש
Stuporous	תגובה לכאב בלבד	חסר	ללא	ללא	ללא	ללא	ללא
Lethargic	מנומנם	ישן	לא מוגדר	לא מוגדר	לא מוגדר	לא מוגדר	לא מוגדר
Alert	מלאה	תקין	תקינה	תקין	תקין	תקינה	תקין

כדי להבחין בין MCS ל-VS יש לבחון מספר התנהגויות קבועות ומורכבות החוזרות על עצמן שניתן לבודד אותן מהתנהגות רפלקסיבית, כגון:

- ביצוע פקודות פשוטות.
- מביע באמצעות ג'סטות או באמצעות כן/לא ורבלי גם אם לא עקבי.
- הבעה מילולית משמעותית.
- מציג התנהגות ותגובות תכליתית שהן תוצאה של גירוי סביבתי ולא רפלקסיבי, כגון:
 - מחייך או צוחק לגירוי חזותי או שמיעתי רלוונטי אך לא לגירוי נייטרלי.
 - מביע בקול או באמצעות ג'סטה באופן ישיר לשאלה שנשאלת.
 - מושיט יד לחפץ באופן ברור המדגים יכולת זיהוי מיקום החפץ וכיוונו.
 - נוגע או מחזיק בחפץ באופן שיאפשר חקירה של גודל וצורה.
 - מסוגל לעקוב ולמקד מבט על גירוי המוצג לפניו.

כדי לסייע באבחנה נכונה של MCS ניתן להשתמש בהנחיות הבאות:

- מקיים תקשורת פונקציונאלית: עונה על 6 שאלות בסיסיות של כן/לא בשתי הערכות עקביות חוזרות. כגון: האם אתה יושב? או, האם אני מצביע על התקרה?
- משתמש בלפחות שני חפצים בצורה פונקציונאלית בשתי הערכות עקביות חוזרות. כגון: הבאת מסרק לסירוק השיער ועיפרון לצורך כתיבה.

בעת הערכה יש לשלול אפזיה, אגנוזיה ואפרקסיה, וכן לברר ולהבחין בין גורמים שונים כגון פגיעת ראש, אנוקסיה ודמנציה. כמו כן יש לקחת בחשבון שירידה קוגניטיבית יכולה להיגרם ממגוון של סיבות ביניהם (פרט לדמנציה): דליריום, חסר בשינה, מצבי חרדה, מצב רגשי לא יציב ואף דיכאון.

מחלת לב - Coronary Heart Disease

מחלת לב הינה אחת הסיבות העיקריות למוות בעולם המערבי, ובקרב רבים אחרים הסובלים ממנה גורמת המחלה לירידה תפקודית. הירידה התפקודית אינה אחידה, ומשתנה בין אנשים שונים: יש שיצליחו לחיות חיים סבירים, ויש כאלו שרמת הפגיעה בהם תהיה קשה יותר.

מחלת לב מבטאת מצב בו יש היצרות או חסימה בעורקי הלב. שכיחותה של המחלה גדלה עם הגיל ופוגעת בשיעור של עד 60% מכלל האוכלוסייה מעל גיל שמונים (Merck Manual of Geriatrics, 1995).

יתר לחץ דם - Hypertension (HTN)

יתר לחץ דם (HTN), הינו מצב בו לחצי הדם הדיאסטולי (שלב בפעולת הלב בו שרירי הלב מתרחבים) או לחצי הדם הסיסטולי (שלב בפעולת הלב בו שרירי הלב מתכווצים) חורגים מהנורמות המקובלות. שינויים בלחץ דם גדלים עם הגיל ומהווים סכנה למחלות כלי דם בגיל המבוגר.

שבץ מוחי - Stroke

שבץ מוחי מאופיין בהפרעה פתאומית באספקת הדם למוח. הפרעה באספקת הדם יכולה להיגרם משתי סיבות עיקריות: האחת, היא חסימה של כלי דם (שבץ איסכמי); ואילו השנייה, היא דימום מוחי.

שבץ מוחי איסכמי	דימום מוחי (Hemorrhage)
קיימת סתימה בעורקים המובילים דם למוח - Thrombosis Stroke	פגיעה בכלי דם כתוצאה מיתר לחץ דם או כתוצאה ממפרצת - Aneurysm
קריש דם שנוצר בלב נסחף וחוסם עורק במוח - Embolic Stroke	פגיעה בכלי דם כתוצאה מהתפרצות של Aneurysm
שכיחות: כ-80% מהאירועים	שכיחות: כ-20% מהאירועים

מידע כללי אודות שבץ מוחי:

- שכיחות המחלה עולה עם הגיל, ומהווה גורם מספר אחת למוגבלות קבועה בקרב אוכלוסייה מבוגרת, מעל גיל 65.
- גורם התמותה השלישי בשכיחותו, לאחר מחלות לב ומחלות ממאירות.
- גורם למעמסה כלכלית עצומה על מערכות הבריאות בעולם המערבי.
- גורמי הסיכון לשבץ מוחי הם: יתר לחץ דם, רמת שומנים גבוהה בדם, סוכרת, עישון, מחלות לב והיעדר פעילות גופנית.

הפגיעה המוחית תגרום לחסר נוירולוגי, שמשמעותו הפרעה בתפקוד בהתאם למיקום הנזק במוח. בין התפקודים החסרים ניתן למצוא: שיתוק חלקי או מלא בגפיים, וכן חסר תחושת בצד הנגדי למיקום השבץ במוח; הפרעות בשפה ודיבור, וכן הפרעות קוגניטיביות כגון קשיים בתפיסה, תפיסה מרחבית, תכנון ופתרון בעיות.

פגיעה בהמיספירה הימנית (פלג המוח הימני) מתאפיינת בליקויים בתחומי מיומנויות: אנליטיות, תפיסה, אומדן מרחק, מהירות, זיהוי השלם וחלקיו (אינטגרציה), קשיים בארגון ויזומטורי, קשיים בזיהוי כיוונים, קשיים בתפיסה מרחבית ומודעות לפגיעה כגון הזנחת צד.

פגיעה בהמיספירה השמאלית (פלג המוח השמאלי) מתאפיינת בקושי בהפקה ו/או הבנה של דיבור (אפזיה - פגיעה ביכולת הפקה/הבנה/קריאה/כתיבה), בטווח קשב קצר, בקשיים בלמידה של חומר חדש, וכן בקשיים בהכללה.

קווים מנחים לעבודה מוטורית עם מטופלים:

1. מומלץ לפנות אל המטופל מכיוון הצד המעורב/החלש - כדי לעודד התייחסות לצד זה (יש להיזהר לא לתסכל את המטופל יתר על המידה).
 2. יש לערב את היד החלשה בכל הפעולות - במסגרת מגבלות היכולת של המטופל:
- במידה שהיד ללא תנועה - מומלץ שהיא תימצא בשדה ראייתו של המטופל, ואף תתמוך בצלחת/בלוח בזמן העבודה.
 - במידה שיש רק רמז לתנועה ביד - ניתן ללוות את היד בזמן הפעולה, כולל אחיזה וביצוע תנועה משותפת.
 - במידה שיש תנועות חלקיות (יד עזר) - יש לעודד שימוש ביד, תוך כדי מניעה של תנועה תבניתית בעת מאמץ.

3. יש לעודד מנוחה במהלך העבודה.
4. בעת העבודה עם המטופל יש להתחיל בשלבים המדורגים הבאים (לפי יכולתו של המטופל):
 - לבקש מהמטופל לבצע את התנועה
 - לבקש שיבצע חיקוי לאחר הדגמה
 - לעשות את התנועה יחד איתו - כאשר יד המטפל מלווה את יד המטופל
 - עבודה פסיבית - בה המטפל מבצע את התנועה עבור המטופל

קווים מנחים לעבודה קוגניטיבית עם מטופלים:

פגיעה בהמיספירה ימנית (חולשה בצד שמאל):

- יש להתחיל מהפשוט, ולהתקדם באופן הדרגתי למורכב
- מומלץ על תרגול סריקה באמצעות דפי עבודה, תרגילי קריאה, בניית פאזלים ומבנים מקוביות
- מומלץ לעבוד עם תרגילים לשיפור קשב מרחבי

פגיעה בהמיספירה שמאלית (חולשה בצד ימין):

- מומלץ לתת תרגילים לשיפור קשב.
- מומלץ לתת תרגילים המבוססים על חלוקה לקבוצות בעלות מכנה משותף (קטגוריזציה).
- משחקי רצף.
- מומלץ לתרגל משחקי זיכרון ושליפת מילים.
- במידתו שהמטופל לוקה באפדיה:

- מומלץ לבדוק, בסיוע מרפא/ה בעיסוק או קלינאית תקשורת, אם המטופל יכול להיעזר בלוח תקשורת להבעת צרכיו. אם כן - יש לעודד את השימוש בו.
- בעבודה עם מטופל אפדי יש לתת מגוון אפשרויות לבחירת תשובה, תוך מתן זמן מספק למטופל לענות.
- ניתן להיעזר בתמונות הדגמה וחיקוי בעת מתן הסבר.
- מומלץ לתת הוראות קצרות, במשפטים פשוטים.

החלפת פרק ירך (Total Hip Replacement)

בעת שנוצר נזק למפרק הירך כתוצאה משבר או מחלה ניוונית יש צורך להחליף את המפרק במטרה לשפר תפקוד הליכה ולהפחית הכאב במפרק הירך.

אזהרות והנחיות בעבודה עם מטופלים עם החלפת פרק ירך:

- הכיפוף קדימה אסור - כך שהזווית בין הגוף לברכיים קטנה מ-90°.
- הכיפוף הירכיים למעלה אסור - כך שהזווית בין הגוף לברכיים קטנה מ-90°.
- אסור סיבוב הירך כלפי חוץ - לדוגמה: במצב בו הרגל המנותחת מונחת על הברך הנגדית.
- מומלצת ישיבה על כרית הגבהה.
- בשירותים - מומלצת ישיבה על מושב מוגבה.
- בעת הלבשת פלג גוף תחתון - יש להיעזר ביד עזר, בגורב גרביים ובכף נעליים ארוכה.
- בעת שכיבה במיטה - יש להניח כרית בין ברכי המטופל - למניעת תנועה אקראית לא רצויה של הירך.
- לפיכך, מומלץ למדריכת התעסוקה להתייעץ עם גורמים רפואיים ופרה-רפואיים לפני הפעלת מטופלים עם אבחנה זו, ואף להתמקד בהתעמלות ותרגילים של גפיים עליונות בלבד.

סוכרת (Diabetes Mellitus)

סוכרת היא מחלה מטבולית המתאפיינת בריכוז גבוה של גלוקוז בדם ובשתן. בקרב האוכלוסייה המבוגרת נפוצה סוכרת מסוג 2, שהינה מחלה פרוגרסיבית. לסוכרת מסוג זה מרכיב גנטי, אך גם למאפייני אורח חיים והשמנת יתר יש השפעה מכרעת על התפתחותה.

לסוכרת השפעה ארוכת טווח על גוף האדם. היא עלולה להביא לפגיעות כוללות שונות ברשתית העין - עד כדי עיוורון, לאי ספיקת כליות, ולטרשת עורקים - אשר יכולה לגרום לאירוע לבבי או לשבץ מוחי, וכן לרגל סוכרתית.

אזהרות והנחיות בעבודה עם מטופלים החולים בסוכרת:

- יש לקחת מטופלים סוכרתיים רק לאחר ארוחת הבוקר, ולאחר שקיבלו את התרופות שלהם.
- יש להיות ערניים למצבים של היפוגליקמיה (ירידה ברמת הסוכר) היכולה לגרום במצבים קיצוניים להתכווצויות, לקומה, ואף למוות.
- יש להיזהר ולהתייעץ עם דיאטנית לפני הכנת החומרים לקבוצת מטבח, במטרה לא לפגוע בדיאטה של חולים אלו.

פרקינסון

מחלת פרקינסון היא מחלה ניוונית של מערכת העצבים, המתקדמת באטיות ומאופיינת בהפרעות מוטוריות טיפוסיות, ומתרחשת עקב חוסר במוליך העצבי דופמין. הסיבה למחסור בדופמין הינה אידיופתית (שסיבתה אינה ידועה). בין ההפרעות ניתן למנות: האטה וירידה בתנועה, נוקשות שרירים, רעד בלתי רצוני במנוחה, הפרעות בשיווי המשקל וחוסר יציבות בהליכה.

בשלב מתקדם של המחלה, ההפרעות בתנועתיות השרירים הקיימות במחלת פרקינסון מערבות גם את מנגנון הבליעה והדיבור. הדיבור נעשה לא ברור משום שהוא אטי וחלש מהרגיל. במקרים קשים הדיבור הופך ללחישה, משום שהחולה מתקשה לדחוס את האוויר דרך קנה הנשימה בכדי להרים את קולו. הפרעות דומות לאלו נגרמות אחרי שבץ מוחי ואופן הטיפול בהן דומה.

סימפטומים של המחלה

- במרבית המקרים, המחלה מתחילה ברעד של אחת מכפות הידיים.
- הרעד שכיח יותר במנוחה מאשר בתנועה. ואילו בשינה אינו קיים.
- הרעד מתגבר במצבי חרדה או עייפות.
- הרעד משפיע על כפות הידיים, הזרועות והרגליים, וכן על הלסתות והלשון - דבר אשר גורם בין היתר לדיבור חלש, מונוטוני ומגמגם.
- אצל מרבית החולים תיתכן נוקשות שרירים שפוגעת בתנועתיות הגפיים העליונות. בעקבות פגיעה זו, ניכר קושי רב בביצוע פעילויות יום-יומיות.
- במרבית המקרים, בעיקר בשלבים מתקדמים, ניכרים דמנציה ודיכאון.

שיטיון (דמנציה) ואלצהיימר

שיטיון הינה פגיעה מוחית אורגנית מתקדמת הפוגעת ביכולת השכלית. פגיעה זו כוללת ירידה בזיכרון לטווח קצר, וכן פגיעה בהתמצאות במקום, בזמן ובסיטואציה.

שלב תחום	התחלתי (בקהילה - תיתכן תלות בזולת)	ביניים (מחלקת תשושי נפש)	סופני (סיעוד מורכב)
זיכרון	קושי בזיכרון לטווח קצר, קושי במציאת חפצים אישיים, קושי בדליית שמות ומציאת דרכם בסביבה.	אי-יכולת ללמוד דברים חדשים. הזיכרון לטווח ארוך נפגע בצורה משמעותית.	חסר
יכולת חשיבה ופתרון בעיות	קיימת ירידה ביכולת חשיבה מופשטת והיעדר יכולת שיפוט.	חוסר התמצאות בזמן ובמקום. החמרה ביכולת פתרון בעיות ושיפוט. אגנוזיה (קושי בדיוח חזותי - תפיסה): חפצים, בני משפחה, דמות עצמית המשתקפת במראה. ליקוי יכולת החשיבה המופשטת, קושי לבידימה וחוסר יכולת לעכם התנהגות ובלתי הולמת. אפרקסיה (קושי בביצוע מטלות מוטוריות שלא ניתן להסבירו על רקע היעדר תנועתיות או תחושה): קושי בחיקוי תנועות, קושי בשימוש בחפצי יום-יום, וקושי לבצע פעולות סימבוליות (להדגים כיצד מריחים פרח, למשל).	חסר - עד כדי איבוד הכרה.
התנהגות חברתית	ייתכן ובשלב ראשוני לא תיפגע יכולת חברתית, אולם בני משפחה עלולים לדיווח על התנהגות מוזרה מלווה בפיצוי רגשי.	התנהגות לא מאורגנת הכוללת: שוטטות, עוינות וחשדנות, חוסר שיתוף פעולה ואלימות פיזית כלפי הסובבים.	חוסר יכולת חברתית, אפתיות, אי-שקט.

קווים מנחים לעבודה עם מטופלים תשושי נפש:

- יש לקבוע את רמת ההשתתפות על פי הקריטריונים של קלאודיה אלן המופיעים בחוברת זו ומותאמים למדריכות תעסוקה. בהתאם לרמת ההשתתפות - ב"פעולות תנוחתיות", "פעולות ידניות", "פעולות מכוונות למטרה", "פעולות חקירה יזומות" או "פעולות מתוכננות ומבוקרות" - יש לבחור פעילות מדורגת מתאימה.
- יש להתאים את הפעילות כך שתאפשר הצלחה ותמנע תסכול.
- יש לעודד תקשורת בין המשתתפים, העלאת רגשות והעלאת הערך העצמי.
- יש לפתח מודעות בקרב המטפלים לצרכיו הפיזיים, הקוגניטיביים, החברתיים והרגשיים של המשתתף - הן ברמת התקשורת המילולית, והן ברמת התקשורת הלא מילולית.
- מומלץ להיות אמפתי: באמצעות מגע, חיוך אוהד, מבט מתאים ולא מאיים, והבעת חיבה מילולית.
- על המטפל להיות סבלני ולאפשר למטופל להגיב ולענות בקצב שלו.
- יש להימנע מלהביע ביקורת סובייקטיבית.
- מומלץ להתאים את הפעילות להרגלי החיים ותחומי העניין של המטופל - כפי שתועד בטופס הקבלה לאחר ראיון עמו ועם בני משפחתו.

מחלת ריאות חסימתית כרונית - (COPD) Chronic Obstructive Pulmonary Disease

הינה קבוצה של מחלות הכוללות חסימה בדרכי הנשימה, דלקת של הסימפונות, חולשה של שרירי הנשימה ושינויים מבניים בריאה. המחלה מאופיינת בקשיי נשימה, בשיעול, בכיח מרובה, בירידה במשקל ובעייפות כרונית.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD), הינו מושג המתאר שתי מחלות בדרכי הנשימה. הראשונה, Chronic Bronchitis, מתארת דלקת של דרכי האוויר (Bronchi); ואילו השנייה, מתארת הגדלה ופגיעה בשקיקים המרכיבים את הריאה (Alveoli). בדרך כלל, תימצאנה שתי המחלות אצל המטופל.

דוגמאות למחלות שעלולות לגרום ל-COPD:

- Pulmonary Edema היא תוצאה שניונית למחלת לב - Congestive Heart Failure (CHF) - בה הלב מתקשה לספק דם לגוף, וכתוצאה מכך מצטברים נוזלים בריאות
- Pulmonary Emboli - אשר נוצר כתוצאה מחסימה של קריש דם בריאה
- אירוע מוחי - Cerebrovascular Accident (CVA)
- פגיעת ראש טראומטית - Traumatic Brain Injury (TBI)
- פגיעת חוט שדרה - (SCI) Spinal Cord Injury
- Guillian-Barré
- Myasthenia Gravis
- הפרעות בנשימה כתוצאה מפגיעה במערכות שריר-שלד כגון גבנון (קיפוזיס - Kyphosis) ועקמת (סקילוזיס - Scoliosis)
- הפרעות בנשימה כתוצאה מהפרעות מטבוליות כגון חמצת (אסידוזיס - Acidosis) ובססת (אלקלוזיס - Alkalosis)
- הפרעות בנשימה כתוצאה משימוש ומינון יתר של תרופות
- שהות ממושכת במיטה

הנשימה:

הסיבות לצורך בהנשמה הן מגוונות. מטרתה העיקרית היא לאפשר נשימה ו/או אוורור.

לאחר זיהוי הגורם לקושי בנשימה, על הצוות הרפואי לקבוע את צורת ההנשמה אשר תסייע למטופל לנשום. מאפייני מערכות הנשמה מוגדרים בממדים הבאים:

הנשמה בלחץ - הלחץ הוא המדד הקבוע. על פי שיטה זו, מכשיר ההנשמה מזרים את האוויר לריאות עד שהלחץ במערכת מגיע לזה הרצוי.

הנשמה בנפח - הנפח הוא המדד הקבוע. על פי שיטה זו, מכשיר ההנשמה מזרים את האוויר לריאות עד לנפח הרצוי. הנשמה על פני זמן - אינספריום מסתיים בתום הזמן הרצוי.

שיטות ואמצעי הנשמה

Controlled Mechanical Ventilation (CMV)

שיטת הנשמה המתבצעת כאשר המטופל אינו מסוגל לנשום בכוחות עצמו, ואין ציפייה שיעשה זאת. מדדי המנשם נקבעים על ידי הרופא המטפל, וכוללים את שיעור החמצן, את מספר הנשימות, את נפח הנשימה, ואת מהירות הדרימה.

לחץ, נפח וזמן נקבעים על ידי הרופא המטפל ואין סינכרוניזציה בין המכונה למטופל הנמצא בחוסר הכרה.

שימוש: במהלך ניתוח, או לאחר קבלת תרופות משתקות שרירים.

Assisted Controlled Mechanical Ventilation (CMV - Assisted)

שיטת הנשמה המתבצעת כאשר למטופל יש יכולת להגיע לסף התחלת נשימה ספונטנית (קיים trigger תחילת נשימה), אך מעבר לכך זקוק לתמיכה נשימתית.

לחץ, נפח וזמן נקבעים על ידי הרופא המטפל וקיימים אין סינכרוניזציה בין המכונה למטופל.

שימוש: בקרב מטופלים המאושפדים במחלקות.

יש לנקוט אמצעי זהירות בקרב מטופלים שקצב הנשימה שלהם מהיר, כאובים או החשים אי נוחות מכיוון ששיטת ההנשמה יכולה לגרום להיפרוונטילציה.

Synchronized Intermittent Mandatory Ventilation (SIMV)

שיטת הנשמה המעידה על תהליך תחילת גמילה ממנשם. בתהליך מתואם (סינכרוני) מתבצעת הפחתת התלות במנשם והעברת יוזם הנשימה באופן עצמאי ומדורג על ידי המשתתף. לחץ, נפח וזמן יכולים להיות בקצב קבוע אך כל נשימה באופן עצמאי ומדורג על ידי המטופל.

לחץ, נפח וזמן יכולים להיות בקצב קבוע אך כל נשימה ספונטנית תתבצע בהתאם ללחץ התומך (pressure support).

שימוש: בקרב מטופלים המאושפדים במחלקות.

Continuous Positive Airway Pressure (CPAP)

שיטת הנשמה המאפשרת למטופל לנשום באופן ספונטני, תוך כדי מתן תמיכה נשימתית (pressure support).

שימוש: בקרב מטופלים המתחילים תהליך גמילה וניתוק ממנשם.

בשיטה זו יש להיזהר ממטופלים שעושים הפסקות נשימה (apnea). קיימות מכונות הנשמה המחליפות את שיטת ההנשמה מ-CPAP ל-SIMV באופן אוטומטי ברגע שמופיעה הפסקת נשימה.

במהלך הטיפול יש לידע את הצוות הרפואי בכל פעם שמכונת ההנשמה מצפצפת. המכונה מצפצפת בכל שינוי של לחץ, נפח או קצב-זמן ההנשמה דבר היכול להעיר על המאמץ יתר או כאב. במצבים אלה, על המטפל לשים לב מה הייתה הפעולה שיבצע אשר גרמה לציפצוף המכונה ולהימנע מכך. בכל מצב יש להיעזר עם הרופא המטפל והצוות הרב מקצועי המטפל.

אופן ההנשמה - פיום קנה (Tracheostomy)

פיום קנה (Tracheostomy) הוא פתח בצוואר שמטרתו לאפשר זרימת אוויר טובה ובטוחה יותר לחולה הסובל מקושי נשימתי ממושך.

החסרונות העיקריים הם גרימת אספירציות וקושי אפשרי בהפקת קול.

ניתן לשפר קול ובליעה על ידי שימוש בשסתום דיבור בעל מערכת סגורה.

הנשמה כרונית

קיימות הגדרות שונות ומורכבות למטופל המונשם כרונית (PMV - Prolonged Mechanical Ventilation), המשתנות על פי הגורם המגדיר את המטופל: הגורם המממן, הגורם המטפל או הגורם האוסף נתונים לצורכי מחקר. נמצא כי ההגדרה הטובה ביותר מתייחסת למטופל הזקוק להנשמה במשך יותר מ-21 ימים עוקבים, ובמשך יותר מ-6 שעות ביום.

מטופל כזה, המוגדר כמונשם כרונית, שוהה במחלקה ייעודית השונה מהמחלקה לטיפול נמרץ (- Intensive Care Unit, ICU), למרות הדמיון הרב בין המחלקות. היתרונות הבולטים של היחידה לטיפול נשימתי כרוני כוללים: סביבה שקטה יותר, מחזורי יום ולילה, ניתן לרוב לראות את הנוף הנשקף מחוץ למחלקה, ניתן דגש בטיפול יכולת התקשורת, יש אפשרות

לביקור קרובים וטיפול פליאטיבי, נעשה ניסיון למעבר לאכילה דרך הפה, קיים מרחב אישי מוגדר ויכולת להשתמש בצידוד ובאביזרים אישיים, ובהתאם ליכולת המטופל אף נערכים לתכנית גמילה ממנשם (MacIntyre et al., 2005).

קול ודיבור

במהלך הטיפול במטופל מנושם כרונית: תקשה המטופל לתקשר ולדבר עם הסובבים אותו. קשים אלו ניבעים ממגוון סיבות, כגון:

- האם האוויר מגיע לדרכי הנשימה העליונים?
- יציבות רפואית
- כמות אוויר קיימת (סטורציה).
- תאום נשימהדיבור.
- תקינות מיתרי הקול.
- תקינות המערכת המוטורית האוראלית.

דרכי להפקת דיבור:

- שסתום דיבור.
- סגירת הפתח על ידי שימוש באמצע.
- שימוש בקנולה Franestrated.
- שימוש במכשיר Air Speed.
- קנולה עם תמיכה נשימתית.

תהליך ההערכה על פי Woodard & Jones, 2002, למטופל המונשם כרונית יתבצע על ידי הצוות הרפואי ויכלול את המדדים הבאים:

- האם המטופל מקבל תרופות הרגעה?
- האם המטופל בהכרה על פי מדד Glasgow Coma Scale (GCS)?
- מה מצב האישונים (גודל, תגובה לאור ושיוויון)?
- Cerebral Perfusion Pressure (CPP): לחץ הדם הנדרש לספק דם למוח, על מנת למנוע נזק מוחי.
- Intracranial Pressure (ICP): לחץ תוך-גולגולתי. לחץ לא תקין עלול לגרום לתוצאות הרוות אסון.
- מערכת לב וכלי דם כגון קצב הלב ולחץ דם לסוגיו: Arterial Blood Pressure, Central Venous Pressure, Pulmonary Artery Pressure, Pulmonary Capillary Wedge Pressure
- מערכת הנשימה: מידת התלות במערכת הנשימה חיצונית.
- תרופות שונות שמקבל המטופל

Glasgow Coma Scale (GCS)

הוראה	ביצוע	ציון
פתיחת עיניים	באופן ספונטני	4
	לבקשה מילולית	3
	לכאב	2
	ללא	1
דיבור	ענייני	5
	מבולבל	4
	מילים לא ברורות	3
	קולות לא ברורים	2
	ללא	1
תגובה מוטורית	מבצע הוראות	6
	מצביע על מקום כאוב	5
	נסוג	4
	מכופף	3
	מיישר	2
	ללא תגובה	1

ציון מקסימלי = 15; מינימלי = 3
על פי Hendra (2003), ציון נמוך מ-8 מעיד על פוטנציאל נמוך לגמילה ממנשם.

במקביל להערכה הרפואית, יש להכיר את ההשלכות הפיזיולוגיות, הפסיכולוגיות והחברתיות הנובעות כתוצאה ממחלות כרוניות בדרכי הנשימה.

Sim (2002), מתארת את יחסי הגומלין בין עיוות הסימפון (Bronchospasm) לתפקוד החברתי והפסיכולוגי של האדם המונשם. לפיה, ההשלכות הפסיכולוגיות כוללות מתחים, פחדים, דיכאון, סטיגמה, איבוד ערך עצמי ופגיעה ביחסים שבתוך המשפחה, כמתואר להלן:

- מתחים וחרדות: מכיוון שמרבית התופעות הקשורות לקשיים בנשימה (כגון קוצר נשימה) באות בהפתעה, המטופל חי בחרדה מתמדת.
- דיכאון: 42%-50% מהמטופלים דיווחו על דיכאון.
- סטיגמה: מטופלים נוטים לצמצם את הקשרים החברתיים שלהם עקב החשש מהסטיגמה הכרוכה במחלתם. כמו כן, החברה נוטה להשליך וליצור סטיגמות על אודות חולים בדרכי הנשימה.
- איבוד הערך העצמי: עולמו הפנימי של מטופל קורס, ויחד איתו קורס גם כלל ייצוגו של מקומו ותפקידו כפי שהוכר טרם המחלה.
- פגיעה במעמד וביחסים בתוך המשפחה: הצורך לדאוג ולטפל בחולה, הלחץ הכלכלי, המשאבים האישיים

והרגשיים עלולים להקשות על הזוגיות. הגנת יתר או התמקדות ראש המשפחה בבן המשפחה החולה, תוך הזנחת יתר בני המשפחה, צריכה להדליק נורה אדומה ולקבל התייחסות הולמת.

• ירידה קוגניטיבית עקב מחסור בשעות שינה (Hendra, 2003).

תהליך קבלת מטופל מונשם לטיפול

קווים מנחים לתחילת התערבות בקרב מטופל מונשם:

- במידה שהמטופל נמצא בבידוד, מומלץ לעבוד על פי: "הנחיות לטיפול במטופלים בהם בודדו חיידקים עמידים לאנטיביוטיקה" (עמ' 30).
- במידה שהמטופל סובל מכאב, מומלץ לעבוד על פי "ההנחיות להתמודדות עם המטופל הכאוב" (עמ' 15).
- במידת האפשר, מומלץ להפעיל את המטופלים בפעילות פרטנית מודרכת ובקבוצות פעילות שונות בחדר יום בהתאם ליכולתם: מוזיקה, התעמלות, משחקי כדור, קליעה למטרה, גירוי חושים ויצירה (ראו עמ' 270 לתיאור טכניקות שונות ביצירה).
- מומלץ להיעזר בבני משפחה, במטפלים ובמתנדבים בהפעלת המטופלים בפעילויות שונות - החל במשחקי קופסה, ועד יישומי מחשב ואינטרנט.
- יש להפעיל את המטופל בהתאם לרמת ההשתתפות.
- יש לעבוד על חיזוק הערך העצמי.
- יש לעבוד על חיזוק ועידוד אינטראקציה חברתית.
- במידה שהמטופל מתקשה בתקשורת מילולית, על המרפאה בעיסוק יחד עם קלינאית התקשורת לאפשר תקשורת חלופית באמצעות לוח מחיק, לוחות תקשורת ויישומי מחשב שונים.

קווים מנחים לבניית לוח תקשורת ע"פ Ganradt & Gunderson (1989):

• הגדרת אוצר המילים בלוח:

- עם מי ישתמש המטופל בלוח לצורכי תקשורת ובאיזו סביבה.
- מומלץ על שימוש ביומן למעקב אחר הביטויים והמחוות (ג'סטות) שמביע המטופל.
- יש לזהות בסביבה אובייקטים בעלי משמעות למטופל כגון רדיו, טלוויזיה, וכיוצא באלה.
- יש למצוא הזדמנויות לעודד תקשורת באמצעות הלוח. לדוגמה: רחצה, שירותים ופרטי לבוש.
- יש לזהות גורמים ומצבים המעודדים תקשורת.
- יש לארגן את אוצר המילים לקטגוריות בעלות משמעות עבור המטופל. לדוגמה:
 - אנשים, לבוש, רגשות, אירועים
 - רחצה, שירותים
- יש לערוך סכמה כללית של הלוח:
 - אפיון הסמלים (אותיות הא"ב, מילים גלובליות, תמונות, תמונות עם מילה גלובלית)
 - גודל הסמלים
 - מרווח בין סמלים
- את הלוח יש לשמור בניילון, בלמינציה, או באלבום תמונות בו יש כיסים בהם ניתן לשמור על הדפים.
- מומלץ לשלב לוח שנה, כדי לאפשר למטופל להביע ולדווח על אירועים מהעבר או כאלה העתידים לקרות.
- יש לזכור שלוח תקשורת דורש עדכון מעת לעת.

הנחיות טיפול במטופלים בהם בודדו חיידקים עמידים לאנטיביוטיקה:

חיידקים עמידים לאנטיביוטיקה כגון (VRE) Enterococci Vancomycin Resistant, Carbapenem Resistant (CRE) Enterobacteriaceae, Klebsiella Pneumoniae ועוד, עלולים להימצא במערכות גוף שונות: במערכת השתן, במערכת הנשימה, במערכת העיכול, בעור, בפצעים וכולי. דרך ההעברה העיקרית של החיידקים היא באמצעות מגע של הצוות המטפל.

הימצאותם של החיידקים בחולה אינה מסכנת את בריאות הצוות המטפל, ואף לא את בריאותם של המבקרים, בתנאי שהם בעלי מערכת חיסונית תקינה. אולם, העברה של חיידקים עמידים לחולים סיעודיים אחרים עלולה לגרום לזיהום הקשה לטיפול.

על מנת למנוע העברה של חיידקים עמידים בין מטופלים, יש להקפיד על ההנחיות הבאות:

1. הקפדה על היגיינת הידיים (חיטוי ו/או רחיצת הידיים) לפני ואחרי כל מגע עם חולה או ציוד.
2. תדרוך החולה לגבי היגיינה אישית, כולל הקפדה על רחיצת הידיים במים ובסבון לפני אכילה ואחרי כל ביקור בשירותים.
3. המטפל יקפיד על היגיינת ידיים בטרם כל טיפול, לפני לבישת כפפות ולאחר הסרתן.
4. בזמן הטיפול האישי בחולה, יש ללבוש חלוק חד-פעמי ולהסירו בתום הטיפול (כשצדו הפנימי פונה כלפי חוץ) ולהשליכו לאשפה. יש להקפיד שבגדי המטפל לא יבואו במגע עם משטחים וחפצים העלולים להיות מזוהמים.
5. יש להשתמש בכפפות חד-פעמיות, נקיות (אין צורך בסטריליות), בכל מגע עם החולה וחפציו.

נוהל זה מבוסס בעיקרו על נוהל משרד הבריאות (סימוכין 08801107 מה-20/8/2007).

יש לפנות לצוות הרב-מקצועי לקבלת הנחיות והבהרות נוספות. נוהל זה לא בא להחליף את הצורך בקריאת נוהלי משרד הבריאות. כמו כן, יש להתעדכן בשינויים ובהנחיות רלוונטיות.

מידע נוסף ניתן למצוא באתר: http://tasmc.org.il/epidemiology/infection_prevention (מעודכן לתאריך: 1/1/2010).

הנחיות עבודה:

1. יש לקבל מהאחות אחראית המחלקה המשמרת את רשימת המטופלים הנמצאים בבידוד.
2. יש לוודא הימצאותם של שלטי "בידוד" על מיטת המטופל וגם על דלת הכניסה לחדרו.
3. יש להקפיד על שימוש בכפפות בכל מגע עם המטופל וציודו. שימוש בכפפות מהווה הגנה למטפל אך לא מונע העברת זיהומים. לכן, חובה לרחוץ ידיים לפני ואחרי כל הפעלה.
4. חובה להחליף כפפות בין מטופל למטופל.
5. לפני תחילת ההפעלה עם המטופל יש להכין את הציוד הנדרש, על מנת למנוע התרוצצות מיותרת ונגיעה בציוד נקי בידיים מזוהמות.
6. בין מטופל למטופל, יש לנקות בכלור-D את הציוד שהיה בשימוש.
7. יש לתכנן את הפעילות ולקבץ דיירים בבידוד בתחילת יום עבודה או בסיומו.
8. יש לפעול על פי ההנחיות בעת השימוש בבקבוק עם תמיסה של כלור לניקוי.

רעיונות לעבודה עם מטופלים בבידוד בהתאם לרמת השתתפותם בפעילות פרטנית

רמת השתתפות	פעילות	אביזרים
4 ומעלה	עבודה מול מחשב: אינטרנט (גלישה, דואר אלקטרוני, קבוצות דיון וכולי) ומשחקים	מומלץ להשתמש בעכבר ובמקלדת רחיצים, אותם ניתן לחטא בסיום ההתערבות.
3 ומעלה	קריאה וכתביה	עיתונים, מגזינים, סיפורים מודפסים. עט או עיפרון אישי.
	משחקי קופסה	משחקים עשויים מפלסטיק או מצופים בניילון, אותם ניתן לחטא.
	משחקים קוגניטיביים	סודוקו, תשבצים, תשחצים.
	יצירה	נייר לאורגמי, צביעה, דפי עבודה, עבודה עם פלסטלינה, מקרמה מרצועות בד, יצירת שרשראות, השחלת חרוזים, יצירה ועבודה עם חומרים מהטבע ושאריות צמר.
2 ומעלה	האזנה לרדיו ולמוזיקה וצפייה בטלוויזיה	רדיו, טלוויזיה, די-וי-די, תקליטורי מוזיקה וסרטים, נגני ומזרימי מדיה במחשב.

רעיונות לעבודה עם מטופלים צעירים המאושפדים במחלקות גריאטריות

מטופלים סיעודיים צעירים רבים נאלצים, עקב מגבלתם, להתאשפז במסגרות גריאטריות אשר אינן הולמות את גילם. תופעה זו חוצה גבולות, וניתן למצוא אותה במדינות מפותחות הנאלצות להתמודד עם התופעה. מציאות זו נובעת מקושי של החברה והמשפחה להתמודד עם הצרכים המיוחדים הנדרשים על ידי מטופלים אלו. עקב כך, מופנה שיעור לא מבוטל ממטופלים אלו למוסדות גריאטריים המשרתים אוכלוסייה בשלבי חייה האחרונים, ולא את אלו המנמצאים בשלבים מרכזיים בחייהם. כמו כן, מטופלים צעירים זקוקים למגוון התערבויות ממקצועות הבריאות בתדירות ובהיקף אותם לא ניתן לספק במסגרות גריאטריות, עקב עלותן הגבוהה. עקב כך, מטופלים צעירים סובלים מהזנחה, מבדידות, ומחוסר אינטראקציה עם בני גילם.

ניתן לשרטט קשיים נוספים:

- התמודדות עם מוות על בסיס יום-יומי
- מגוון מצומצם של אוכל
- שעות ערנות ושינה נוקשות - שאינן מתאימות לאנשים צעירים
- משטר יציאות המבוסס על לוח זמנים המותאם לשעות עבודת הצוות
- שעות ביקור מצומצמות
- קשיים לצאת מהמוסד במטרה להשתתף בפעילות ההולמות את גילם
- היעדר מפגשים עם בני המין השני

צוות הריפוי בעיסוק מחויב לתת זמן התערבות זהה לכלל המשתתפים, בהתאם לרמת ההשתתפות שלהם. מטופלים צעירים אינם שונים מבחינה זאת. יחד עם זאת, יש להתמודד ולתת הזדמנויות מגוונות המייחדות מטופלים צעירים למשל:

- עידוד עבודה פרטנית באמצעים המתאימים לרמת ההשתתפות והגיל. לדוגמה: גישה למחשב עם אינטרנט ומשחקי קונסולות.
- הקצאת מתנדבים צעירים אשר יעבדו עם מטופלים אלה.
- עידוד אנשי צוות שונים כגון מטפלים, אנשי אחזקה ואף ניקיון, לתת יחס הולם לאותם מטופלים.
- ניסיון "לשדך" למטופלים צעירים אחרים הנמצאים במוסד או למטופלים מבוגרים אחרים "הצעירים במוחם וברוחם".
- תרגול מיומנויות IADL במסגרת המוסד ומחוצה לו (במידת הצורך).
- עידוד בני משפחה ומתנדבים לקחת את המטופל לבילויים מחוץ למוסד כגון בתי קפה, מסעדה או סרט.
- ייתכן שיתאפשר למטופל השווה במחלקה סיעודית מסוימת לעבור למחלקת עצמאיים, לצורך השתתפות בפעילות קבוצתית וחברתית ברמה השתתפות ההולמת את יכולותיו.

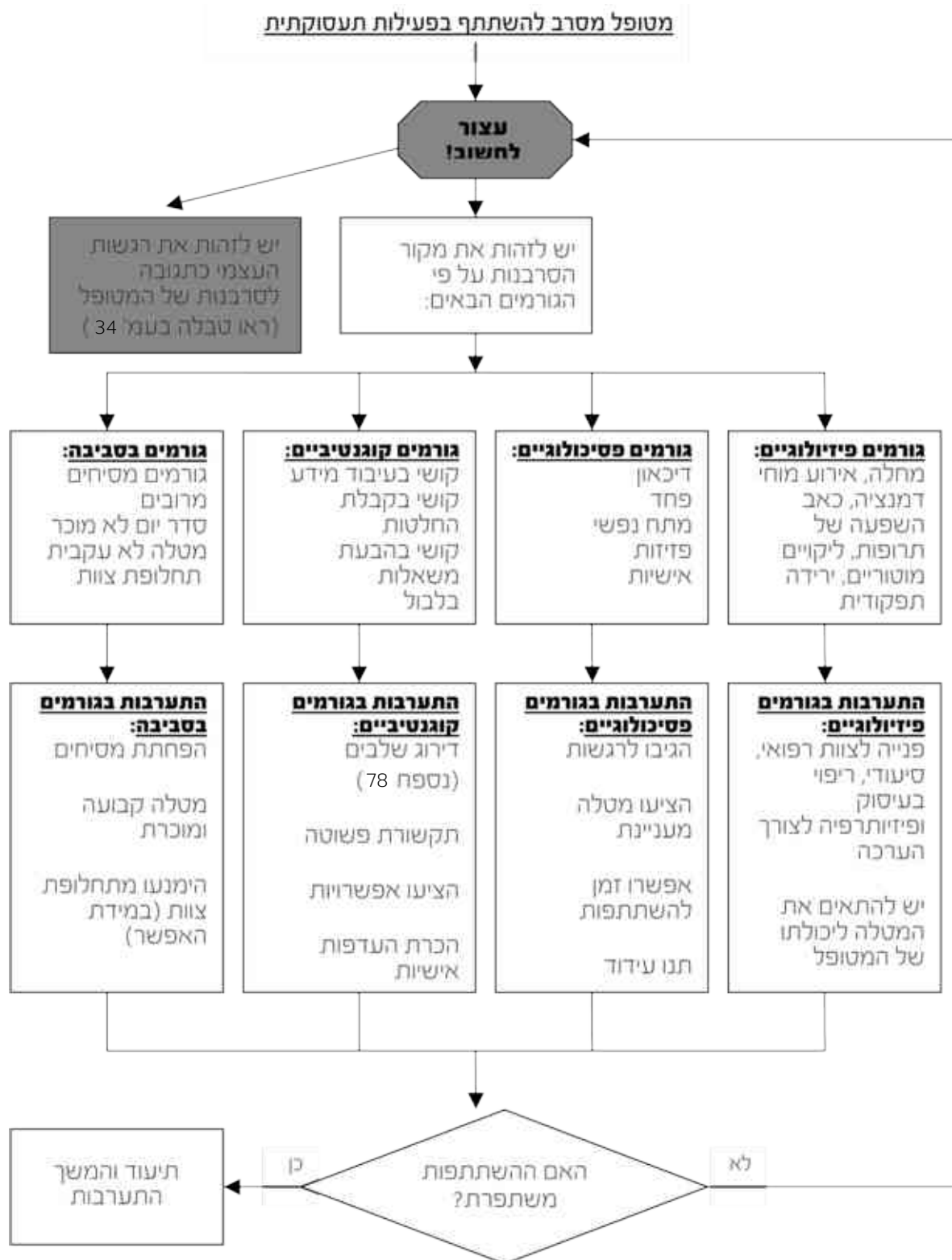
התמודדות עם מטופלים בעלי אופי שונה (Jones & Allen, 2005-)

במסגרת עבודתו של צוות הריפוי בעיסוק עם מטופלים, עליו להתמודד עם מגוון רחב של אנשים בעלי אופי שונה. לשם יצירת קשר עם אוכלוסיית מגוונת יש לבנות מיומנויות תקשורתיות שונות, כפי שמתואר בטבלה הבאה:

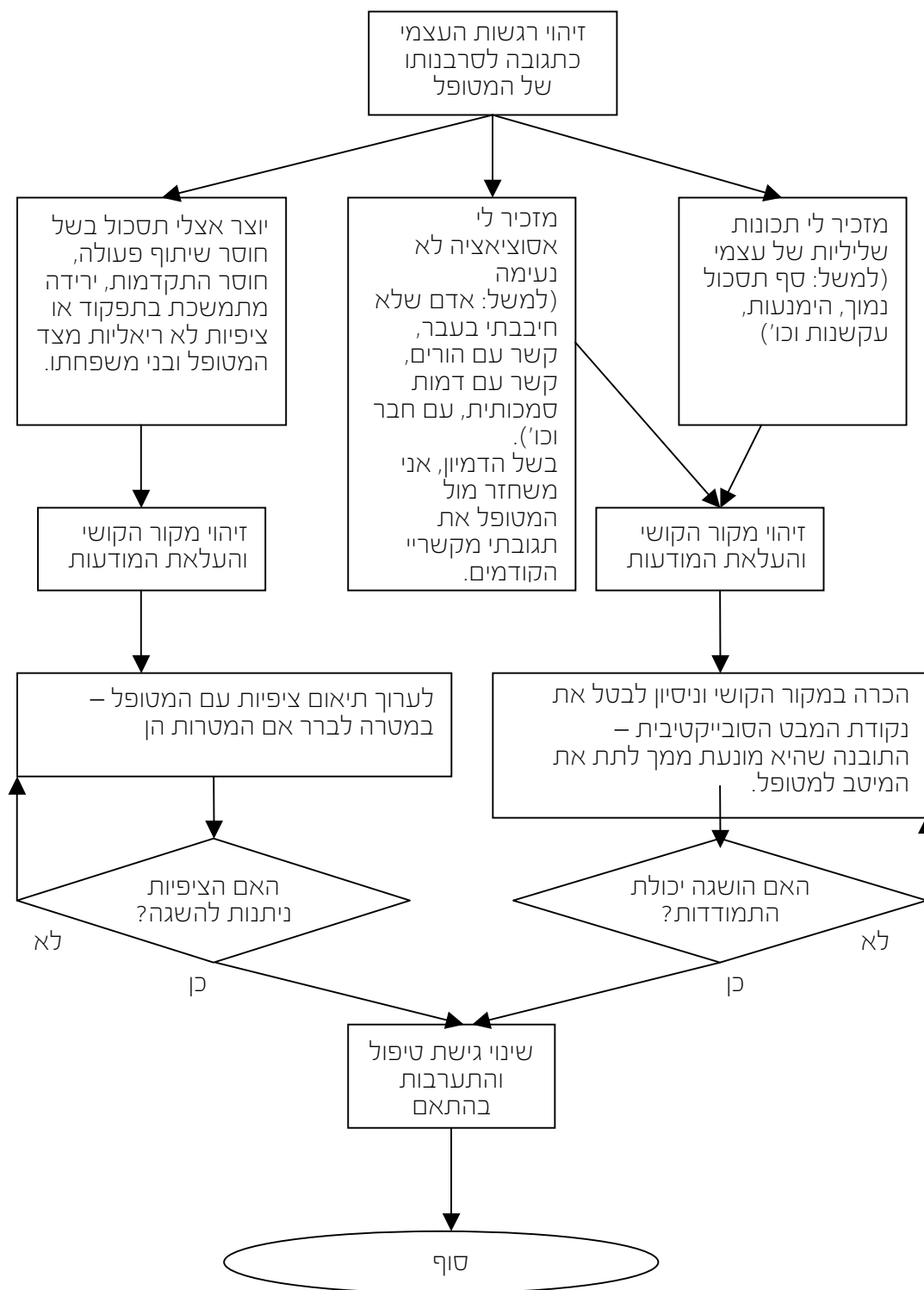
אופי	אפיון	התמודדות
"הנרתע ממגע"	לא אוהב שנוגעים בו. בתקשורת בלתי מילולית משדר "אל תיכנסו למרחב האישי שלי".	הימנעו ממגע ישיר. השתמשו במשוב מילולי.
"החששן/פחדן"	פוחד להיפגע וחושש מלנסות דברים חדשים. סובל מביטחון עצמי נמוך. בעל גישה האומרת "אני לא מסוגל לבצע את זה".	עבדו עם המטופל באופן פרטני. הוסיפו חיזוקים שיעזרו לו להגיע למטרות.
"צומי" (דורש תשומת לב)	רועש, צעקני. בדרך כלל דעתן, או שיש לו מה להעיר. אוהב להיות במרכז. אוהב להיות "פרפר חברתי".	אשרו את נוכחות המטופל ללא הבעת תשומת לב אליו. התמקדו בהתייחסות לפני הפעילות או בסיומה.
"מפלרטט"	נוגע, מרבה לחבק ויוצר מגע. מספק הערות צדדיות. רוצה לעזור לאחרים. מעוניין לקבל עזרה.	שמרו על גבולות מקצועיים. מזערו מגע בעת מתן משוב.
"פלפל"	מספר בדיחות, מרבה לצחוק על עצמו. מוכן לקחת סיכונים ואינו מפחד להתבלט.	אין צורך לנקוט בפעולה, כל עוד אינו מפריע לאחרים.

אופי	אפיון	התמודדות
"קשקשן"	כל הזמן מדבר עם אחרים.	ניתן להציע שיעבור מקום לאחור או לצדי הקבוצה - כך שלא יפריע לאחרים. ניתן לשלב בפעילות אתנחתות בהן המטופלים יכולים לדבר האחד עם השני.
"קרצייה"	מבקש תכנית פעילות קפדנית ומסודרת. מעוניין שכולם כאחד יבצעו את הפעילות. מתרגז על אלה שאינם מבצעים את ההוראות במדויק.	אשרו את הצורך בקביעות וסדר - כפי שמבקש. אך, עודדו אותו להתמקד בעצמו במקום באחרים.
"מנהיג מלידה"	יוזם, מציע רעיונות ומספק משוב. מעוניין לעזור. לעתים מעורר ומעודד את חברי הקבוצה.	אפשרו למטופל לתרום בדרך כלשהי. לדוגמה: במתן עזרה בציווד ובאיתור מטופלים המתקשים בפעילות.
"בודד"	שקט, "חי עם עצמו", לעתים מופנם. אינו מבקש לעורר תשומת לב.	הימנעו ממתן משוב בנוכחות אחרים. צרו תקשורת תוך שמירה על פרטיות.
"סוליסט"	בולט בקהל. מביע את הייחודיות שבו. חושב שיועד יותר מהמדריכה. מגיע מאוחר ועוזב מוקדם את הקבוצה.	ארגנו את הקבוצה כך שהמטופל לא יימצא במרכז. צרו אתנחתות המאפשרות למטופלים לבחור ולשנות את אופי הפעילות.
"אנוכי"	בעל גישה האומרת "אני ראשון". דואג קודם לעצמו.	היו דיפלומטיים, התייחסו למטופלים בצורה שווה.
"המתלונן"	רועש, מרכל, מספק הערות שליליות. "כל העולם נגדו".	הביעו אמפתיה באופן אישי לאחר הפעילות - כדי לאשר למטופל ששמעתם אותו. יש להימנע מלתת יותר מדי עצות.
"המרצה"	יעשה כל שיתבקש על מנת לרצות. מעוניין לעזור לאחרים.	היו שיפוטניים במובן החיובי. ייתכן שידדקק לחיזוק בביטחון העצמי. ספקו הזדמנויות להוביל.

תהליך התמודדות עם מטופל המסרב להשתתף בפעילות - מבוסס על רעיון מאת Davidson S., 2007



זיהוי רגשות העצמי כתגובה לסרבנותו של המטופל



פיתוח אישיות המדריכה -

על פי קווים מנחים המבוססים על Jones & Allen (2005)

במהלך עבודתה, צריכה המדריכה לפתח מיומנויות מורכבות על מנת להתמודד עם מגוון מרכיבים המתרחשים בזמן. על המדריכה לפתח עין חדה, אוזן קשבת ורגישות למטופלים בכדי ליצור סביבה הומוגנית. על המדריכה ללמוד באופן הדרגתי, לאורך זמן - באמצעות לימודים והכשרות, תכנון מוקדם, תרגול, הערכה ומשוב עצמי.

על המדריכה לתכנן את הפעילות בשלבים: החל בבחירת מטרת הפעילות והגדרת היעד הקבוצתי או הפרטני, ועד קביעת שלבי הפעילות, עיצוב הסביבה (מיקום המשתתפים בחדר, התאמת התאורה, הכנת נגני מוזיקה ואמצעים חזותיים) והקצאת האביזרים הדרושים (למשל: כדורים, רצועות אלסטיות וכדומה).

רשמי מראש את שלבי הפעילות! תרגלי מראש את הפעילות שאת רוצה לעשות עם המשתתפים! בקשי, במידת האפשר, מעמיתתך למקצוע חוות דעת על הפעילות ועל הרעיונות!

לסיום, על סמך הערכה עצמית, משוב עצמי ומשוב מאחרים - שני את הפעילות לרמת ההשתתפות הנדרשת במחלקה!

תיווך בפעילות יכול לכלול מגוון רמזים: מגע מכוון להתאמת התנועה הרצויה; רמז חזותי באמצעות הדגמה - מתאים במיוחד למשתתפים בעלי ירידה בשמיעה; ותיווך מילולי של המטלה לביצוע. שילובם של תיווכים מסוגים שונים יעזור, בדרך כלל, להגיע למטרה הרצויה.

עקרונות בהדרכת מטופלים:

לאור ניסיונם, ממליצים Allen & Jones (2005), ליישם מספר עקרונות בהפעלה קבוצתית:

- הגעה מוקדמת, לפני המפגש: מאפשר את הכנתה של הסביבה, של העזרים ושל מוזיקה, אם נדרשת. מראה של מדריכה הנראית חפוזת יפגע במקצועיות שלה. הגעה מוקדמת מאפשרת לזהות מטופלים חדשים ויצירת קשר עם מטופלים ותיקים. כמו כן, מומלץ לברך בתחילת הפעילות כל מטופל בשמו.
- יצירת אווירה: יצירת אווירה מקדימה טובה, כגון מסירת הודעות והצהרות, הינה חשובה מאוד לפתיחת הפעילות. כך למשל, ניתן להודיע מה נעשה היום או מהי מטרת הפעילות; ניתן להזכיר כללי בטיחות (לדוגמה: שמטופלים לאחר ניתוח THR לא מרימים ברכיים מעל האגן, וכדומה); ניתן לשאול שאלות כלליות ואף לספר סיפור קצר או בדיחה. זוהי הזדמנות להדגיש את מרכיבי החיוביים ואת אישיותה הסימפטית של המדריכה.
- הצגת המטלה או נושא המשימה: יש להציג את המשימה בשם. לאחר מכן, יש לתת משוב מילולי וחזותי בהתאם לנדרש. חשוב לציין, שעל פי נוהלי משרד הבריאות - בעת הפעלת קבוצה, יש להשתמש בארבע טכניקות שונות, אשר מהלכן הוסבר בספר זה.
- הסברת מטרת המטלה: מטבעם, בני אדם משתפים יותר פעולה כאשר הם מבינים מה הם עושים ומאיזו סיבה, מאשר בעת שהם מתבקשים לעשות פעולה ללא הסבר.
- בחירת מילים: יש לבחור מילים בתבונה ולפתח מודעות למילים הנאמרות. כדי לפתח מודעות לדרך התבטאותה של המדריכה ניתן לבקש ממרפאה בעיסוק, עמיתה למקצוע, להתבונן ולרשום בדף מילים העלולות לפגוע במשתתפים, או כאלה שאינן מעבירות את המסר הנדרש. במידת האפשר, מומלץ לצלם בוידאו את הפעילות ואחר כך ללמוד מהצפייה בה.
- עידוד אינטראקציה חברתית: מטופלים מבודדים מתקשים ביצירת אינטראקציה חברתית וביצירת קשרים וחברים חדשים. פעילות קבוצתית מאפשרת למשתתפים בה ליצור קשר האחד עם השני. המדריכה יכולה לעזור קשרים חברתיים וליזום אותם באמצעות תכנית פעילות מובנית. אחת הדרכים היא, לבקש מהמטופלים להביא לפעילות תמונות מימי נעוריהם: המדריכה מחלקת את התמונות באופן אקראי בין המשתתפים. על חברי הקבוצה למצוא את בעל התמונה. את התמונות ניתן לתלות במחלקה לאחר הפעילות.

• שמירה על אווירה נעימה לכל אורך הפעילות והפחתת חרדות ומתח בקרב המשתתפים חיוניים לאורך כל הפעילות.

עם סיום הפעילות - אין לעזוב מיד! כפי שהגעת לפעילות מבעוד מועד - כך, אל תמהרי גם לעזוב! הדבר מאפשר, במידת מה, שחרור ופריקת יצרים; וכן, דו-שיח בין המשתתפים לבין המדריכה ובינם לבין עצמם.

רמת השתתפות

רציונל לקביעת רמת השתתפות

קביעת רמת ההשתתפות הינה חשובה לשם קביעה מדויקת ומדידה מדויקת של מידת יכולתו של המשתתף להשתתף בפעילות קבוצתית או פרטנית. קביעת רמת ההשתתפות על פי (Allen C., 1990), יוצרת מהימנות הערכה בין מדריכות תעסוקה שונות, מהימנות הערכה חוזרת על ידי אותו מדריכה, ומאפשרת דיון מול המרפאה בעיסוק האחראית. קביעה מדויקת זו יכולה לעזור בקביעת מטרות להפעלה ועידוד השתתפות, וכן בזיהוי גורמים וסיבות לאי השתתפות בפעילות.

יתרון נוסף לקביעת רמת השתתפות, הוא היכולת להשוות בין מחלקות אשפוז בעלות אופי זהה, לזהות מגמות בהתנהלות מחלקה ובכך לייעל את פעילות מדריכה התעסוקה בה, תוך כדי בקרה מתמדת וקביעת סטנדרטים אחידים.

רציונל לקביעת רמת השתתפות בגרף

גרף המציג את רמת ההשתתפות של המשתתף על פני שנה קלנדרית מאפשר זיהוי מגמות במידת השתתפותו בפעילות פרטנית וקבוצתית. מגמות אלו יכולות להציג את מידת התקדמותו של המשתתף, להצביע על ירידה תפקודית, ולשקף למחלקה באופן אובייקטיבי את מצבו של המשתתף.

רמת השתתפות (בגרף)

(מבוסס על רמות תפקוד של C.K. Allen (1990) ומותאם למדריכות תעסוקה)

רמה	1	2	3	4	5
הגדרה	פעולות תנוחתיות	פעולות ידניות	פעולות מכוונות למטרה	פעולות חקירה יזומות	פעולות מתוכננות ומבוקרות
מקור גירוי	מגיב לגירויים פיזיים מבחוץ: כאב או מגע מודע לסביבה באופן חלקי (רק במסגרת הגוף שלו).	מגיב לגירויים פיזיים מבחוץ: מפעיל חפצים עקב גירוי תחושת. קולט גירוי אחד בלבד. קיימת תגובה מעטה כלפי הסביבה.	מגיב לתקשורת מילולית וחזותית בת מספר שלבים (תוך דרבון).	מגיב לגירויים המעוררים חקירה.	מגיב לגירויים מופשטים (הן מהסביבה והן מיכולת דמיון מפותח).

רמה	1	2	3	4	5
הגדרה	פעולות תנוחתיות	פעולות ידניות	פעולות מכוונות למטרה	פעולות חקירה יזומות	פעולות מתוכננות ומבוקרות
תקשורת	מנסה לשנות תנוחת גוף עקב מגע של הזולת	עוקב אחר הוראות מידיית אינו מגיב ללא דרבון.	מתקשר ברמת הפרט בלבד. מגיב לעתים שלא לעניין ולא בהתאם לנושא.	מתקשה בלמידה של חומר חדש מביע את דעתו בקבוצה אך מתרכז בעצמו.	מקיים אינטראקציה חברתית. הולמת.
פעילות פרטנית	ללא.	זקוק להכוונה והדגמה ממשית, בצירוף דרבון מילולי מתמשך וצמוד, לשם השגת המטרה (פעולות בעלות שלב אחד לביצוע).	זקוק לדרבון מילולי מתמשך בלבד להשגת המטרה. מבצע פעולות בנות מספר שלבים ללא יכולת לזהות ולתקן טעויות (אין תכנון ובקרה).	זקוק להכוונה מילולית קלה לשם השגת המטרה - עקב קושי בתכנון ובארגון. מבצע פעילות בעלת מספר שלבים (תוך כדי עבודה בדרך של ניסוי וטעייה).	עובד על פי הוראות רב שלביות ומבצע בהתאם לנדרש. יש יכולת תכנון בקרה וגמישות מחשבתית המאפשרת יצירה מעבר לנדרש.
פעילות קבוצתית	ללא.	רמת מסוגלות בסיסית. עבודה בשלב אחד לזמן קצר.	יכולת למידה בסיסית מחברי הקבוצה (באמצעות הדגמה וחקיון).	מחקה פעילות של מדריכה או חברי הקבוצה (ללא יכולת ליזום בעצמו).	
זמן פעולה*	*	10-30 דקות	30 דקות עד שעה.	מעל שעה.	לא מוגבל

*זמן פעולה: משך הזמן המתאים להתערבות על ידי מדריכת תעסוקה בהתאם לרמה המאפשרת למטופל השתתפות בפעילות במהלך החודש. ייתכן מצב של חוסר הלימה בין רמת ההשתתפות לבין משך זמן ההשתתפות בפועל. במקרה של חוסר הלימה, יש להיוועץ עם צוות הריפוי בעיסוק או עם גורם מוסמך אחר. ברמת השתתפות 1 יש חשיבות לעודד מגע, בעיקר באמצעות הדרכת הצוות הרב-מקצועי, מטפלים ובני משפחה.

קביעת רמת השתתפות במצבי ביניים

ייתכנו מצבים בהם המטופל נמצא בין שתי רמות וההגדרה המתוארת בטבלה לא מאפיינת אותו במדויק. במצב זה, ניתן להשתמש ב- "+" או "-" כדי לתאר את מידת הקרבה של התיאור לרמת ההשתתפות בפועל. במידה שהמשתתף נמצא מעט מעל רמת ההשתתפות הרצויה, נסמן "+". לדוגמה: +1, +2 וכדומה. לעומת זאת, במידה שהמשתתף נמצא מעט מתחת לרמת ההשתתפות הרצויה, נסמן "-". לדוגמה: -2, -3 וכדומה.

מצבים בהם קיים פער בין היכולת הפוטנציאלית לבין הביצוע בפועל

במצבים בהם מזהה מדריכת התעסוקה כי קיים פער בין יכולתו הפוטנציאלית של המטופל לבין הביצוע בפועל, על המדריכה לזהות את הגורמים המונעים השתתפות בפעילות ולתכנן פעילות מותאמת. ניתן להיעזר בקווים המנחים לזיהוי חוסר השתתפות.

כאשר ניכר במהלך החודש כי המטופל מתמיד להציג פער ביכולת הביצוע, יש לוודא שהמטופל אכן הינו בעל רמת השתתפות כפי שנצפתה. אם רמה ההשתתפות אכן הולמת, אם מטופל מסרב לשתף פעולה, יש לציין בטופס שלא ניתן להתרשם מיכולותיו מכיוון שאינו משתתף בפעילות. יחד עם תיאור הניסיונות שנעשו על מנת להגביר את השתתפותו בפועל. ניתן למצוא את גרף ההתקדמות החודשית (לשנה/שלושה חודשים בעמ' 253).

קווים מנחים להפעלת מטופלים אשר רמת השתתפותם שתיים (2):

קווים מנחים להפעלת מטופלים אשר רמת השתתפותם קטנה משלוש (3) ניתן לבסס על פי הרצף הניורו-התפתחותי (Neuro-Developmental Sequencing Program - NDSP), הרואה באיבוד יכולת מוטורית תהליך הפוך להתפתחות תקינה. הגישה מתוארת על ידי Carroll G. ו- Buettner L.L., Kerman B. על פי גישה זו, הטיפול במבוגר הנמצא בנסיגה ניתן בהתאם לשלב התפתחותי של ילדים, אך בכיוון ההפוך. לפי גישת ה-NDSP קיימים שלושה שלבי נסיגה:

שלב 1 - אטרופיה של קליפת המוח (Cortex):

מבחינת ניידות ושיווי משקל:

- מאופיינים בליקויים בשיווי המשקל, למרות שמסוגלים לעמוד בכוחות עצמם. ההליכה אינה יציבה, וייתכן שיזדקקו לאביזר עזר בהליכה. יש נפילות חוזרות. קיים קושי בעליית מדרגות. רמת הסיבולת פוחתת.

מבחינת תפקוד ידיים:

- קיים קושי בזריקת חפצים; קושי במיומנויות הדורשות תפקוד עדין של הידיים, הבא לידי ביטוי גם בשינויים בתפיסה - שהיא בדרך כלל תפיסה גסה, במקום תפיסת שלוש נקודות הנדרשת (Tripod) באכילה ובכתיבה.

מבחינה קוגניטיבית:

- מסוגלים להבין הוראות מילוליות בנות שתיים עד שלוש שלבים.
- מטופלים בשלב זה אינם מסוגלים לבחור במיומנויות פנאי, אך המודעות שלהם לפנאי מתבססת על כך שהם יודעים מהן הפעילויות המוצעות, מתי הן מתקיימות והיכן הן מתקיימות.

מבחינה פיזיולוגית:

- משקל המוח פוחת ב-10%-20%.
- קיימת אטרופיה בקליפת המוח (Cortex).
- יש הפחתה של 20% במידת זרימת הדם למוח.
- מערכת העצבים המרכזית פוחתת בשליש.

שלב 2 - פגיעה במוח התיכון (Midbrain):

מבחינה שיווי משקל:

- שיווי משקל לקוי בעת ישיבה. עקב כך, יש למטופלים קושי למקם את הגוף בתנוחה המאפשרת תפקוד בסביבה.

מבחינת תפקוד ידיים:

- קיימת מגבלה בטווח פסיבי של הגפיים העליונות.
- קיים קושי בעת פעילות בחציית קו האמצע של הגוף באמצעות הידיים.

- משתמשים באחיזה פלמרית כאשר נדרשים לערוך מניפולציות של חפצים קטנים.
- למטופלים בשלב זה יש נטייה לחקור חפצים בפה במקום באמצעות חקירה בכף היד.

מבחינה קוגניטיבית:

- מסוגלים להבין הוראות בנות שלב אחד או שניים, במסגרת סיבה-תוצאה בלבד.
- קיים קושי בסריקה חזותית.
- מטופלים בשלב זה זקוקים לעזרה בכל הפונקציות היום-יומיות, אך מסוגלים לבצע מיומנויות פנאי בסיסיות באמצעות דרבון מילולי מתמשך ותזכורת באמצעות מגע.

מבחינה פיזיולוגית:

- קיימת פגיעה במוח התיכון.

שלב 3 - פגיעה בגזע המוח (Spinal and/or Brain Stem):

מבחינת שיווי משקל:

- ללא שיווי משקל. המטופל בתנוחה עוברית.
- ישנה חזרה של רפלקסים פרימיטיביים.

מבחינת תפקוד ידיים:

- מטופלים מסוגלים להתייחס לחפצים הנמצאים במרכז הגוף בלבד.
- ישנן תנועות לא רצוניות, זקוקים לעזרה בתנועות מוטוריות, ישנה הפחתה של תגובות רפלקסיביות.

מבחינה קוגניטיבית:

- יש לעבוד על עידוד תגובות לגירוי פנימי וחיצוני, וכן על יצירת קשר עין.
- זקוקים לדרבון מילולי ופיזי להשלמת משימה בת שלב אחד בלבד.

מבחינה פיזיולוגית:

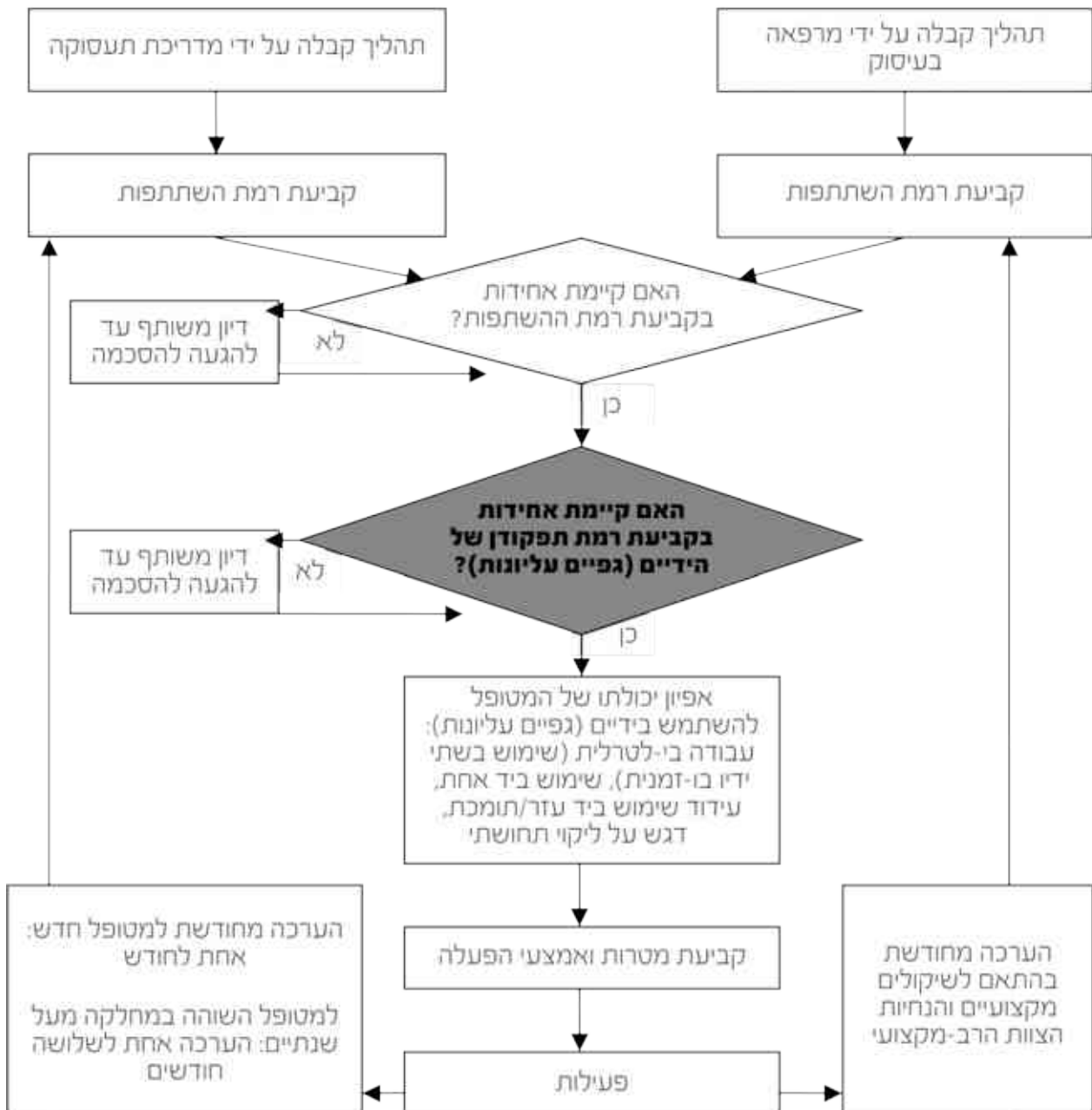
- מתווספת פגיעה בגזע המוח.
- קשיים בנשימה, קשיים בוויסות טמפרטורת הגוף ובעיות בליעה.

תהליך ההתערבות הטיפולי במקצועות הבריאות:

שלב	מיקום האטרופיה	עקרונות לטיפול
1	קליפת המוח (Cortex)	1. המטופל מגיע לפעילות בכוחות עצמו וממקם את עצמו (יכול לשבת או לעמוד). 2. מסוגל להשתתף בפעילות קבוצתית ולשתף בהעלאת זיכרונות. 3. איטיות בפעילות הדורשת מוטוריקה גסה. 4. מסוגל להשתתף באופן פעיל בפעילויות הדורשות שמירה על שיווי משקל. 5. קיימת מודעות קוגניטיבית. 6. קיימת מודעות ליכולת ביצוע מיומנויות הדורשות מוטוריקה עדינה. 7. מסוגל לחזור מהפעילות למקומו.
2	פגיעה במוח התיכון (Midbrain)	1. יש להתחיל פעילות בישיבה נתמכת. 2. יש לספק גירוי חושים לעידוד עירנות. 3. הפחתה ניכרת ביכולת מוטוריקה גסה בגפיים עליונות ותחתונות. 4. יש לעבוד על שליטת ראש ותיאום עין-יד. 5. יש להפעיל בפעילות קוגניטיבית בת שלב אחד או שניים. 6. מסוגל לעבור לישיבה בכיסא שלו (תוך השגחה עד עזרה קלה).
3	פגיעה בגזע המוח Brain Stem	1. יש להתחיל בשכיבה על הגב עם תמיכה מרבית. 2. יש לגרום לגירוי חושים, לעודד ערנות. 3. יש לערוך מתיחות פסיביות: מהצוואר ועד לכפות הרגליים. 4. יש לעודד ישיבה מותאמת. 5. יש לעודד נשיאת משקל בעמידה.

↑ התפתחות תקינה
↓ התפתחות הדמנציה

תהליך קביעת התערבות על ידי מדריכת תעסוקה בתיאום עם מרפאה בעיסוק



קווים מנחים לעבודה משותפת בין מרפאות בעיסוק לבין מדריכות תעסוקה

- הדרכה אחת לחודש למדריכת התעסוקה על ידי אחראית הריפוי בעיסוק.
 - הדרכה פרטנית.
 - הדרכה קבוצתית למדריכות התעסוקה העובדות כצוות.
- במהלך ההדרכה יוצגו:
 - מאפייני המטופלים איתם באה המדריכה במגע.
 - ידע רלוונטי לתחום עיסוקה של המדריכה. מומלץ לשתף אנשי מקצוע שונים מתחומי הסייעוד, הפיזיותרפיה, וכדומה.
 - הגדרת קווים מנחים להפעלות מוטוריות, קוגניטיביות ופנאי למטופלים ברמות השתתפות שונות.
 - הכנה של קבוצות נושא, הטכניקות הנדרשות, והתאמתן לאוכלוסייה הרלוונטית.
 - הנחיות להפעלה מוטורית.
- ישיבות צוות רב-מקצועיות:
 - בכל מסגרת יש להתאים את מידת השתתפותן של המרפאה בעיסוק ומדריכת התעסוקה לרמת הציפיות המתאימה לאופי האוכלוסייה והצוות המטפל. מומלץ שבמחלקות סיעודיות בהן עובדות הן מרפאה בעיסוק והן מדריכת תעסוקה - ישתתפו שתיהן.
 - המרפאה בעיסוק תתמקד בסיכום הערכה סנסו-מוטורית, קוגניטיבית ומידת התפקוד ברמת ה-BADL וה-IADL, בהתאם לרמת השתתפותו של המטופל.
 - מדריכת התעסוקה תתמקד בתיאור מידת השתתפותו של המטופל בפעילויות שונות במחלקה במהלך התקופה, כפי שהוגדרה בטבלה המופיעה בעמ' 20.

קווים מנחים להכנה לקראת פעילות

- בשיח המקצועי שבין המרפאה בעיסוק לבין מדריכת התעסוקה, על המדריכה:
- להכיר תנועות רלוונטיות ובטוחות ליישום בקבוצות תנועה ומוזיקה.
 - להכיר את הנושאים השונים אותם היא מתכוונת להציג בפני המשתתפים.
 - להכין את כל החומרים והעזרים בהם היא רוצה להשתמש במהלך הפעילות.
 - להכיר טכניקות שונות להפעלה, ודרכים לשלב ולדרג אותן בהתאם ליכולת האוכלוסייה.
 - להכיר את כל המטופלים לפני הפעילות, ולהתאים את רמת הפעילות ליכולת ההשתתפות שלהם.
 - לעודד ולהדגיש את הצלחת המשתתפים במהלך הפעילות, על כל שלביה.
 - במידת האפשר, להתעניין בקרב הדיירים ולזהות נושאים רלוונטיים אשר עשויים לעניין אותם.
 - לאתר בקבוצה את אותם דיירים דומיננטיים אשר יסחפו את הקבוצה לפעילות.
 - להשתמש במוזיקה או בכלים מוסיקליים; לשמור על עוצמת צליל כזאת שתהיה גבוהה מספיק עבור כלל המשתתפים, ותאפשר האזנה מצד אחד, ומצד שני לא תהיה מחרישת אוזניים עבור יתר המחלקה.
 - לשלוט על טון הדיבור שלה, תוך הקפדה שדבריה מובנים על ידי כל המשתתפים. לא להתאמץ יתר על המידה על מנת לשמור על מיתרי הקול.
 - לדעת לשלב בפעילויות השונות מיומנויות קוגניטיביות בהתאם לרמת ההשתתפות של המטופל. ביניהן, ניתן להתייחס - לזיכרון, לדמיון מודרך, לחשבון, לחידונים למיניהם, למשחקי מילים, לפתרון בעיות ולקבלת החלטות.

פירוט פעילות - הגדרות

הגדרה	פעילות/טכניקה
להכרת החושים והליקויים בהם לוקה האדם המבוגר וכן לקווים מנחים לעבודה - ראו עמ' 13. גירוי חושים (באמצעות מגע/מישוש, טעם וריח, ראייה ושמיעה) הוא אמצעי חשוב להכרה ולחקירה של העולם הסובב אותנו. גירוי חושים יכול לעורר את המטופל, במסגרת מגבלותיו ומידת ההכרה שלו. <u>חוש השמיעה:</u> גירוי פסיבי (רמת השתתפות 2): • תגובה לקריאה קולית בשמו של המטופל או שימוש בקול המדריכה. • שימוש בכלי מוזיקלי בעל צליל חד (משולש בעל צליל עדין וארוך, משרוקית, צפצפה, רעשן, מקלדת פסנתר אלקטרוני, פעמונים מסוגים שונים וגדלים שונים - כולל כאלה אותם ניתן להרכיב על היד והאצבעות), או מלודיה (מנגינה) ליצירת תגובה. • צלילי טבע וצלילים מהסביבה הטבעית בה אנו חיים. לדוגמה: קולות בעלי חיים, קולות מעולם התחבורה, קולות מהמטבח, צלילים של רוח ושל טיפות גשם. • מוזיקה מתרבויות שונות. • מוזיקה קלאסית, מזרחית, ג'ז, עממית, וכדומה. • השמעת רדיו או טלוויזיה. * גירוי אקטיבי באמצעות כלים מוזיקליים (רמה 3 ומעלה). • חלוקת כלים מוזיקליים פשוטים בהם מגנן המשתתף בליווי מוזיקת רקע. • שימוש המשתמש במקל גשם בהחיית המדריכה. <u>חוש המגע והמישוש:</u> גירוי פסיבי (רמת השתתפות 2): • מגע פיזי תוך כדי עיסוי (עם או ללא קרם). • שימוש באביזרים שונים לגירוי: בדים בעלי טקסטורות שונות, נוצות, פרווה, רוח ממאוורר קטן אותו ניתן לאחוז ביד, חום/קור (ניתן להשתמש בבקבוק מים בעל טמפרטורה שונה) וויברציה. • אביזרים לגירוי אקטיבי באמצעות מישוש (רמת השתתפות 3 ומעלה): • חקירה של חפצי יום-יום (מפתח, עט, עיפרון, משקפיים, סכו"ם לא חד, מסרק, מטבעות, אטב כביסה, מברשת שיניים, וכדומה). • בדים בעלי טקסטורות שונות, אבנים בצורות ובטקסטורות שונות, עץ, קרטון, נייר, שקית ניילון, וכדומה. • לצייר צורות בארגז/מגש חול או עם אורז/עדשים, וכדומה. <u>חוש הראייה:</u> גרייה פסיבית (רמת השתתפות 2) של חוש הראייה - הכוללת התבוננות/בהייה במקור הגירוי. מקור זה יכול להיות: • מקור אור בצבעים שונים - כולל סיבים אופטיים, מראות או מקור אור-נע (בסריקה) המאיר צורה או תמונה. • בועות העולות בתוך צינור מלא במים או בחומר נוזלי אחר. • מרצדות צבעוניות (מוביילים) - עם או ללא תנועה. • בהייה בטלוויזיה או בחלון. גרייה אקטיבית (רמת השתתפות 3 ומעלה): • סריקה של צבעים, צורות, צבעים וצורות, תמונות/תמונות בעלות נושא משותף. • התבוננות בתמונה מורכבת, צפייה אקטיבית בטלוויזיה. • קריאה, כתיבה, ציור (בהתאם ליכולת מוטורית). • שימוש במחשב ובמשחקים רלוונטיים.	גירוי חושים

פעילות/ טכניקה	הגדרה
גירוי חושים	<u>חוש הטעם והריח:</u> גרייה פסיבית (רמת השתתפות 2): ברמות השתתפות נמוכה - עיקר הגירוי מבוסס על גירוי חוש הריח. זאת, מכיוון שייתכן מאוד שלמטופל קיימת בעיית בליעה של מוצקים/נוזלים ואין אפשרות לבדוק או לגרות בצורה ישירה את חוש הטעם. יחד עם זאת חשוב לזכור, שחוש הטעם והריח אחד הם. גירוי של חוש הריח בהחלט יכול ליצור אסוציאציה של טעם בפה. • ניתן להכין קופסאות קטנות שנסגרות היטב, בהן נכניס תמציות (וניל, רום, סויה, מנטה וכדומה), קליפות של פירות הדר, תבלינים (אגוז מוסקט, הל, זנגביל, זעפרן, זעתר, חזרת הגינה, חרדל, כורכום, כמון, מי ורדים, עשב לימון, ציפורן, קינמון, שום וכדומה) ובשמים. • ניתן לתת למטופלים להריח סוגים שונים של פרחים. • שמנים ארומטיים אותם יש לחמם במבער קטן (לגבי הנחיות ואזהרות בשימוש בשמנים ארומטיים: ראו עמ' 15). ניתן להשתמש בשמנים שונים כגון אורן, אניס, אקליפטוס, ברגמוט, ורדים, לבנדר, מנטה, עשב לימון, עץ התה, קמומיל וכולי. גרייה אקטיבית (רמת השתתפות 3 ומעלה): • חשוב לא לתת יותר משלושה גירויים במהלך הפעלה - על מנת לא להסיח את תשומת הלב יתר על המידה. • ניתן לתת למשתתפים להריח באופן פסיבי - לצורך העלאת אסוציאציות וזיכרון, וכן במסגרת קבוצת נושא או מטבח. • לפני שנותנים למטופל לטעום - יש להיזהר עם מטופלים סוכרתיים! מומלץ להתייעץ מראש (לפני תחילת הפעילות) עם אחות אחראית המחלקה או רופא המחלקה לגבי אזהרות וסיכונים. • ניתן לאפשר למטופל זיהוי דברי אוכל או מיצים שונים לפי הטעם והריח. • ניתן לבקש מהמטופלים להעלות אסוציאציות וזיכרונות אשר הטעם והריח מעוררים בהם.
מוטוריקה: גסה/עדינה תיאום עין-יד	<u>מוטוריקה גסה:</u> היכולת להניע את הגפיים העליונות והתחתונות באופן רצוני ומבוקר. ב"גפיים עליונות" אנו מתייחסים ליכולת הפעלתם של חגורת הכתפיים והמרפקים, ולתנועה גסה של שורש כף היד. לפניהם דוגמאות לשימוש במוטוריקה גסה בעת הפעלה - כולל תרגילי התעמלות מסוגים שונים ושימוש באביזרים מוטוריים: <u>מוטוריקה עדינה:</u> היכולת לבדד את תנועת האצבעות וכף היד בעת תפקוד. המוטוריקה העדינה מבוססת על המוטוריקה הגסה. קיימת חשיבות רבה ליכולת לייצב את הגף העליון והגו כדי לשלוט במיומנויות הדורשות מוטוריקה עדינה. דוגמאות: כתיבה וציור, גזירה והדבקה, שימוש בפלסטלינה, שריכת שרוכים, רקמה, סריגה, נגינה בכלים מוזיקליים, וכדומה. <u>תיאום עין-יד:</u> היכולת המתאמת בין תנועות העיניים העוקבות אחר מטרה (נייחת או נעה) לבין הבאת היד למטרה באופן מדויק ומתוזמן. דוגמאות: בניית מגדל קוביות, השחלת חרוזים, יצירה, משחקי קליעה למטרה (כולל משחקי רצפה ושולחן), משחקי מסירות בכדור, וכדומה.

פעילות/ טכניקה	הגדרה
התעמלות	"התעמלות" הינה הפעלה של שרירי הגוף באמצעות תנועה במטרה לעודד חיזוק שרירים, מניעת ירידה תפקודית (Deconditioning), עידוד אינטראקציה חברתית ושיפור התחושה העצמית. לפעילות שלושה חלקים מרכזיים: חימום, הפעלה ורגיעה. מומלץ להיעזר במוזיקה לשם עידוד הפעילות והכנסת המשתתפים לקצב. יש להקפיד על הפעלת כל חלקי הגוף במסגרת יכולתו של המטופל. יש להיזהר מתבניות המעודדות תנועה לא מבוקרת של מטופלים לאחר אירוע מוחי. יש להתייעץ עם הצוות המטפל לגבי מטופלים אורטופדיים לאחר החלפת פרק ירך, שברים בגפיים, בעיות לבביות ומחלות פרקינסוניות המקבלים תרופות הדורשות זמן מסוים עד שמתחילות להשפיע. <u>אמצעי עזר</u>: טבעות גומי, מטפחות וצעפים, מקלות בגדלים שונים, כדורים בגדלים שונים, חישוקים, שקיות בעלות משקל וטקסטורה שונה, גומיות מתיחה (טרה-בנד) וכולי. <u>זמן פעילות</u>: כ-30 דקות (עקב סיבולת נמוכה) כולל מספר דקות בהתחלה ובסיום לחימום והרפיה. <u>רמת השתתפות</u>: 3
ריתמוזיקה	"ריתמוזיקה" היא נושא אינטגרטיבי הבא לידי ביטוי באמצעות מיזוג של תנועה, שירה, נגינה, תמליל, ספרות ותורת המוזיקה. הריתמוזיקה פועלת בדרך של עשייה, משחק, אלתור, יצירה וכיוצא באלה. בזמן פעילות אנו משתמשים במוזיקה בעלת קצב מחזורי, בה אנו משלבים תנועות מחזוריות זהות, בהתאם לקצב. יש לתת דגש להתאמת תנועות הגוף לאופי המנגינה והמקור שלה בעולם. <u>אמצעי עזר</u>: מטפחות, צעפים, כלים מוזיקליים (כולל כלי הקשה) וכולי. <u>זמן פעילות</u>: כ-30 דקות (עקב סיבולת נמוכה) כולל מספר דקות בהתחלה ובסיום לחימום והרפיה. <u>רמת השתתפות</u>: 3 ומעלה.
מוזיקלית	"פעילות מוזיקלית" כוללת משחק, שירה, דקלום, ריקוד ונגינה בכלים שונים, חשיפה לעוצמות ולמקצבים שונים וסוגי מוסיקה מגוונים. באמצעות המוזיקה ניתן להזמין את המטופל להכיר מגוון כלים, לשיר ולאלתר, להכיר יצירות מופת קלאסיות, ללוות שירים בכלי הקשה וליהנות מפעילויות תנועה. המוזיקה מפתחת את הדמיון, משפרת את תחושת העצמי (well-being) ומעודדת אינטראקציה בין-אישית. <u>אמצעי עזר</u>: כלים מוזיקליים (כולל כלי הקשה), יצירות מוזיקליות להשמעה בסגנונות שונים כגון קלאסי, מזרחי, ארץ ישראל, עממית וכולי. דפים עם מילות השירים. חומרים מהטבע ומהסביבה היכולים להפיק צליל. <u>זמן פעילות</u>: כחצי שעה עד שעה - בהתאם ליכולת הקשב של המשתתפים. <u>רמת השתתפות</u>: 3 ומעלה.
אקטואליה	"אקטואליה" היא רצף אירועים והתרחשויות בזמן הנוכחי. כאשר האירוע מסתיים או מתרחק הוא כבר לא נחשב אקטואליה, אלא היסטוריה. מידת האקטואליות של האירועים תלויה במידת המעורבות והקרבה של האדם לאירועים אלה. פעילות אקטואליה למטופל מאושפז יכולה לכלול אירועים המתפרסמים בתקשורת (רדיו, טלוויזיה, עיתונות ואינטרנט), וכן רצף אירועים המתרחשים בתוך המוסד בו הוא שוהה (דיון בנושא האוכל במחלקה, שעות ביקור, יחס המטפלים, יחס בין המטופלים לבין עצמם, הודעות על חידושים במוסד וכולי). אקטואליה יכולה לשמש כפעילות בפני עצמה או כחלק מקבוצת נושא - תלוי בהקשר ובאופן השימוש בה. <u>אמצעי עזר</u>: קטעי עיתונות, ניתוח וצפייה בטלוויזיה וכדומה. <u>כללי זהירות</u>: יש לבחור בקפידה קטעי עיתונות בעלי גוון חיובי. במידה שהנושאים הם בעלי מטען רגשי - יש לחשוב מראש על מידת העומק שניתן לדיון ועל דרך חיובית לסיים את הנושא עליו מדובר. <u>זמן פעילות</u>: כשעה במהלך פעילות קבוצתית, ועד 10 דקות כאשר משולבת כחלק מקבוצת נושא או במהלך פעילות פרטנית. <u>רמת השתתפות</u>: 3 ומעלה - בפעילות קבוצתית; 2 ומעלה - בפעילות פרטנית (בהתאם ליכולתו של המטופל).

הגדרה	פעילות/ טכניקה
פעילות סביב "נושא מרכזי" כוללת בין שלושה לשבעה שלבים שונים הקשורים באופן ישיר ל"נושא". כל שלב בפעילות הוא "תת-נושא" המהווה הפעלה קצרה בפני עצמה. במהלך תכנון השלבים, יש לוודא שימוש בארבע טכניקות שונות. השלב הראשון: בכל נושא הינו R.O. (Reality Orientation) - התמצאות בזמן, במקום, באדם ובסביבה בה המטופל נמצא (או התכנסות לשם הצגת הנושא, הכוללת הצגת המרכיב המרכזי עליו תתבסס הפעילות). השלב האחרון: הינו סיכום הנושא, חזרה על השלבים, שאלת שאלות והבעת דעות על ידי המשתתפים, שירה, שמיעת מוזיקה או הצגת העבודות שיוצרו במהלך הפעילות. שלבי הפעילות: תת-הנושאים המרכיבים חלק זה צריכים להיות מדורגים כך שהשלב האמצעי יהווה שיא אליו מגיעים, ממנו יורדים לקראת שלב הסיום. על השלבים להיות מורכבים מטכניקות שונות אשר יעוררו עניין וישמרו על ריכוז המשתתפים לאורך זמן הפעילות. <u>מספר משתתפים:</u> בין חמישה לחמישה-עשר משתתפים. <u>זמן פעילות כולל:</u> 20 דקות עד שעה וחצי. $\frac{\text{מספר השלבים}}{\text{זמן פעילות כולל}} = \text{זמן פעילות לכל תת-שלב: זמן הפעילות}$ <u>רמת השתתפות:</u> 3 ומעלה טכניקות לקבוצת נושא: ראו עמ' 260. מטרות לקבוצת נושא: ראו נספח 1 בעמ' 259.	נושא
"פעילות מטבח" הינה פעילות המבוססת על הכנת סלט, משקה, אפייה או בישול. על אף שמה, הפעילות לא חייבת להתקיים אך ורק בסביבת מטבח טיפולי, אלא יכולה גם להתקיים בחדר יום של המטופלים. מהלך הפעילות יכול לכלול את הכנת התפריט ושיחה על משמעות המזון (מידע קלורי, ויטמינים, צבע ומרקם המזון). כמו כן, במהלך הפעילות ניתן לשלב גירוי כל החושים: טעם, ריח, מישוש, ראייה, ואף שמיעה. <u>מספר משתתפים:</u> בין חמישה לחמישה-עשר משתתפים. <u>זמן פעילות:</u> 20 דקות עד שעה וחצי. יש לתכנן את מהלך הפעילות: הכנת המצרכים, הכנת החומרים מראש כך שיתאפשר למשתתפים לעבוד כפי יכולתם. יש להותיר בסיום זמן לאכילה/טעימה. כמו כן, יש לחשוב על פעילות למשך הזמן בו התבשיל מתבשל או נאפה. <u>רמת השתתפות:</u> 3 ומעלה. <u>מטרות:</u> פרוט נוסף בע"מ 68.	מטבח

פעילות/ טכניקה	הגדרה
העלאת זיכרונות Reminiscence	על פי Haynes S.R. ו-Namazi K.H. (1994), "העלאת זיכרונות" (Reminiscence) הינה פעילות שזכתה למגוון הגדרות משמעותיות, ביניהן: סקירת חיים, היסטוריה שבעל-פה, היסטוריית חיים, זיכרון אוטוביוגרפי, טיפול באמצעות העלאת זיכרונות, חקירה של זיכרונות עבר, סיפור על חוויות מהעבר או ההרגל המתייחס לניסיון העבר. כל אלה, במטרה לעודד השתתפות בפעילויות חברתיות ולעורר עניין בחיי יום-יום. בקרב אוכלוסייה מבוגרת נמצא, שהעלאת זיכרונות קשורה לשיפור מצב הרוח, לחיזוק הביטחון העצמי, לשיפור המודעות העצמית, לחיזוק הזהות העצמית, ליצרנות, לירידה במידת הדיכאון, לתקשורת תומכת, לספונטניות ולצחוק. מטרה נוספת היא, להביא לכך שהצוות המטפל במחלקות האשפוז יזכה להכיר את המטופל ויהיה בעל הבנה מעמיקה יותר על אודותיו. מחקרים רבים על מטופלים בעלי יכולת קוגניטיבית שמורה, אשר מסוגלים לזכור ולשתף מזיכרונותיהם, הראו תוצאות חיוביות כתוצאה משימוש בטכניקה זו. יש הטוענים כיום, שגם מטופלים בעלי ירידה קוגניטיבית יכולים ליהנות מהעלאת זיכרונות - באמצעות שימוש בחפצים מהעבר המסייעים להם לזכור. חפצים אלו מגרים את החושים השונים באמצעות חוש הראייה, חוש המגע וחוש הטעם והריח. קווים מנחים על פי Namazi & Haynes (1994): - יש לבחור נושאים בעלי חשיבות לרוב חברי הקבוצה - כאלה אשר יעוררו דיון משותף. - יש לבדוק ולברר עם כל מטופל מהם הרגליו ותחומי העניין שלו. - יש לבדוק האם קיים אצל המטופל ליקוי באחד מחמשת חושים, העלול להגביל אותו בזמן הפעילות. - חשוב שמנחת הקבוצה תהיה בעלת ניסיון בעבודה עם מטופלים הלוקים בירידה קוגניטיבית. - במידה שהמנחה מחליטה להשתמש באביזרים שונים במהלך הפעילות, עליה לוודא שהמשתתפים מזהים אביזרים אלה באופן חד-משמעי וכי אין הם מהווים איום כלשהו כלפיהם. עזרים יכולים להיות מגוונים: חפצים ישנים, קטעי עיתונות, תמונות של חפצים, תמונות של אנשים העובדים בעבודות שונות. כמו כן, ניתן להשתמש בהקלטות של צלילים ורעשים רלוונטיים. מומלץ להכין כרטיסיות עם שאלות מנחות, כדי לסייע בקידום הקבוצה. - יש לשקול אם לשלב מטופלים בעלי רמות קוגניטיביות שונות: מצד אחד, מטופלים בעלי ירידה משמעותית עלולים להאט, לעצבן ולתסכל מטופלים אחרים בעלי ירידה קוגניטיבית קלה - ובכך לעודד התנהגות לא רצויה מצד חברי הקבוצה ולהביא אף לפירוקה. מצד שני, מטופלים בעלי ירידה קוגניטיבית קלה יכולים לשמש דוגמה ולרומם את הקבוצה באמצעות שיתוף פעולה והעלאת אסוציאציות וזיכרונות משלהם. - על מנחת הקבוצה להכיר היטב את המשתתפים בכדי לזהות את צורכיהם ולהגיב בזמן להתרחשויות העולות תוך כדי פעילות. - במידה שקיים חוסר שקט בקבוצה - על מנחת הקבוצה למצוא דרך להרגיע אותה. <u>מספר משתתפים:</u> מומלץ על לא יותר מחמישה משתתפים. <u>זמן פעילות:</u> כ- 45 דקות. <u>רמת השתתפות:</u> 3 ומעלה.
יצירה	"יצירה" היא מלאכה המערבת שימוש בחומרים שונים ויש בה הנאה תוך כדי תהליך העבודה, אשר בסופו מתקבל מוצר מוגמר. תהליך היצירה מאפשר הבעה רגשית והעלאה של תכנים לא מודעים. היצירה מהווה גשר בין עולם לא מודע זה לבין העולם בו האדם חי. תהליך היצירה יכול להתקיים באופן פרטני או קבוצתי, בהתאם למטרה המוגדרת. במטרה לעודד את המשתתפים, יש להציג את העבודות בגמר הפעילות. במידת האפשר, יש אף להניח במקום בולט במחלקה. לתהליך העבודה בקבוצת יצירה יש שלושה שלבים עיקריים: הראשון - התכנסות ומתן הסבר על הפעילות ועל הטכניקות המיושמות. השני - ביצוע הפעילות; והשלישי - סיום, סיכום והצגת העבודות. דוגמאות ליצירה: ציור, פיסול, גזירה והדבקה, מריחה, אוריגמי, הדבק (קולאז'), השחלה ויצירת מחרוזות ושרשראות, הדבקה של עיסת נייר על עזרים שונים כגון בלון או צלחת וכן הלאה. חשוב לציין, שלעתים על המדריכה לסייע במהלך הפעילות ואף לסיים את המוצר בהתאם לרצונותיו של המשתתף. במקרה כזה, חשוב גם לשמור על אופי העבודה, כך שתישאר במסגרת יכולותיו וקווי המתאר שהגדיר המשתתף. <u>מספר משתתפים:</u> בין חמישה לחמישה-עשר משתתפים. <u>זמן פעילות כולל:</u> 20 דקות עד שעה וחצי.

הגדרה	פעילות/ טכניקה
"סיפור" הוא רצף עלילתי המתרחש בזמן ובמקום מוגדרים וברורים. בעלילה יופיעו מספר קטן של דמויות, הכוללות בדרך כלל דמות מרכזית ומספר דמויות משנה הסובבות אותה. לעתים קרובות בסיפור יש רעיון מרכזי שמסביבו מתמקדת העלילה. שיחה היא שיתוף קבוצת אנשים בדיאלוג סביב נושא מסוים. במהלך השיחה ניתן להגיע לתובנה על מהותם של דברים ולשתף ברעיונות ולבטים, להזדהות ולעורר אינטראקציה חברתית. במסגרת ביבליותרפיה ניתן לשלב סיפור ושיחה במטרה להגיע לתובנה מסוימת. ראו עמ' 59 לפירוט נוסף. <u>רמות השתתפות: 3 ומעלה.</u> ניתן לשתף באמצעות האזנה פסיבית מטופלים בעלי רמת השתתפות 2.	סיפור ושיחה (ביבליותרפיה)
מטרת הפעילות היא לתת למשתתפים תחושה של ביקור וירטואלי (מדומה) במוזיאון לאמנות באמצעות פעילות אינטלקטואלית מאתגרת, ההולמת את גיל המטופלים במסגרת המחלקה. הטכניקה מאפשרת התחברות לעולמות שונים, לדמנים משתנים ולפיתוח החשיבה והדמיון. הפעילות באמצעות טכניקה זו מאפשרת למטופל להפעיל חושים שונים ומגוונים. כדי לפתח את הטכניקה, על המדריכה להכין חומר רקע לפני הפעילות: בחירת הנושא, בחירת יצירת האמנות, קביעת רצף הצגת המוצגים, תכנון אופן הצגת האביזרים, הכנת שאלות ואסטרטגיות אינטראקטיביות, איסוף מידע ורקע היסטורי על היצירות, תכנון מהלך הפעילות ועידוד שיחה בין חברי הקבוצה. ראו עמ' 61. <u>רמות השתתפות: 3 ומעלה.</u> ניתן לשתף באמצעות האזנה פסיבית משתתפים בעלי רמת השתתפות 2.	ביקור במוזיאון וירטואלי
"משחק" (על פי ויקיפדיה, האנציקלופדיה החופשית) הוא פעילות הנעשית בדרך כלל לשם הנאה, בידור ולימוד. מרכיבי המפתח במשחקים הם המטרות, החוקים, האתגרים ושיתוף הפעולה ההדדי. משחקים דורשים בדרך כלל כוח פיזי ו/או שכלי. למשחקים רבים יש יתרונות נוספים מעבר להנאה הצרופה שהם מביאים: למידה, חשיבה, שיפור המוטוריקה והקואורדינציה, שיפור הכושר הגופני ויצירת אינטראקציה חברתית. משחקי חברה הם משחקים הנערכים בקבוצות ומטרתם יכולה להיות שונה ומגוונת: החל בהעברת זמן לכשעצמה, ועד שימוש בהם כמתודות לפתיחת נושאים מורכבים, אם בדיון ואם רק בעזרת המשחק עצמו. הבחירה של משחקי החברה צריכה להתאים לקבוצה, לאופייה, לתחומי העניין שלה, לגודלה, וכן הלאה. משחקי מעגל ניתן לשחק בשני אופנים: האחד - סביב שולחן; והשני - משחקי רצפה (כולל משחקי קליעה למטרה ושימוש במצנח גדול בצורות שונות, משחקי כדור וכדומה). הייחוד של משחקי מעגל הוא בכך שיש צורך לפחות בשני משתתפים העובדים בשיתוף עם המדריכה. רמת ההשתתפות הנדרשת הינה 3 ומעלה.	משחקי מעגל
המשחקים צריכים להיערך באזור שקט. יש להגדיר את חוקי המשחק. יש להושיב את המשתתפים באופן שיאפשר השתתפות אופטימלית (האחד ליד או מול השני). יש לשקול מי מהמשתתפים יכול לסייע לזולת. כמו כן, יש לבחור את המשחק למשתתפים כך שיאפשר הצלחה, ימנע כישלון ויעודד את תחושת ההצלחה. דוגמאות: קלפים, דומינו, שש-בש, שחמט, משחקי לוטו, "נחשים וסולמות", בינגו, תצריפים (פאזלים), משחקי בנייה והרכבה (קוביות ו"לגו") ומשחקי תפקידים.	משחקי שולחן

הגדרה	פעילות/ טכניקה
משחק רצפה הוא משחק בו המשתתפים יושבים במעגל (או חצי מעגל) מסביב לאביזר המשמש לריכוז הקבוצה. דוגמאות לאביזרים: שטיח פעילות ומטרה לקליעה למטרה (באולינג, סל לקליעה וכדומה).	משחקי רצפה
בכל פעילות קיים שילוב של תהליכי חשיבה הכוללים: תפיסה, תפיסה מרחבית, תכנון ופתרון בעיות, וכן זיכרון. הדוגמאות להלן מתאימות לרמת השתתפות 3 ומעלה: <u>תפיסה:</u> היכולת לזהות בראייה תכונות של חפצים ותמונות. דוגמאות: זיהוי תמונות של חפצים מאוירים/מצולמים ומזויות בלתי שגרתיות, וכן זיהוי חפצים המונחים בפני המשתתפים. <u>תפיסה מרחבית:</u> היכולת לזהות כיוונים על גוף האדם עצמו, על האדם שמולו, והיחסים שבין האדם לסובב אותו. דוגמאות: משחקי קופסה מסוגים שונים כגון דמקה, שש-בש, Rush Hour, וכדומה. יש להתחיל בגוף האדם לפני שמתייחסים למרחב. ניתן לשל זו במיומנות בתרגילי התעמלות וריתמוזיקה, במשחקי מעגל ויצירה. <u>תכנון ופתרון בעיות:</u> היכולת לזהות בעיה נתונה, לתכנן פתרון, לבצע ולבקר את הפעולה. <u>זיכרון:</u> זיכרון מתייחס ליכולת האדם לאכסן מידע לאורך זמן. אנו מגדירים את הזיכרון בשני אופנים: האחד - לפי משך הזמן בו אנו זוכרים את המידע; השני - לפי מידת המודעות של האדם למידע. לפי האפיון הראשון (זמן): אנו מגדירים את הזיכרון לזמן קצר כ"זיכרון עבודה", בו המידע הנמצא מעובד ברגע קליטתו. לעומתו, "זיכרון לטווח ארוך" מתייחס למידע שנקלט בעבר. לפי האפיון השני (מודעות): אנו מגדירים "זיכרון הצהרתי" (דקלרטיבי) כיכולתו של האדם לדווח ולתאר את חוויותיו. לעומתו, "זיכרון פרודורלי" הינו יכולת האדם לבצע מיומנות מסוימת גם ללא היכולת להצהיר בצורה מודעת על יכולתו לבצע אותה. דוגמאות לתרגול זיכרון עבודה: חזרה על רצף של צלילים, חזרה על סיפור, פתרון תרגילי חשבון בראש, ספירה בכיוון הפוך, דקלום ימות השבוע וחודשי השנה (גם בכיוון הפוך), תרגילי סריקה בתמונות לחפץ מסוים, חזרה על הוראות משחק או פעילות. דוגמאות לתרגול זיכרון לטווח ארוך: העלאת זיכרונות, דיווח על סדר יום במחלקה, דיווח על מה שאכלו לארוחת הבוקר, חידונים, דקלום פתגמים וכן הלאה.	חשיבה: תפיסה, תפיסה מרחבית, תכנון ופתרון בעיות, זיכרון
חגים יכולים להופיע כקבוצת נושא בפני עצמה וכפעילות יצירה של קישוטי החג. נושא זה מאפשר לשמור על מסורת ותרבות בהתאם למידת האדיקות הדתית ושמירה על כבוד האדם במגוון רחב של אמונות דתיות.	חגים

הגדרה	פעילות/טכניקה
הפעלת משתתפים בגיון מבוססת על העיקרון של שימוש בצמחים ובחומרים מהטבע. מטרת העבודה בגיון היא לעורר גרייה חושית, לשפר מוטוריקה עדינה וגסה, להעלות את תחושת הערך העצמי ולעודד אינטראקציה חברתית. דוגמאות לפעילויות בהתאם לרמת ההשתתפות: <u>רמת השתתפות 2:</u> עבודה פרטנית סביב שימוש בגירוי חושים באופן פסיבי. לדוגמה: הרחת פרח; התבוננות בפרח, בתמונות של פרחים ובתמונות נוף; גירוי חוש המגע באמצעות מישוש עלים, פרחים בעלי מרקם שונה וצורות שונות (למשל: מישוש סוגים שונים של אצטרובלים וענפים). <u>רמת השתתפות 3:</u> ראו רמת השתתפות 4-5 - בסיועה של מדריכת תעסוקה המתווכת, מדגימה ומסייעת בכל שלב, בהתאם ליכולתו של המטופל. <u>רמת השתתפות 4-5:</u> ייבוש, יצירה מייבוש וקולאז' (הדבק) של פרחים; קולאז' של חומרים מהטבע. העלאת הזיכרונות: שיחה על פרחים, על צבעם, על צמחים המתאימים לעונות השנה, על מקור הפרח (ארץ מוצאו), על שזירת פרחים, על שימוש הצמח ברפואה עממית, תיאור השימוש בצמחי תבלין לתיבול ולמרפא. ברמת השתתפות זו המטופל יכול ללמוד וללמד מניסיונו ולהעשיר את חברי הקבוצה. גידול צמחים: זריעה, העתקת שתילים, הכנת שתילים, שתילה, ניכוי מכלים, גיזום, השקיה, ייבוש עלים, איסוף תרמילים, וכן הלאה. אמצעי עזר ופירוט נוסף - ראו עמ' 56. <u>זמן פעילות:</u> כשעה (כולל התכנסות, פעילות ודברי סיכום).	גיון

גישות שונות להתערבות עם מטופלים

קווים מנחים להצלחת פיתוח ויישומן של גישות התערבות שונות

- הכרת מאפייני המטופלים והקווים המנחים להפעלתם; התייעצות עם גורמים מקצועיים ובעלי ניסיון; וכן, עריכת תצפיות על מסגרות המפעילות את הגישה הטיפולית אותה מעוניינים ליישם.
- קביעת מדיניות של תכנון היישום; קביעת צוות חשיבה ופיתוח (וועדת היגוי) אשר תבחר את גישת ההתערבות הרצויה, תזהה מכשולים, תבנה קריטריונים להשוואה ותעלה פתרונות יעילים בנושא. כמו כן, על הוועדה לקבוע תקציב הולם לאורך זמן.
- יש להימנע מפיתוח מספר שיטות בו-זמנית.
- יש להכשיר צוות מקצועי אשר יהיה מחוייב ובעל מוטיבציה לעבוד על פי עקרונות השיטה, ואף יהיה מסוגל להטמיע את הגישה בקרב הצוות הרב-מקצועי.
- על צוות החשיבה (וועדת ההיגוי) להתכנס ולקיים הערכות תקופתיות מובנות, אשר יובילו לפיתוחן של אסטרטגיות חדשות ליישום הגישה.
- יש לגייס את תמיכת הנהלת המוסד ליישום הגישה ולמחוייבות לה.

קווים מנחים לגיוס ההנהלה והצוות הרב-מקצועי למטרת שיתוף פעולה ויישומם של גישה ורעיון חדשים

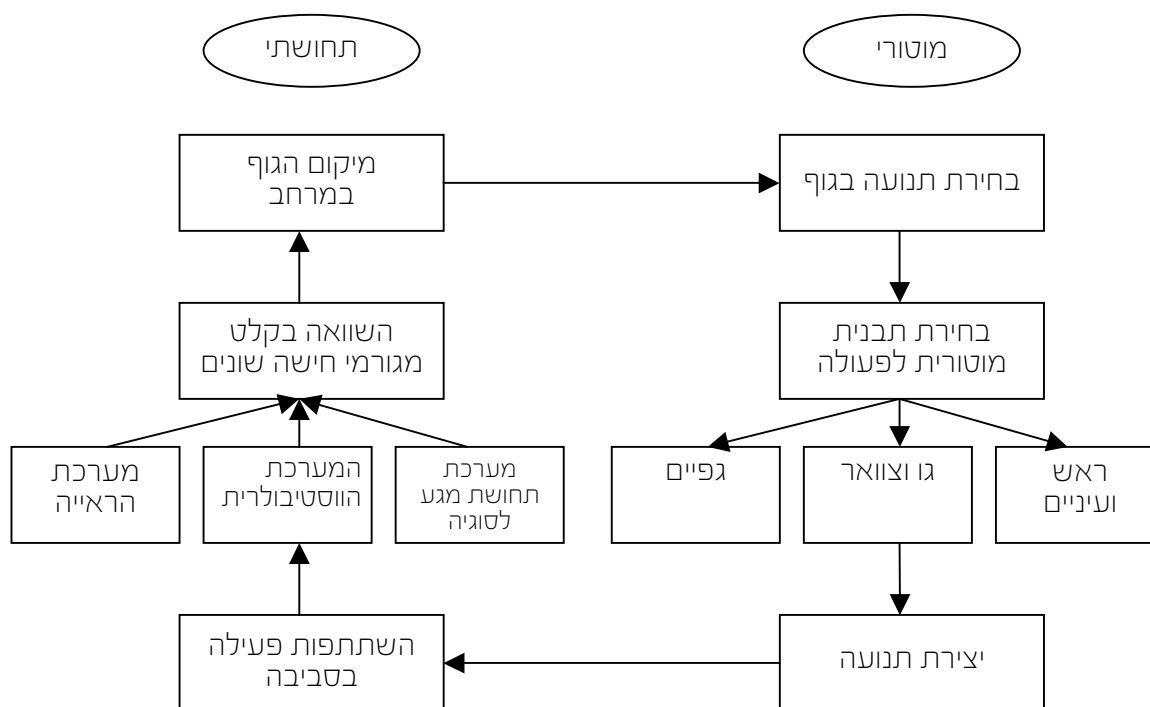
- יצירת הידדמנויות עסקיות והגדלת רווחים.
- שיפור שביעות רצון הלקוחות (מטופלים ובני משפחותיהם).
- שיפור מעמד המוסד בעיני הלקוחות.
- שיפור מעמד המוסד בפני בקורות של משרד הבריאות וגורמים ממונים אחרים.

- שיפור סביבת העבודה ותנאי העבודה של העובדים (עיצוב, וסיפוק עזרים ואביזרים, יצירת מרחב מחייה, וכן הלאה).
- פיתוח הזדמנויות מגוונות להעסקת מטופלים, אשר יביאו להפחתת לחץ ופניות מטופלים לצוות הרפואי והסיעודי.
- החלפה והעשרת ידע מקצועי בין אנשי צוות העובדים יחד.
- יצירת הזדהות והערכה של אנשי מקצוע האחד כלפי השני, מתוך מחוייבות לפיתוח היזדמנויות ורעיונות חדשים.
- יש לחשוב מראש על קשיים העשויים לעלות בעת הצגת הרעיון בפני ההנהלה. בין קשיים אלה, ניתן למנות:
 - תקנים: כוח האדם הדרוש לשם יישום הרעיון.
 - דוגמאות: יש צורך לחשוב על ניצול כוח אדם קיים, תוספת כוח אדם או גיוס מתנדבים.
 - עלות: מחיר פיתוח, תחזוקה ושמירה על רמות מלאי לאורך השנה. חשוב לבצע השוואת מחירים ולהציג פתרונות מימון במידת האפשר.
 - דוגמאות למקורות מימון אפשריים: מימון עצמי של ההנהלה, גיוס תרומות או מכירה של תוצר הרעיון לשם מימונו.

התעמלות

התעמלות בקרב אוכלוסייה מבוגרת הינה חיונית לשמירה על אורח חיים בריא, במיוחד לאחר אירוע מוחי ומחלות נוירולוגיות שונות. חלק מרכזי בביצוע תרגילי התעמלות קשור לשיווי משקל. על פי (Rose 2005), שיווי משקל חיוני לביצוע מטלות יום-יומיות ופעילויות פנאי. שיווי משקל מוגדר כתהליך בו אנו שולטים על מרכז הכובד יחסית לבסיס התמיכה, בין אם הוא נייח ובין אם הוא נע. הדיאגרמה להלן מבקשת לעזור בהבנת מורכבות זו. היא מציגה את הקשר בין איברי החישה לבין המרכיבים המוטוריים הנדרשים בעת שמירה על שיווי משקל.

אפיון מערכת שיווי המשקל והיכולת העצמית של האדם המבוגר על פי (Rose 2005)



התעמלות היא פעילות מגוונת, הכוללת היבטים שונים של שימוש בגוף האדם במצבים ובמנחים שונים, תוך כדי שימוש מושכל בסביבה ובאביזרים שונים. ההתעמלות מאפשרת:

- עיסוק נורמטיבי המתאים לגיל וליכולת המוטורית והקוגניטיבית.
- התחברות לצדו הבריא, בעל היכולות, של המטופל.
- גירוי חושים: גירוי חוש המישוש, חוש הראייה, חוש הריח והטעם.
- ניתן לעבוד על מרכיבים מוטוריים וקוגניטיביים.
- הפעילות מאפשרת עבודה פרטנית וקבוצתית, ובכך מעודדת יצירת קשרים חברתיים.

לפי מודל זה, ההשתתפות הפעילה בסביבה מושפעת מהמשוב בין מערכת החושים לבין יכולת הביצוע המוטורית. חשוב להבין, שקיימת ירידה טבעית בתפקוד מערכות אלו עם הגיל, וכי פגיעה כתוצאה ממחלות נוירולוגיות אף מחמירה ומקשה עוד יותר את המצב.

במקביל למערכת המוטורית, יש להתייחס לירידה בתפקוד תהליכי חשיבה וקושי של אנשים מבוגרים להתמודד עם מספר מטלות בו-זמנית ("Multiple Tasking"), וכן לדרישות הסביבה בה מתקיימת הפעילות - הסביבה יכולה להקל ואף להגביל את ההשתתפות.

במטרה להחיש את התלות ההדדית בין דרישות המטלה בפעילות לבין הסביבה בה מתבצעת הפעילות ויכולותיו של המשתתף, נבנה על ידי Rose D.J (2005), המודל הבא:

דוגמאות לעזרים לקבוצת התעמלות אשר רמת השתתפותה 3 ומעלה:

שם האביזר	כמות	עבודה של שתי הגפיים העליונות	עבודה באמצעות יד אחת	תיאום עין-יד	תנועה מבודדת
מצנח גדול ההולם את גודל חדר ההפעלה	1	×	×		
חישוקים	12	×			
טבעות גדולות	12	×	×	×	×
כדורים בגדלים ומשקלים שונים בעלי מרקם שונה	12	×	×	×	×
מקלות באורך 60 ס"מ	12	×			×
רצועות טרה-בנד באורך 50 ס"מ	12	×			
שקיות שעועית	12	×	×	×	×
צעפים	12	×	×	×	×
בלונים	12	×	×	×	×
סל לכדור (רצוי מתכוונן לגובה), מוט בגובה מטר לטבעות	1	×	×	×	
PSII - PlayStation II Eye Toy	1	×	×	×	×

* כמות מומלצת למחלקה בת 24 מטופלים, בה כמות המטופלים אינה עולה על 18 משתתפים, וב- PSII - לא יותר מתשעה משתתפים המתחלקים בתור.

התאמת סוג הפעילות למטופלים במחלקות אשפוז

מטופלים רבים המאושפדים במחלקות גריאטריות לוקים במגוון מחלות רקע הפוגעות ביכולתם לתפקד. עקב כך, בעת תכנון פעילות במחלקה המשלבת מאמץ פיזי כגון התעמלות, יש חשיבות להכיר במגבלות המטופלים ולתכנן את התרגילים בהתאם ליכולתם. זאת, על מנת לשמור על בריאותם ולהימנע מגרימת נזק.

Rimmer, J.H, 2005, מציג עקרונות בסיסיים עליהם יש לשמור בעת פעילות גופנית עם אנשים מבוגרים. עיקרם:

מחלה	סימפטומים	"עשה"	"הגבלות אפשרויות"
מחלת לב CHD - Coronary Heart Disease	• כאבים בחזה. • סחרחורות. • קצב לא תקין. • קוצר נשימה. • קשיים במאמץ.	• תרגילי חימום ממושכים. • מאמץ נמוך. • תרגילי נשימה מבוקרים ואטיים.	• יש להימנע ממאמץ.
לחץ דם HTN - Hypertension	• שינויים בלחץ דם.	• לעודד מטופלים המקבלים תרופות משתנות לשותות - כדי למנוע התייבשות. • פעילות במאמץ נמוך.	• יש להימנע מנפילת לחץ דם לאחר פעילות (Postexercise Hypotension). • מומלץ על סיום הדרגתי של הפעילות.
מחלת ריאות COPD - Chronic Obstructive Pulmonary Disease	• קשיי נשימה. • שיעול. • כיח וליחה. • עייפות.	• קיימת חשיבות לעודד נשימה. • ייתכן שמטופלים מסוימים יזדקקו לחמצן במהלך ההתעמלות. • יש לאפשר זמני מנוחה במהלך התרגול (יש להתייעץ עם גורם מקצועי). • יש חשיבות בקביעת אופן הדרגתי לתרגילי חימום להעלאת קצב הלב. • יש חשיבות לסיים באופן הדרגתי - עד להגעה למנוחה.	• יש להימנע ממאמץ. • יש להימנע מלהגיע למצב של נשימות מהירות. • יש להימנע מלהגיע למצבים של נשימת יתר או קוצר נשימה. • יש להימנע מלהתעמל בסביבה חמה או קרה מדי - העלולה לגרום לקוצר נשימה. • במידת האפשר, יש להיעזר באיש צוות המוסמך למדוד במד סטורציה.
סוכרת DM - Diabetes Mellitus	• מתח רב. • חוסר שקט. • רעב קיצוני. • כאבי ראש.	• יש להתחיל פעילות רק לאחר מדידת רמת הסוכר בדם על ידי איש מקצוע וקבלת תרופות הולמות. • יש להתחיל פעילות רק לאחר ארוחות.	• אם רמת הסוכר נמוכה מ-100 mg או גדולה מ-200 mg (כפי שנמדד על ידי איש צוות רפואי) - יש להתייעץ עם גורם רפואי ולעבוד בהתאם להנחייתו.

מחלה	סימפטומים	"עשה"	"הגבלות אפשרויות"
אוסטאופורוזיס Osteoporosis	• עקמת - kyphosis. • שברים חוזרים.	• יש לעבוד כנגד התנגדות. • למשל: בעזרת טרה-בנד קל. לאחר חודשיים-שלושה ניתן להגדיל במעט ובהדרגתיות את ההתנגדות. • יש לתרגל למשך זמן קצר - תוך כדי החלפת השימוש בקבוצות שרירים שונות. • יש להקפיד על זמני מנוחה.	• לפני תחילת פעילות יש להתייעץ עם גורם רפואי לגבי תרגילים מומלצים. • יש להימנע מעומסים כבדים. • יש להימנע מכאבים. • יש להימנע מתנועות מחזוריות - החוזרות על עצמן תוך כדי שימוש באותן קבוצות שרירים. • יש להימנע מפעילות בקרבת עמוד השדרה כגון מתיחה או כיפוף. • יש לוודא שמהמטופלים לא ייפלו במהלך הפעילות. • יש להימנע ממצבי עייפות וכאב.
ארטריטיס Arthritis	• כאבים במפרקים נגועים. • נוקשות (בעיקר בבוקר). • נפיחות במפרקים.	• יש להתחיל פעילות באופן איטי. • יש לנסות להפעיל את ארבעת הגפיים בו-זמנית - לפיזור עומסים בכל הגוף.	• יש להתייעץ עם גורם רפואי לפני תחילת הפעילות. • יש להימנע מעומס על המפרקים. • יש להימנע בכל דרך מגרימת כאבים.
החלפת פרק ירך או ברך Hip or Knee Replacement	• כאבים במפרק מוחלף. • נפיחות במפרק מוחלף.	• יש לתת דגש לתרגילי כוח וטווח תנועה בהתאם לתכנית המומלצת.	• יש להתייעץ עם גורם רפואי לגבי מגבלות בתנועה לאחר ניתוחים מסוימים. • בהחלפת מפרק כגון THR - יש להימנע מכיפוף הקטן מ-90° ומסיבוב של המפרק.
אירוע מוחי Stroke, CVA	• שיתוק או חולשת צד. • איבוד מסת שריר (אטרופיה). • ייתכנו קשיי שפה. • ייתכנו קשיים בתהליכי חשיבה.	• עבודה על שיפור סיבולת. • עבודה כנגד התנגדות. • גמישות. • שיווי משקל.	• יש להימנע מתנועה תבניתית של היד הפגועה.

מחלה	סימפטומים	"עשה"	"הגבלות אפשרויות"
פרקינסון Parkinson	• רעד במנוחה • נוקשות שרירים • חוסר שיווי משקל וציבות • צעדים קטנים אך מהירים • ייתכנו נפילות חוזרות.	• יש לתרגל בישיבה תומכת • יש לבצע תרגילים בעלי תנועה אטית ומבוקרת בטווחי תנועה שונים.	• יש להימנע מתנועות מהירות • יש לשמור ולהשגיח - למניעת נפילות.
אלצהיימר Alzheimer's Disease	• ירידה מתקדמת, בלתי הפיכה, בזיכרון. • התמצאות לקוייה בזמן, במקום ובמרחב. • ירידה תפקודית. • שינוי התנהגותי ועצבנות. • חוסר שיתוף פעולה.	• יש לעודד ולדרבן באופן מילולי. • מומלץ להיעזר בבן משפחה לעידוד.	• יש לשמור על תרגילים מוכרים ולהימנע משינויים.

גינון

"פעילות גינון" הינה מגוונת, וכוללת היבטים שונים של שימוש בצמחים וחומרים מן הטבע. הפעילות מתאימה למגוון אוכלוסיות מבוגרות: מטופלים עצמאיים, מטופלי דיור תומך, תשושים, סיעודיים, וכן מטופלים בשלבי החלמה הנמצאים בשיקום.

יתרונות הגינון:

- עיסוק נורמטיבי המתאים לגיל וליכולת מוטורית וקוגניטיבית.
- התחברות לצדו הבריא, בעל היכולות, של המטופל.
- גירוי חושים: גירוי חוש המישוש, חוש הראייה, חוש הריח והטעם.
- ניתן לעבוד על מרכיבים מוטוריים וקוגניטיביים.
- הפעילות מאפשרת עבודה פרטנית וקבוצתית, ובכך מעודדת יצירת קשרים חברתיים.
- הפעילות מעודדות עניין בתחום הגינון בשעות הפנאי.
- ניתן לקשר לנושא מעגל החיים: שחזור יצירת חיים חדשים באמצעות תהליך ריבוי צמחים.
- ניתן לבסס פעילות המקשרת בין בני משפחה, וכוללת את מעגל המשפחה המורחבת (הפעלה בין-דורית).

קווים מנחים לגינון טיפולי

- יש לבנות אדניות נגישות ומעברים נגישים אליהן.
- יש להשתמש במיכלים ובמיטות מתכווננות לצורך הצבת האדניות והמיכלים.
- יש לבחור את האדנית/מיכל המתאים לסוג הצמח אותו רוצים לשתול - כך שיתאפשר לצמח לגדול.
- יש להשתמש בכלי עבודה מותאמים.
- יש להשתמש בצמחים לצורך גירוי חושים (ריחות, טקסטורה וצבע).
- יש להשתמש בצמחים לצורך עידוד עבודה מוטורית וקוגניטיבית.
- יש לתכנן כיצד להביא את האדניות אל תוך מחלקת האשפוז.

- בעת בחירת הצמחים לעבודה עם מטופלים, יש לחשוב על הנקודות הבאות:
 - עמידות: יכולתו של הצמח להתקיים ולחיות לאורך זמן גם בתנאים לא אידיאליים, כאלה הקיימים בתוך מחלקת אשפוז. יש לוודא שהצמח אינו רגיש למזיקים, למחלות ולטיפול לא מקצועי.
 - ללא קוצים ורעלים: אין להשתמש בצמחים העלולים לפגוע במטופלים. מטופלים בעלי רמת השתתפות נמוכה עלולים להיפצע או אף לנסות לאכול מהצמח, ובכך לפגוע בעצמם.
 - שימושיות: שימוש יום-יומי בצמח לצורכי נוי. למשל: כובע הנדיר, כלניות, ורדים, חמניות, וכדומה.
 - שימוש בצמחי תבלין שונים. למשל: זעתר, מרווה, נענע, בזילקום, וכדומה.
 - שימוש רב-פעמי בצמח בהתאם לשלבי הצמיחה שלו: זריעה, גידול הצמח, יבוש העלים ושימוש בהם לבניית קולאז'.

תיאור כלי עזר לעבודה בגינות:

תיאור
כלי גינות ארגונומיים (את קטנה, קילשון קטן ומגרפה קטנה). זווית הידיות: 90 מעלה כלפי הכלי - מאפשרת אחיזה יציבה יותר, במנח נייטרלי נטול לחצים.
כף חפירה שעיצובה מאפשר המשך ישור טבעי של היד. עומק הכף מאפשר העברת קומפוסט מבלי שיישפך. צדי הכף המשוננים חותכים דרך שורשי הצמחים.
מפזר זרעים בצורת את. על ידי סיבוב הגלגלת שבידית הכלי, מופעל רטט הגורם לפיזור הזרעים בשכבה אחידה.

למידע נוסף ראה אתר עזרים בכתובת: http://www.azarim.org.il/category/gardening_tools

באתר ניתן למצוא מגוון כלים (מעדרים, מגרפות, אתים ועוד) המיועדים להקל בפעולות ניכוש עשבים, חפירה ושתילה בגינה. כלים אלה מאופיינים במימדים, במשקל, בחומרים מיוחדים או בידיות מסוגים שונים, המפחיתים מאמץ או מקלים על השימוש בעת ביצוע הפעולות הנ"ל.

למעוניינים לפתח את נושא הגינות הטיפולי, מומלץ להשתתף בקורס מתאים ואף לקרוא את ספרה של אחינועם בן-עקיבא-מליניאק "עניין של צמיחה - תכנית פעילויות בגינות לזקנים" בהוצאת אשל - האגודה לתכנון ולפיתוח שירותים למען הזקן בישראל.

מוזיקה

בעשור האחרון משתמשים במוזיקה לטיפול באוכלוסייה מבוגרת הסובלת מאלצהיימר ומפרקינסון, וכן ובאנשים שעברו אירוע מוחי. בסקירת הספרות המקצועית ניתן לראות, כי למוזיקה השפעה הן על הצד הפסיכולוגי והן על זה הפיזי של משתתפים: הפחתה של אי-שקט בקרב חולים מבולבלים, שיפור תנועתיות, הפחתת תנועות לא רצוניות, אפשרות להבעת רגשות וסיוע בתקשורת. כך למשל, מחקר שוודי הראה כי השמעת מוזיקת פולקלור לחולים סיעודיים עודדה אותם לאכול יותר במהלך הארוחה. מחקר יפני מצא, שלהקשבה למוזיקה יש השפעה טובה על חולים פסיכוסומטיים. במחלקה סיעודית, למשל, אנשים סגורים מאוד בתוך עצמם, ויש מעט מאוד תקשורת: אנשים יכולים לחיות יחד במחלקה במשך שנים, וכמעט לא לתקשר ביניהם. באמצעות הפעלה מוזיקלית ניתן ליצור אינטראקציה חברתית בין מטופלים המגנים באופן אקטיבי וגם לעורר במעט את המטופלים המקשיבים באופן פסיבי.

כמו כן, ניתן לבנות עם המטופלים כלים מוזיקליים פשוטים מחומרים הנמצאים בסביבה, ואף מחומרים מן הטבע. יצירת הכלי בשילוב האזנה לצליל המיוחד שהוא מפיק מאפשרת ומעוררת חוויה מיוחדת בקרב המשתתפים.

מחשב

נתונים סטטיסטיים מראים כי השימוש במחשב ובאינטרנט בקרב האוכלוסייה המבוגרת הולך וגדל. מחקר שנערך ב-2004 באוניברסיטת חיפה מצא, שהגלישה באינטרנט תורמת לשיפור איכות חייהם של זקנים בבתי אבות, ומקטינה את תחושות הבדידות והדיכאון שלהם. המטופלים דיווחו על שיפור במצבם בעקבות השימוש באינטרנט הנובע מלמידת תחום חדשני וצעיר, הכולל אתגר וגירוי מנטלי, ופתיחת אפשרויות חדשות לתקשורת. רבים מהמטופלים החלו להתכתב בדואר אלקטרוני עם בני משפחה בארץ ובחו"ל. הכנסת מחשב מאפשרת למטופלים מגוון חדש ונרחב לפעילות, מעבר לפעילות היום-יומית, הכוללת עבודות יד ופעילות קבוצתית, שמציעה המחלקה.

נתונים סטטיסטיים אלו מתייחסים לאותה אוכלוסייה מבוגרת אשר הינה בריאה, בעלת יכולת מוטורית וקוגניטיבית תקינה, וכזו המסוגלת להתמודד עם המורכבות של שימוש במחשב. יחד עם זאת, גם לאותה אוכלוסייה מבוגרת המתגוררת במסגרות סיעודיות או נתמכות מגיעה הזכות להיות בקשר עם בני משפחתם וקהילתם, להיות אקטיבים ומעורבים בנעשה סביבם בעולם הרחב.

מגוון מטופלים מבוגרים יכולים להתרם כתוצאה משימוש במחשב: החל במטופל הלוקה באחד מחושיו, כגון מטופל בעל לקות שמיעה היכול לראות את המסך והמקלדת וללמוד להתקשר עם אחרים באמצעות דואר אלקטרוני וקבוצות שיחוח (צ'אטים) - ללא צורך בהאזנה או דיבור; מטופל עם מגבלת ראייה יכול להשתמש בעזרי מחשב המגדילים את התצוגה, ובמקרים מסוימים להיעזר בתוכנות המקריאות את המסך והטקסט המוקלד במקלדת. כמו כן, ניתן להשתמש במקלדות בהן המקשים גדולים ומודגשים. עזרים נוספים כוללים: עכבר הפוך וגדול במקום עכבר רגיל, מסכי מגע וכן מחשבים ניידים המאפשרים גישה קרובה למיטת המטופל.

ניתן להשתמש במחשב במטרה לאתגר תהליכי חשיבה ופתרון בעיות באמצעות תוכנות קוגניטיביות כגון תצרפים (פאזלים), תשבצים, משחקי זיכרון, קלפים, משחקי לוח מסוג שחמט, דמקה ושש-בש. זאת, בנוסף לקריאת חומר באינטרנט, איסוף מידע וגלישה בקבוצות דיון.

לסיכום: קיימת חשיבות רבה בהחדרת השימוש במחשב ובאינטרנט לחיי המטופלים במסגרות שיקומיות וסיעודיות. למרות המחיר היקר לכאורה למסגרת המוסד, ההשקעה והתועלת אותן ניתן להשיג משתלמות ביותר - הן ברמת שביעות רצון המטופלים והן ברמת הטיפול והשירות להם הם זכאים.

תיאור כלי עזר לשימוש במחשב:

תיאור
עכבר הפוך (TrackBall Mouse) המאפשר עבודה בעזרת מוטוריקה גסה ולחיצה (קליק) על כפתורים מוגדלים.
מקלדת בעלת מקשים גדולים (BigKeys Keyboard).
מקלדת Intelykeys הניתנת לתוכנות ושינוי פניה על ידי שימוש במשטחים חלופיים כגון אותיות, חצים וכדומה - בהתאם לצורכי המשתמש.
מקלדת וירטואלית המופיעה על גבי המסך. ניתן להשתמש בעכבר כדי להקיש על האותיות. כמו כן, ניתן להשתמש בסריקה בה ניתן לבחור שורה על ידי לחיצה על מתג - ומתוך השורה לבחור את האות הרצויה.
מגן מקלדת - עוזר במצבים של רעד וקושי ללחוץ על מקש בודד.
מתג חיבור למקלדת או עכבר.

טכנולוגיות מתקדמות הניתנות לשימוש על ידי מטופלים במחלקות שיקום וסיעוד

טכנולוגיות מתקדמות יכולות לאפשר למטופלים מבוגרים בעלי מגבלות מוטוריות ליהנות ממגוון פעולות פנאי, אשר יעוררו מוטיבציה ויעודדו תנועה מוטורית מהנה.

מציאות מדומה (Virtual Reality), היא סביבה אשר המשתמש בה חש אותה כמציאותית. בסביבה המדומה, תנועות גוף וידיים המבוצעות בעולם האמיתי משפיעות על החפצים בסביבה המדומה. מוצרי המדף כוללים: משחקי מחשב וקונסולות משחקים כגון "PlayStation", "XBOX - Kinect" ו-"Nintendo" המאפשרות לקלוט את תנועות הגוף והידיים של המשתמש באמצעות מצלמת אינטרנט או חיישנים, ובאמצעותם להשפיע על סביבת המשחק.

משחק	דרישות מערכת	יתרונות	חסרונות
XBOX - Kinect www.xbox.com/en-us/kinect	קונסולת XBOX.	מגוון רחב של משחקים מול עין המצלמה.	דורש רכישת קונסולה ומגוון משחקים.
PlayStation www.playstation.com	קונסולת משחקים עם מצלמת EyeToy או PlayStation Move.	מגוון רחב של משחקים - החל מפעולות פשוטות של ניגוב חלון ופיצוץ בועות, וכלה בריקוד ותרגילים אירוביים.	דורש רכישת קונסולת משחק, טלוויזיה ומצלמת EyeToy.
Nintendo www.nintendo.com	קונסולת משחקים עם בקר Wii וטלוויזיה.	מגוון רחב של משחקים נורמטיביים הכוללים, בין היתר, טניס ובאולינג.	דורש רכישת קונסולת משחק, טלוויזיה ובקר Wii.

על מנת להכליל יישומי מחשב וטכנולוגיה מתקדמת יש לבנות מערכי הדרכה, תוכנות מתאימות ועזרים רלוונטיים.

יום עיון למדריכות תעסוקה בבית החולים "בית בלב" בת-ים

ביבליותרפיה

"ביבליותרפיה" (ריפוי בקריאה) היא שיטת טיפול המסייעת למניעה ולפתרון בעיות חברתיות, נפשיות ובריאותיות באמצעות שימוש משכיל ומתוכנן בקריאה או הקשבה לקטעי ספרות.

במהלך הקריאה מתקיימת אינטראקציה דינמית בין הקורא או המקשיב לבין הדמויות ביצירה הספרותית.

במהלך הטיפול הביבליותרפיוטי האדם מגיע לתובנה ולחיזוק הדימוי העצמי, ומוצא דרכים להתמודדות עם בעיותיו, רגשותיו והחרדות הסובבות אותו.

ביבליותרפיה מתאימה לאוכלוסייה המבוגרת, בכך שהיא מאפשרת התמודדות עקיפה, בדרך יצירתית, עם הקשיים היום-יומיים עמם היא מתמודדת.

במהלך ההתערבות, הקורא עובר ארבעה שלבים בהם הוא "מזדהה" עם הדמות בסיפור ויוצר קשר רגשי עמה. בשלב השני, הקורא יוצר "השלכה" - בה הוא נוטה לייחס לדמות בסיפור תכונות משלו, ולהיפך. בשלב השלישי, הקורא "משחרר מתחים" - ובאמצעות כך, מעביר את הקונפליקטים שלו אל הדמות איתה הוא מזדהה בסיפור. בכך, הוא חושף את רגשותיו ומגיע לפורקן. בשלב האחרון, הקורא מגיע ל"תובנה" - בה הוא מסיק מסקנות בצורה מודעת, ומפתח יכולת הערכה עצמית מציאותית ובונה.

מטרתה של הביבליותרפיה היא לעודד הסתגלות והתנהגות הולמת, במטרה לספק מקור לתמיכה ותובנה. באמצעות הקריאה, האדם המבוגר מגיע בדרך יצירתית לכדי הפחתה של סבל ולהתמודדות עם חייו ומצבו העכשווי.

קווים מנחים

- ניתן לבחור כל סיפור מתוך ספר, או מאמר מעיתון או מגזין. כמו כן, ניתן לקרוא מהתנ"ך (לדוגמה: ניתן לבחור בפרשת השבוע, או אף קטעי תפילה). ניתן גם לבחור ספר בישול בעל מגוון תמונות, ואף ספר מדע עתיר צילומים. גם ספרי שירה, דקלומים ואף סיפורים ואגדות לילדים יכולים לעורר עניין. חשוב לזכור שניתן לשתף את המטופלים בבחירת הסיפור.
- יש להקריא בקול רם, המתאים לאוכלוסייה.
- יש להקריא באינטונציה מתאימה, כזאת שתעורר ותסקרן את השומע.
- במהלך הסיפור יש להיעזר בתמונות גדולות וברורות, לצורך המחשה.
- במהלך הקריאה יש לעצור מדי פעם כדי לעורר חשיבה, וכן לשלב הסבר אישי של המדריכה או של אחד המשתתפים.
- אין לפחד ממילים קשות אותן המטופל אינו מבין. ניתן לעצור לצורך מתן הסבר בשפה פשוטה, ואחר כך להמשיך.
- ניתן לחזור על הסיפור מספר פעמים, בכל פעם באינטונציה שונה.
- לאחר מספר חזרות, כאשר המטופלים מכירים את הסיפור בעל-פה, ניתן לאפשר להם להשלים משפטים או לתאר את סוף הסיפור. ניתן גם לאפשר למטופלים להמציא את המשך העלילה.
- הסיפורים צריכים להיות קצרים, כאלה שניתן לסיים בפגישה אחת.
- חשוב שהסביבה בה מקריאים תהיה שקטה וללא רעשי רקע כגון טלפונים, טלוויזיה וכן הלאה.

תיאטרון בובות

תיאטרון בובות הוא תחום באמנות התיאטרון שבו נעשה שימוש בבובות כדי להציג הצגה. קיימים סוגים רבים של תיאטרוני בובות, ומגוון גדול של בובות המופיעות בהם. בדרך כלל, הבובות מפוסלות או יצוקות, לעתים אלה בובות פשוטות ביותר ולעתים יצירות מורכבות. מפעיל הבובות עשוי להפעילן ישירות על ידי אחיזתן בידיו, או בעקיפין בעזרת חוטים, או בעזרים מכניים אחרים ואפילו בשלט רחוק אלקטרוני (28 מרץ 2011 <http://he.wikipedia.org>).

דוגמאות לסוגי בובות ע"פ ויקיפדיה הן:

- מריונטה: בובה תלויה המופעלת על ידי מספר חוטים על ידי המפעיל הנמצא מעליה.
- מוטיונטה: פיתוח חדש יחסית של בובה המופעלת באמצעות מוט אחד בלבד.
- בובת כפפה: הבובה "מתלבשת" על כף ידו של המפעיל. בובת גרב היא גרסה פשוטה ביותר של בובת כפפה.
- צלליות: הינן דמויות שטוחות העשויות מקרטון או מחומר קשיח אחר ובעזרת תאורה מאחור משתקפות על בד לבן.
- בובת מוט: בובות שלהן גפיים מפרקיות, אולם בניגוד למריונטות, אלה מופעלות במוטות מתחת למישור הבמה ולא בחוטים מעליה.
- בובת אצבע: בובה המולבשת ומופעלת על ידי אצבע אחת.

קווים מנחים

- יש לבחור סיפור רקע להתרחשות ההצגה. יש לחשוב על חלוקת תפקידים במידת הצורך וכן על מוזיקת רקע הולמת. ניתן לתת שם לתיאטרון ולהצגה בסיוע המטופלים.
- יש לדבר בקול רם ובאינטונציה מתאימה, באופן בוגר ומתאים לאוכלוסייה המשתתפת.
- ניתן להיעזר בתפאורה ברקע כדי להמחיש את האווירה או התקופה בה מתרחשת ההצגה.
- במהלך ההצגה יש לעצור מדי פעם כדי לעורר את המשתתפים.
- ההצגה צריכה להיות קצרבת ומתאימה לרמת הריכוז וההשתתפות של המטופלים, כזו שניתן לסיים בפגישה אחת.
- חשוב שהסביבה בה מציגים תהיה שקטה.
- ניתן להעזר בטכניקות שונות של דיאלוג, מונולוג או שיח עם המשתתפים.
- ניתן לתת לכל משתתף בובה בהתאם לרמת ההשתתפות שלו ויכולת ההתבטאות שלו.
- ניתן להיעזר במשתתפים לבנות את הבובות, את התפאורה, את העזרים וכן לבחור ולבנות את ההצגה שהם היו רוצים להציג.
- את הבובות ניתן לבנות מחומרים שונים כגון: עיסת נייר, בניית בובות מוט על קונוס או כוס פלסטיק, קופסת שימורים וכו', וכן תפירת בגדים.
- ניתן לקבוע לוח זמנים לפעילות ולהזמין בני משפחה ואנשי צוות מהתלקה והמוסד לצפות בהצגה.

ביקור במוזיאון וירטואלי

מבוסס על פרויקט מוזיאון לאמנות מודרנית (The MoMA Alzheimer's Project) המוצג בקווים מנחים באתר: <http://moma.org/education/documents/GuideforMuseums.pdf>

מטרת הפעילות, היא לתת למטופלים תחושה של ביקור במוזיאון לאמנות באמצעות פעילות אינטלקטואלית, ההולמת את הגיל ומאתגרת.

בחירת נושא

יש לבחור נושא המתאים לרמתם הקוגניטיבית של המטופלים, אך כזה שגם יעורר עניין ודמיון. ניתן להתמקד באמן בודד (כגון פיקסו), זרם באמנות (כגון קוביזם), אמנות מארצות שונות (כגון אפריקה או אסיה) או מתקופה מסוימת בהיסטוריה (כגון המאה ה-19). דוגמאות נוספות כוללות:

- הציור המודרני.
- זהות וקהילה.
- חומרים ותהליכים.
- מדוע זו אמנות?
- נופים.
- עולמות אמיתיים ודמיוניים.
- נשים באמנות.
- אומנות בתנ"ך וביצירות ספרותיות.
- אמנות בסיפורים.
- אוסף מרשים.

בחירת יצירות האמנות

לאחר בחירת הנושא, יש לבחור בין ארבע לשש יצירות אמנות מתאימות. ייתכן שלא יהיה צורך בכל התמונות בפעילות, אך עדיף להיות מוכנים מאשר להימצא בחוסר בעת הפעילות.

ייתכן שיהיו מספר תמונות בהן תרצו לדון. בחרו נושא משותף לאותן יצירות, אך היו גם מוכנים להיווצרות הנושא באופן אוטומטי, תוך כדי התקדמות מהלך הצגת הנושא.

ניתן ליצור תחושה בונה וחיונית כמעט עם כל יצירת אמנות. בחרו יצירות מעניינות, כאלה שנוח לכם לדבר עליהן ואשר אתם מאמינים כי יעודדו את המשתתפים בקבוצה.

יש לחשוב על גודל התמונות: לא קטנות מדי - כך שכל המשתתפים יוכלו לראותן. יש לוודא גם שהתמונות לא יהיו עמוסות בגירויים: שלא ייצרו אפקט מבלבל מדי.

ניתן להתמקד בתחום אמנות אחד (כגון ציור, פיסול או צילום), או לחלופין, להציג תחומי אמנות שונים ומגוונים. יש חשיבות לתכנון מיקום ההפעלה ולאופן בו יצירות האמנות יוצגו בפני הקבוצה.

קביעת הרצף

הרצף בו תבחרו להציג את העבודות עוזר לבנות את הנושא כפי שהוגדר על ידכם. הצגת הנושא תוך כדי מעבר מיצירה אחת לשנייה, מיקום היצירה ביחס ליצירה אחרת המוצגת בחלל החדר, והפעילות שתתבצע מול כל יצירה.

הרצף יכול להיות כרונולוגי, מיצירה קדומה לחדשה (או להפך), או כזה בו היצירות פזורות בחלל החדר (או השולחן

במרכז הקבוצה). ניתן להדגיש מאפיינים פורמליים כגון קווים וצבע, ניתן להציג קומפוזיציות, או לעבור מיצירה אחת לשנייה תוך כדי הצגת תקציר ציורי. הרצף תלוי גם בשאלות אותן הינכם מתכננים לשאול, באופן הדיבור שלכם ובאמצעי הקישור בין היצירות.

בזמן בחירת יצירות האמנות וקביעת הרצף שאלו את עצמכם את השאלות הבאות:

- איך אציג את הנושא?
- כיצד מתייחסות היצירות האחת לשנייה?
- כיצד אבצע את המעבר מיצירה אחת לשנייה?
- מהן השאלות שאשאל את המשתתפים?
- באיזה מידע היסטורי אשתף את חברי הקבוצה?
- כיצד אקשר את היצירות לנושא מרכזי בשיחת הסיכום?

תכנון אופן הצגת היצירות

יש לחשוב על האופן בו יוצגו היצירות בפני חברי הקבוצה, תוך כדי ניצול הסביבה הקיימת. שיקולים אלו עלולים להשפיע על היצירות הנבחרות ועל הרצף בו תציגו אותן. יש לחשוב על תכנון על פי קווים מנחים אלו:

מיקום היצירות:

- בחלל שמסביב לחדר יום.
- בפרוזדור (או המעבר) המוביל לחדר יום.
- במרכז הקבוצה - על שולחן או על הרצפה.
- על ידי המדריכה - על גבי לוח גדול בפני כל חברי הקבוצה.
- כל משתתף מציג תמונה שבחר
- שימוש במחשב עם מקרן חד-קרן ("ברקו") כדי להציג באופן מוגדל את היצירות על הקיר

הכנת שאלות ואסטרטגיות אינטראקטיביות

הכינו בין שלוש לחמש שאלות לכל יצירה. היו מוכנים עם חומר רקע לכל שאלה, כך שבהתאם לתגובות המשתתפים תוכלו לעודד חקירה והתעמקות בנושא.

שאלו שאלות קונקרטיות אשר מעודדות חקירה של היצירה.

יש להתחיל בשאלות פשוטות. למשל: "מה אתם רואים בתמונה?" או "כיצד תתארו את הצבעים בתמונה?"

יש למקד ריכוז ביצירה. יש לשאול: "מה מתרחש ביצירה?"

יש להחליף בין שאלות פתוחות לבין שאלות סגורות בעלות תשובות חד-משמעיות, וכן לשלב שאלות של "כן" ו"לא". לדוגמה, ניתן לשאול את השאלה הבאה: "האם היצירה הזאת מאפיינת עונה מסוימת בשנה?" במידה שאין תגובה מהמשתתפים, ניתן לשיים את העונה (להצמיד תווית מילולית לגירוי שבשאלה - לכלול את שמות עונות השנה בגוף השאלה): "האם הצבעים בתמונה מזכירים לכם קיץ או אביב?"

הצגת שאלות של "כן" ו"לא": "האם הציור הזה מזכיר לכם את האביב?"

ככל שהקבוצה מתקדמת יותר ומשתפת פעולה ניתן לבקש מהמשתתפים לתת שם ליצירה, או לשאול מה יקרה אחר כך? ניתן למקד את המשתתפים לחוויה העכשווית שלהם ולדמיון האישי של כל אחד.

יש לשים לב למיקוד השיחה ביצירות המוצגות בפני המשתתפים ולא ביצירות בהן דנתם מוקדם יותר, מכיוון שייתכן שהם לא זוכרים אותן.

איסוף מידע ורקע היסטורי על אודות היצירות

ניתן להשתמש במידע מהאינטרנט, בקטלוגים ובספרים על מנת לאסוף מידע על אודות האמנים והיצירות אותן תציגו במהלך הפעילות. יש למקד נקודות מרכזיות בודדות לכל יצירה.

ככלל, חובה להכין תמיד תווית לכל יצירה - כרטיס ביקור ובו הפרטים הבאים:

- שם האמן.
- תאריך היצירה.
- החומרים מהם עשויה היצירה.

פרטים אלו ניתן להציג בהתחלה, באמצע, או בסוף הדיון. יש להוסיף מידע משמעותי נוסף במהלך הדיון. לדוגמה: ניתן לציין ששם היצירה הוא "ילדה קטנה לפני מראה", ואז לשאול: "האם מידע זה משנה את מה שאתם חושבים על היצירה?". זכרו, זהו דיון! לכן, יש לעודד שיתוף ושיחה, על מנת שהמשתתפים יחלקו ביניהם רעיונות ודעות.

תכנון פעילויות לעידוד דיון בין חברי הקבוצה

יש להכין פעילות אשר תעודד העלאת רעיונות ודיון בין חברי הקבוצה. הגישה צריכה להיות ישירה, פשוטה, ולא פורמלית. בהתאם לרמה הקוגניטיבית של חברי הקבוצה, יש לשקול כתיבה או שילוב פעילות ציור או טכניקה אחרת משמעותית במהלך הפעילות.

יש לעודד שיחה בין חברי הקבוצה, ואף לשקול אם ניתן לשתף בני משפחה ומטפלים עיקריים בפעילות.

ניתן לעודד חלוקת מידע בהתאם לנושא. לדוגמה: אם נושא התמונה הוא "רחוב" - הזמינו את המשתתפים להעלות זיכרונות מהעיר בה גרו ולבטא אסוציאציות אלו בציור שלהם. מהלך כזה מחבר בין חברי הקבוצה ויוצר דיון פורה. ניתן לחלק את הקבוצה לקבוצות קטנות יותר ולאפשר להן לדון ביצירה, ולאחר מכן לאחד שוב את המשתתפים ולהציג את הרעיונות בפני כלל הקבוצה.

פעילות נוספת מבוססת על הצגת היצירות בפיזור בפני כל חברי הקבוצה. מאפשרים למשתתפים להתבונן, לחשוב ולשוחח עם אלה שלידם מבלי לדווח לכלל הקבוצה, אלא אם כן בחרו כך.

מהלך הפעילות

עם התכנסות הקבוצה, יש לברך בחמימות ולהציג את חברי הקבוצה האחד בפני השני. ניתן לשקול הנחת תגית עם שם לכל משתתף על דש החולצה.

חשוב לציין, כי מטרת הפעילות היא עידוד אינטראקציה חברתית ודיון, ולא עריכת הרצאה. כמו כן, חשוב שבמהלך הפעילות יוצגו ארבע עד שש יצירות.

עם תחילת הפעילות יש ליצור אווירה רגועה ונעימה בהצגת חברי הקבוצה ופנייה בשם לכל משתתף. יש להציג את נושא הפעילות וחלק משמות האמנים אשר יצירותיהם תוצגנה בפני הקבוצה. שתפו במידת ההתלהבות שלכן כמדריכות והדגישו שפעילות זאת תהיה שונה מקבוצות רגילות בהן השתתפו עד כה. ניתן לחשוב על אפשרות של התבוננות בחלל חדר היום, הצגת פרטים שלכאורה הפכו לרקע יום-יומי עבור המשתתפים, והדגשת המבנה והארכיטקטורה של המוסד.

צפייה

הזמינו את המשתתפים לצפות ביצירות האמנות. יש להקפיד שסידור הישיבה יאפשר לכל המשתתפים מבט טוב על כל היצירות. מומלץ לשבת בחצי עיגול ולאפשר צפייה ביצירות תוך כדי התכנסות והתמקמות חברי הקבוצה במקומותיהם.

- יש להסביר לקבוצה שבחלקו הראשון של המפגש עליהם להתבונן ביצירות, וכי הוקצה לכך בכוונה זמן לשם הסתכלות והבחנה בפרטים שביצירה. זאת, בכדי לאפשר העלאת רעיונות לגבי מה שאנו רואים, בהשוואה למה שאנחנו חושבים שאנו יודעים.
- יש להגדיר זמן מוגדר לכל התבוננות. לדוגמה: "בואו נסתכל על התמונה הזאת למשך דקה".
- אין להאיץ במשתתפים. יש לאפשר להם להבחין בפרטים בקצב שלהם ולחוות את אותם רגשות שמעוררת התמונה.
- יש לשמור על לכידות הקבוצה במהלך הפעילות.

תיאור

בשלב תיאור היצירות, ניתן לתאר בפשטות מה רואים או לאפשר לכל אחד מהמשתתפים להציג את מה שהוא רואה. זאת, במטרה לעודד השתתפות רחבה של כל הנוכחים.

- יש לשאול שאלות בעלות תיאור ממוקד: "מה אתה רואה בתמונה?", "באילו מילים תשתמשו כדי לתאר את התמונה?", או "האם הדמות בתוך הבית או מחוצה לו?".
- אם המשתתפים מתקשים לפתח שיחה - השתמשו בשאלות מנחות.
- אם מישהו מהמשתתפים מעלה הערה לגבי היצירה, ניתן לשאול את חברי הקבוצה "מה ביצירה מעורר הערה זאת?", כדי למקד אותם בנושא הנבחר.
- יש לסכם את כל ההערות שעלו ולהשלים פרטים מסוימים אשר הוחמצו על ידי המשתתפים.
- לאחר שהמשתתפים השלימו את תיאור היצירה, ניתן לעבור לשלב הבא - הוא שלב ההבנה ופיענוח מעשה היצירה.

הבנה ופיענוח היצירה

הבנה ופיענוח של יצירות אמנות יכולים להיות מגוונים מבחינות רבות. לכן, יש לעודד זאת ולהשתמש עם הרעיונות. יש לזכור שהפיענוח על ידי המשתתפים הוא אשר יוביל בסופו של דבר לשיתוף ולדיון.

- יש לשאול שאלות מגוונות:

- "איזו כותרת תרצו לתת ליצירה זו?"

- "האם תרצו לבקר במקום הזה?" ; "מדוע כן ומדוע לא?"

- "על מה הדמות הזאת חושבת?"

- "האם הייתם רוצים להכיר את הדמות הזאת?"

- המשיכו בשאלות "כן ו"לא", "למה?" ו"למה לא?"

- יש לעודד חקירה

- ניתן לאזן את השאלות באמצעות הוספת מידע היסטורי על התקופה הרלוונטית - בהתאם לתגובות שעולות מהקבוצה.
- יש לדון על מאפייני היצירה: תוכן, חומר, צבע, קומפוזיציה, רגשות ותכנים פסיכולוגיים - בהתאם ליכולת הקבוצה.
- יש לאפשר לדיון לסטות מהנושא, אך יש להקפיד לחזור על התכנים שנאמרים ולסכם.
- יש לקשר בין רעיונות, לעודד השוואות ולחבר בין רעיונות שונים שעולים בקבוצה.

חיבורים

כאשר הדיון מגיע לשלב הפיענוח האישי של המתרחש ביצירה המוצגת, ניתן לבקש מהמשתתפים להתחבר ולשתף בחוויות אישיות מחייהם. תהליך זה יאפשר למשתתפים לתת משמעות מחודשת למתרחש ביצירה.

אין להסס מלאפשר הבעת דעות שונות. ניתן לשאול שאלות מכוונות. לדוגמה:

• "אילו תגובות מעוררת בך היצירה?"

• "האם אתם אוהבים את היצירה?", "מדוע כן ומדוע לא?"

חשוב שהמדריכה תוכל להביע את דעתה, אך עליה להדגיש שזו דעתה האישית ולאפשר דעות נוספות.

פעילויות

יש לעודד את המשתתפים לשיחה בזוגות או עם בני משפחה (במידה שהם שותפים למהלך הפעילות).

סיכום

יש לחבר את קצוות החוטים ולסכם את מהלך הפעילות. ניתן לשקף את המשמעות והערכים המתווספים מעבר לפעילות עצמה. יש להודות למשתתפים על הנוכחות, שיתוף הפעולה והרעיונות שהציגו.

יש לזכור שמטרת הפעילות היא לאפשר חוויה משמעותית, מהנה ותכליתית. זאת, תוך כדי יצירת אינטראקציה חברתית, מכובדת ובוגרת, המתאימה לגיל המשתתפים והמחזקת את התחושה כי חוויותיהם ודעותיהם חשובות ובעלות משמעות.

בעלי חיים

בעלי החיים הינם משמעותיים מאוד לבני האדם בכלל, ולמטופלים מבוגרים המאושפדים במחלקות שונות, בפרט. בפרסומים שונים נמצא, שקשר עם בעל חיים משפר תפקוד חברתי, מעודד שליטה עצמית, ואף מפחית התנהגות לא רצויה ותוקפנות.

שימוש בבעלי חיים כאמצעי מתווך מעניק גירויים שונים ומקיפים, ביניהם גירוי חושי המגע, השמיעה והראייה. הטיפול בבעלי חיים מעורר בקרב המטופל רגשות שונים כגון אחריות, אמפתיה, מסוגלות וביטחון עצמי.

קווים מנחים

- יש לשקול אם לגדל בעלי חיים במוסד או להביאם על ידי מפעיל מקצועי (מטפל) מבחוץ.
- יש לשקול אילו בעלי חיים מתאימים למסגרת המוסד.
- יש לשקול לאיזו אוכלוסיית מטופלים ההתערבות מיועדת, והאם הם יכולים להיתרם כתוצאה מהפעילות.
- יש לשקול אם קיימת סכנה למטופל או לבעל החיים עצמו, הן מבחינת רמת אלימות במחלקה, והן מבחינת הימצאותם של חיידקים עמידים במחלקה היכולים לעבור לבעל החיים ודרכו לבני אדם נוספים.
- יש לשקול את דרכי הטיפול בבעל החיים. בכלל זה: מזון, היגיינה, חיסונים ומקום מגורים מסודר ומוגן עבורו.
- יש לשקול את מספר ההתערבויות הרצוי במהלך השבוע, החודש או השנה.

דוגמאות לתיאור עבודה עם סוגים שונים של בעלי חיים:

בעל חיים	תיאור פעילות כללית
דגים	• האכלה.
תוכים	• בחירת שמות.
מכרסמים (שרקנים וארנבות)	• זיהוי לפי שם.
כלב	• זיהוי לפי צליל.
חתול	• התבוננות וצפייה בהתנהגות בעל החיים.
	• מסירת ידע כללי על אודות כל בעל חיים.
	• יצירה: ציור, פיסול, בניית בית, הדבק (קולאז').
	• תמונות של בעלי חיים: ביתיים, פרא וספארי.

כללי אחזקה של בעלי חיים וטיפול בהם (מבוסס על נוהלי משרד החינוך - חוזר מנכ"ל תשס"ב/פ 9 (א) י"ט אייר תשס"ב, 1 במאי 2002)*

*יש לעקוב אחר שינויים ולאמת כי הנוהל עדכני

1. כללי

1.1. ההוראות שלהלן נועדו להבטיח מניעת סבל מבעלי חיים המוחזקים בפינות החי שבמוסד. מנהל המוסד אחראי למלא אחר הוראות אלו.

1.2. אין בהוראות אלה כדי לפגוע בהוראות חוק כלשהן לעניין אחזקת בעלי חיים ורווחתם או לשנותן.

2. הגדרת פינת חי

2.1. פינת חי היא מקום או מתקן שמוחזקים בו יותר משלושה בעלי חיים.

2.2. למרות האמור ב-2.1 לעיל, אקווריום שמוחזקים בו דגי נוי אינו נכלל בהגדרה של פינת חי.

3. מרכז פינת החי

3.1. בכל מוסד שיש בו פינת חי ימונה מרכז שיהיה האחראי על פינת החי. על המרכז להיות בעל ידע וכישורים.

3.2. למרכז פינת החי ימונה ממלא מקום, והוא יהיה אחראי על פינת החי בזמן שהמרכז לא יימצא במוסד.

3.3. המרכז או ממלא מקומו יערכו לפחות פעם אחת בכל יום ביקורת בפינת החי, וכן בכל מקום במוסד שמצויים בו בעלי חיים.

4. החזקת בעלי החיים

4.1. המבנים, הגידור, השערים, הכלובים וכן מתקנים אחרים הקשורים להחזקת בעלי החיים יהיו כולם בהתאם להוראות הבטיחות בחוזר שהוזכר לעיל.

4.2. הממשק, לרבות הזנת בעלי החיים והטיפולים השגרתיים בהם, יהיה על פי ההנחיות בחוברת "מדריך להקמה, אחזקה וטיפול בבעלי חיים בפינות חי ובמוסדות חינוך" (אותו ניתן לרכוש דרך משרד החינוך - פרטים בסוף נוהל זה*).

4.3. לא יוחזקו ביחד בעלי חיים העלולים לפגוע זה בזה.

4.4. לא תתאפשר רבייה של בעלי חיים, אלא אם כן הוסדר מראש מקום לגידול ולהחזקה נאותים של בעלי החיים האמורים להיוולד.

- 4.5. בפינת החי יוחזק מלאי מספיק של מזון לכל בעלי החיים. המזון יוחזק בכלים סגורים, באופן שיהיה מוגן מפני לחות, קרינת שמש ישירה, חום ומזיקים.
 - 4.6. לא יוגש לבעלי החיים מזון מקולקל או מזוהם.
 - 4.7. כלי המים והאוכל של בעלי החיים ינוקו מדי יום. הכלים יוצבו באופן שימנע ככל האפשר מבעלי החיים לעשות את צרכיהם בתוכם.
 - 4.8. בפינת החי יוחזק מלאי מספיק של חומרי קינון ורפד הדרושים לכל בעלי החיים.
5. פיקוח רפואי
- 5.1. פינת החי חייבת להיות בפיקוח וטרינרי.
 - 5.2. הרופא הווטרינרי יערוך ביקור בפינת החי לצורך פיקוח רפואי לפחות פעם אחת בכל שלושה חודשים. נוסף על ביקורים אלה, יערוך הווטרינר ביקורים בפינת החי לצורך טיפול רפואי בהתאם לצורך.
 - 5.3. הווטרינר ישאיר בידי המרכז הנחיות בכתב לטיפול שוטף ולטיפולים מיוחדים בבעלי החיים בהתאם לצורך.
 - 5.4. מרכז פינת החי אחראי על ניהול ספר מעקב רפואי, שיירשמו בו כל הטיפולים הרפואיים הניתנים לבעלי החיים בהתאם להנחיות הווטרינר.
 - 5.5. בפינת החי יימצא כלוב בידוד כדי לבודד בעל חיים חולה או חשוד כחולה. כלוב הבידוד יופעל לפי הנחיות הווטרינר.
 - 5.6. המרכז אחראי להודיע לווטרינר על כל בעל חיים שמת בפינת החי.
 - 5.7. המרכז ידאג לקבל מהשירות הווטרינרי ברשות המקומית הנחיות לטיפול בגופתו של בעל חיים שמת.
6. רכישת בעלי חיים
- 6.1. 6.1 בעלי חיים לפינת החי יירכשו רק ממקום המורשה למכור בעלי חיים, כגון בית מסחר מורשה או מגדל מורשה, ובתנאי שמקום המכירה נמצא בפיקוח וטרינרי.
 - 6.2. 6.2 הכנסת בעל חיים חדש לפינת החי תיעשה בפיקוח של הווטרינר או על פי הנחיותיו.
7. רישום בעלי החיים
- 7.1. 7.1 באחריות המרכז תנוהל כרטסת שתוחזק בפינת החי. בכרטסת ינוהל רישום הנתונים של כל בעלי החיים בפינת החי, לרבות סוג בעל החיים, תאריך הלידה או הרכישה, מועד הכנסת בעל החיים לפינת החי, חיסונים, דרישות הזנה מיוחדות, תנאי אחזקה מיוחדים, פרטים על המלטות, בקיעות, תמותת בעל חיים ואירועים מיוחדים.
8. התנהגות המטופלים עם בעלי החיים
- 8.1. 8.1 כללי ההתנהגות של המטופלים עם בעלי החיים ינוסחו על ידי המרכז בהתאם להוראות הבטיחות בחוזר משרד החינוך סב/6(ב), סעיף 30-5.1 ולחוברת "מדריכה להקמה, אחזקה וטיפול בבעלי חיים בפינות חי ובמוסדות חינוך".
 - 8.2. 8.2 כללי ההתנהגות ייכתבו על כרזה וייתלו במקום בולט בכניסה לפינת החי.
 - 8.3. 8.3 כללי ההתנהגות ייחודיים לסוג בעל החיים ייתלו בחזית הכלוב ובכניסה אליו.
 - 8.4. 8.4 המרכז או המטפל המפעיל את המטופלים יקרא בקול רם וידגים לכל מטופל או קבוצת מטופלים את הכללים לפני כניסתם לפעילות או לעבודה בפינת החי או בכלוב.
 - 8.5. 8.5 המרכז או המטפל המפעיל את המטופלים יוודא את ידיעותיהם בכל הקשור לכללי ההתנהגות.

9. העברת בעלי חיים מפנית החי למקום פעילות
- 9.1. יש להכין את השטח הטיפולי או את המקום שבו תתקיים פעילות המטופלים עם בעלי החיים בהתאם לסוג בעל החיים ובהתאם להוראות הבטיחות בחוזר שהוזכר לעיל.
- 9.2. העברת בעלי החיים תיעשה בכלובים המותאמים להעברה, בהתאם לסוג בעל החיים ולהוראות הבטיחות.
- 9.3. המרכז אחראי להעברה סדירה של בעל החיים.
- 9.4. כללי ההתנהגות של המטופלים עם בעלי החיים מחוץ לפנית החי הם אותם כללים שנקבעו לפנית החי.
- 9.5. המרכז אחראי להדרכת המטפל המפעיל את המטופלים בכל הקשור לכללים ולהוראות הבטיחות.
- 9.6. יש להימנע מהוצאת בעל חיים מפנית החי לשהות של למעלה מיום אחד. אם בעל החיים מועבר בכלוב הגידול הרגיל שלו, אפשר להחזיקו בשטח טיפולי או במקום הפעילות, בהתאם לצורך, גם לתקופה של יותר מיום אחד. זאת, באישור רופא המחלקה בו מתקיימת הפעילות.
- 9.7. יש לוודא שיהיו לבעל החיים מזון ומים גם במקום הפעילות.
- 9.8. יש לוודא שתנאי האחזקה במקום הפעילות לא יהיו תנאי עקה ומצוקה לבעל החיים. התנאים צריכים להיות בהתאם לכתוב בחוברת ההנחיות שהוזכרה לעיל.
10. החזקת בעלי החיים בזמן שבתות וחגים
- 10.1. הטיפול בבעלי החיים בפנית החי ובבעלי החיים שאינם בפנית החי בזמן שבתות וחגים ייעשה בהתאם לכללי האחזקה והוראות הבטיחות במהלך השנה.
- 10.2. המרכז אחראי לאחזקת בעלי החיים ולטיפול הנאות בהם גם בחופשות.
- * החוברת "מדריך להקמה, אחזקה וטיפול בבעלי חיים בפניות חי ובמוסדות חינוך" ניתנת לרכישה באמצעות החווה לחינוך חקלאי ואיכות הסביבה בירושלים.

מטבח

ב"קבוצת המטבח" מתרגל המטופל מיומנויות אשר ביצע בעבר. אלה הן מיומנויות בעלות משמעות תפקודית ורגשית עבורו. בקבוצת המטבח ניתן לתרגל מגוון רחב של מיומנויות: מוטוריות, קוגניטיביות, חברתיות, רגשיות, ומיומנויות פנאי. ניתן להתרשם מההדגשים המופיעים בטופס ההפניה לקבוצת מטבח על ידי מרפאה בעיסוק (טופס נספח 1 שבעמ' x).

קווים מנחים

- יש לשמור על היגיינה אישית של הידיים לפני ההשתתפות בקבוצה.
- יש להיות מודעים למחלות בגיל המבוגר כגון סוכרת המגבילות אכילה של מזונות מסוימים.
- יש להימנע מלשתף מטופלים עם בעיות בליעה.
- מומלץ לשתף בקבוצה עד שישה מטופלים.
- מומלץ להיעזר בכלים מיוחדים שייקלו על המטופלים המשתתפים להיות פעילים (נספח 2).
- יש להקפיד על כללי בטיחות בשימוש בכלים חדים ואביזרי חימום שונים.
- על המדריכה להתכונן לפני ההפעלה:
- לבחור את המטופלים המתאימים בהתאם למטרת הקבוצה.
- לחלק את התפקידים בהתאם לרצונות וליכולות המשתתפים.

- להכין את המצרכים מראש (בהתאם ליכולת המוסד לספקם - בין אם מהמטבח או ברכש חיצוני), ואף להכין חלק מחומר העבודה הדורש זמן הכנה ממושך או שהוא מעבר ליכולת הביצוע של המשתתפים.

פעילות "מטבח" מיועדת למטופלים ברמת השתתפות 3 ומעלה.

אביזרים להקלת התפקוד במהלך "קבוצת מטבח"

מטרה
Dycem Mat - משטח נגד החלקה המאפשר הנחת כלי אוכל ומונע תזוזה בעת השימוש.
מגן צלחת - מאפשר גריפת האוכל מהדופן תוך שימוש ביד אחת.
סכו"ם מעובה - מאפשר אחיזת הכלי כאשר האצבעות לא נסגרות עד הסוף.
Universal Cuff - מאפשר אחיזת הסכו"ם גם כשאין יכולת אחיזה באצבעות.
קרש חיתוך ביד אחת - הקרש יכול להכיל מסמרי אל-חלד ומשטחי אחיזה בפינות.
סכו"ם עם משקולת - מיועד להפחות את מודת הרעד בזמן אכילה.

ניתן למצוא פריטים נוספים באתר "עזרים": <http://www.azarim.org.il>

מגע

מגע הוא ערוץ בסיסי ליצירת תקשורת והבעת המרכיב האנושי. הוא מביע תמיכה ואכפתיות, ואף נוגע עמוק בנשמה. המגע חיוני לקיום חיים, עד כדי כך שתינוקות אשר נחסך מהם המגע האנושי לא הצליחו לשרוד. מידת הצורך בחיפוש, בהענקה ובקבלה של מגע משתנה עם הגיל. בינקות, קיים צורך לפתח את החושים באמצעות חיבוקים, דגדוגים, נשיקות והתפנקות. ככל שהילדים גדלים, הם הופכים עצמאיים יותר ונמנעים ממגע והבעת חיבה גלויה כלפי ההורים. תופעה זו בולטת בעיקר בקרב בנים, הרואים בכך סימן לחולשה. בבגרות, בעקבות מודעות וסקרנות מינית, נוצר צורך עצ במגע וקיים חיפוש אחר אינטימיות מינית, למרות שמבחינה רגשית המתבגרים טרם בשלים לכך. הורים רבים נמנעים ממגע בילדים מתבגרים, מתוך מחשבה שאין זה מתאים. בגיל המבוגר קיים מגע בוגר, אם כי מאופק, הבא לידי ביטוי ביחסים בין-אישיים המסתכמים, במקרה הטוב, בלחיצת יד. האדם בגיל השלישי, הגר בסביבה מבודדת ובעל מגבלה מוטורית או קוגניטיבית, נמצא ברמת סיכון גבוהה לחסך במגע. בגיל השלישי עשוי האדם להתבייש מלבקש מגע חם מהסובבים אותו, ואף ייתכן שגם הסובבים אותו לא יזהו את הצורך שלו במגע, או שיירתעו מהאדם הכפוף, בעל המראה שאינו בהכרח אסתטי. למרות זאת, האדם בגיל השלישי זקוק למגע אנושי חם, לא פחות מאשר ילד מתפתח או נער מתבגר המחפש אחר ריגושים. מגע יכול לשפר מצב רוח, להוריד התנהגויות אגרסיביות שאינן מתאימות לסיטואציה, וכן לשפר קשר בין-אישי.

- יש לעודד מגע של בני משפחה במטופלים: על ידי לחיצת יד, טפיחה על שכם, ואפילו חיבוק חם.
- יש לעודד את הצוות המטפל (רופאים, אחיות, צוות מטפלות וצוות פרה-רפואי) ליצור מגע עם המטופל אשר הינו מעבר לטיפול הטכני.
- על מדריכת התעסוקה למצוא הזדמנויות רלוונטיות לעיסוי כפות הידיים. ניתן להשתמש בקרם ידיים פשוט, ללא תוספות העלולות לגרום לאלרגיה.
- יש להימנע מלהשתמש בכפפות בעת מגע במטופל, פרט למקרים בהם יש צורך בכך במטרה להגן מחיידקים עמידים או מחלות מדבקות (יש לברר עם הצוות הרפואי).
- בהיעדר מגע אנושי, גם בעל חיים מסוגל לספק לאדם את תחושות המגע והחום להן הוא זקוק.

טיפול חן וקוסמטיקה

יופי, נעורים ומראה אסתטי הם חשובים לכולנו, במיוחד בגיל המבוגר. האדם המבוגר מעוניין לשמור על כבודו ועל מראה נעים לבריות. מראה חיצוני משפיע על הביטחון העצמי של האדם, וכן על נכונות הסובבים להתייחס אליו בהתאם.

גם במחלקות אשפוז ניתן לשמור על רמת הופעה מטופחת ונאה. ניתן לדרוש ממטפלים במחלקה שיקפידו להוציא מהחדר את המטופל נקי, לבוש בקפידה בהתאם לעונה, מסורק, מגולח ומבושם.

השפעת הגיל על העור

תהליך ההזדקנות כולל מגוון שינויים: שינויים במסה ובטונוס השריר; הופעת כתמים - תחילה בפנים, ולאחר מכן על פני הידיים ויתר הגוף; דהייה של צבע העור; נשירת שיער ושיעור יתר על הפנים (פלומה).

קווים מנחים לטיפול העור

- לרחוץ את הידיים במים פושרים ובסבון, תוך כדי הקפדה על רחצה בין האצבעות.
- לאחר הרחצה - יש לנגב ולייבש היטב.
- למרוח קרם על כפות הידיים תוך כדי עיסוי - במסגרת פעילות הקבוצה.
- לטפח את הציפורניים באמצעות לק וקישוט עדין - במסגרת יכולותיה של המדריכה.
- להמליץ בפני האחיות האחראיות במחלקה על הפניה לפדיקורסטית - במידה שניכרת פטרת או צמיחת ציפורניים הדורשת טיפול.

סנוזלן

משמעות המילה "סנוזלן" בהולנדית היא "להריח ולנמנם" (לרחרר = Snuffelen; לנמנם = Doezen). סנוזלן משמשת כמודל התערבות טיפולי הדוגל בגרייה רב-חושית.

מטרת הגישה היא ליצור אווירה של רגיעה ונינוחות באמצעות חדר שקט ומבודד המכיל גרייה רב-חושית (ראייה, שמיעה, מגע וריח) הניתנת לבחירה ולדירוג על ידי המטפל. תאורת חדר הטיפול נותרת מעומעמת. קירות החדר, הרצפה והתקרה צבועים כולם בצבעי שמנת/לבן-שבור (Off-White).

מפתחי הגישה ומאמיניה מצאו, שבקרוב אוכלוסייה דמנטית הטיפול בחדר סנוזלן תורם לרגיעה, משפר את מצב הרוח, מצמצם הפרעות התנהגותיות, מעודד אינטראקציה חברתית ומפחית כאב.

התערבות להפחתת התנהגות לא רצויה בקרב מטופלים דמנטיים

בהתערבות בקרב מטופלים תשושי נפש ודמנטיים - בעלי נטייה לחוסר שקט, התפרצויות זעם והתנהגות לא מתאימה לסיטואציה ולסביבה - יש לשקול התערבות המותאמת לצורכיהם האישיים. התערבות כזו יכולה לכלול מגוון פעילויות מדורגות:

- התערבות באמצעות טיפול קוגניטיבי לשיפור ההתמצאות לסוגיה.
- שינוי הסביבה: הפחתה של גירויים מסיחי דעת (רעש רקע, עומס ויזואלי ועומס טקטילי).
- שינוי בתכנון סדר היום: סדר יום קבוע ומוגדר מראש, הפחתה של מספר הפעילויות, וכן דירוג הפעילות בהתאם ליכולתו של המטופל.
- יש לדבר עם המטופל בשפה פשוטה וברורה. ניתן להשתמש במגע או אי-מגע במטופל כדי לעורר ולמקד קשב וריכוז.
- יש להתמקד ברצונות המטופל ובצרכיו.

חודש הקשיש

חודש הקשיש הוא פרויקט רב-צוותי המשותף להנהלת המוסד, לשירות הסוציאלי ולצוות הריפוי בעיסוק והתעסוקה. הנהלת המוסד תחליט על מי להוביל את המשימה במהלך החודש, תוך כדי חלוקת תפקידים מוגדרת וברורה.

במסגרת יום הקשיש ניתן להזמין אמנים, אנשי מקצוע והפעלות מיוחדות במימון הנהלת המוסד או במסגרת התנדבותית. רעיונות אפשריים: נגן אורח, שירה בציבור, קריוקי, מעצב שיער בליווי מניקור ופדיקור, הבאת בעלי חיים טיפוליים (במסגרות בהן לא מאושפזים משתתפים בבידוד), מרצה אורח, ליצן רפואי, וכן יציאה מחוץ למוסד לפעילויות שונות (בית קפה, סרט, תיאטרון, מוזיאון, טיול בטבע, טיול שכונתי וטיול לים).

על צוות הריפוי בעיסוק ומדריכות התעסוקה להשתלב בפעילויות אלו ולעבוד בשיתוף פעולה לשם השגת המטרה. במקביל, על מדריכת התעסוקה בכל מחלקה להעביר קבוצת נושא, על פי הכללים, המתאימה לנושא "חודש הקשיש". למשל: הכנת מתנות לנכדים, תרומת האדם המבוגר לסביבה, עידוד אינטראקציה חברתית בין משתתפים, פעילות משפחתית בין-דורית.

חשוב לזכור, שקיימים אין-סוף רעיונות להפעלת משתתפים. רעיונות נוספים כגון תיאטרון בובות, צילום, מחזור, ו"קשישים עושים קולנוע" מאוד מקובלים במסגרות שונות. מומלץ תמיד לחשוב ולפתח רעיונות חדשים.

שמירה על איכות עבודתן של מדריכות התעסוקה

יישום העקרונות להפחתת התנהגות לא רצויה של המשתתפים, כפי שתואר לעיל, מאפשר למדריכות התעסוקה לבנות את תפקידה כך שיאפשר:

- פיתוח הזדמנויות ללמידת מיומנויות חדשות.
- בניית תכנית עבודה מובנית.
- עידוד עצמאות.
- קבלת אחריות ומתן משקל משמעותי לדעתה של המדריכה בקבלת החלטות במחלקה.
- הפחתה בלחץ העבודה.
- פתרון קונפליקטים במסגרת תפקידה במחלקה.
- הגדרת תפקידה של מדריכת התעסוקה כחלק מהצוות הרב-מקצועי.

בעקבות שינוי בעומס עבודתה ובהגדרת תפקידה של מדריכת התעסוקה חל שיפור בשביעות רצונה של המדריכה מעבודתה, וכן פוחתים הלחץ והשחיקה בעקבות ההתמודדות עם משתתפים דמנטיים ותשושי נפש.

שמירה על קול צלול של מדריכת התעסוקה

אנשים המשתמשים בקולם ככלי עבודה (למשל: מורים וגננות, סוכני מכירות, עורכי דין וכן הלאה) חשופים לסיכון של פיתוח צרידות בקול עקב הפעלה מאומצת ולא נכונה של מערכת מיתרי הקול.

צרידות גורמת לדיבור להישמע מובן פחות, נדרש מאמץ להפיק קול, הגורר אחריו התעייפות לאחר דיבור ממושך, ומורגשת תחושת אי-נוחות באזור הגרון.

ההצעות הבאות נועדו להדריך כיצד לשמור על היגינה קולית. כלומר, כיצד לשמור על הקול, להימנע מבעיות קול, וכיצד להתגבר עליהן במידה שנוצרו.

חשוב לציין, כי המלצות אלו לא באות להחליף את הצורך בהערכה ובטיפול בהפרעות קול אצל מומחים.

המלצות לשמירה על היגינה קולית:

1. לשנות הרבה - לפחות 8 כוסות ביום.
2. להפחית צריכה של משקאות המכילים קפאין - הגורמים ליובש בפה ובגרון.
3. להימנע מעישון, מאלכוהול, ומחשיפה לעשן או אבק.
4. להימנע מצעקות ומהרמת קול מיותרת.
5. לדבר בסביבה שקטה כדי למנוע מאמץ קולי.
6. לא ללחוש!
7. לשמור על מנוחה קולית, לעשות הפסקות, להימנע מדיבור ממושך.
8. להימנע מכחכוח ושיעול תכופים.
9. במידה שסובלים מצרבת - לפנות לרופא, כדי למנוע פגיעה במיתרי הקול עקב חומציות יתר.

הפעלת מטפלים

ניתן להיעזר במטפלים במחלקת האשפוז בשני מישורים עיקריים: הראשון, מטפלים יכולים לעזור ולסייע בארגון והכנת הקבוצות עבור מדריכת התעסוקה. במישור השני, ניתן להיעזר במטפלים בפעילות פרטנית בסיסית בשעות שאין מדריכת תעסוקה במחלקה. פעילות זו יכולה לכלול חלוקת ערכות משחקים, עבודות יד, והבאת המטופל לעבודה מול מחשב. פעילויות אלה יכולות להיות מוכוונות על ידי מדריכת התעסוקה, המגדירה מראש איזו פעילות מתאימה לכל מטופל. קיימת חשיבות בקבלת הסכמתם של האח או האחיות האחראים במחלקה לביצוע הפעילות, וכן בגיוסם של המטופלים בהסכמה ומתוך הבנה שהם זקוקים לזמן מוגדר וברור לפעילות, ובכך למנוע עומס יתר עליהם.

הפעלת מתנדבים

ניתן לגייס מתנדבים למסגרות אשפוז מתוך מגוון של אוכלוסיות בקרב הציבור הרחב. מסגרות שונות כגון בתי ספר, נותני מלגות לסטודנטים ומפעלים שונים מעודדים כיום התנדבות בקהילה. כמו כן, ניתן לגייס מתנדבים מקרב בני משפחות המטופלים, ומקרב פנסיונרים ובעלי מגבלות המחפשים למלא את זמנם הפנוי בתרומה לקהילה ובקבלת משכ. אתר <http://www.ivolunteer.org.il> מתאר את הסיבות השונות אשר מעודדות התנדבות. ביניהן: עניין, סיפוק, צמיחה אישית ו/או מקצועית, קידום רעיון ערכי בו מאמינים, יוקרה, השתייכות או הרחבת מעגל חברתי.

המוסד יכול לצאת נשכר אף הוא מפעילותם של מתנדבים, בכך שבאפשרותו של המתנדב לתת יחס אישי לכל מטופל ללא מגבלת זמן, ביכולתו לתרום מידע אישי נרחב, ובעיקר מתוספת כוח האדם היכול לעזור ולהוריד את נטל עומס העבודה מהצוות הקיים.

קליטתו של מתנדב במוסד שקולה לקליטת עובד חדש. במסגרת זו, יש לבדוק מה מניע את המתנדב, מהי ההיסטוריה העיסוקית שלו (במידה שקיימת), מהם הרקע שלו והידע שהוא מביא עמו, וכיצד המשתתפים והמוסד יכולים לצאת נשכרים כתוצאה מפעילותו. יש לברר באיזו תדירות ובאילו שעות הוא יכול להגיע, כך שנוכחותו תהיה יעילה.

חשוב שהמתנדב יערוך סיור במסגרת המוסד ויקבל הדרכה על אופי האוכלוסייה עמה הוא עתיד לעבוד (סיבות אשפוז, גיל המשתתפים), על האחראים עליו כמתנדב, על הגורמים אליהם עליו לפנות בבקשות ובקבלת סיוע, על הגדרת תפקידיו, על קבלת הדרכה מהצוות הרב-מקצועי בנושא התמודדות עם האוכלוסייה ובמידת הצורך גם בנושא נידות ומעברים, על תקשורת עם משתתפים ועם הצוות, וכן על יכולותיהם הקוגניטיביות, המוטוריות והרגשיות של המשתתפים. כמו כן, במסגרות רפואיות בהן קיימים חיידקים עמידים במחלקה - חובה ליידע את המתנדב ולתת הדרכה הולמת בנושא.

קליטת מתנדב במוסד חייבת להתבצע על ידי משאבי אנוש, על פי נוהלי המוסד ובהתאם לצורך של המנהל להכיר את המתנדב. כל מתנדב יקבל חלוק ותג מתנדב.

המתנדב אינו בא להחליף את מדריכת התעסוקה, אלא לסייע לה. במסגרת זו, ניתן להטיל עליו מגוון תפקידים בתיאום עם המדריכה:

- לשוחח באופן אישי עם מטופלים - ובכך להוות להם חבר ובן-לוויה.
- לתת הרצאה למטופלים על נושא מסוים בו יש לו ידע נרחב.
- להכין קישוטים או אביזרים למחלקה.
- לשחק משחקי קופסה באופן פרטני או קבוצתי.
- להדריך את המטופל בשימוש במחשב לצורכי פנאי (משחק, כתיבה, וגלישה באינטרנט).
- לשמש כמתורגמן לשפה שהמדריכה וצוות המחלקה אינם דוברים.

חשוב שפרויקט ההתנדבות יספק את צורכיו האישיים של המתנדב ויתן לו תחושת הצלחה, העצמה וסיפוק, כך שירצה להמשיך ולהתנדב, ואף ימליץ לחבריו להצטרף.

הגברת ההשתתפות ומעורבות של משפחות בחיי היום יום במחלקה

פעילויות בהן המשפחה מעורבת הפעלה בשיתוף פעולה עם המשפחה

תפקידי המשפחה במסגרת אישפוז ממושך ובעיקר במוסדות גיריטרים צריכה להיות מוגדר בבירור במטרה לעודד ולהגביר את השתתפותו של המטופל בחיי היום יום של המחלקה. התפקיד האידאלי היינו לגשר, לסייע ולהתאים את הצרכים והסביבה החדשה לצרכיו של המטופל (Malenchen S.S., 2004).

יחד עם זאת, תפקידי המשפחה ומדיית התרומה שלהם בקליטת המטופל במחלקה מושפעים ע"פ (Steinman, 1979), מארבעה קונפליקטים שונים ביחסים בין הילדים להוריהם. קונפליקטים אלו מתעוררים עקב הצורך של ילדי המטופל לקבל החלטה משמעותית על עתיד הוריהם ולאשפזם במסגרת כרונית.

ההתמודדות של בן המשפחה מבוססת על מספר תכונות שעיקרו:

- פגיעה בשיגרת החיים.
- קושי לצפות בסבל של ההורה.
- חוסר אינפורמציה ואי ודאות לעתיד.
- קושי בחלוקת תפקידים מחודשת.
- קשיים כלכליים.

סוג הקונפליקט	סוג התנהגות בן המשפחה	התמודדות עם ההורה
חוסר פרידה מההורים	פעיל יתר	נמצא רוב שעות היום ליד המטופל מתוך תחושה שלא ישרוד ללא תמיכתו. מבוסס על רגשות אשמה.
אי התמודדות	הנמנע הפעיל	אינו לוקח אחריו. נמנע מהקונפליקט ע"י בריחה.
קוטבי	נע בין הקצוות	נשחק ממאמץ יתר להתקרב מצד אחד, אך מצד שני מתרחק וישחק עקב כך.
בשלות פילאלית	קונסטרוקטיבי	השלים בהצלחה תהליך פרידה בה קיימת מערכת יחסים מאוזנת המאפשרת שיתוף.

Malenchen.S.S, 2004 מתאר מגוון של פעילויות שונות בהן המשפחות לוקחות חלק פעיל בחיי המטופל במוסד. ניתן להתרשם מהמגוון שמתואר בגרף:

דוגמאות להגברת ההשתתפות של מטופלים על ידי קרובי משפחה:

תוכן	רמה 2- ומעלה	רמה 3	רמה 4	רמה 5
תפילה(לדתיים ומסורתיים)	קריאת תפילה או קטע מפרשת השבוע ע"י בן משפחה.	קריאה משותפת.	לדאוג שלמטופל יהיה ספר תפילה: תהילים, סידור, פרשת השבוע וכ"ו, ובמהלך הפגישה לתת הזדמנות לפרשנות משותפת לקטע נבחר.	מתן משימה למטופל: לפרש קטע מהתפילה או מהמקרא.ניתן להיעזר באמצעות במחשב או בספרי תורה על מנת להביא הסבר לפרשנותו.
קריאהוסיפור (למטופלים שקראו ספרים או עיתונים בעברם)	בהתאם לנכונות ולהיענות של בן המשפחה ניתן לעודד קריאת קטע לחלופין ניתן מעניין מעיתון או מספר, ניתן לספר סיפור בעי"פ בן משפחה.	להוסיף קטע הומוריסטי קצובנוסף לשאלות שמתייחסות לסיפור.	לדאוג שהמטופל יקרא עיתון, או ספר קריאה לפי העדפתו. ולשתף אותו ברגשות בספר או ידיעה חדשה שקראנו.	המטופל מבקש ספר או עיתון שאוהב לקרוא. נהנה מאינטראקציה משותפת המאפשרת לו לחלוק את דעתו ולנהל שיחה אינטלרטואלית על החומר שקרא.
טיפול החן (למטופלים שהשתמשו לפני כן)	לנשים: שימוש בבושם, ובנוסף ניתן להשתמש במריחת לק, או איפור קל. לגברים: שימוש בבושם, אפטר שייב, קרם ידיים, קרם פנים ע"י קרובי משפחה	עידוד שימוש עצמאי בתמרוקים אישיים שלו	קביעת תור למספרה וליווי המטופל/ת: תספורת, תסרוקת, מניקור וכ"ו.	המטופל עצמו מתקשר להזמין תור למספרה. בוחר את סוג הטיפול, המיקום ובעל המקצוע.
מתן תחושת אהבה	הבעת רגש כלפי המטופל בהתאם למידת היכולת והכנת בן המשפחה את המצב.רגש יכול להיות מובע במספר דרכים: החל משיבה ליד המטופל, אחיזת יד, חיבוק או הבעת רגש אחר בהתאם ליחסים בתוך המשפחה והתרבות.	הבעת תחושת אהבה באמצעות נתינה וקבלה. לדאוג לשתף את קרובי- משפחה להביא מתנה קטנה שהמטופל ייתן לנכדיו בעת הביקור.	ללמוד להקשיב לסיפורים היום יומיים של מטופלולנסות לפתור את הבעיות יחד איתו. כמו כן, ניתן לתת לו חיזוקים, בהתמודדות עם מצבים לא קלים במחלקה.	דיאלוג משותף על חיי המשפחה והמטופל המאושפז במחלקה, מתוך יחסי כבוד והדדיות בין הצדדים.

תוכן	רמה 2- ומעלה	רמה 3	רמה 4	רמה 5
הבאה ולקיחה לפעילות	לאפשר למטופל להיות נוכח בפעילות, לעודד אותו לשיתוף פעולה מינימאלי גם אם הוא פסיבי.	להכיר למטופל את את לוח הפעילות של המחלקה והטיפולים הניתנים, ולהשתדל להגיע בזמן.	להתעניין בהתקדמות המטופל בפעילויות ובטיפולים.	המטופל בוחר ויוזם פעילויות משותפות עם בן המשפחה בהתאם ללוח הזמנים ושעות הביקור במחלקה.
אקטואליה ואירועים משפחתיים	צפיה משותפת בטלוויזיה, האזנה משותפת לרדיו, ניתן להקריא מהעיתון קטעי אקטואליה קצרים. כמו כן, ניתן לספר בקצרה על אירוע משפחתי שהתרחש לאחרונה.	לשתף באופן יזום ולספר על אירועים וחוויות מיוחדות שהתרחשו במשפחה המורחבת לאחרונה. ניתן להביא קטעי וידאו שצולמו בחיק המשפחה ולהציג למטופל.	לדאוג להביא עיתון יומי או ג'ורנל שהמטופל הביע בו עניין. ניתן לדון באירועים אקטואליים בפוליטיקה, ספורט וכו' בהתאם ליכולת העניין של המטופל.	המטופל ובן המשפחה מנהלים דיאלוג אינטלקטואלי בענייני היום יום, משתפים חברים ובני משפחה נוספים בסביבתם.
העלאת זיכרונות מאירועים שבעבר	להביא סרטים מאירועים משמחים חתונה, בר- מצווה וכו'.	להביא אלבום תמונות מאירועים משפחתיים. לתת למטופל לזהות את האנשים ומקום ההתרחשות בתמונות.	להזמין לשיחה חברתית, לעודד את המטופל לספר ולתאר זיכרונות נעימים מהעבר.	להכין ביחד קולאז' תמונות מאירועים משפחתיים, תוך מתן בחירה למטופל בבחירת התמונות הרצויות.
לקיחה לטיול(באישור צוות רפואי, במידה ומביאים פרטי מזון ושתייה מהבית יש להתייעץ עם הצוות הרפואי מה מותר).	ניתן להוציא את המטופל למרפסת, גינה או חצר.	ניתן לצאת לטיול בהתאם ליכולת המטופל לשהות מחוץ לכותלי המוסד. המטופל יכול להביע עניין לאן היה רוצה לצאת. יש לקחת בחשבון, מידת השליטה על הסוגרים, לקיחת תרופות בזמנים קצובים, תלות בבלון חמצן, יכולת המטופל להתנייד בסיוע או באופן עצמאי למרחק נתון וכו'.		

קווים מנחים לפעילות פרטנית מודרכת

1. על הפעילות להיות מותאמת לרמת יכולת ההשתתפות של המטופל, כך שמצד אחד תאפשר הצלחה, ומצד שני, תאתגר את המטופל להמשיך בפעילות בהתאם ליכולתו.
 2. יש לוודא שאין במשחקים או באביזרים המשמשים לפעילות חלקים קטנים או חדים העלולים לסכן ולפגוע במטופל או במי שיושב לידו.
 3. יש לוודא שכל חלקיו של המשחק קיימים בשלמותם.
 4. על המדריכה לתכנן את הזמן במשך הפעילות כך שתאפשר עבודה מודרכת, מצד אחד, והשתתפות ממושכת יותר בקרב מטופלים הזקוקים ליתר תשומת לב, מצד שני.
 5. ניתן לחלק תפקידים למטופלים בעלי יכולת גבוהה יותר, כך שיעזרו למטופלים חלשים יותר.
 6. במשחקי קופסה המיועדים לילדים ואשר על גבם מצוין טווח הגילאים להם המשחק מיועד, יש להסתיר בצורה מכובדת את סימון טווח הגילאים כך שלא יפגע ברגשות המטופל המבוגר. ניתן אף להוסיף תווית המעודדת חשיבה ושימוש מוטורי לגיל המבוגר. לדוגמה: "שיפור מיומנויות חשיבה", "שיפור הזיכרון", "שיפור מוטוריקה עדינה" וכדומה.
 7. משחקים יכולים להיות כאלה אשר נרכשו מראש או כאלה אשר הוכנו על ידי מדריכת התעסוקה. ניתן להוריד מהאינטרנט דפי עבודה, להשתמש בחוברות עבודה וכן הלאה.
- הטבלה הבאה מסייעת בהבנת הקשיים בהם עלול להיתקל מטופל בעת התמודדות עם משחק או ציור, בהתאם למקור הליקוי בו הוא לוקה:

ליקוי הנובע מ-			
דמנציה	המיספרה שמאלית במוח	המיספרה ימנית במוח	
יש צמצום, נוקשות חשיבתיות.	יש תפיסה של הרעיון הכללי; תיתכן סימטריות.	יש ההתייחסות לגירויים הקטנים - ללא התייחסות לצורה הגדולה יותר.	ההתייחסות לשלם וחלקיו (גשטלט)
השמטות של חלקים גדולים וקטנים.	קיימת השמטה של פרטים קטנים.	קיימת השמטה של חלקים שלמים.	השמטות
דעיכה הדרגתית.	יש ציור כללי של קווי מתאר כיחידה אחת. ישנה חלוקה של הציור לחלקים קטנים יותר.	ישנה אינטגרציה לא טובה בין חלקי הציור.	ציור
ירידה בקשב, קושי בקשב מפוצל, קושי להתעלם מגירויים מסיחי דעת ולא רלוונטיים.	קשב ירוד	יכול לאפיין הזנחת צד למרחב השמאלי.	קשב
אפזיה פרוגרסיבית.	תיתכן אפזיה לסוגיה.	שפה שמורה.	שפה

בעת פעילות פרטנית מודרכת עולה הצורך לתווך ולסייע למטופלים בהתאם לרמת ההשתתפות שלהם. על המדריכה

להגדיר את רמת ההשתפות של כל מודרך ולהתאים לה את רמת התיווך הנדרשת. רמת התיווך תיקבע בהתאם לטבלה.

רציונל לקביעת רמת תיווך

תיווך הינו האמצעי המסייע למטופל הלוקה בירידה קוגניטיבית ו/או מוטורית להשלים פעילות תכליתית בעזרת אסטרטגיה המותאמת ליכולתו.

רמת תיווך על פי Toggia (1994)

רמת השתתפות	רמת תיווך	תיאור התיווך
5,4,3	התערבות כללית	<u>הערה מילולית</u> : כגון "שים לב!", "זה בסדר?", "אתה בטוח?", "תבדוק שוב!", "זה מדויק?", וכדומה.
4,3	משוב כללי	<u>הדגמה מילולית</u> : הדגשה חזותית/תיאורית של הטעות. לדוגמה: "מה מצויר בצויר? תעשה אותו הדבר!", "תעשה כמו בדוגמה!", "כמה חלקים יש בפזל?", "תראה! כאן שמים", "אלה פנים של...", "מה משותף לכל החלקים שלפניך?", "שים לב לצבעים, לצורה ולתנועה!", וכדומה.
3	משוב ספציפי	<u>הדגמה פיזית</u> : הצבעה ממוקדת על מקום הטעות ("פה טעית!") והוספת הסבר על אופי הטעות.
3,2	התערבות מעשית	<u>פישוט המשימה</u> . לדוגמה: 1. הפחתת כמות החלקים הנדרשים בפעילות. 2. פירוק הפעולה למרכיבים. למשל: "בוא נעשה את זה ... ואחר כך את זה ...". 3. מתן רמזים משמעותיים באמצעות מיקום חלקים משמעותיים בנקודות מרכזיות הרומזות כיצד להשלים את המטלה.
2	הדגמה מלאה	<u>ביצוע מלא של המטלה</u> מול המשתתף באופן המאפשר חיקוי. ייתכן ביצוע על ידי ההמשתתף, תוך כדי חיקוי של כל שלב ושלב אותו מבצעת המדריכה.

חלק שני

דוגמאות להפעלות מטופלים



הדוגמאות מבוססות על מדד רמת ההשתתפות על פי קלאודיה אלן
הדוגמאות מסודרות בחלוקה לרבעונים - במטרה להדגים תכנון שנתי בהתאם לעונות השנה

פעילות פרטנית מודרכת



דוגמאות למשחקים מומלצים

שם המשחק	רמת השתתפות מינימלית	ייצור עצמי	קני	חשיבה						גירוי חושים			מוטריקה עדינה
				תפיסה	תפיסה מרחבית	תכנון מוטורי	ארגון ויזמוטורי	מיון	זיכרון	ראייה	שמיעה	מישוש	
פאזל (צורות גאומטריות, חיות, גוף האדם, נוף וכולי)	2 (בהתאם למספר החלקים)	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
כפתורים בתנועה	2		×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
השחלה חרוזים	2		×		×		×	×	×	×		×	×
משחקי אטבים (צבע, דומינו ורצף)	2	×	×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
השחלת שרוכים (לפי דוגמאות)	2		×	×	×	×	×			×		×	×
רצף תמונות	2	×	×	×	×			×	×	×			
חקירה של חפצים במישוש	2	×	×					×	×			×	×
ארבע בשורה	2		×		×	×	×	×	×	×		×	×
משחקי זיכרון	2	×	×	×	×			×	×	×			×
מיון תמונות	2	×	×	×				×	×	×			×
הך פטיש	2		×	×	×	×	×		×	×		×	×
לוטו תמונות	2	×	×	×	×	×		×		×		×	×
צור צורה	2	×	×	×	×	×	×		×	×		×	×
מה במשבצת	2	×	×	×	×			×	×	×		×	×
לוטו מישוש	2	×		×								×	×
דומינו	3		×		×		×	×	×	×		×	×
שחמט, דמקה, שש-בש	3		×		×		×	×	×	×		×	×
רמי-קוביות (Remikub)	3		×	×	×	×			×	×		×	×
קלפים	3	×	×	×	×				×	×		×	×
לוח הפלא	3		×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
שעת שיא	3		×	×	×	×	×		×	×		×	×
קסילופון	3	×	×								×	×	×
"נחש מי?"	3		×	×				×		×			×
"צוללות"	3		×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
"קו גבול"	3		×		×				×	×		×	×
"עניין של זמן"	3		×	×	×	×	×	×	×	×			
"פיקולו"	3		×	×	×				×	×		×	
"קטמינו"	3		×	×	×	×	×	×	×	×		×	×
"רברסי" (אוטלו)	4		×		×	×	×					×	×
Simon	4		×									×	×

דוגמאות לניתוח פעילות עם משחקים

שם המשחק: "מה במשבצת"

תיאור:

משחק המיועד להשתתפות של שחקן אחד או קבוצה קטנה (עד ארבעה שחקנים). כל שחקן מקבל מספר שווה של כרטיסים. על כל שחקן, בתורו, לסדרם בתוך טבלת המשחק.

על הכרטיסים מופיעות שתי תכונות המסומנות על כרטיסי השוליים, אותם יש לארגן על משבצת הטבלה. המשחק מדורג על פי שלבים.

שימוש באובייקטים ותכונותיהם:

קופסת המשחק - הקופסה מכילה:

1. טבלת המשחק. טבלה בת 16 משבצות.
2. עשר סדרות של כרטיסים. כל סדרה מצוינת על ידי מספר המופיע על גבי כל כרטיסי הסדרה. בכל סדרה יש שני סוגי כרטיסיות:
 - קבוצה של כרטיסים בעלי רקע קטן המוקפים בשוליהם בקו שחור. יש לארגנם על גבי משבצת הטבלה.
 - כרטיסי מפגש - עליהם מופיעות שתי התכונות או העצמים המסומנים בכרטיסי השוליים.

דרישות המרחב:

- עבור מטופלים המתניידים באופן עצמאי או בהשגחה, או אף זקוקים לאביזר עזר לניידות כגון מקל או הליכון - יש צורך בהתאמת כיסאות יציבים סביב השולחן. מומלץ, במידת האפשר, להעביר מטופלים היושבים בכיסא גלגלים לכיסא רגיל בעל תמיכה בגב וידיות.
- שולחן להנחת הקופסה, לוח המשחק, והקלפים לשימוש.
- תאורה טובה ומתאימה. תאורה חלשה מקשה על מטופלים שראיתם לקויה.

דרישות חברתיות:

- על המטופלים להכיר את חוקי המשחק בהתאם לרמת ההשתתפות שלהם והתיווך לו יזדקקו בכדי להגיע לתוצאה טובה.
- יש להתאים את ציפיותיו של המטופל מהמשחק בהתאם למטרות הטיפוליות. כך למשל, יש להבחין אם המטרה היא עידוד שימוש באובייקטים, עידוד התייחסות למרחב של הלוח, שיפור יכולת מיון והתאמה, או שמא המטרה היא עידוד אינטראקציה חברתית בין המשתתפים.

רצף ותזמון:

- יש לקבוע את הרצף והתזמון הנדרשים למשחק בהתאם לרמת ההשתתפות של המטופלים.
- במטופלים בעלי רמת השתתפות 2: יש לעבוד ברצף על התאמה של קריטריון אחד ללא מסיחים. לדוגמה: התאמת כרטיס ובו תפוח אדום לכרטיס אדום העומד בראש הלוח.
- בקרב מטופלים בעלי רמת השתתפות 2+ ניתן להתחיל לעבוד על רצף עם שני מסיחים בו-זמנית. לדוגמה: על המטופל להתאים כרטיס עם בובה אדומה לעמודה של הצבע האדום בשורת הבובות שעל פני הלוח.
- ברמות גבוהות יותר או בקרב משתתפים בעלי ליקויים בקשב, בזיכרון עבודה, בתפיסה מרחבית וכולי, ניתן לעודד השלמת הלוח לפי רמזים כלליים, ללא הכרטיסים בשוליים, וכן הלאה.
- את הפעילות יש לבצע בשעות העירנות המרבית של המטופל, בהתאם למספר שעות שינה ויכולת ישיבה ממושכת ולזמני הארוחות במחלקה.

פעולות נדרשות

מיומנויות ביצוע:

מיומנויות מוטוריות:

יציבה (Posture):

- מייצב - Stabilizes: שומר על שליטת גו לאורך כל המשחק - ללא שינוי תנוחה או איבוד שיווי משקל המפריע להמשך ההשתתפות במשחק.
- מיישר - Aligns: שומר על ישיבה זקופה למשך המשחק.
- ממוקם - Position: ממקם את הגוף ביחס לשולחן, את הכיסא שיושב עליו ביחס לשולחן, ואת הטבלה במרחק מתאים המעודד שימוש יעיל בתנועת המפרקים בזמן המשחק.

תנועה (Mobility):

- מושיט - Reaches: מיישר את הזרוע ומושיט את ידו כדי למקם את הכרטיס במשבצת.

כוח ומאמץ:

- אוחז - Grips: תופס את הכרטיס ומחזיק אותו.

מיומנויות תהליך:

אנרגיה:

- שומר על קצב - המשחק דורש שמירה על קצב עקבי ויעיל לאורך כל המשחק.
- שמירה על קשב - Attends: שומר על קשב ומיקוד במשך המשחק, ללא הסחת דעת.

ידע:

- חוקר: מחפש את המידע הנחוץ למשחק. למשל: מברר לגבי שתי התכונות, מסתכל על כרטיסי השוליים, וכן הלאה.

ארגון במרחב ועם חפצים:

- מארגן - מסדר את הסביבה ואת הכלים הנחוצים למשחק באופן שיקל עליו. למשל: מניח את הטבלה מולו, על השולחן, ואת הכרטיסים בצד.
- משחזר - מסדר את אזור המשחק ומחזיר את הטבלה והכרטיסים לקופסה; במידת יכולתו, אף מחזיר את המשחק למדף המיועד.

מיומנויות תקשורת ויחסי גומלין:

מחוות פיזיות:

- מביט: משתמש בעיניו כדי לתקשר עם הסובבים.

החלפת מידע:

- מדבר - משתמש במילים בכדי להבהיר את עצמו. למשל: מציין את שתי התכונות שבכרטיס ומסביר מדוע הוא מיקם אותו במקום הספציפי.

יחסים בין-אישיים:

- מתייחס - מתייחס לאחרים בעת המשחק באופן המאפשר בניית קשר.
- משתף פעולה - עובד יחד עם הקבוצה לקראת המטרה המשותפת.
- מכבד - מתאים את התנהגותו באופן העונה על בקשות ותגובות המטפל ויתר המשתתפים.

מבנים גופניים נדרשים:

המטופל משתמש באיברים האנטומיים הבאים: מערכת העצבים, העין (לראייה), האוזן (להקשבה), קול ודיבור (כשמדבר), תנועת גפיים (ידיים), עור (תחושת).

תפקודים גופניים נדרשים:

תפקודים מנטליים כלליים:

- תפקודי הכרה: רמת עוררות והכרה.
- תפקודי אנרגיה ודחף: מוטיבציה ודחף - בכדי לשחק במשחק נדרשים התעניינות ושיתוף פעולה.

תפקודים מנטליים ספציפיים:

- תפקודי קשב: נדרשת יכולת לשמור על קשב, ולשים לב לשתי התכונות שעל גבי הכרטיס ולנקודות הציון שעל פני לוח המשחק.
- תפקודי חשיבה: יכולת מיון (קטגוריזציה).
- תפקודים קוגניטיביים גבוהים: הגעה להחלטה לגבי מיקום הכרטיס במשבצת, הסקת מסקנות לוגיות ואיתור טעויות.
- זיכרון: לזכור את חוקי המשחק; את הכרטיס שיש בידו בעת חיפוש התכונות על פני הלוח.
- תפקודים מנטליים של השפה: הבנת הוראות בעל-פה או בהדגמה; וכן היכולת להביע את עצמו במהלך המשחק.
- תפקודים ריגשיים: התנהגות רגשית התואמת את המצב. למשל: התפרצויות בכי, חוסר שקט, התנהגות מנומסת ומתאימה.
- תפקודי זמן ותפיסה עצמית: מציאת פתרון בזמן הולם, תוך מודעות למימד הזמן.

תפקודי חושים:

- ראייה ותפקודים נלווים:
 - ראייה- שדה ראייה, חדות ראייה ומיקוד ראייה.
- תפקודי שמיעה ותפקודים וסטיבולרים:
 - שמיעת ההוראות וההסברים.
 - יכולת שמירה על שיווי משקל בעת הישיבה.
 - יכולת ויסות תנועת הגפיים העליונות.
- תפקודי חושים נוספים:
 - תחושת מגע: לחוש את אחיזת הכרטיס ביד בעת אחיזתו.
 - תחושת תנועה: לחוש את תנועת מפרקי הזרוע, היד והאצבעות - במטרה להניח את הכרטיס במקום המתאים, במשבצת הרלוונטית.

תפקודים נזיר-מוסקולריים:

- תפקודי מפרקים ועצמות:
 - תנועת מפרקים: נדרשים טווחים במסגרת תפקודית (Within functional range) של הגפה העליונה. אחיזת LATERAL PINCH (אגודל לטרלי עם אצבע 2) בזמן שהוא תופס את הכרטיס.
 - יציבות מפרקים: יכולת לשמור על יציבות בזמן הישיבה.
- תפקודי שרירים:
 - כוח שרירים: נדרש כוח שריר בכדי להרים את הכרטיס ולהניחו במשבצת.
- תפקודי תנועה:
 - שליטה בתנועה רצונית: תיאום עין-יד.

סיכוני בטיחות:

- כיסאות יציבים - על מנת לאפשר ישיבה יציבה ולמנוע נפילה.
- רצפה נקייה ויבשה - לא מחליקה וללא מכשולים. דוגמאות

לפעילות מודרכת עם מטופלים - בהתאם לרמת השתתפות

רמת השתתפות	רמת השתתפות 2	רמת השתתפות 2+	רמת השתתפות 3-
יכולת ביצוע	פעולה מונטונית - החוזרת על עצמה	פעולה מונטונית מכוונת עם תגובה חלקית	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (בעזרת המדריכה)
סוג ההוראה מרכיב	הדגמה והוראה מילולית תוך דרבון מתמשך		הוראה מילולית וחזותית של המוצר המוגמר קיימת למידה מחברי הקבוצה
מיון	הכנסה של סכו"ם לתבנית	מיון סכו"ם	מיון תמונות לשתי קבוצות שונות הרחוקות סמנטית (קבוצות בעלות משמעות שונה) למשל: קבוצת כרטיסיות המציגה בגדים, וקבוצה נוספת המציגה כלי תחבורה.
	הכנסה של אטבים לקופסה	מיון אטבים	
	הכנסה של גרביים לקופסה	מיון גרביים	
	הכנסת צורה בודדת לקופסה	מיון חרוזים גדולים	
	הכנסת צורה בודדת לקופסה	מיון צורות גאומטריות	
		מיון צבעים	
השחלה	השחלת טבעות דרך מוט או קונוס השחלת קונוס על גבי קונוס.	השחלת חרוזים גדולים דרך מוט השחלת שרוכים בלוח קשיח על פי דוגמה (כגון לוח סקיצה)	השחלה של שני חרוזים ברצף דרך שרוך עבה וקשיח.
הברגה	הוצאה או הכנסה של ברגים מתוך לוח המונח אופקית או אנכית על גבי שולחן.	הברגה של ברגים גדולים במיוחד אל תוך לוח עץ המונח על השולחן.	הברגה לפי גודל, צורה וצבע.
סריגה ושימוש בצמר	פרימת חוט צמר מתוך סריג ישן.	גלגול צמר לכדור	גלגול הצמר בשתי וערב לאורך שיפודים המחוברים בצורת כוכב (או שמש).
מגזינים וכתבי עט	דפדוף סתמי.	התבוננות בתמונות גדולות. זיהוי מילה גלובלית, פשוטה ומוכרת, או אותיות בודדות.	קריאת מילים גלובליות והבנה חלקית של משמעותן. המטופל יהיה מסוגל להתאים מילים לתמונות ולחלק לקטגוריות הרחוקות סמנטית.
כלים מוזיקליים	הקשה מונטונית - ללא תכלית מוגדרת. ניתן להשתמש במקל גשם.	יכולת חיקוי תוך שימוש בכלי הקשה כגון תוף, קסילופון או מצתלתיים.	ניתן לאפיין צלילים באמצעות חיקוי והדגמה. זיהוי ואבחנה שמיעתית בין שני צלילים.

(על פי קלאודיה אלן)

רמת השתתפות 3	רמת השתתפות 4	רמת השתתפות 5
פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך סיוע מינימלי, הכוונה והשגחה צמודה של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך השגחה מינימלית של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה אותה בוחר המשתתף באופן עצמאי, יוזם, מבקר ולומד מתוך ניסיו וטעייה
הוראה מילולית וחזותית של המוצר המוגמר קיימת למידה מחברי הקבוצה	זקוק להכוונה מילולית קלה והדגמה	מילולי
מיון תמונות לשלוש עד ארבע קבוצות שונות הרחוקות סמנטית.	מיון תמונות לשלוש עד ארבע קבוצות הקרובות סמנטית (קבוצות שיש להן מכנה משותף רחב, אך יש לכל תת-קבוצה ייחוד שונה). למשל: בגדים ניתן לחלק לכרטיסיות המייצגות הלבשת פלג גוף עליון ולכרטיסיות המייצגות הלבשת פלג גוף תחתון; הלבשה תחתונה ועליונה. או חלוקה לקבוצות בהתאם לעונות השנה; וכן הלאה	מיון תמונות וחפצים תוך התייחסות ליותר משלוש תכונות.
השחלה של לפחות שלושה חרוזים ברצף.	השחלת חרוזים ליצירת שרשרת על פי דוגמה.	השחלת חרוזים ליצירת שרשרת פרי הדמיון.
הברגת צינורות אינסטלציה בקוטר של עד 5 ס"מ לפי דגם פשוט מצולם.	הברגת צינורות אינסטלציה בקוטר של עד 5 ס"מ לפי דגם תלת-ממדי פשוט, מצולם או מצויר.	הברגת מבנים מתכתיים תוך שימוש בברגים, אומים ומפתח שבדי קטן - כדוגמת אלו המיוצרים על ידי חברת Erector ומוצגים באתר: http://www.erectorusa.com
סריגה בשתי מסרגות לפי דוגמה פשוטה (בהדגמת המדריכה) למשל: סריגת צעיף.	המדריכה מסייעת למטופל בבחירת הדוגמה, וכן בכל שלב - בהתאם ליכולתו ולקצב התקדמותו.	סריגה לפי דוגמה ממוגזין (בסיוע המדריכה). המטופל בוחר את מספר המסרגות (5-1), את גודלן (1-12), ואת טכניקת הסריגה המתאימה.
קריאת משפטים קצרים. ניתן להיעזר בניקוד. המטופל יהיה מסוגל לחזור במילים שלו על הרעיון הכללי המבוטא במשפט.	המדריכה מכוונת ומסייעת במציאת מגזינים וכתבי עת. הכוונה לכתבה או פסקה רלוונטית.	קריאת חומר מותאם, הולם ובעל עניין למטופל.
זיהוי קטע מוזיקלי קצר בן 5 דקות; המטופל מזהה את הכלים המוזיקליים הדומיננטיים בקטע הנשמע; המטופל מסוגל להצטרף ולחזור על המקצב המושמע בעזרת כלי הנגינה שבידו; הבחנה בין סוגים שונים של סגנונות מוזיקליים (מזרחי, קלאסי, פופ, מוזיקת הרפיה וכדומה);	המטופל קשוב לקטע מוזיקלי הנמשך כ-15 דקות; המטופל מבחין בין קטעים מוזיקליים דומים, ומסוגל להשוות ולתאר את ייחודיות הקטעים המושמעים; המטופל מסוגל לתאר בצורה קונקרטית את רגשותיו העולים מהקשבה למוזיקה;	המטופל בוחר קטע מוזיקלי ומסוגל לתאר בצורה מופשטת את רגשותיו; המטופל בוחר בעצמו כלי נגינה ומשתלב בקצב המנגינה, תוך הכוונה ועידוד מצד המדריכה;

דוגמאות לפעילות יצירה עם מטופלים - בהתאם לרמת השתתפות

רמת השתתפות 2+	רמת השתתפות 2	רמת השתתפות
פעולה מונוטונית מכוונת עם תגובה חלקית	פעולה מונוטונית - החוזרת על עצמה	יכולת ביצוע
הדגמה והוראה מילולית תוך דרבון מתמשך		סוג ההוראה יצירה
יצירת אקורדיון, פרפר, מניפה או עלה.	מערכת נייר או סיבוב בתנועה המדמה סחיטת מגבת.	קיפול נייר (אוריגמי)
המשתתף בוחר צבע אחד מתוך מערכת מצומצמת (סט) - בהתאם להנחיות המדריכה - צביעה בתוך מסגרת של שבלונה (תדמית) גדולה. מעקב אחר קווי מתאר קיימים.	יצירת נקודות, קווים ועיגולים בצורה מחזורית.	צביעה וציור
"תך תוכף" - התך נרקם לכיוון אחד (בעלי יד ימין דומיננטית: מימין לשמאל) ברשת בעלת מרווחים גדולים ורחבים יש לעקוב אחר הקווים שעל גבי הרשת. שטח הפנים של הבד הוא קטן יש לוודא כי המחס המשמשת לרקמה אינה חדה.	פעולה אוטומטית עם חוט עבה ומחס פלסטית כהה ותפירתו אל תוך רשת גדולה וברורה - ללא סדר וארגון.	רקמה מעשה מחט: תפירת צורות שונות באריג תוך שימוש בחוטים צבעוניים - לנוי ולקישוט. האריג יכול להיות צפוף ו/או דליל. סוגי החוטים בהם ניתן להשתמש: מולינה, פנינה צמר, זהב, כסף או סינתטי. ניתן להשתמש במחס חדה או כהה, מחומר מתכתי או פלסטי.
הדבקת צורות גאומטריות צבעוניות לאורך קווי מתאר לשם קבלת אובייקט סופי כגון צורה גאומטרית, פרצוף, פרח וכדומה.	הדבקת צורות צבעוניות על גבי משטח נייר, בריסטול או קרטון.	אפליקציה טכניקה של הדבקת או תפירת דמויות ואורנמנטים על גבי בד, נייר, עור, קליפות עץ וכדומה - לצורכי קישוט.
החדרת הבד אל תוך הקלקל בנקודות המסומנות מראש מותרת סטייה מקווי המתאר.	החדרת בד המונח על גבי קלקל ("קלקר") בלחיצת עיפרון או מקל חד לתוכו.	

(על פי קלאודיה אלן)

רמת השתתפות 5	רמת השתתפות 4	רמת השתתפות 3	רמת השתתפות 3-
פעולה מכוונת מטרה אותה בוחר המשתתף באופן עצמאי, יוזם, מבקר ולומד מתוך ניסוי וטעייה	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך השגחה מינימלית של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך סיוע מינימלי, הכוונה והשגחה צמודה של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (בעזרת המדריכה)
מילולי	זקוק להכוונה מילולית קלה והדגמה	הוראה מילולית וחזותית של המוצר המוגמר קיימת למידה מחברי הקבוצה	
אורגניזם על פי הוראות מסורטטות מתוך ספר (תוך הדרכה והכוונה של המדריכה).	אורגניזם בהתאם לדוגמאות מוחשיות הבנויות מראש (בליווי המדריכה).	בניית פריטי נייר בסיסיים בשלושה-ארבעה שלבים מכיוון שאין בקרה עצמית - על המדריכה לעקוב ולסייע באופן מעשי במהלך הביצוע.	בניית פריטי נייר: מניפה, פרפר, פרחים שרשראות, כובע, סירה וכוס.
ציור מופשט מהדמיון באופן עצמאי, למידת טכניקות חדשות, ואף למידה מטעויות ותיקון בהתאם.	המטופל בוחר רעיון מוכר המטופל מסוגל לבצע ציור בן מספר שלבים תוך ניסוי וטעייה.	בחירת צבע באופן עצמאי המטופל יכול למלא את שטח מתאר התמונה או להשלים את הציור בעזרת המדריכה.	עבודה על גבי שבלונה (תדמית) ומילוי שטח המתאר של התמונה (תוך כדי דרבון מתמשך מצד המדריכה להשלמת הפעולה).
שימוש בטכניקות שונות ומורכבות לאחר הסבר והדגמה (למשל: תך שרשרת, תך טמבור, תך שרשרת כפולה, תך מכונה וכן הלאה).	שימוש בשתיים עד שלוש טכניקות מוכרות ולימוד טכניקה אחת חדשה (לאחר הדגמה והכוונה מעשית על ידי המדריכה).	"תך תוכף" - מילוי פנים הצורה שנסגרה על פני הרשת ברקמה.	"תך תוכף" - ניתן לצמצם במעט את המרווחים ברשת ולהוסיף פניות בעת הרקמה לכיוונים שונים על גבי הרשת יש ציור בסיסי.
שימוש בטכניקות שונות וחומרים שונים לאחר קבלת הסבר והדגמה.	הדבקת חומרים שונים על גבי משטח נקי - כדי לקבל תמונה הדומה לתמונה הנמצאת מול המטופל.	הדבקת חומרים שונים על גבי משטח מצויר כדי ליצור תמונה הדומה לתמונה שעל גביה מדביקים.	הדבקת חומרים מהסביבה כגון עלים יבשים, פקקים של בקבוקים, שעועית יבשה, אפונה, קליפות של אגוזים וכדומה - במטרה לקבל מוצר מוגמר.
המטופל בוחר ומבצע רעיון מופשט מפרי דמיונו.	המטופל בוחר באופן עצמאי רעיון לביצוע.	המטופל מסוגל לבחור רעיון אפליקציה לביצוע לאחר הצגת מבחר מצומצם (2-4) של רעיונות; המטופל בוחר באופן עצמאי את צבע וצורת הבדים - מתוך מגוון רחב של אפשרויות; המטופל מחדיר את הבד לפי קווי מתאר באופן מדויק למדיי; המטופל מסוגל להוסיף הדבקות על הבד, כדי לגוון וליצור מוצר סופי.	בחירת צבע או צורת הבד מתוך מגוון מצומצם החדרת הבד בעזרת המקל תוך סטייה מועטה.

רמת השתתפות 2+	רמת השתתפות 2	רמת השתתפות
יכולת ביצוע	פעולה מונטונית - החוזרת על עצמה	פעולה מונטונית מכוונת עם תגובה חלקית
סוג ההוראה יצירה	הדגמה והוראה מילולית תוך דרבון מתמשך	
גזירה והדבקה.	הדבקת מדבקות פשוטות ללא מטרה מוגדרת.	הדבקת המדבקות על פני קווי מתאר בצורה לא מדויקת; גלגול דפי מגזין והדבקתם על גבי נייר אחר או קרטון.
עיסת נייר (Papier mâché): טכניקת הדבקת שכבות נייר אחת על גבי השנייה עד לקבלת צורה סופית.	הכנה לעבודה: קריעה גסה של נייר (עיתונים, מגזינים, מעטפות, מפיות נייר וכדומה).	המשתתף מסוגל להדביק בשכבות את הנייר הרטוב במים על גבי מכל של קופסת שימורים (יש לוודא שאין קצוות חדים), עציצים וכדומה - לקבלת צורה גסה אך בעלת זיהוי.
עבודה עם פלסטלינה מומלץ לעיין בספריו של רוני אורן ובערכות (קיטים) שייצר (הוצאת "אנונימה").	המשתתף מרגיש את החומר והמרקם; בסיוע המדריכה.	מעיקה/לחיצה על שולחן; יצירת "פיתה".
מקרמה: קשירת פתילי חוט או חבלים דקים על פי תבנית.	ללא	ללא
אריגה: קליעת חוטים שתי וערב לשם עשיית אריג.	ללא	ללא
עבודות עם חרוזים.	השחלת טבעות עץ, בד או פלסטיק גדול על מוט עבה ניתן להשתמש במוט עם טבעות גדולות בצבעים וגדלים שונים.	העברת טבעות או חרוזים גדולים במיוחד לאורך מוט סגור בקצותיו (כגון חשבונייה גדולה).
עבודה עם אטבי כביסה ליצירה.	ללא.	הדבקה של אטבים על פני משטח. הדבקת האטבים יכולה להיות באותו כיוון או ברצף של כיוונים מתחלפים: - משטח שטוח. - משטח עגול. - משטח גלילי (מכל של כדורי טניס). - קופסה קטנה.
מוזאיקה (פסיפס) סוג של אמנות דקורטיבית, אשר נבנית על ידי צירופן של יחידות או חתיכות חומר קטנות המכסות שטח פנים מסוים, כדי ליצור דבר מה חדש בעל זהות ייחודית משלו.	הנחת אבנים קטנות בתבנית בעלת מסגרת (ניתן להשתמש בלֶבֶד במידה שהמשתתף נוטה להכניס לפה).	הנחת אבנים קטנות בשני צבעים על גבי תמונה נתונה מראש.

רמת השתתפות 3	רמת השתתפות 4	רמת השתתפות 5
פעולה מכוונת מטרה המב יאה לתוצר סופי (בעזרת המדריכה) הוראה מילולית וחזותית של המוצר המוגמר קיימת למידה מחברי הקבוצה	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך השגחה מינימלית של המדריכה) זקוק להכוונה מילולית קלה והדגמה	פעולה מכוונת מטרה אותה בוחר המשתתף באופן עצמאי, יוזם, מבקר ולומד מתוך ניסוי וטעייה מילולי
הדבקה של רצועות נייר אותן המשתתף גזר באמצעות מספריים לא חדים; המשתתף יכול לגלגל את הנייר על גבי עיפרון כדי ליצור סלסול ולהדביקו על גבי נייר אחר.	הדבקה של צורות סופיות שנוצרו מסלסול ניירות בעלי אורך ועובי שונים על גבי עיפרון והדבקתם יצירת מוביילים (מְכַצְדוֹת) שונים מרצועות נייר בשלל צבעים וצורות.	יצירה מופשטת באופן עצמאי בעת שימוש במפיות, ניתן ליצור אפקט של הגבהה באמצעות הנחת חומר מתחת לאזור אותו רוצים להבליט.
המטופל מסוגל להדביק על גבי חומר קשיח, לצבוע בצבע אחד ולכסות בלכה לאחר הייבוש (יש לבחור בצבע לכה על בסיס מים וללא ריח).	ניתן ליצור דגם באמצעות נייר כסף ולהדביק את עיסת הנייר על גבי הדגם, עד לקבלת מבנה סופי המוכן לצביעה בטכניקה זו ניתן ליצור, למשל, דוגמאות של בעלי חיים, דמויות וצמחים.	ניתן לשלב מתחת לעיסה חומרים שטוחים מן הסביבה ומהטבע (כגון עלים, ענפים, צמר וכדומה) - כדי לתת טקסטורה מעניינת.
יצירת צורות פשוטות כגון כדור או גליל חיבור צורות האחת לשנייה.	יצירת צורה בעלת משמעות כגון כובע, דמות עם גפיים מריחה של הפלסטלינה על גבי משטח בצבע מסוים מסוגל להתאים צבעים	המדריכה מייצעת ומכוונת את המטופל ליישם את הרעיון שלו ולהגיע לתוצר.
ליפוף החוט לשניים והשחלת הקצוות אל תוך הלולאה ומעבר למוט אופקי; החוטים נשארים פתוחים לאורך.	המשך הליפוף ויצירת קשרים לפי דוגמה פשוטה שנותנת המדריכה.	עבודה מודרכת ליצירת מוצר מוגמר במגוון של טכניקות קשירה וצבע.
יצירת פונפון: ליפוף צמר עבה סביב שתי טבעות העשויות קרטון - עד לקבלת כדור עבה. בין שני הקרטונים יש חוט ארוך לקשירת החוטים המלוכפים לאחר גזירת הקרטון.	השחלת שתי וערב של חוט עבה בין חוטים או חריצים של קרטון או פוליגל - עד לקבלת צורת ריבועי לוח שח-מט ממולאים בניית בובה בדמות אדם.	עבודה מודרכת ליצירת מוצר מוגמר מתוך בחירה של מגוון אפשרויות ניתנות. למשל: שטיח צמר עם ציור, יצירת בובות לטלפון הנייד, עבודה על נול; שימוש במגוון עזרים הכוללים חוטי צמר, חוטי פלסטיק, בדים, ברזל וכולי.

רמת השתתפות 5	רמת השתתפות 4	רמת השתתפות 3	רמת השתתפות 3-
פעולה מכוונת מטרה אותה בוחר המשתתף באופן עצמאי, יוזם, מבקר ולומד מתוך ניסוי וטעייה	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך השגחה מינימלית של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה המביאה לתוצר סופי (תוך סיוע מינימלי, הכוונה והשגחה צמודה של המדריכה)	פעולה מכוונת מטרה המב יאה לתוצר סופי (בעזרת המדריכה)
מילולי	זקוק להכוונה מילולית קלה והדגמה	הוראה מילולית וחזותית של המוצר המוגמר קיימת למידה מחברי הקבוצה	ההשחלה של חרוזים בגודל בינוני לאורך שרון צבעוני ניתן לבקש רצף של עד שלושה צבעים לפי דגם.
בחירה של מוצר מתוך מגוון רעיונות המוצגים בחוברת הניתנת על ידי המדריכה המדריכה מכוונת ומסייעת בהתאם לצורך.	השחלת מגוון של חרוזים וסוגרים דרך חוט דק המשתתף יכול להיעזר במגוון כלי עזר ועבודה המשתתפים יכולים ליצור מגוון מוצרים סופיים כגון שרשראות, צמידים, עגילים ושרשרת אחידה למפתחות או לטלפון סלולרי.	השחלה דרך חוט תיל דק; המשתתף מסוגל לעבוד על פי הוראות וסכמה לבנייה השלמת העבודה על ידי המדריכה	יצירת פנים: הדבקת זוגות של אטבים ולאחר מכן חיבורם לעיגול שלם על פני העיגול ניתן להדביק עיניים ופה להשלמת פרצוף את הפרצוף שמתקבל ניתן לתלות כמובייל (מרצדת).
- בניית כיסא נדנדה. - בניית דגם באר מים.	בניית צורה של: - איש - כיסא פשוט - מובייל מורכב יותר	יצירת מחזיק מפיות: הדבקת זוגות של אטבים ויצירת שני חצאי עיגול, אותם מחברים אנכית למשטח עץ לכוד (דיקט) או משטח העשוי מאטבים. רעיונות נוספים: - יצירת שולחן (העיגול עומד על רגליים). - שרפרף. - בסיס לתמונה. - מסגרת לתמונה.	יצירת פנים: הדבקת זוגות של אטבים ולאחר מכן חיבורם לעיגול שלם על פני העיגול ניתן להדביק עיניים ופה להשלמת פרצוף את הפרצוף שמתקבל ניתן לתלות כמובייל (מרצדת).
המשתתף בוחר בעצמו ובונה פסיפס באופן עצמאי.	בנייה לפי ציור או דוגמה המונחת מול המשתתף.	ניתן לשלב בין השורות צורה גאומטרית כגון פרח.	ניתן להדביק את האבנים על קופסה לצורך קישוט; ניתן לחזור על רצף של עד שלושה צבעים לאורך או לרוחב.

דוגמאות לפעילויות לרמת השתתפות 2-3 בהתאם לרמת התווך הניתנת:

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
משחקי כדור	כדור תלוי	כדור ים בינוני, חוט, תקרה	הנאה, חיזוק, חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	המשתתפים יושבים מסביב לכדור ודוחפים אותו מצד לצד.	
משחקי כדור	כדור חופים	כדור ים בינוני	הנאה, חיזוק, חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	על המשתתפים למסור את הכדור אחד לשני תוך כדי ספירה. כל פעם שהכדור נופל לרצפה יש להתחיל לספור מחדש	ניתן לשנות ולהשמיע מוזיקה כל עוד הכדור באוויר וכאשר הוא נופל לרצפה המוזיקה מפסיקה. ניתן לתלות רשת כמו של טניס שולחן (פינגפונג) לאורך שולחן או בין שני חצאי החדר בכדי להכניס את המשתתפים לאווירה. ניתן למלא כדור ים בהליום.
משחקי כדור	בלון באוויר	בלון עם מעט הליום	הנאה, חיזוק, חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	על המשתתפים לשמור על הבלון באוויר באמצעות הידיים, הרגלים או מחבט יתושים. ההליום נועד להאט את הנפילה. ניתן לבחור בלון בהתאם לצבע של העונה.	ניתן להשתמש במצנח סדין או צעיפים אותם מחזיקים המשתתפים המנסים לשמור על הבלון באוויר שלא ייפול על הרצפה. ניתן להשתמש במספר בלונים או כדורים על המצנח.
משחקי כדור	כדור סל	כדור סל וסל לקליעה לתוכו	הנאה, חיזוק, חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	על המשתתפים לקלוע את הכדור לסל.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
משחקי כדור	כדור שולחן	כדור בינוני, מספר שולחנות ארוכים	הנאה, חיזוק, חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	מחברים מספר שולחנות אחד לשני כך שיאפשר כל המשתתפים לשבת מסביב. על המשתתפים לגלגל את הכדור מאחד לשני. מומלץ להושיב משתתפים בעלי רמת השתתפות גבוהה יותר ליד בעלי רמת השתתפות נמוכה יותר בכדי שיעודדו אותם לפעילות.	
משחקי כדור	תפוס את הארנב	כדור קטן כגון כדור טניס וכדור גדל יותר כגון כדור ים בינוני	הנאה, זריזות ידיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	המשתתפים היושבים במעגל, מעבירים את הכדור הקטן (הארנב) מאחד לשני, כאשר הכדור מגיע לאמצע המעגל המדריכה מכניסה את הכדור הים (האיכר) למעגל והמשתתפים מעבירים אותו באותו כיוון. המטרה שהכדור הגדול (האיכר) יתפוס את הכדור הקטן (הארנב). מותר למשתתפים להחליף את כיוון המסירה של הכדור הים אך אסור לשנות את הכיוון של הכדור הקטן.	ניתן לאפשר למשתתפים להחליף את הכיוון של שני הכדורים.
משחקי כדור	מלים לנושא	כדור קטן, לוח מחיק	בניית אוצר מילים, הנאה, זריזות ידיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	אחד המשתתפים נבחר או מתנדב לציין כמה שיותר מילים בנושא מסוים. על גבי הלוח המחיק רושמים את המילים שהמתנדב מציין בנושא שנבחר כגון: עונות השנה, פירות וירקות, מאפים, פרחים וכו'.	
משחקי כדור	כדור רגל בישיבה	כדור פיזיו גדול	הנאה, תנועתיות של גפיים תחתונות.	המשתתפים יושבים במעגל גדול וצועטים בכדור אחד כלפי השני.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
משחקי קליעה	קליעת מטבעות שוקולד לסל	מטבעות שוקולד, סל	הנאה, תנועות של גפיים תחתונות.	על המשתתפים לזרוק את המטבע לתוך סל המונח לפניהם על השולחן.	ניתן להשתמש במרשמלו (בכדי לדמות כדורי שלג) – במקום לזרוק לסל במרכז על המשתתפים לזרוק לתוך סלסלת של המשתתפים ובכל לדמות "מלחמת שלג". המשחק נמשך שתי דקות במהלך המטפלים מתלכלכים מעט והמנצח הוא זה שסלסלתו הכי הרבה מרשמלו.
משחקי כדור	Bowling	כדור, חיילים גדולים מפלסטיק.	הנאה, חיזוק חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית.	על המשתתפים להפיל את החיילים המסודרים. במקום כדור ניתן להשתמש בשקיות שועית. במקום חיילי פלסטיק ניתן להשתמש בפחיות קולה ערומים אחד על השני שיוצרים רעש נעים שנופלים או בקבוקי מיץ שונים.	
משחקי קליעה	קליעה לסל	מטבעות בגדלים שונים (ניתן להשתמש בברגים, שייבות, אומים או כל דבר אחר שרוצים למיין). סלים או פחים.	הנאה, תאום עין יד, עידוד אינטראקציה חברתית	המשתתפים יושבים במעגל כאשר הפחים מונחים במרכז הרצפה. כל משתתף בטורו מנסה לקלוע לפח המיועד את מה שיש לו ביד.	
משחקי קליעה	קליעת מטוס מנייר לתוך חור גדול בנייר	נייר מדפסת	הנאה, תאום עין יד, עידוד אינטראקציה חברתית	על המשתתפים להכין מטוסים מנייר ולהטיס אותם לתוך חור גדול בנייר שתלוי מהתקרה.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
פעילויות יום יום	כביסה	בגדים לכביסה, אבקת כביסה, כרם ארומאטי, מוזיקה רגועה, סל כביסה, מים חמים, שקית זבל גדולה לבגדים המלוכלכים.	נתינת יחס אישי לכל משתתף, נתינת משמעות ויכולת תחושת עצמי.	יש להשמיע מוזיקה שקטה בחדר קטן ובו כיור. ממלאים את הכיור במים חמימים. הבגדים המלוכלכים בשקית, בעוד שהמשתתפים עומדים בטור וכל אחד שותף בגד ושם בסל הכביסה. לאחר השטיפה ניתן למרוח את ידיו של המשתתף בכרם ארומאטי לסיום.	ניתן לקבוע ימים קבועים לפעילות כגון ימי שלישי וחמישי.
פעילויות יום יום	קיפול כביסה	מגבות, סלסלת כביסה	נתינת יחס אישי לכל משתתף, נתינת משמעות ויכולת תחושת עצמי.	מניחים מגבות בתוך סלסלה גדולה שעל המשתתף לקפל יפה לערמה.	
פעילויות יום יום	טיפול עצמי	לק לציפורניים בצבעיים שונים, משייף ציפורניים, ספריי ציפורניים לייבוש	תחושת ערך עצמי, ניקיון ציפורניים	המשתתפים יושבים במעגל סביב שולחן. כל משתתפת בוחרת את הצבע האהוב עליה בזמן שמנקים להן את הציפורניים.	
פעילויות יום יום	הכנת פסטה	כלי מטבח (יש לשקול כלים מפלסטיק לצרכי בטיחות) פסטה, חומרים לסלט, רוטב לפסטה. (יש להתייעץ עם דיאטנית בהתאם לצורך במידה ומשתתפים סוכרתיים).	הנאה, תחושת ערך עצמי, תרגול מיומנויות מטבח.	ניתן לחלק את המשתתפים לשתי קבוצות אחת מכינה סלט והשנייה פסטה בהתאם להוראות שעל האריזה. על המשתתפים להכין את השולחן לפני שיושבים לאכול. ייתכן והמשתתפים יזדקקו לתווך תוך כדי עבודה בהתאם לרמת ההשתתפות שלהם.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
פעילויות יום יום	עיתון – פרסומות	אוסף של עיתוני השבת, מספריים.	העלאת מודעות ליוקר המחיה.	המשתתפים בוחרים עיתונים מתוכם עליהם לזהות פרסומות מתוך רשימה נתונה ולגזור. ייתכן וחלק מהמשתתפים יזדקקו לעזרה באיתור וגזירה בהתאם לרמת השתתפותם.	
זיכרון	משחק הניחוש	גרביים ישנות בצבעים שונים, חפצים שונים כגון: אטבי כביסה, צבעים, מסרק, כדור טניס, כוס קטנה, משקפיים מפלסטיק, חלקי סכו"ם וכו'.	תרגילי זיכרון	בכל גרב מוסתר חפץ מול עיניהם של המשתתפים. לאחר ערבוב הגרביים כל משתתף מקבל גרב שונה ועליו לנחש ללא מישוש מה יש בתוכה.	ניתן לבקש מהמשתתפים לנחש מה קיבל זה שיושב לידם. ניתן להציג למשתתפים כלים מודרניים שפותרו אחד ולהציג אותם אחד אחד ולבקש מהם לנחש למה הם משמשים. – שם המשחק "מה זה?"
זיכרון	עצות של ספר הטיפים - מאת: אודטה דנין	רשימת עצות של אודטה על כרטיסיות.	העלאת זיכרונות, שיתוף בתרופות סבתא ורעיונות יום יומיות	כל משתתף מציג רעיון הכתוב על כרטיס שקיבל. המשתתפים מעודדים להתייחס להעלות רעיונות משלהם.	ניתן להעלות בעיה וכל משתתף מציג פתרון משלו. לאחר סבב בודקים מי נתן עצה או פתרון הדומה לזה של אודטה.
זיכרון	קיץ	מגוון קונכיות מהים, מוזיקה של חוף ים הכוללת גלים וציפורים, נרות ריחניים, משקפי שמש ניתן להוסיף כיסא ים וכרם שיזוף.	עידוד אינטראקציה חברתית, העלאת זיכרונות.	על המשתתפים היושבים מסיב לשולחן להעלות מזיכרונם תיאורים של "אחר הצהרים בחוף הים". בדגש על בניית סביבה הדומה ככל שניתן לחוף ים במטרה לעודד את המשתתפים ליצור אינטראקציה חברתית.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	אוכל מסורתי	כרטיסיות עם תוויות של אוכל, כרטיסיות ריקות וכלי כתיבה. מוזיקה מהתקופה שבה המשתתפים היו ילדים בעצמם.	לעלות זיכרונות של מאכלים בבית, במשפחה, אצל חברים ובקהילה.	יש לרשום את השמות של המאכלים שהמשתתפים מעלים ולחלק אותם לתוויות בהתאם כגון: קינוחים, ממתקים, ארוחת שבת וחג וכו'.	
זיכרון	ספר זיכרונות			קווים מנחים לספר זיכרונות ניתן למצוא באתר How to Make a Scrapbook for the Elderly	ניתן ליצור קולאז' על גבי קרטון ביצוע בו מופיע תמונתו של הדייר ומתחתיה מאפיינים ייחודיים של הדייר. כגון: אוכל אהוב, חבר ילדות, התיכון בו למדתי וכו'. מומלץ לניילן את הלוח. בני משפחה ומטפלים ייהנו להתבונן במשותף עם הדייר.
זיכרון	רעיונות לפעילויות פנאי	כרטיסיות עם אותיות, כלי כתיבה, שעון עצר ולחו מחיק.	עידוד אינטראקציה חברתית, יצירת שיתוף פעולה ומדעות לפעילויות פנאי	על המשתתפים לעלות רעיונות לפעילויות פנאי חיוביות המתחילות באות אקראית שמופיע על כרטיס שנשלף באופן אקראי. על המשתתפים לרשום כמה שיותר פעילויות בזמן נתון. את שמות הפעילויות רושמים על פני לוח מחיק.	ניתן להציע למשתתפים לנסות רעיון או מספר רעיונות שהעלו במהלך הפעילות.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	פיצוץ בלונים	בלונים בצבעים שונים, פתקיות עם שאלות מנחות להעלאת זיכרונות. סיכה או מספרים לפיצוץ הבלון.	עידוד אינטראקציה חברתית, העלאת זיכרונות.	מכניסים לבלונים פתקיות עם שאלות מנחות כגון: תאר לנו על הבית בו גדלת? מה הייתה העבודה הראשונה שלך? מה אתה זוכר מסבתא וסבא שלך? ה "Date" הראשון, המורה הדוחה מימי בית הספר? ...את הפתקיות מכניסים לבלונים ומנפחים אותם. על המשתתף לבחור בלון ולפוצץ אותו. לאחר שמפוצץ אותו לוקח את הפתקית ועונה על השאלה.	אם המשתתף מפחד לפוצץ את הבלון המדריכה יכולה לעשות זאת בשבילו. במקום- ניתן לרשום את השאלות על כרטיסיות להכניס בקופסא ולהעביר אותה בין המשתתפים. כל משתתף בטורו לוקח כרטיס מקריא את השאלה ועונה.
זיכרון	קופסת הזיכרונות	פריטים ישנים: צעצועים, מגהץ ישן, רדיו וכו'.	לאפשר למשתתפים לעלות זיכרונות באמצעות אסוציאציה	בכל פעם נשלף פריט בודד מתוך "קופסת הזיכרונות" והמשתתפים מעודדים לתאר את החוויה שלהם.	ניתן להשתמש בתמונות של רהיטים ישנים – אנטיקות ולעודד את המשתתפים להתייחס עליהם.
זיכרון	בובות	בובות – רצוי של דובים. תה ועוגיות.	עידוד אינטראקציה חברתית והעלאת זיכרונות	המשתתפים מוזמנים למסיבת תה עם עוגיות עם הדובי שלהם. על אחד מהמשתתפים מספר על הדובי שהיה לו בילדותו.	
זיכרון	מוזיקה	נייר וכלי כתיבה, לוח מחיק לרשום ניקוד.	לאפשר למשתתפים לעלות זיכרונות באמצעות אסוציאציה הקשורה לשירים, עידוד עבודת צוות ו עידוד אינטראקציה חברתית.	המשתתפים מתחלקים לשתי קבוצות, כל קבוצה עונה בזמן נתון על שאלות כגון " שירים שיש להן שמות של נשים או פרחים, צבעים מזג אוויר וכו'. בסיום הזמן הנתון על כל קבוצה לשיר את השיר שמצאו. על כל שיר שהקבוצה שרה היא מקבלת נקודה.	
זיכרון	יומן	דפים וכלי כתיבה.	עידוד אינטראקציה חברתית והעלאת זיכרונות.	על דף ובו רשומים לאורך השנים של המשתתף החל מילדותו ועד היום. על המשתתף לציין בכל שנה אירוע משמעותי עבורו.	ניתן לרשום שנה מסוימת על לוח מחיק והמשתתפים מציינים אירועים בהתייחס לאותה השנה.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	ספר מתכונים	דפים, כלי כתיבה, מחשב עם אינטרנט ומדפסת, מצלמה.	העלאת זיכרונות באמצעות שיתוף המתכונים הכי אהובים על המשתתפים.	יש לאסוף מכל דייר או בני משפחתו את המתכונים האהובים עליו. כמו כן, יש לאסוף מידע על מקור המתכון ורקע על המשפחה. מומלץ לבקש תמונה של הדייר ולצרף אותה למתכון. במידה והדייר יכול לכתוב בכתב ידו את המתכון זה נותן מגע אישי וייחודי למתכון. ניתן לקשט את הספר בתמונות של פרסומות ישנות שהורדו מהאינטרנט כדי לתת לספר מראה ייחודי.	
זיכרון	טלפון שבור	ללא	עידוד אינטראקציה חברתית, זיכרון מידי וללמד איך שמועות מתחילות.	המשתתפים יושבים במעגל, המדריכה לוחשת אמירה לאוזנו של המשתתף הראשון ועליו ללחוץ למשתתף השני וכך הלאה. המשתתף האחרון צריך לאומר בקול רם את האמירה. סביר שיטעה.	
זיכרון	מה בקופסא?	מגוון של כדורים: כדור סל, כדור רגל, כדור יד, כדור טניס, כדור פינג-פונג, כדור גולף וכו'.	העלאת זיכרונות מפעילויות בעבר, ספורט וגירוי תחושותי	משתתפים יושבים במעגל. הפעילות מתחילה בדיון על סוגי כדורים, המדריכה מוציאה מהקופסא כדור בהתאם לתוכן שמעלה הקבוצה. על המשתתפים להתייחס למשקל הכדור, גודל, הטקסטורה שלו וכו'.	ניתן להוסיף פעילות גופנית כגן הרמת הכדור מעל הראש, מסירות, בעיטות וכו'.
זיכרון	חתונה	תמונות ישנות של חתונות, שמלת כלה אם אפשרי וכו'.	העלאת זיכרונות נעימים, שיפור הביטחון העצמי.	לפני הפעילות יש ליצור אווירה של אירוע מיוחד רצוי להתאים מאכלים ומטעמים הולמים. יש לעודד את המשתתפים לספר על יום החתונה שלהם מתוך ההתבוננות בתמונות.	במידת האפשר ייתכן וניתן לבקש מבני משפחה להביא תמונות החתונה של הדיירים המשתתפים בפעילות. ניתן לשקול להציע שהמשתתפים יתלבשו כחתן וכלה. ניתן ליצור סיטואציה של מסיבת רווקים או רווקות.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	עדות ורב תרבותיות	מאכלים מעדות ותרבויות שונות	העלאת זיכרונות, תחושת גאווה.	בני משפחה של המשתתפים באים לפני המשתתפים ומציגים את העדה והמאכלים האהובים על בן משפחתם.	ניתן לבקש ממטפלים ואנשי צוות של המוסד להציג את עצמם והמאכלים המקובלים בביתם. ניתן להביא בובות לבושות בלבוש מסורתי ולהציג אותו בפני המשתתפים. הבובות יאפשרו העלאת זיכרונות ודין.
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	כרטיסיות לברכות, כלי כתיבה, כלים לציור מדבקות של לבבות ומספרים.	העלאת זיכרונות נעימים.	המשתתפים יוצרים כרטיסי ברכה מעוטרים. בהתאם ליכולת המשתתפים ניתן לאפשר להם לחתוך עם מספרים כרטיסיות בצורת לב.	ניתן ליצור כרטיסיות בצורת לב עם תמונות המשתתפים ושמותיהם. להניח אותם הפוכים על השולחן ולשחק משחק הזיכרון.
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	כרטיסיות בצורת לב.	קבלת יחס אוהב מאנשי צוות.	כל משתתף מקבל כרטיס בצורת לב יום לפני חג האהבה. ביום החג על כל איש צוות שבר במגע עם המשתתף לתת חיבוק ולחתום על הכרטיס. בסוף היום סופרים לכל משתתף כמה חתימות יש לו. בעל החתימות הרב ביותר זוכה בפרס.	ניתן לחלק לכל משתתף ביום האהבה מספר כרטיסיות עם השם שלו. על המשתתפים לחלק לצוות את הכרטיסיות. איש הצוות שמקבל כרטיס נותן חיבוק למשתתף. את הפרס נותנים לאיש הצוות לו יש את מספר הכרטיסיות הרב ביותר.
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	כרטיסיות בצורת לב.	קבלת יחס אוהב מהמשתתפים. העלאת זיכרונות הקשורות חיים האהבה.	חותכים את הכרטיסיות בצורות שונות. על המשתתפים לאתר למי החצי השני של הלב שברשותם, את ארוחת הערב ביום האהבה יוכלו זה לצד זה.	ניתן לחל למשתתפים עוגיות בצורת חיות ולזווג אותם זוג זוג לפי הסיפור של נח בתיבה.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר		קבלת יחס אוהב מהמשתתפים. העלאת זיכרונות הקשורות ביום האהבה.	המשתתפים יושבים בשתי שורות מקבילות. כל משתתף עובר בטורו בין שתי השורות כך שמתאפשר כל אחד לתת "לחיצת יד", "תפיחה על השכם", "חיבוק", "כיף" או מילה טובה. בסיום המשתתפים מעודדים לשוחח ולשתף ברגשות והזיכרונות שהפעילות יצרה בקרבם.	
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	מקרן שקפים (או מקור אור) דף גדול.	קבלת יחס אוהב מהמשתתפים. העלאת זיכרונות הקשורות חיום האהבה.	יוצרים את הדמות מהצללית של כל משתתף על דף. לאחר מכן על המשתתפים לזהות של מי הצללית. ניתן לאפשר לכל משתתף לציין משהו חיובי לגבי אותה הדמות בעלת הצללית. בסיום המשתתפים מעודדים לשוחח ולשתף ברגשות והזיכרונות שהפעילות יצרה בקרבם.	ניתן לתלות את קווי המתאר בחדר יום ולאפשר לצוות המטפל לזהות את הצלליות ולרשום הערות חיוביות.
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	מדבקות גדולות בצבעים שונים	חיזוק תחושת העצמי, העלאת זיכרונות	כל משתתף מקבל מדבקה בצבע שבחר, על גבי המדבקה המשתתף רושמים תכונות טובות ומיוחדות שהמשתתף חושב על עצמו, שאר הדיירים חושבים עליו. ניתן גם לשאול את בני המשפחה והצוות המטפל על התכונות המיוחדות והטובות של אותו משתתף. במהלך יום האהבה המשתתף נושא את המדבקה בגאוה.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
זיכרון	יום האהבהט"ו באב14 לפברואר	קופסא קטנה בה מודבקת מראה בחלק הפנימי של המכסה.	חיזוק תחושת העצמי, העלאת זיכרונות. חיזוק ערך העצמי.	בתחילת הפעילות מציגים לחברי הקבוצה את הקופסא ואומרים להם "שזו קופסת קסמים שלכל משתתף תהיה הזדמנות להכיר מיהו האדם המיוחד" ניגשים לכל משתתף בקבוצה ומציגים לו את הקופסא. לאחר שהו מנסה לנחש פותחים את הקופסא והוא מגלה את עצמו בשיקוף המראה. לאחר הזיהוי יש לעודד את המשתתפים לדבר על התחושה שלהם, החיוך לאחר ההפתעה וכו'.	
זיכרון	זיכרון מרחבי	עידוד אינטראקציה חברתית, זיכרון של המרחב.	אחד המשתתפים יוצא מחדר היום, בזמן שהוא מחוץ לחדר חברי הקבוצה בוחרים פריט בחדר כגון "חלון" או "שולחן". כאשר המשתתף חוזר עליו לנחש מהו הפריט.	במקום פריט בחדר חברי הקבוצה יכולים לבחור תמונה אחת מתוך מגוון של תמונות המונחות על השולחן. ניתן להשתמש בפעילות לעידוד העלאת זיכרונות של המשתתפים בהתאם לתוכן התמונות המוצגות.	
זיכרון	מדבקות על רכבים Bumper Stickers	מדבקות לבנות גדולות, כלי ציור	עידוד ביטוי עצמי	כל משתתף יוצר מדבקה הכוללת ביטוי אישי המתארת את אישיותו. את המדבקה ניתן להדביק על החלק האחורי של כיסא הגלגלים שלו.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
העלאת זיכרונות	העלאת זיכרונות	כרטיסיות לרישום	העלאת זיכרונות ועידוד אטראקציה חברתית	משתתפים יושבים במעגל, המשתתף הראשון משיים מקום אחד בו ביקר בעבר. כל המשתתפים שביקרו באותו מקום בעברם מקבלים כרטיס ובו נרשם שם המקום. כך עוברים אחד אחד אחרי השני עד לאחרון המשתתפים. בסיום נספרים הכרטיסים שצבר כל משתתף.	
כללי	Hangman	לוח מחיק גדול וטוש לכתובה. ניתן להכין כרטיסיות עם אותיות מראש.	עידוד אינטראקציה חברתית. זיהוי אותיות. מודעות להיגינה אישית. מודעות לבריאות. מודעות לבטיחות. ועוד.	יש לבחור במילה בהתאם לנושא שרוצים לעודד את המשתתפים להתייחס עליו. בכל פעם שהמשתתפים טועים מוסיפים קו של הדמות עד שהמילה נחשפת או שהאדם המצויר ניתלה.	
כללי	סיפור	צמר בצבעים שונים.	עידוד אינטראקציה חברתית.	חותכים חוטי צמר באורכים שונים. את החוטים קושרים אחד לשני כל שהם יוצרים חוט אחד ארוך. את החוט החדש מגלגלים לכדור. את כדור הצמר נותנים למשתתף הראשון המתחיל לספר סיפור. שהצבע נגמר הוא חייב לתת למשתתף הבא שממשיך את הסיפור וכך הלאה.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
כללי	מכירה פומבית	חפצים למכירה דמונית או חפצים שנותרו וניתן לחלק אותם למשתתפים כגון: כרם, ידיים, ממחטות נייר, קופסאות וכו'. שטרות ומטבעות דמה.	עידוד אינטראקציה חברתית, תחרותיות, התמצאות והנאה.	על המדריכה לעודד יצירת אוויה של מכירה פומבית בה על המשתתפים לבזבז את הכסף המדומה שקיבלו.	
כללי	הכר את השכן	ללא	להכיר את המשתתפים בקבוצה	על המשתתפים לשבת במעגל. המשתתף הראשון מציין את הדבר שהוא הכי אוהב ושואל את חברי הקבוצה אם יש עוד שאוהבים א אותו הדבר. הראשון שמצביע מספר מה שהוא אוהב וכך הלאה והלאה..המדריכה רושמת למי יש הכי הרבה תחומי עניין משותפים עם חברי הקבוצה.	
כללי	מצלמה נסתרת	מצלמת וידאו	עידוד אינטראקציה חברתית	פעילות זו כוללת ארבעה מפגשים. במפגש הראשון מראים למשתתפים סרטי מצלמה נסתרת. במפגש השני מתכננים סיטואציה שאותה רוצים לצלם. במפגש השלישי מצלמים. במפגש הרביעי יושבים ביחד לצפות.	
כללי	הימור על מתנות	שתי קוביות משחק (רצוי גדולות במיוחד). שקיות חומות אטומות שבכל אחד פרס שהוכנס מראש. חלקם של השקיות ריקות.	עידוד אינטראקציה חברתית, תחרותיות, הומור, חשבון פשוט	מסדרים לאורך שולחן את השקיות האטומות בהן הפרסים. על כל שקית מספר בין 1 ל 12. כל משתתף בתורו זורק את הקוביות. הזורק מקבל את השקית וזוכה בפרס שהקוביות מורות.	ניתן לשחק את המשחק בשינוי קל. על המשתתף לזרוק את הקוביות. הוא זוכה בשקית אם ורק אם הקוביות מצביעות על אותו מספר (זהות).

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
כללי	משחק הדייג	חכות דייג העשויות ממקל, חוט צמר ומגנט. דגים מייצור עצמי שבקצה אטב נייר.	עידוד אינטראקציה חברתית, הומור, קואורדינציות עין יד, עידוד תחרותיות.	המשתתפים יושבים במעגל וחכה בידו. בספירה לשלוש כל המשתתפים זורקים את החכות ומנסים לדוג כמה שיותר דגים. המשתתף שדג הכי הרבה דגים מקבל פרס.	ניתן לחלק את המשתתפים לזוגות כך שאחד דג והשני מוריד את הדג מהחכה. ניתן לאפשר למשתתפים ליצור את הדגים בכוחות עצמם.
כללי	בינגו כרטיסיות	כרטיסיות עם תמונות, מספרים, מילים וכו'. לוח פעילות לסימון התשובה. פרסים.	עידוד אינטראקציה חברתית, הומור עידוד תחרותיות ומרכיבים קוגניטיביים.	כל משתתף מקבל לוח גדול עליו הוא מסמן את הכרטיסיות ששלפה המדריכה. המשתתף הראשון שממלא את הלוח שלו מנצח ומקבל פרס.	
יצירה	כרטיסיות ברכה	דפים, כלי כתיבה וציור, סרטים להדבקה, דבק, רצוי גישה למחשב ואינטרנט.	עידוד אינטראקציה חברתית, שיפור מוטוריקה עדינה ותאום עיון יד. כמו כן, הפעילות מעודדת יצירתיות, תאום צבעים ויכולת ביטוי בכתב.	יצירת כרטיס ברכה	
יצירה	פאזל	תמונות מוגדלות של דיירים, מספריים.	שיפור מוטוריקה עדינה ותאום עיון יד.	המשתתפים חותכים את התמונות ולאחר מכן מרכיבים את הפאזל.	ניתן לאפשר למשתתפים אחרים להרכיב את הפאזל של משתתפים אחרים.
יצירה	פאזל	מצלמה, מספריים פלקט גדול.	עידוד אינטראקציה חברתית, מוטוריקה עדינה ושימוש בטכנולוגיה.	מבקשים מהדיירים לצלם את דיירים אחרים (בהסכמה). חותכים את התמונות ומרכיבים את הפאזלים.	ניתן ליצור קולאז' מהתמונות שצולמו. ניתן לצלם אנשי צוות, אובייקטים במרחב הפנימי והחיצוני של המוסד. ניתן לצלם תמונות נוף הנשקף מהמוסד.
יצירה	פאזל	דפים לבנים, צבעים.	עידוד אינטראקציה חברתית, שיפור מוטוריקה עדינה ותאום עיון יד. כמו כן, הפעילות מעודדת יצירתיות.	כל משתתף צובע את הדף כולו וגזור למספר מוגדר מראש של חתיכות. לאחר מכן נוים את הפאזל למשתתף אחר לחבר בחזרה.	

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
יצירה	קולאז'	כלי ציור, דבק, מספרים, ז'ורנלים, תמונות מהאינטרנט.	שיפור מוטוריקה עדינה ותאום עיון יד.	יש לעודד את המשתתפים ליצור ולהשתתף בפעילות. על המשתתפים לצייר, להדביק על פי נושא מוגדר מראש כגון "חג האהבה", "עונות השנה" וכו'.	
יצירה	עלים	עלים בעלי צורות מיוחדות, צבעים, מכחולים, ספוגים ונייר.	פיתוח מיומנויות פנאי, שיפור מוטוריקה עדינה ותאום עיון יד.	משתתפים יושבים ליד שולחן גדול. המשתתפים סופגים את העלים בצבע ומטבעים את הצורה בנייר, ניתן להניח את העלה על הנייר ותטביע צבע מעליו באמצעות ספוג ספוג בצבע. כמו כן ניתן לעבור על העלים בעזת המכחול.	
יצירה	כריות בצורת לב ליום האהבה	בדים בצורת לב שנתפרו ביחד ליצירת לב הפותח בצד אחד. צמר גפן למילוי.	לעודד תחושת ערך עצמי, העלאת זיכרונות ליום האהבה.	המשתתפים ממלאים את הכריות בצמר הגפן לצורך יצירת כרית.	למשתתפים בעלי יכולת השתתפות גבוהה יותר ניתן לאפשר לחתוך את הבדים לצורת לב ולתפור את הקצוות בעצמם.
גירוי חושים	תה	תה בטעמים שונים, כוסות, חלב ודבש.	גירוי חוש הריח והטעם, עידוד אינטראקציה חברתית והעלאת זיכרונות.	המשתתפים יושבים סביב שולחן בזמן שהקומקום מתחמם לרתיחה מחלקים את השקיות תה. ניתן לאפשר למשתתפים להריח ולנחש מה השקית מכילה. ניתן לשוחח על הערך הבריאותי שבשתיית תה. ניתן להעלות זיכרונות ולשוחח על המקור של התה.	ניתן במקום שקיות תה להשתמש בעלים כגון: נענע, לימונית, מרווה וכו'.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
גירוי חושים	קופסת החושים	קופסא גדולה המכילה לדוגמא: לחוש הראיה: קלסר תמונות, כדור נוצץ מנורת Lava. לחוש המישוש: ספוג רחצה, פלסטלינה, כדור קוצים, כרם ידיים. חוש הריח: סבון לבנדר. חוש השמיעה: גגן למוזיקה רגועה. חוש הטעם: מה שרוצים.	ליצור סביבה רגועה, להרגיע את התחושות של המשתתף ולתת תחושב טובה.	בישיבה בחדר בו האורות עמומים, משמעים מוזיקה רגועה ומדליקים את מורת ה-Lava. לתוך קערה עם מים חמים ניתן לשפוך כרם גוף שריחו מתפזר בחלל החדר. מעודדים את המשתתפים להתבונן בקלסר התמונות, לגעת בפלסטלינה וכו'.	בזמן שמסתכלים בתמונות או נוגעים במרקמים השונים מעודדים את המשתתפים לדבר לשיחה קלה.
גירוי חושים	עיסוי פנים	מראת איפור, כרם איפור, מים חמים ומגבת לניגוב.	ליצור סביבה רגועה, להרגיע את התחושות של המשתתף ולתת תחושב טובה.	פעילות לקבוצה קטנה של משתתפים בה המדריכה מאפשרת לכל משתתף לבחור את הכרם שרוצה ומעסה את פניו/ה. מומלץ להשתמש במראה בכדי שהמשתתף יראה את המתרחש.	ניתן להשתמש במלפפונים, לימון והחלבון של ביצה לערבוב ויצירת כרם פנים. המשתתפים יכולים לערבב זאת בעצמם.
גירוי חושים	ידיים חוקרות	קופסא מלאת אורז, כיסוי עיניים וחפצים קטנים להחביא בתוך הארז.	גירוי תחושת, שיפור יכולת זיהוי טקסטורות.	על המשתתפים לזהות את החפצים בתוך הארז.	ניתן בקערה גדולה עם אורז להכניס פירות ולבקש מהמשתתפים לזהות את הפרות שהם ממשישים.
גירוי חושים	פצפץ	פצפצים – ניילון בועות.	גירוי תחושת, שיפור מוטוריקה עדינה והנאה.	מחלקים למשתתפים פצפצים ומבקשים שיפוצצו אותם.	ניתן לחלק למטופלים פלסטלינה או חמר ולתת להם ליצור צורות כאהבת נפשם.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
גירוי חושים	נופים המלווים במוזיקה מרגיעה	סרטונים מרגעים מתוך אתר youtube	הרפיה במהלך מסע במקומות ונופים שונים בעולם.	במהלך מסע מרגיע ביערות הגשם, גלי הים ונופים מרגעים המלווים במוזיקה קלסית המשתתפים נרגעים ונהנים מהמסע המרגיע.	
גירוי חושים	טווחי תנועה של הגפיים	מוזיקה מרגיעה, ריחות נעימים.	שמירה על טווחי תנועה של הגפיים.	בזמן שהמוזיקה מנגנת וקיים ריח נעים בחדר צוות ממקצועות הבריאות עובד עם המטופלים על שמירת טווחים פאסיביים ועידוד תנועות אקטיביות.	
גירוי חושים	פרחי אביב	מגוון פרחי אביב, מספריים ואגרטלים.	גירוי חושים, העלאת זיכרונות.	בתחילת הפעילות מחלקים לכל משתתף פרח. המשתתפים מריחים, חשים ומעודדים לעלות אסוציאציות.	ניתן להתאים את הפעילות לכל עונה עם פרחים המתאימים לה. הפעילות מתאימה גם למשתתפים בעלי לקות ראייה.
גירוי חושים	ידיים חוקרות	משטחים בעלי טקסטורות שונות, כגון: נייר זכוכית בעל חספוס שונה, בדים, רשות מפלסטיק וכו'.	גירוי תחושת, שיפור מוטוריקה עדינה והנאה.	בתחילת הפעילות מחלקים לכל משתתף משווח שעליו למשוש תחילה עם עיניים פתוחות ולאחר מכן עם עיניים סגורות. על המשתתפים לנסות ולתאר את המרקם אותו הם חשים.	ניתן לתת להם כרם סיליקון או זולין למרוח על המשטח ולחוש כיצד המרקם של המשטח משתנה.
גירוי חושים	ידיים חוקרות	ספר של חפצי יום יום	ספר גדול או קלסר עם דפים, חפצי יום יום.	יש להדביק חפצי יום יום לתוך הדפים ולאפשר למשתתפים לחקור ולזהות מהם ולמה הם משמשים.	
גירוי חושים	מיון	מגוון חפצים למיון: כפתורים בגדלים וצבעים שונים, כדורים בגדלים וצבעים שונים, מכסים של בקבוקים, סכו"ם וכו'.	גירוי תחושת, שיפור מוטוריקה עדינה, הגברת תחושת מסוגלות.	על המשתתפים למיין את החפצים לפי תכונה משותפת.	ניתן למיין קופונים, עלים, עוגיות, דגני בוקר, תמונות או כרטיסי ברכה.

קטגוריה	שם הפעילות	ציוד	מטרה	תאור הפעילות	שינויים
גירוי חושים	חוש הראיה	מגזינים שונים	גירוי חוש הראיה, שיפור יכולת סריקה, שיפור מוטוריקה עדינה והנאה.	על המשתתפים לאתר במגזינים אובייקט נבחר. כגון ציפורים, נשים, תינוקות, חתולים, כלבים, מאכלים, מכונות וכו'.	ניתן לבקש מהמשתתפים שיחתכו את התמונות וידביקו על דפים במטרה ליצור ספר חדש.
גירוי חושים	מוטוריקה עדינה	חוט להשחלה, סוגים שונים של דגני בוקר או פופקורן.	שיפור מוטוריקה עדינה, שיפור הדימוי העצמי.	על המשתתפים להשחיל את דגני הבוקר או הפופקורן לאורך החוט. לאחר מכן תולים את השרשרת בחוץ בכדי שציפורים יוכלו.	
גירוי חושים	השתקפות במראה	מראה גדולה ניידת	גירוי חושים, שיפור הדימוי העצמי.	בזמן שהמשתתף מתבונן במראה יש לעודד אותו בתיאור תכונות חיוביות ע"י חברי הקבוצה.	
יוגת צחוק	צחוק	אוסף חידות וחידונים	הנאה וצחוק, עידוד אינטראקציה חברתית	המשתתפים יושבים במעגל. המדריכה מספרת בדיחות פשוטות ומסבירה את ההומור שבהן.	ניתן להשתמש בקריקטורות בהתאם לצורך.
יוגת צחוק	צחוק		הנאה וצחוק, עידוד אינטראקציה חברתית ועידוד תחרותיות	המשתתפים בוחרים נושא ומתחרים לי החיוך היפה ביותר העונה לדרישה. כגון: החיוך הממושך ביותר, החיוך החברתי ביותר, החיוך הרחב ביותר, החיוך החמוד, החיוך הנפוץ ביותר וכו'.	ניתן להשתמש במראה בכדי לשקף את החיוך למשתתף.
גינון	נביטה	זרעים של שועית ניתן לשתול במצע מצמר גפן או עציץ קטן.	הנאה, טיפול בצמח והתבוננות בקצב גדילתו	המשתתפים שותלים את הזרעים ומתבוננים במהלך תקופה קצרה על נביטתו. התהליך יכול לעודד שיחה על גדילה וצמיחה לאורך החיים.	
משחקי כדור	כדור תלוי	כדור ים בינוני, חוט, תקרה	הנאה, חיזוק חגורת כתפיים, קואורדינציה, עידוד אינטראקציה חברתית וקשב.	המשתתפים יושבים מסביב לכדור ודוחפים אותו מצד לצד.	

דוגמאות לפעילות מטופלים בעבודה מול מחשב (בהתאם לרמת השתתפות על פי קלאודיה אלן):

רמת השתתפות 2

- צפייה בתמונות של בני משפחה במצגת POWERPOINT (הרצה בלולאה מתוזמנת).
- צפייה בתמונות מעברו של המטופל במצגת POWERPOINT (הרצה בלולאה מתוזמנת).
- שימוש במחשב לצפייה בסרטון וידאו שצילמו בני משפחה.
- צפייה בסרטון באתר YOUTUBE.
- האזנה למוזיקה במחשב כאשר נגן המדיה WINDOWS MEDIA PLAYER מציג רקעים שונים.

רמת השתתפות 2 +

- צפייה בתמונות של בני משפחה במצגת POWERPOINT (מעבר משקופית לשקופית על ידי לחיצה על מקש הרווח במקלדת).
- צפייה בתמונות מעברו של המשתתף במצגת POWERPOINT (מעבר משקופית לשקופית על ידי לחיצה על מקש הרווח במקלדת).
- שימוש במשחקי סיבה-תוצאה כגון המשחקים המודגמים באתרים:

<http://www.laramera.se/indexEng.htm>

<http://www.judylynn.com>

רמת השתתפות 3

- משחק טנגרם (TANGRAM).
- משחק טטריס (TETRIS).
- משחקי מבוכ (MAZE GAMES).

רמת השתתפות 4

- משחקים הדורשים פתרון בעיות, תכנון ובקרה. לדוגמה: <http://www.kaser.com>.
- רמות גבוהות של משחק טנגרם (TANGRAM).

רמת השתתפות 5

- משחקי און-ליין באינטרנט.
- שימוש בתוכנות Office.
- ניתן לגלוש לאתרים כגון:
- Facebook ו"מקושרים": רשתות חברתיות מקוונות - שמירה על קשר עם חברים קיימים והכרת חברים חדשים.
- Tweeter: רשת חברתית מקוונת המאפשרת לגולשים לשלוח ולקרוא מסרים קצרים של חדשות, אירועים אישיים ואתרים בצורה הדומה לבלוג (פעולה שזכתה לכינוי "מיקרו-בלוגינג").
- Second Life: עולם וירטואלי בו ניתן ליצור דמות וסביבה דימויניים.

פעילות קבוצתית

מבוא לפעילות קבוצתית

פרק זה במדריך מציג את אופן חלוקת תכנית העבודה לרבעונים. בדגש, שבכל רבעון, בנוסף לקבוצות הנושא הייחודיות לחגים ומועדים החלים בו, יש להוסיף קבוצות נושא משולבות בתכנים כלליים.

בתחילת הפרק מוצגת החשיבה הקלינית בעת ניתוח ופיתוח קבוצות נושא:

- דוגמה לניתוח פעילות לקבוצה בנושא ציפורי חצר על פי הטרמינולוגיה של הריפוי בעיסוק.
- דוגמה לדירוג קבוצת נושא על פי רמת ההשתתפות של קלאודיה אלן.
- דוגמה לניתוח קבוצת נושא על פי סוגי טכניקות שונות.

ניתוח פעילות לקבוצת נושא (ציפורי חצר)

תיאור:

פעילות הקבוצה מתקיימת בחדר האוכל של המחלקה הסיעודית. במהלכה, מועברות פעילויות שונות הקשורות לנושא מסוים שנבחר מראש למפגש הספציפי.

שימוש באובייקטים ותכונותיהם:

- כרטיסים שעליהם כתובים שמות סוגי ציפורים.
- תמונות של ציפורים.
- עבודות יד שהוכנו על ידי המשתתפים במפגשים הקודמים.
- דפי צביעה.
- ציוד צביעה - לצביעה ועיצוב.
- גגן מדיה להשמעת מוזיקה כגון גגן תקליטורים/דיסקים, מזרים מדיה במחשב (Media Streamer) וכדומה.
- כרטיסיות שעליהן כתובות שאלות.

דרישות המרחב:

- שולחן רחב המאפשר למשתתפים לשבת סביבו בכיסאות יציבים ו/או בכיסאות גלגלים.
- שולחן להנחת הציוד הנדרש.
- תאורה טובה ומתאימה - תאורה חלשה מקשה על משתתפים הסובלים מליקויי ראייה למיניהם.
- השמעת מוזיקה (בחלק מהפעילות).

דרישות החברה:

הפעילות מתקיימת בחדר האוכל ומשתתפים בה מטופלים מהמחלקה הסיעודית. על המשתתפים לשמור במהלך הפעילות על שיתוף פעולה וכבוד הדדי, ועל תקשורת טובה האחד עם השני ועם מנחי הקבוצה.

רצף ותזמון:

פעילות הקבוצה מתקיימת בעיקר בשעות הבוקר. המנחה מזמינה את המשתתפים (קבוצה פתוחה מסוג "תחנת רכבת" - מתקיימת תחלופת משתתפים הנובעת מיציאתם של משתתפים לטיפולים במקצועות הבריאות, וכן עקב מחלה, מעבר מחלקה, שחרור או פטירה). בפתחה, המנחה מציגה את הנושא, שואלת את חברי הקבוצה שאלות שמטרתן לבדוק את מידת ההיכרות שלהם עם הנושא הנבחר, ומרחיבה את הידע שלהם בנושא. לאחר מכן, היא

עורכת תרגילי חימום הקשורים לנושא (לדוגמה: חיקוי תנועת ציפור עפה). בהמשך, היא מחלקת למשתתפים דפי צביעה לפי בחירתם, וההתערבות הופכת פרטנית. לסיום הפעילות המנחה מסכמת.

פעולות נדרשות

מיומנויות ביצוע:

מיומנויות מוט-וריות:

• יציבה:

- מייצב - נדרשת יכולת לשמור על שליטת גו לאורך כל הפעילות - ללא שינוי תנוחה או איבוד שיווי משקל המפריע להמשך ההשתתפות.

- מיישר - דרושה יכולת לשמור על ישיבה זקופה לאורך כל הפעילות.

- ממקם - יכולתו של המטופל למקם את הכיסא ואת עצמו ביחס לשולחן וביחס למשתתפים האחרים. בנוסף, נדרשת יכולת למקם את עצמו ביחס לחפצים בהם ישתמש בהמשך.

• תנועה:

- מושיט - נדרשת יכולת ליישר ולהושיט את הזרועות. לדוגמה: יישור המרפק לשם חיקוי תנועת הציפור; תפיסת החפצים הנחוצים לביצוע המשימה.

• תיאום (קואורדינציה):

- נדרשת יכולת להשתמש בשני חלקי הגוף בו-זמנית. לדוגמה: הידיים - בזמן הצביעה, חיקוי התנועה וכולי.

• אנרגיה:

- שומר על סיבולת - נדרשת יכולת להשלים את המטלה בעקביות, ללא עדות לעייפות פיזית או צורך בהפסקה. לדוגמה: בזמן הצביעה.

מיומנויות תהליך

• אנרגיה

- שומר על קצב - נדרשת יכולת לשמור על קצב עקבי ויעיל לאורך כל הפעילויות.

- שמירה על קשב (Attends) - שמירה על קשב ומיקוד לאורך כל הפעילויות.

• ידע

- בוחר - בוחר את הציוד והחומר הדרושים לביצוע המשימה. לדוגמה: בחירת צבעים מותאמים, פייטים (נצנצים) ודבק, וכן הלאה.

- משתמש - משתמש בחומרים באופן הגיוני. לדוגמה: בצבעים לצביעה.

• ארגון בזמן

- יוזם - מתחיל את המשימה ללא היסוס. לדוגמה: עונה על שאלות המנחה הקשורות לנושא.

- ממשיך - דרושה יכולת לבצע רצף צעדים באופן חלק. לדוגמה: לצבוע חלק שלם מהתמונה.

- מסיים - יכולת להשלים את הצביעה באופן לא חפוז.

• ארגון במרחב ועם חפצים

- מחפש - מחפש כלים וממקם אותם באופן הגיוני. לדוגמה: מחפש את הצבעים ואת דף הצביעה אותו הוא מבקש לצבוע.

- אוסף - יכולת לאסוף ולרכז כלים בצורה יעילה, הכוללת איסוף או החלפה של חומרים שהושמטו מעבר לסביבתו המיידית. לדוגמה: מבקש לצבוע בחומר שלא נמצא עם הציוד שעל השולחן.

- מארגן - מסדר את הסביבה ואת הכלים הנחוצים באופן כזה שיקל עליו. לדוגמה: מניח את הצבעים בקרבתו.

מיומנויות תקשורת ויחסי גומלין

• מחוות פיזיות

- מביט - משתמש בעיניו כדי לתקשר עם אחרים.
- מחווה - משתמש בתנועות גוף על מנת לציין, להדגים או להדגיש. לדוגמה: מצביע על התמונה המתאימה לציפור עליה מדברים.

• החלפת מידע

- מדבר - משתמש במילים כדי להבהיר את עצמו.
- מתבטא - בעל כושר ביטוי; מבטא רגש או גישה.
- חולק - מספק מידע אישי או עובדתי.
- יחסים בין-אישיים
- משתף פעולה - עובד בתיאום עם אחרים לקראת מטרה משותפת.
- מכבד - מתאים את התנהגותו באופן העונה על בקשות ותגובות האחרים.

מבנים גופניים נדרשים:

המטופל משתמש באיברים האנטומיים הבאים: מערכת העצבים, העין (לראייה), האוזן (להקשבה), קול ודיבור (כשמדבר), מערכות הלב והנשימה, תנועת גפיים (ידיים), עור (תחושת).

תפקודים גופניים נדרשים:

תפקודים מנטליים

• תפקודים מנטליים כלליים:

- תפקודי הכרה - רמת עוררות והכרה.
- מוטיבציה ודחף להשתתפות בקבוצה, התעניינות ושיתוף פעולה.
- תפקודי אישיות וטמפרמנט: פתיחות לחוויות.
- תפקודים מנטליים ספציפיים:
- תפקודי קשב - נדרשת יכולת לשמור על קשב לכל אורך הפעילות.
- תפקודי תפיסה - תפיסה וזו-מרחבית.
- תפקודי חשיבה - יכולת חשיבה הגיונית ההולמת את התכנים שעולים בקבוצה. לדוגמה: ציון אסוציאציות המתאימות למילה שבכרטיס המוצג בפני המשתתפים.
- תפקודים קוגניטיביים גבוהים - יכולת תכנון. לדוגמה: תכנון שלבי העבודה בעת הדבקת פייטים (נצנצים): ראשית - לשים דבק, ואחר כך - להדביק את הפייטים.
- יכולת פתרון בעיות. לדוגמה: בהדבקת פייטים בצבע שגוי, צריך להוריד את הפייטים ולהדביק מחדש פייטים בצבע המתאים.
- תפקודים מנטליים של השפה - יכולת הבנת ההוראות ויכולת ביטוי מתאימה.
- תפקודי זמן ותפיסה עצמית - ביטחון עצמי.
- תפקודי חושים וכאב:
- ראייה ותפקודים נלווים - חדות ראייה, שדה ראייה ומיקוד.
- תפקודי שמיעה ותפקודים וסטיבולריים - שמיעה: שמיעת ההוראות שניתנות על ידי המנחה. וסטיבולרי: יכולת שמירה על שיווי משקל.

- תפקודים חושיים נוספים - תחושה פרופריוצפטיבית (תחושת המפרק בעת התנועה). לדוגמה: בזמן חיקוי תנועה הציפור.

- תחושה עמוקה - תחושת לחץ. לדוגמה: בהפעלת לחץ בעת הצביעה.

• תפקודים נוירו-מוסקולריים ותפקודים הקשורים בתנועה:

- תנועת מפרקים ועצמות - תנועת מפרקים: טווח תנועה - טווח אקטיבי לשם ביצוע הפעילויות בקבוצה (כתף: פלקשיין. מרפק: כיפוף ויישור. שורש כף היד: כיפוף/יישור. אצבעות: כיפוף. אחיזת הצבע: אחיזה שלוש אצבעות (Lateral tripod)).

- יציבות מפרקים: יכולת לשמור על מנח יציב.

- תפקודי שרירים - כוח שריר: כדי להרים את הזרוע והמפרקים המשתתפים בתנועה נגד כוח הכובד (במנח ישיבה). בנוסף, טונוס וסיבולת מתאימים.

• תפקודי תנועה - יכולת שליטה בתנועה רצונית. לדוגמה: תיאום עין-יד ובין ידי הגוף.

סיכוני בטיחות:

• כיסאות יציבים - כדי לשמור על ישיבה יציבה ולמנוע נפילה.

• רצפה נקייה ויבשה - לא מחליקה וללא מכשולים

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ציפורי חצר. **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת הציפורים בסביבה וחשיבות השמירה על איכות הסביבה בה אנו חיים.

אביזרי עזר: צלילים של "ציוצי ציפורים" ו"שיר הציפורים"; מכלי פלסטיק כמספר המשתתפים - ריקים, שטופים היטב ויבשים (מיכלי אקונומיקה, סבון נוזלי, מרכז כביסה וכדומה - מוכנים לעבודה לאחר פתיחת פתח בחזית); מוט/ ענף דק וישר באורך 20-25 ס"מ; חוט ברזל או חבל דק באורך מטר; מספרים; חומרים לקישוט מן הטבע - פרחים יבשים, עלי שלכת יפים וכדומה; דבק פלסטי; לוח מחיק; סלסלאות תותי-שדה ריקות.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: ברקע נשמעים צלילי "ציוצי ציפורים".
2. הפעלה בתנועה עם "שיר הציפורים".
3. העלאה מהזיכרון: שמות ציפורים. כתיבת שמות הציפורים והמאפיינים שלהן על גבי הלוח.
4. יצירה: הכנת מתקן האכלה לציפורי החצר מקופסת פלסטיק ממוחזר. על פי אתר: <http://www.yardbirds.org.il/food/plastic/plastic.htm> תאריך 1/1/1010.
5. סיום: חזרה על שלבי העבודה ומתן דגש לחשיבות המְחֶזֶר.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית: גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית: גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת: תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא.
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ציפורי חצר **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרה בחשיבות המקזור ושמירה על איכות הסביבה.

אביזרי עזר: לחם לפירור, מכלי האכלה מהפגישה הקודמת, שירים על ציפורים בצירוף מילות השירים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: חזרה על השלבים מהפגישה הקודמת והצגתם - הכנת מתקן ההאכלה.
2. הכנת אוכל לציפורים: פירור לחם יבש לגרגרים.
3. מילוי המתקנים בגרגרי הלחם ותלייתם במקום בולט.
4. שירה בציבור: שירי ציפורים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: בין 20 ל-60 שנות המדינה. **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה.

מטרה: היכרות עם הערים המרכזיות בארץ והעמקת הידע בתחום הכרת הארץ - תוך התייחסות לרקע היסטורי, תרבות ומאפיינים בולטים.

אביזרי עזר: שירי ארץ ישראל בהם מוזכרים שמות ערים בארץ, תמונות של ערים מרכזיות בארץ, שאלות טריוויה ותצפיות (פאזלים) להרכבה ברמות שונות.

תיאור הפעילות: בהתאם לרמות השתתפות ודירוג הפעילות:

שלב	רמת השתתפות 3-2	רמת השתתפות 4-3	רמת השתתפות 5-4
1.	פתיחה: ברקע שירי ארץ ישראל.	פתיחה: ברקע שירי ארץ ישראל.	פתיחה: ברקע שירי ארץ ישראל.
2.	צפייה בתמונות מנופי הארץ: המדריכה מסבירה בעצמה ומצביעה על הפרטים בתמונה.	צפייה בתמונות מנופי הארץ: המדריכה שואלת שאלות מנחות.	חידון: צפייה בתמונות מנופי הארץ.
3.	המדריכה בוחרת ומספרת על עיר מרכזית בארץ, תוך הדגשת הייחודיות שבה.	המדריכה בוחרת תמונה של עיר בארץ. בהנחיית המדריכה, המשתתפים מספרים אודות העיר.	המשתתפים בוחרים עיר בארץ ומספרים אודותיה.
4.	סיום: ברקע מתנגן השיר "ירושלים של זהב".	המשתתפים מתחלקים לשתי קבוצות. כל קבוצה מרכיבה פזל בתיווכה של המדריכה.	המשתתפים מתחלקים לשתי קבוצות. כל קבוצה מרכיבה פזל במטרה לסיים ראשונה.
5.		סיום: המדריכה חוזרת על השלבים ומסכמת עם שאלות מנחות.	סיום: חזרה על השלבים וסיכום על ידי המשתתפים.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: בין 20 ל-60 שנות המדינה. **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העמקת הידע בתחום הכרת הארץ.

אביזרי עזר: מפת ישראל הכוללת אתרי טיולים, תמונות מנופי הארץ וסיפור קצר על כל תמונה, שירי ארץ ישראל, "גלגל המזל" של אותיות, כדור.

תיאור הפעילות: בהתאם לרמות השתתפות ודירוג הפעילות:

שלב	רמת השתתפות 2-3	רמת השתתפות 3-4	רמת השתתפות 4-5
	מטרה: זיהוי אתרים בארץ.	מטרה: זיהוי אתרים בארץ וחיבור אישי לישראל.	מטרה: חיבור לזהות ישראלית. הכרת מידע חדש על ארץ ישראל וחיזוק ידע קיים.
1.	פתיחה: שירי ארץ ישראל ומפת הארץ. המנחה מציגה שני אתרי תיירות.	פתיחה: מפת הארץ בה מוצגים אתרי תיירות.	פתיחה: הסבר על הנושא. ברקע מושמע השיר "כל העולם כולו" ומוצגת מפת הארץ הכוללת אתרי תיירות.
2.	העלאת זיכרונות: באמצעות תמונות מנופי הארץ. המנחה מספקת מידע הקשור לתמונות ומזמינה השתתפות מצד הנוכחים (גם אם מינימלית).	העלאת זיכרונות: באמצעות שאלות טריוויה ותמונות.	העלאת זיכרונות: על ידי שאלות מנחות לתמונות מנופי הארץ שנבחרו על ידי כל אחד מהמשתתפים.
3.	משחק כדור: מסירות תוך ציון שמות ערים (לא בהכרח מהארץ).	המנחה בוחרת אתר ומתאימה לו סיפור על פי עונות השנה: חורף - חרמון; סתיו/קיץ - מדבר; אביב - נחל דן.	המנחה מזמינה את המשתתפים לשתף בסיפורים אישיים ובחוויית מאתרים בארץ.
4.	סיום: האזנה לשירי ארץ ישראל.	משחקי כדור: שמות ערים.	משחקי ערים: בעזרת אותיות.
5.		סיום: חזרה על שלבי הפעילות.	סיום: שירי ארץ ישראל וחזרה על שלבי הפעילות.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: גירוי חושים (חוש המישוש). **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: פיתוח היכולת להיעזר בחוש המישוש בכדי למצוא חפצים שמחוץ לטווח הראייה (בתוך תיק).

אביזרי עזר: תיק בד פשוט, חפצים שונים (בובת פרווה, כדור גומי, חפץ מפלסטיק, כדור מחוטי צמר), בובות קרטון (בהתאם למספר המשתתפים), דבק לא רעיל, דוגמאות של גזרי בדים בטקסטורות שונות (ג'נס, פרווה, טריקו, גרבי ניילון, וכדומה), מספריים, מגזינים.

תיאור הפעילות:

פעילות	טכניקה
1. R.O.: התכנסות להצגת הנושא.	התמצאות
2. זיהוי חפץ בתוך תיק: המשתתפים מקבלים תיק ובו חפצים במרקמים שונים: בובת פרווה, כדור גומי, צעצוע מפלסטיק, כדור מחוטי צמר. על המשתתף להכניס את היד לתוך התיק, למשש ולתאר את מאפייני החפץ שמצא מבלי לראותו.	זיהוי חושים
3. חידון: המשתתפים בחידון יזהו אילו טקסטורות מתאימות לכל עונה מעונות השנה. לדוגמה: בד צמר - חורף; טריקו - קיץ; שיפון - קיץ; פלנל - חורף; וכן הלאה.	טכניקה עיקרית: ריענון הזיכרון. טכניקה משנית: חידון.
4. יצירה: הלבשת בובת קרטון בבדים מטקסטורות שונות - בהתאם לעונה.	יצירה
5. סיכום: חזרה על השלבים. מתן דגש על חשיבותם של החושים השונים לתפקוד היום-יומי.	עידוד שיחה ואינטראקציה חברתית.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות הינם: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא

פירוט:

חתימה:

כרטיסים בהם משולבים בדים בעלי טקסטורה שונה.

קלסר תמונות המביעות קשר בין אופי לבין לבוש והאווירה מסביב.

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: גירוי חושים (חוש המישוש והראייה) **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור התחושה, שיפור הזיכרון ופיתוח הדמיון. התאמת בגדים לעונה.

אביזרי עזר: כרטיסים בהם משולבים בדים בטקסטורות שונות, לוח פולילג עם רצועות סקוץ', קלסר תמונות המביעות קשר בין אופי לבין לבוש והאווירה מסביב, קלסר עצות מעשיות (טיפים) לסידור הארון במהלך השנה.

תיאור הפעילות:

פעילות	טכניקה
1. R.O.: התכנסות להצגת הנושא (חזרה על נושא הפגישה הראשונה).	התמצאות
2. כל משתתף מצייר בגד על פי כרטיס נבחר: צבע וטקסטורה.	ציור
3. מיון הכרטיסים לקבוצות בעלות מכנה משותף: צמר, טריקו, ג'ינס, צבע, עונות השנה, וכן הלאה.	מיון
4. זיהוי רגשות האדם שבתמונה: שמחה, עצב, אושר, רוחניות, הפתעה/פליאה וכולי.	זיהוי והבעת רגשות
5. סיכום: תיאור חוויות והעלאת רגשות חברי הקבוצה ביחס למהלך הפעילות.	עידוד שיחה ואינטראקציה חברתית

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

עונות השנה



דוגמא לתכנית פעילות קבוצתית לעונת הסתיו

תכנית פעילות קבוצתית לעונת הסתיו. שנת: _____

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
ספטמבר		סתיו בישראל וברחבי העולם	3	1
		פירות וירקות בסתיו		2
		סתיו - ציור חופשי		3
		חודש תשרי	1	1
		ראש השנה	1	1
		יום כיפור	1	1

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
אוקטובר		חג הסוכות	2	1
				2
		זיהוי וגירוי חושים (ראו פעילות בתחילת הפרק).	2	1
				2
		רגשות	2	1
				2

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
נובמבר		טבע	1	1
		תקשורת: אסוציאציות, רמות תקשורת.	2	1
		תקשורת: באמצעות טכנולוגיה יום-יומית.		2
		כלי רכב ומשמעותו.	1	1

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: סתיו: סתיו בישראל וברחבי העולם **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיתוף הקבוצה בחוויות הסתיו, עידוד אינטראקציה חברתית.

אביזרי עזר: מוזיקה לעונות השנה, תמונות מעיתונים, דבק, בריסטול לבן, מספרים, סדרת תמונות הסתיו, מכחולים לדבק וצנצנות.

תיאור הפעילות:

1. סתיו בישראל - סימנים ראשונים: מזג האוויר, יום קצר.
2. אקטואליה מהעיתון - קריאת קטעי עיתונות הקשורים לנושא.
3. תיאור תמונות נוף של סתיו מרחבי העולם.
4. ריקוד באמצעות תנועות גוף המתאימות לקצב המוזיקה.
5. בניית קולאז' (הדבק) מתמונות העיתונים בנושא "עונת הסתיו".
6. סיום: הצגת הקולאז'.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא.
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא.
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פירות וירקות בסתיו



פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: סתיו: פירות וירקות בסתיו **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ היושבים בחצי מעגל **משך הפעילות:** שעה וחצי

מטרה: ציון והכרת פירות וירקות המאפיינים את עונת הסתיו.

אביזרי עזר: לוח מגנטי הכולל צלליות ותמונות של ירקות ופירות העונה.

תיאור הפעילות:

1. פתיחה: עם שיר מתאים.
2. זיהוי תמונות: ירקות ופירות ושיוכם לעונת השנה הרלוונטית.
3. חידון: התאמת פירות וירקות לעונות השנה (בהתאם להדרכה מהשלב הקודם).
4. זיהוי פירות וירקות: לפי צורה, ריח וטעם (צנונית, אבוקדו, אפרסמון).
5. משחק זיכרון: מציאת הפרי החסר על פני הלוח המגנטי (או משחק "דמות ורקע").
6. סיום: חזרה על שלבי הפעילות, תוך מתן דגש למידע החדש על פירות וירקות העונה אותו למדו המשתתפים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: סתיו: ציור חופשי **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: התמצאות בעונה, העלאת זיכרונות המאפיינים את הסתיו, קישור עונת הסתיו למוזיקה, התנסות בביצוע ציור חופשי, חיזוק ההערכה העצמית.

אביזרי עזר: סדרת תמונות של עונת הסתיו, מוזיקה המתאימה לעונה, מכחולים, צבעי מים.

תיאור הפעילות:

1. חזרה על החומר מהפגישה הראשונה.
2. שיחה: אילו צבעים בולטים יותר בעונה זו ומדוע?
3. האזנה ליצירה המוזיקלית "עונות השנה" מאת צ'ייקובסקי בדגש על עונת הסתיו.
4. ציור חופשי: עונת הסתיו - צבעי גואש ומכחולים.
5. הצגת ציורי המשתתפים.
6. סיום: חזרה על מהלך שלושת המפגשים.

שינויים: משתתפים המתקשים בציור יכולים לצבוע עלים יבשים בצביעה חופשית.

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

שאלות לחידון בנושא חודש תשרי:

שאלה	תשובה
במשך כמה ימים נחוג ראש השנה?	יומיים: א'-ב' בתשרי
באיזה תאריך חל חג שמחת תורה?	כ"ב בתשרי
באיזה תאריך חל יום כיפור?	י' בתשרי
במשך כמה ימים חוגגים את חג הסוכות?	שבעה ימים
בין אילו תאריכים חל חג הסוכות?	ט"ו-כ"א בתשרי
כמה ימי תשובה יש?	עשרה ימי תשובה
כמה ימים יש בחודש תשרי?	שלושים ימים
מתי חל צום גדליה?	ג' בתשרי

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חודש תשרי.

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: ריענון הזיכרון במטרה לאפשר פתיחות בין המשתתפים בקבוצה.

מטרת משנה: הכרת טכניקת ייבוש עלים.

אביזרי עזר: עלים בכל מיני צורות וצבעים, מכשיר לייבוש עלים ופרחים, כרטיסים לחידון עם תמונות של חפצים השייכים לחגים שונים, לוח מגנטי/מחיק, טוש מחיק.

תיאור הפעילות:

1. התמצאות בזמן: אילו חגים חלים בסתיו? כתיבת התשובות על גבי הלוח המחיק.
2. דיון סביב פירוש השם "תשרי" בארמית?
3. הכנה ליצירה: ייבוש העלים.
4. חידון עם כרטיסים.
5. סיום: שירה בציבור.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

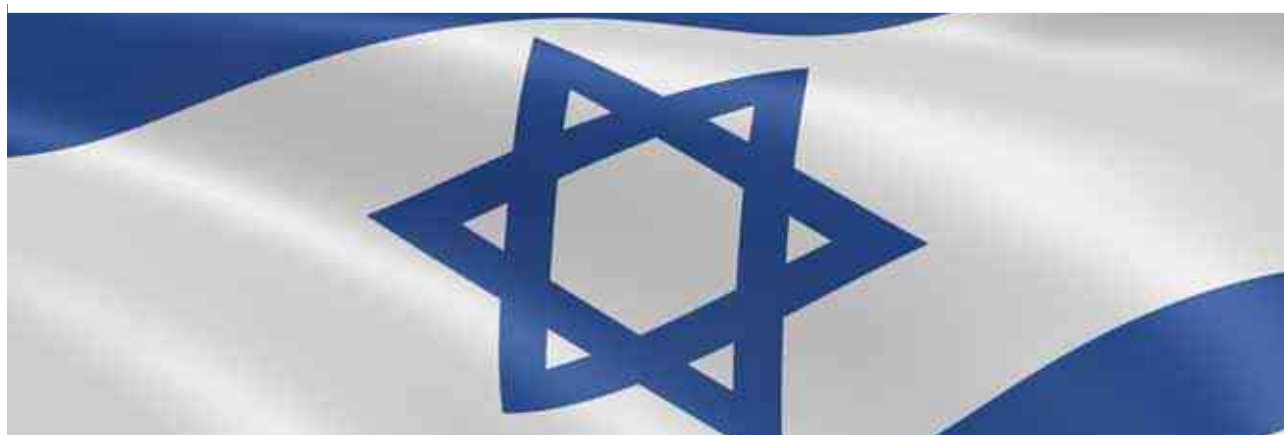
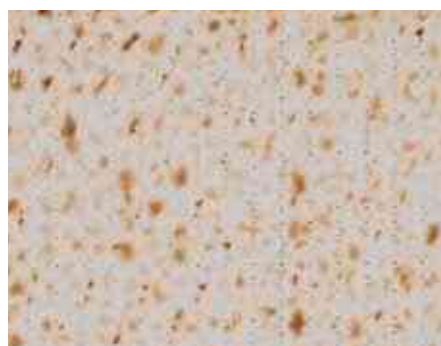
- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

חודשי השנה העיבריים וגלגל מזלות



פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ראש השנה.

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: זיהוי מאפייני החג.

מטרת משנה: עידוד אינטראקציה חברתית וריענון הזיכרון.

אביזרי עזר: תמונות ראש השנה, עיתון, חפצים לזיהוי פריט, בריסטול עבה להכנת ברכות, חומר לקישוט, דבק, טושים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא.
2. תיאור תמונות בנושא ראש השנה.
3. אקטואליה: חודש תשרי - קריאת עיתון.
4. זיהוי פריטים: תפוח, רימון, צנצנת דבש, דג סינתטי.
5. הכנת ברכות לחג: יצירה - תפוח, רימון וכתובת ברכות.
6. סיום: שירת שירי החג - "בראש השנה".

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

ללמוד לשלוט בכעס

היה ילד קטן עם אופי רתחני.

אבא שלו נתן לו שק של מסמרים ואמר לו, שבכל פעם שהוא מתפרץ וצועק על אנשים, הוא חייב לתקוע מסמר בגדר שמקיפה את ביתם.

ביום הראשון, תקע הילד 37 מסמרים בגדר, אך במהלך השבועות הבאים, ככל שלמד לשלוט בכעסו, ירד מספר המסמרים שהוא תקע בגדר.

הוא למד שקל לו יותר לשלוט בכעסו מאשר לתקוע מסמרים בגדר.

לבסוף, הגיע היום בו הילד לא התפרץ כלל. הוא סיפר את זה לאבא שלו. אבא שלו אמר לו, שעכשיו, בכל יום שחולף ובו הוא לא התפרץ ושלט בכעסו, הוא צריך לשלוף מסמר אחד מן הגדר.

הימים חלפו, ולבסוף, הגיע הילד לאביו ואמר לו שכל המסמרים נשלפו מן הגדר.

האב אחז בידו של בנו, לקח אותו החוצה אל הגדר, ואמר לו: "כל הכבוד בני על שלמדת לשלוט בכעסיך, אבל הסתכל נא על החורים שבגדר. הגדר כבר לעולם לא תהיה כמו שהיתה בהתחלה. כשאתה אומר דברים מתוך כעס, הם משאירים צלקת - בדיוק כמו החור שבגדר".

אתה יכול לתקוע סכין בגבו של אדם ולמשוך אותה בחזרה החוצה. אבל, לא משנה כמה פעמים תתנצל, הפצע עדיין יישאר שם.

פצע מילולי הוא גרוע בדיוק כמו פצע פיזי. חברים הם כמו יהלומים יקרים - הם גורמים לך לחייך ומעודדים אותך להצליח - הם קשובים לך, הם תמיד שם בשבילך. "אנא סלח לי אם אי פעם השארתי לך חור בגדר!"

הסיפור לקוח מאתר "זולו". באתר ניתן למצוא מגוון של סיפורים קצרים.

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום כיפור. **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת מנהגי החג, הפנמת המודעות למניעת פגיעה בזולת.

אביזרי עזר: תמונות הקשורת לנושא, סיפור "ללמוד לשלוט בכעס".

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא.
2. אסוציאציות העולות מהביטוי "יום כיפור".
3. מנהגי יום כיפור ברחבי העולם.
4. גרייה חושית: צביעת תמונות - חוויות הקשורת לתקיעת שופר.
5. סיפור: "חברות".
6. סיום: ברכות "חתימה טובה"/"גמר חתימה טובה".

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

יצירת פירות דמה לחג



פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג הסוכות **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי

מטרה: גיבוש עבודה בקבוצה לשיפור במוטוריקה גסה עדינה וגסה.

אביזרי עזר: נייר דבק, נייר עיתון, רימון, תפוח, אתרוג, שולחן, שירי החג.

תיאור הפעילות:

1. שיחה על מנהגי החג: ארבעת המינים ומה הם מסמלים.
2. גירוי חושים: זיהוי הרימון, האתרוג והתפוח לפי צורה, ריח, טעם ומראה.
3. סיפור ושיחה על הנושא.
4. יצירה והכנת קישוטים לסוכה: יצירת רימון, אתרוג ותפוח מנייר מקומט.
5. סיום: הנחת הקישוטים לייבוש בצד - במטרה להמשיך בפגישה השנייה. ברקע: השמעת שירי החג.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג הסוכות **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: גירוי החושים (שמיעה, ראייה ומישוש), עידוד דינמיקה בין המשתתפים והעלאת זיכרונות, שיפור מוטוריקה עדינה, שיפור תיאום עין-יד.

אביזרי עזר: מכחולים, צבעי גואש ומים בצנצנות, מוזיקה שקטה, עלים יבשים שהוכנו מראש בפעילות "חודש תשרי".

תיאור הפעילות:

1. חזרה על החומר מהפגישה הראשונה ותיאור תמונות של סוכות.
2. ריענון הזיכרון: כיצד אתם קישטתם את הסוכה שלכם?
3. חידון: משחק מילים "מה שייך לחג הסוכות"?
4. יצירה: המשך עבודות צביעה (לחכות להתייבשות הדבק, ולאחר מכן להתייבשות הצבע).
5. הכנה לתליית פירות בסוכה.
6. סיום: הצגת העבודות בליווי מוזיקה שקטה ברקע.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: רגשות מספר פגישה: 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: עידוד אינטראקציה חברתית והבעת רגשות בין המשתתפים.

אביזרי עזר: לוח מחיק, טושים, תמונות (אנשים במצבים שונים וסמלים המביעים רגשות), משחק דייג (כל דג בצבע אחר היכול לסמל רגש). במקום צבעים, ניתן לציין תכונות אופי כגון רגזן, סימפתי, אנטיפתי, רגוע וכדומה, או לתאר סוגים שונים של מוזיקה. סיפור "ציפור הנפש".

תיאור הפעילות:

1. R.O.: שיחה על רגשות חיוביים ושליליים.
2. צפייה בתמונות בנושא: על גבי לוח מחיק רושמים רשימת רגשות שהמשתתפים מציינים.
3. משחק דייג: העלאת אסוציאציות רגשיות לתכונת הדג.
4. קריאת סיפור: "ציפור הנפש". מתן דגש לרגשות שעלו במהלך הפגישה.
5. סיום: תוך מתן דגש לחיזוק ההערכה העצמית וכיבוד הזולת.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: רגשות מספר פגישה: 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי: 3.

מטרה: פיתוח הזיכרון, פיתוח אוצרה מילים וכושר הביטוי.

אביזרי עזר: עיתון, תמונות צביעה בנושא, צבעי גואש, מכחולים ומים.

תיאור הפעילות:

1. חזרה על החומר מהפגישה הראשונה.
2. קריאת קטעי עיתונות ודין על סוגי הרגשות העולים מתוכם.
3. העלאת זיכרונות: המשתתפים מוזמנים לתאר אירוע משמעותי ממהלך חייהם (אומץ, פחד, אהבות וכדומה).
4. צביעה: בחירת תמונה על ידי כל משתתף וצביעתה.
5. סיום: הצגת העבודות בתערוכה. המשתתף מתאר את הרגש הנובע מכל תמונה.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הקשיש - הכנת מתנות לנכדים **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי

מטרה: העלאת זיכרונות, שיפור מצב הרוח ושיפור המוטוריקה העדינה.

אביזרי עזר: השיר "בואי אימא", דוגמאות יצירה מנייר, צמר ואטבי כביסה מעץ ליצירה, דבק וחומר רלוונטי.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הסבר קצר על הפעילות. ברקע מושמע השיר "בואי אימא".
2. העלאת זיכרונות: סוגי יצירה מנייר וצמר.
3. יצירה: הכנת ברבורים מקיפולי נייר/ בובות מצמר/ כיסא נדנדה מאטבי כביסה מעץ.
4. סיום: סיום הכנת העבודות והצגתן. איסוף העבודות עד לפגישה הרביעית, בה יינתנו כמתנות לנכדים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הקשיש - תרומת האדם המבוגר לסביבה **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: פיתוח הזיכרון, פיתוח אוצר המילים וכושר הביטוי.

אביזרי עזר: מילות השיר "אני והסבתא", סיפור על חכמת החיים של האדם המבוגר, סרט רלוונטי לנושא.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: שירה בציבור "אני והסבתא".
2. סיפור: חכמת החיים של האדם המבוגר.
3. העלאת זיכרונות על תרומות המבוגרים לקהילה ולסביבה.
4. סיום: סרט מתאים לנושא ודיון.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הקשיש - עידוד אינטראקציה חברתית בין המשתתפים **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: העלאת הערך העצמי, עידוד אינטראקציה חברתית.

אביזרי עזר: השיר "ערב של שושנים", סיפור כלשהו המצביע על "נתינה" ו"קבלה", שלושה-ארבעה זרי פרחים, ספוג קשיח המותאם לסידור פרחים וצלוחיות להנחת הספוג, פרחים מלאכותיים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: שירה בציבור "ערב של שושנים" / "דבר אלי בפרחים". המשתתפים יושבים סביב שולחן גדול ורחב.
2. סיפור כלשהו המצביע על "נתינה" ו"קבלה".
3. הכנת סידור פרחים. פיזור הפרחים על השולחן וחלוקת צלוחיות עם הספוג הקשיח. בין הפרחים - שילוב פרחים מלאכותיים.
4. סיום: הגשת סידורי הפרחים האחד לשני. ברקע: שירי נוסטלגיה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הקשיש - פעילות משפחתית בין-דורית **מספר פגישה:** 4

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: חיזוק תחושת הערך העצמי, חיזוק קשרי משפחה, תמונות שהכינו המשתתפים במפגשים קודמים.

אביזרי עזר: תמונות מעשי ידי המשתתפים ממפגשים קודמים, השיר "אבא בא, סבא בא" של נעמי שמר.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הסבר על הנושא ומשמעות הפעילות.
2. דמיון מודרך: המשתתפים ובני משפחותיהם עוצמים עיניים ובוחרים פרח אותו ירצו להעניק האחד לשני.
3. המשתתפים מסבירים מדוע בחרו בפרח המסוים שאותו הם מעניקים לבן משפחתם.
4. תערוכת תמונות: הצגת התמונות שהכינו המשתתפים במפגשים הקודמים בפני המשפחות.
5. סיום: תיאור התהליך של ארבעת המפגשים ומסירת התמונות (מתנות) שהכינו הסבים והסבתות לנכדיהם. פיזור המשתתפים עם השיר "אבא בא, סבא בא" מאת נעמי שמר.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

תכנית פעילות קבוצתית לעונת החורף

תכנית פעילות קבוצתית לעונת החורף. שנת: _____

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
דצמבר				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
ינואר				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
פברואר				

צעיפי חורף



פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חורף מספר פגישה: 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת אסוציאציות ושיפור המוטוריקה הגסה.

אביזרי עזר: עיתונים ישנים, צעיפי חורף, שירי חורף.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות לנושא: העלאת אסוציאציות הקשורות לעונת החורף.
2. הקשבה לשירי חורף ושירה.
3. הפעלה בתנועה: עם צעיפי חורף.
4. משחק כדור שלג: הכנת כדורים מעיתון (כמו שמכינים כדורי שלג) ומשחק מסירות בין המשתתפים.
5. סיום: חזרה על שלבי הנושא והזמנה לפגישה שנייה.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חורף מספר פגישה: 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת זיכרונות ועידוד אינטראקציה חברתית.

אביזרי עזר: סיפור הקשור לנושא, תמונות חורף ממקומות שונים בעולם, משחק "עונות השנה", תה בלימון לכל משתתף.

תיאור הפעילות:

1. חזרה על הנושא מהפגישה הקודמת.
2. קריאת סיפור בנושא ושיחה.
3. תיאור חורף בתמונות: זיהוי תמונות חורף ממקומות שונים בעולם.
4. משחק "עונות השנה".
5. סיום: טעימת תה בלימון.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חנוכה **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: התמצאות בחגי ישראל, ריענון הזיכרון ופיתוח היצירתיות.

אביזרי עזר: כרטיסים עם פתגמים ומושגים, חפצים השייכים לחג החנוכה ולחגים שונים, שירי חנוכה, דפי צביעה ליצירת סמלים של החג.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: פתיחה עם שירי חנוכה.
2. ריענון הזיכרון: מושגי ומנהגי חג החנוכה.
3. חידון: מה שייך לחג (מתוך חפצים שונים)?
4. יצירת קישוטים לחג: ציורים, צבעי החג (סמלי החג).
5. סיום: העלאת זיכרונות חווייתיים מהחג בחוג המשפחה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חנוכה **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי

מטרה: עידוד אינטראקציה בין חברי הקבוצה ועידוד השימוש במוטוריקה גסה ועדינה.

אביזרי עזר: סיפור מתאים לחג החנוכה, פיסות נייר עיתון ישן, דבק, צבעי גואש, מוזיקה רלוונטית לנושא.

תיאור הפעילות:

1. קריאת סיפור המתאים לחג החנוכה.
2. העלאת זיכרונות, מתכונים להכנת סופגניות.
3. יצירת "סופגניות" מעיסת נייר.
4. הפעלה בתנועה: שיר "המכבים".
5. יצירה: צביעת ה"סופגניות" בצבעי גואש.
6. שירת שירי חנוכה.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חנוכה **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: העלאת זיכרונות, התמצאות בזמן ובמקום ופיתוח יצירתיות.

אביזרי עזר: עיתון, תמונות של חנוכיות, דפי צביעה, צבעי גואש, טושים, עפרונות, צבעי מים, מכחולים, צנצנות מים.

תיאור הפעילות:

1. חזרה על החומר מהפגישות הקודמות.
2. אקטואליה: קריאה בעיתון - נושאים הקרובים לחג.
3. העלאת זיכרונות: תיאור מזג האוויר בחג החנוכה במקומות שונים בעולם.
4. צביעת תמונות מרחבי העולם הקשורות לחנוכה.
5. סיום: תערוכת עבודות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום המשפחה.

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: גיבוש חברתי, חיזוק היחסים בתוך המשפחה, שיפור הזיכרון וחיזוק מקום המשותף במשפחה.

אביזרי עזר: תמונות משפחתיות, דבק, מספרים, בריסטול, שירים.

תיאור הפעילות: הקדמה לנושא: איסוף תמונות משפחתיות.

1. R.O. התכנסות להצגת הנושא והסבר.
2. העלאת זיכרונות ושיחה.
3. הצגת התמונות בפני שאר המשתתפים.
4. בחירת תמונה אחת ליצירת קולאז' (הדבק).
5. יצירת קולאז'.
6. שירה בציבור: "אימא יקרה לי".
7. סיום: סיכום הנושא ותודות לכל המשתתפים.
8. במידה שהקבוצה ברמה נמוכה - יש לוותר על שלבים 3 ו-4.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ט"ו בשבט - ראש השנה לאילנות. **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: עידוד אינטראקציה בין המשתתפים וריענון הזיכרון, שיפור תיאום עין-יד, הפעלה קוגניטיבית.

אביזרי עזר: מוזיקה שקטה, טושים, עפרונות, צבעי גואש, תמונות צמיחה של חלקי העץ השונים, פירות יבשים וצלחות חד-פעמיות, עץ משפחה (אילן יוחסין) מוכן.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: אקטואליה מהעיתון בצירוף תמונות החג.
2. ריענון הזיכרון: שלבי צמיחתו של העץ, תיאור עץ משפחה (אילן יוחסין) מוכן.
3. יצירה: בניית עץ משפחה וכתובת שמות בני המשפחה על העלים.
4. סיום: שירה בציבור - שירים המתאימים לעונה ולחג.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ט"ו בשבט **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ סביב השולחן **משך הפעילות:** שעה

מטרה: התמצאות בשמות החג ואסוציאציות.

אביזרי עזר: נייר מלמלית (טישו) לבן או ורוד, מספריים, דבק, ענפי עץ, שיר "השקדיה פורחת", פירות יבשים וצלחות.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: חזרה על החומר מהפגישה הראשונה.
2. חידון: ציון שמות החג.
3. שיר: "השקדיה פורחת", "עץ השקד", "פרחי השקד".
4. יצירה: הכנת פרחי השקד - גזירה והדבקה בשלבים.
5. סיום: הגשת פירות יבשים לכל משתתף. ברקע: מוזיקה שקטה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ט"ו בשבט **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ סביב השולחן. **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הנאה מאווירת עבודה עם אדמה ושתילת שתילים.

אביזרי עזר: שתילים, עציצים, כף שתילה, אדמה וצנצנת מים, עגלה לחג מקושטת בענפי עץ, אצטרובלים וכדומה.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: שירי ט"ו בשבט והכנסתה לחדר של עגלה מקושטת לחג.
2. חידון: זיהוי צורות גידול שונות של פירות וירקות. לדוגמה: גזר, פרי שורש וכן הלאה.
3. הכנה לשתילה: חלוקת הצידוד לחברי הקבוצה.
4. שתילה: ברקע שירי החג.
5. סיום: הצגת השתילים והנחתם במקום מרכזי ונגיש.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.

אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: פרי הדר **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הרפיה, עידוד שליפת מילים וחיזוק מוטוריקה עדינה.

אביזרי עזר: קטעי עיתונות רלוונטיים, לוח בריסטול להדבקה, מגזינים ליצירה, משחק השלמת מילים, סל פירות הדר לטעימה.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: קריאת קטעי עיתונות אקטואליים בנושא.
2. דמיון מודרך: תרגילי נשימה תוך כדי דמיון שהקבוצה נמצאת בפרדס.
3. משחק השלמת מילים: השלמת אותיות חסרות מתוך שם הפרי. לדוגמה: (לי)מון, תפוז(ז), וכן הלאה.
4. יצירה: הרכבת קולאז' (הדבק) בצורות פרי הדר מגזרי נייר מגזינים צבעוניים - תוך כדי התאמה בין צבע לפרי.
5. סיום: טעימת הפירות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: פרי הדר **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: ריענון הזיכרון החווייתי, חיזוק חוש הריח, המישוש והטעם והעלאת אסוציאציות בהתאם.

אביזרי עזר: סל עם פרי הדר מפלסטיק, משחק "לוטו פירות", סלסלת פירות הדר לסחיטת מיץ.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: חזרה על החומר מהפגישה הראשונה.
2. הפעלה בתנועה: עם פרי הדר.
3. העלאת זיכרונות: הצגת שאלות מנחות כגון "האם בעיר הולדתך גידלו עצי פרי, ואם כן - היכן?"
4. משחק "לוטו פירות".
5. האזנה ושירה בציבור: "בפרדס ליד השוקת", "תפוחים ותמרים".
6. סיום: סחיטת מיץ מפירות הדר וטעימת המיץ. מושגים: חמוץ, מתוק, לימון, תפוז.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: תקשורת - אסוציאציות, רמות תקשורת **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור אינטראקציה בין-אישית ועידוד תקשורת בין המשתתפים.

אביזרי עזר: מוזיקת רקע, כרטיסים עם סמלים (למשל: "טלפון", "עצור", "מים" וכדומה), סיפור בנושא, כדור.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: כל משתתף מציג את שמו.
2. חימום מוטורי קצר: ידיים משולבות על השולחן, מסירת כדור האחד לשני. ברקע: מוזיקת רקע מתאימה.
3. שיחה סביב המילה "תקשורת" ואסוציאציות (טלויזיה, רדיו, עיתון).
4. ריענון הזיכרון: "רמות תקשורת" - תקשורת סמלית לעומת תקשורת למרחקים.
5. משחק פנטומימה: כל משתתף מציג סמל מתוך כרטיס. על חברי הקבוצה לנחש מה משמעותו.
6. סיפור: על הבדלים בין סימנים שונים בתרבויות שונות.
7. סיום: כל משתתף נפרד מהקבוצה במחווה (ג'סטה) אישית.

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: תקשורת באמצעות טכנולוגיה יום-יומית **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה וחצי.

מטרה: זיהוי סמלים מוסכמים, מתן אפשרות לפתיחות בין המשתתפים כקבוצה.

אביזרי עזר: אוסף סמלים מוסכמים, ספרים בנושא יכולת מוטורית.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא וחזרה על החומר שעלה בפגישה הראשונה.
2. תרגילים לחימום מוטורי המתאימים לעבודה ליד שולחן: בזמן שהמשתתפים אוחזים ידיים האחד עם השני.
3. הצגה וזיהוי סמלים. למשל: "שירותים", "מיקום נקודות כיבוי אש", "מספר קומה", "יציאה מהבניין", ו"טלפון ציבורי".
4. דיון: סביב הנושא "תקשורת באמצעות טכנולוגיה יום-יומית".
5. סיום: תיאור צורות הבעת שלום בתרבויות שונות בעולם.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג פורים **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור מצב רוחם של המשתתפים, הערה לחיפוש חפצים וזיהויים, שיפור הביטחון העצמי על ידי מתן תחושת אמירות.

אביזרי עזר: תמונות של חגים, צעצועי החג, ניירות עיתון.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא והתמצאות בחגים.
2. גירוי חושים: זיהוי חפצי החג לפי חוש המישוש.
3. יצירה: שרשרת מניירות עיתון (הדבקה, גזירה, צביעה).
4. ריתמוזיקה: ברקע שירי פורים + רעשנים בידיים.
5. עיצוב החדר לכבוד פורים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג פורים **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הפעלה קוגניטיבית לשיפור הזיכרון, שיפור מוטוריקה עדינה, הפעלה להעלאת קשב וערנות.

אביזרי עזר: בינגו פורים, עיתון, צבעי גואש, דבק, מכחולים ומים, מוזיקה לחג, לוח מחיק וטושים.

תיאור הפעילות:

1. התמצאות בלוח השנה + אקטואליה מהעיתון.
2. חידון: מה שייך לחג?
3. הכנת רעשנים: מחומרים מהטבע (כגון חרוב מיובש).
4. משחק: בינגו פורים.
5. סיום: הכנה לקראת הפגישה הבאה, בה יקראו מהמגילה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג פורים **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת מגילת אסתר וזיהוי סמלי החג.

אביזרי עזר: מגילת אסתר, רעשנים מוכנים מהפגישה הקודמת, מוזיקה מתאימה לחג ושירי החג.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: חזרה על תוכן הפגישה הקודמת.
2. הצגת הרעשנים: בליווי הפעלה מוזיקלית.
3. קריאת קטע ממגילת אסתר: בליווי שימוש ברעשן בזמן המתאים.
4. משחק זיכרון: המשתתפים צריכים לזהות מי מדמויות המגילה עומד מאחורי הציטוט הנקרא.
5. סיום: שירה, מילות ברכה ועידוד למשתתפים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חקלאות - חידושי החקלאות הישראלית. **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור רצף המחשבה, חיזוק אהבת הארץ, אינטגרציה חושית.

מטרה משנה: שיפור יכולת הקשב והריכוז לשמיעת לסיפור, הכרת עונות השנה.

אביזרי עזר: קטע קריאה על חידושי החקלאות בישראל, משחק זיהוי פירות לפי גרעינים.

תיאור הפעילות:

1. R.O.: התכנסות והתמצאות בעונות השנה.
2. הקראת הקטע על חידושי החקלאות בישראל.
3. דיון: ציוני דרך של החקלאות הישראלית בעולם (למה לישראלים לא נדרשת ויזה למונגוליה?)
4. משחק: "זיהוי הפרי שליד הגרעין".
5. סיום: תיאור חוויות אישיות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חקלאות - חקלאות בישראל - גידול טבעי (אורגני) **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת החקלאות האורגנית.

מטרת משנה: העלאת רמת הזיכרון, כישורי שפה וחשיבה.

אביזרי עזר: קטע לקריאה (מגזין "מנטה"), משחק התאמה (תפוח עץ - קטיף; תמר - גדיד; זית - מסיק; בציר - ענבים; וכו'), השיר "סלט".

תיאור הפעילות:

1. R.O.: התכנסות להצגת הנושא והשמעת שיר.
2. הקראת קטע ממגזין.
3. הזמנה לשיחה ודיון: למה "ביצי חופש"? גידול טבעי של צאן ובקר, וגידול אורגני של ירקות.
4. משחק התאמה.
5. סיום: חזרה על השלבים וחוויות בעקבותם.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חילופי עונות (בין חורף לאביב)

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: חיזוק התחושה וההערכה העצמית, חיזוק תיאום עין-יד, שיפור מוטוריקה עדינה.

אביזרי עזר: עיתון, דפים לבנים, טושים צבעוניים, תמונות של חורף ואביב, מוזיקה מתאימה לנושא, פרחים, צבעי גואש ומכחולים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא בשילוב מוזיקת רקע.
2. אקטואליה: קריאת עיתון המתייחס לשינוי במזג האוויר.
3. תיאור תמונות: חורף ואביב.
4. גירוי חושים: פרחי אביב (חוש הראייה, הריח והמישוש).
5. יצירה: ציור חופשי - לצייר את סוף החורף ותחילת האביב.
6. סיום: הצגת הציורים והקשבה למוזיקה רלוונטית לנושא.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

תכנית פעילות קבוצתית לעונת האביב

תכנית פעילות קבוצתית לעונת האביב. שנת: _____

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
מארס				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
אפריל				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
מאי				

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום האישה.

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שולחן עבודה **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת זיכרונות, גרייה חושית, ריכוז והזמנה לשיחה.

אביזרי עזר: תמונות צבעוניות ושחור-לבן, קלטות שירים.

תיאור הפעילות:

1. גרייה: התייחסות לתמונות של נשים מפורסמות ומן היישוב המונחות על גבי השולחן.
2. כל משתתף בוחר תמונה ומתאר במילים שלו הוא את אשר הוא רואה בתמונה.
3. משחק: התאמת התמונה הצבעונית לתמונה בשחור-לבן.
4. שיחה על מעמד האישה בעיני הגבר.
5. סיכום: שירה בציבור - "שושנה", "יפה שלי", וכולי.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת האביב **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: עידוד חברי הקבוצה לשתף ולספר חוויות מחייהם הרלוונטיות לעונה.

אביזרי עזר: עיתון, תמונות אביב, היצירה "עונות השנה" מוכנה להשמעה, בריסטול, נייר צבעוני, מגזינים, דבק ומכחולים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: הצגת תמונות ברקע ועידוד המשתתפים להעלות אסוציאציות בנושא האביב.
2. השמעת היצירה "עונות השנה" והצגת תמונות המתאימות לקצב המוזיקה.
3. אקטואליה מהעיתון: קריאת קטעי עיתונות הקשורים לאביב.
4. סיום: יצירת קולאז' (הדבק) בנושא, בדגש על צבעי אביב.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת האביב **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת חוויות חיוביות, שיפור ההערכה העצמית, חיזוק הזיכרון באמצעות משחק.

אביזרי עזר: צבעי מים, טושים, צבעי גואש, עפרונות, תמונות אביב מרחבי העולם, כרטיסיות של פרחים, נייר לבן לצביעה, מכחולים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: צפייה בתמונות של עונת האביב מרחבי העולם.
2. שיחה והעלאת זיכרונות: "האביב הכי יפה שלי".
3. דיון ומשחק: כל משתתף מתאר את הפרח האהוב עליו מתוך מגוון כרטיסיות המונחות על השולחן. לאחר מכן, בוחרים 6-9 כרטיסיות ומשחקים משחק זיכרון ("נחש מה חסר").
4. ציור חופשי: "אביב" - חומר לצביעה לפי בחירת המטופל.
5. סיום: הצגת ציורי המשתתפים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת האביב **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: חידוד אסוציאטיבי בין חיי האדם לבין מחזור החיים של הפרח.

אביזרי עזר: שירי ארץ ישראל הרלוונטיים לעונה, סיפור, פרחים יבשים, דבק, מכחולים.

תיאור הפעילות:

1. חזרה: תיאור המפגשים הקודמים.
2. דיון: הדמיון שבין מעגל החיים של האדם לבין מעגל החיים של הפרח.
3. יצירה: הדבקת פרחים יבשים על בריסטולים.
4. שירה: שירת שירי ארץ ישראל הקשורים לעונת האביב.
5. סיום: שיחת סיכום והשמעת שיר בנושא.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג הפסח **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: חיזוק הדמיון בשילוב אסוציאציות מחג הפסח.

אביזרי עזר: מנגינת השיר "שמחה רבה" מוכנה להשמעה, עיתון, צלחות פלסטיק, נייר צבעוני, עיטורי הדבקה לפסח, דבק, צנצנות או כוסיות לדבק ולמים, מקלות.

תיאור הפעילות:

1. פתיחה: עם מנגינת השיר "שמחה רבה".
2. סיפור ושיחה בעקבותיו.
3. הפעלה בתנועה + דמיון. דוגמאות: (א) פטיש/מסמר - יישור וקיפול מרפק יד ימין; אגודל ואצבע ימין תופסות מסמר (ב) ניקוי חלונות - כף יד ימין פתוחה כלפי חוץ; כיפוף מרפק וסיבוב הכתף. (ג) ניקוי תריסים - הכתף נשארת יציבה בגובה הכתפיים; כיפוף המרפק והזזת כף היד מימין לשמאל.
4. אקטואליה: מה נשתנה בעונה זו? קריאת עיתון.
5. יצירה: הדבקת עיטורים על צלחות.
6. סיום: תצוגת הצלחות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג הפסח **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור הזיכרון, דיבור וחשיבה על נושאים אחרים ממחלת המשתתפים, בחירת צבעים ושימוש בטכניקות.

אביזרי עזר: עיתון, עיסת נייר, דבק, בלונים, שמן, לוח מחיק וטושים, כרטיסים לחידון (פסוקים מההגדה).

תיאור הפעילות:

1. אקטואליה מהעיתון: חזרה על הפעילות שהתקיימה בפגישה הראשונה.
2. העלאת זיכרונות: מה נשתנה היום לעומת שנים אחרות?
3. שירה: השיר "אחד מי יודע".
4. יצירה: הסבר על טכניקת עיסת הנייר ויצירת פריטים מסורתיים משולחן החג על גבי בלונים/צלחות.
5. חידון: זיהוי פסוקים מההגדה לפסח לעומת פסוקים אחרים שלא שייכים לחג.
6. סיום: הצגת העבודות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הזיכרון לשואה ולגבורה.

מספר משתתפים: ____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: "לזכור ולא לשכוח" - עידוד העלאת זיכרונות מימי מלחמת העולם השנייה.

אביזרי עזר: תמונה מימי מחנות הריכוז של הנאצים, בריסטול, סיפורים מגיליון יום השואה של עיתון יומי, נר זיכרון, תפילה מודפסת על גבי כרטיס.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: סביב תמונה מתקופת מחנות הריכוז של הנאצים.
2. הקשבה ושירת שירים המזכירים את תקופת המלחמה.
3. הקראת קטע מסיפור בעיתון היומי - על ידי המדריכה או אחד המשתתפים.
4. יצירת הדבק (קולאז') על בריסטול מתוך הקטעים המונחים על השולחן.
5. סיום: הדלקת נר זיכרון והקשבה לצפירה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

"עדות ומקצת זיכרונות מבית ההורים ומתקופת השואה"**מאת צבי לנדגרטן ז"ל - מוותיקי קיבוץ נצר-סרני.**

נולדתי בשלושה באפריל שנת 1925, בעיירה אושיק בפולין. אבי אברהם, אמי רחל, אחותי שושנה ואחי הקטן אלי - כולם נספו בשואה. אני ואחיותיי, חוה ואסתר, מתגוררים בקיבוץ נצר-סרני עד היום הזה.

אבי אברהם היה ציוני והתכוון לעלות עם משפחתו לארץ ישראל. אבי היה סוחר מכובד, עסק ברכישת תבואות, וסיפק קמח לכל המאפיות בסביבה. הבית היה פתוח ליהודים ולנוצרים כאחד. הורי דאגו גם לציבור - היו מחלקים קמח לנצרכים, והיו נוהגים להזמין לביתנו עני כאורח לשבת.

ב-1938 הרגשנו שהמלחמה מתקרבת. העיר בה גרנו היתה מקום אסטרטגי. יצאה הוראה מהעיירה, שכל ראש משפחה חייב לתת שבוע עבודה ללא תשלום למאמץ המלחמתי. לא נתתי לאבא ללכת לעבודה, והלכתי במקומו. הייתי בן 15. עבדתי בהובלת עגלות חול. היו עמי רק יהודים. העבודה היתה קשה.

כאשר פרצה המלחמה הסבירו לאוכלוסייה, שרובה היתה נוצרית, כיצד להתגונן מפני גז. למשל, על ידי ממחטות רטובות וסודה לשתייה.

תוך זמן קצר התחילו להפציץ את העיירה. ברחנו לכפר ליפובצה, שם התמקמנו בשדה פתוח. הפולנים החזיקו מעמד, ולפני שנסוגו החליטו לשרוף את העיירה. לא נשאר זכר לביתנו.

מצאנו מקום אצל יהודי שאחותי התיידדה איתו. היה לו בית גדול, אך הצפיפות היתה נוראה. התחלנו לבנות את הבית מחדש מכל מה שמצאנו בסביבה.

לאחר זמן מה, נכנסו הגרמנים לעיר והשתלטו עליה. את אבא רצו למנות כאחראי על הקהילה בעיירה.

אבא היה אדם מוכר ומכובד ולא הסכים להיות עושה דברם של הגרמנים. הוא החליט לברוח, על אף שהיה צפוי לו עונש מוות על כך. את מקומו תפס יהודי בשם מאיר שניאור.

אבא ואני הצלחנו לברוח מהגרמנים. גרנו באזור של פולנים. בלילה, כשהכלבים החלו לנבוח, ידענו שהגרמנים באים - וברחנו. חיינו בפחד תמידי, שהנה, בכל לילה, באים ללכוד אותנו. יום אחד, הציעה חברה לסלילת כבישים עבודה תמורת אישור עבודה וקצת כסף. כך הייתי מוגן.

ב-18.10.1942, בשבת לפנות בוקר, התרחשה ה"אקציה" בעיירה. הגרמנים עברו מבית לבית. כל מי שנמצא בבית - חוסל במקום. העמידו אותנו ואמרו לנו: "כל מי שיש לו כסף - שיוציא מיד; ולא - יקבל כדור בראש". לי היה כסף, אבל החלטתי לא להוציא, כי יהרגו אותי בין כה וכה. הם לא מצאו אצלי....

הלכנו להסתתר אצל מכר שהיה לו מפעל לנרות. גרנו במרתף מתחת לאדמה, ללא מים וללא חמצן. הילדים זעקו, הנרות כבו, והיה קשה לנשום. הוחלט לשלוח שתי בחורות, לנסות לברר אם נשארו יהודים בעיירה אחרי ה"אקציה". הפולנים תפסו אותן והסגירו אותן לידי הנאצים. גם אנחנו נתפסנו ונכלאנו.

ב-19.11.1942, הוציאו אותנו מבית הכלא בסטאשוב לכיכר השוק, בכדי לבחור אנשים צעירים לעבודה. בחרו בי, בשתי אחיותיי ובאבא לעבודה זו. אבל, אבא לא רצה לעזוב את אימא ואת אחי, אליהו הקטן. בהמשך, התברר לנו כי הגרמנים הובילו אותם ברכבות אל מחנה ההשמדה טרבלינקה. יהי זכרם ברוך!

אני עבדתי בבית חרושת לתחמושת בעיר קילץ. העבודה היתה קשה מאוד: לחצוב תעלת חשמל בקיר, כאשר במשך כל הזמן עמד פולני "על הראש שלי" וזירז אותי. היינו שם כמה חודשים. יום אחד, העלו אותנו על רכבת נוסעים. לא

ידענו לאן הגענו, לאיזה מקום. הרכבת עמדה בתוך מחנה. מסביבנו הלכו אנשים בכותנות פסים וקבקבי עץ. זה היה מחנה הריכוז בוכנוואלד. עד אז, לא ידענו ולא שמענו מה זה מחנה.

בכל בוקר הלכנו לעבודה, לאחר קפה וקצת לחם. העבודה היתה לקחת אבן על הכתף וללכת קילומטר, ועוד עבודות ללא תועלת. לאחר זמן מה, העבירו אותנו לבלוק עם יהודים. יום אחד, הודיעו לקבוצה שלנו שלוקחים אותנו לעבודה בתעשייה, בבית חרושת למטוסים בנידראושל. כל אחד היה צריך להגיד מה מקצועו. אני וחברי שמואל אמרנו שאנחנו פועלי מתכת. באמת שלא היה לנו שום מושג בתחום זה. כל אחד קיבל ארגז כלים וכלי עבודה שונים. אני קיבלתי מקדחה. לא ידעתי איך להפעיל אותה, אך לא גיליתי שאני לא יודע. למזלי, מנהל העבודה היה בסדר - לא נאצי, אלא גרמני שהיתה לו פרוטקציה לא להישלח לחזית. הסברתי לו שאני פועל מתכת, אבל שלא עסקתי אף פעם במטוסים, ולכן כדאי לצרף פועל אחד חדש יחד עם פועל ותיק. הוא קיבל את זה, וכך הסתדרתי.

ביום אחד, בשנת 1944, היה קצת בלגן במחנה העבודה, אז מפקד המחנה אמר לנו: "אל תשמחו שהרוסים קרובים, אנחנו נחסל אתכם בזמן". כך נודע לנו שהרוסים מתקדמים לניצחון, וכך גם התעוררה בנו תקווה.

ראש הטופס

ב-10.4.1945 הגענו חזרה למחנה בוכנוואלד. לא ספרו אותנו, וזה היה סימן רע. אמרו לנו שמוציאים להורג יהודים ביער בכל רגע. לפתע נשמעה אזעקה, וזה מה שהציל אותנו. התקבלה הוראה להפציץ את המחנה על יושביו, כך שלא יישאר זכר. אבל האמריקאים היו קרובים מאוד. התפתח קרב בין האס-אס לבין האמריקאים. לאחר שעתים נעשה שקט, וראינו כיצד האמריקאים לוכדים את אנשי האס-אס ומובילים אותם. אז שוחרר המחנה.

תחתית הטופס

לאחר השחרור, ב-11.04.1945, נשארנו בוכנוואלד והקמנו בית חולים. אנחנו היינו יחסית בריאים. האמריקאים סיפקו מזון. מצאנו רופאים ואחיות יהודים מניצולי המחנות והם הפעילו את בית החולים. כמו כן, התארגנו להכשרה לקראת עלייה לארץ בחווה החקלאית אגרדורף שבגרמניה. שם פגשתי אחרי המלחמה את שתי אחיותיי, חוה ואסתר. הן היחידות שהצליחו לשרוד ממשפחתי. הפגישה היתה מאוד מרגשת. לאחר כחצי שנה, בספטמבר שנת 1945, עלינו ארצה.

כאשר הגענו לנמל חיפה וירדנו מהאנייה, אנשים שהסתובבו בנמל ביקשו מאתנו שנתערבב בכדי שיוכלו להעביר את העולים הבלתי-לגאליים. את הקבוצה שלנו הכניסו למחנה עתלית. כעבור מספר שבועות יצאנו משם להכשרה בקיבוץ אפיקים. בספטמבר, שנת 1948, הקמנו את קיבוץ נצר-סרני והקמתי משפחה משלי.

צבי נפטר ב-11.04.1997. הוא השאיר אחריו אישה וחמישה ילדים. יהי זכרו ברוך!

הסיפור הובא על ידי נאוה ירון, בתו של צבי - מדריכת תעסוקה בבית החולים "בית בלב בת ים".

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום הזיכרון לחללי מערכות ישראל ולנפגעי פעולות האיבה

מספר משתתפים: ____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת ההיסטוריה של ארץ ישראל, העלת זיכרונות ועידוד אינטראקציה חברתית.

אביזרי עזר: שירי ארץ ישראל ("ארצנו הקטנטונת, ארצנו היפה", "אין לי ארץ אחרת" וכדומה), סיפור גבורה ומורשת קרב.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הצגת הנושא. ברקע מתנגן השיר "ארצנו הקטנטונת, ארצנו היפה".
2. סיפור גבורה ומורשת קרב: אשר מזמין את המשתתפים לספר על יקיריהם וחוויותיהם מימי המלחמה.
3. הדלקת נרות הזיכרון וקריאת תפילה לפני הצפירה.
4. שיחה: משמעותו של יום הזיכרון וסמיכותו ליום העצמאות.
5. סיום: שיר כגון "אין לי ארץ אחרת".

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום העצמאות - ציונות **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת ההיסטוריה והקמת מדינת ישראל, הזמנה לשיחה והעלאת זיכרונות.

אביזרי עזר: תמונות אנשי ציבור בצבע ובשחור-לבן, קרטונים שעליהם מצוינות השנים בהן התרחשו המלחמות והסכם השלום, לוח מחיק, שיר להשמעה.

תיאור הפעילות:

1. התמצאות בזמן: מתי חוגגים את יום העצמאות?
2. חידון יום העצמאות. דוגמאות: באיזו עונה חוגגים את חג העצמאות? אילו חגים חלים לפני ואחרי יום העצמאות? מי הכריז על הקמת מדינת ישראל? מתי נחתם הסכם השלום?
3. משחק אסוציאציות והתאמה: זיהוי דמויות ופרטים אישיים על אודותיהם (למשל: הרצל, אלנבי, דיזנגוף); התאמת תמונות הדמויות בצבע לאותן תמונות בשחור-לבן.
4. סיום: שירת המנון המדינה ("התקווה").

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום העצמאות - העלייה והתפוצות. **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת זיכרונות מהעבר, עידוד השימוש במוטוריקה עדינה וגסה.

אביזרי עזר: לוח מחיק, תמונות, דפי עבודה, עפרונות, טושים, נגן מוזיקה, שאלות לחידון.

תיאור הפעילות:

1. חזרה על החומר מהפגישה הראשונה.
2. תיאור העליות השונות לארץ, תוך מתן דגש לתיאורים מפי המשתתפים על חוויותיהם.
3. חידון: בניית תעודת זהות למדינה באמצעות שאלות על לוח מחיק (כגון "מיהו נשיא המדינה?", "מיהו ראש הממשלה?", וכדומה) וזיהוי מקומות חשופים בארץ ומיקומם במפה.
4. סיום: שיר משירי ארץ ישראל (כגון "כחול ולבן") ונפנוף בדגלים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ל"ג בעומר **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הזמנה לשיחה, שיפור הזיכרון, התמצאות בחגים, דינמיקה בין המשתתפים.

אביזרי עזר: לוח, מחק, טוש, כרטיסים עם תמונות, נייר לבן בצורת מדורה.

תיאור הפעילות:

1. R.O. התמצאות: ל"ג בעומר - חג בין החגים.
2. חידון: "לאיזה חג אני שייך?"
3. ריענון הזיכרון: מהם מנהגי החג?
4. יצירה: קולאז' (הדבק) של מדורה גדולה.
5. סיום: הצגת העבודות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ל"ג בעומר **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שולחן **משך הפעילות:** שעה

מטרה: דינמיקה בין המשתתפים והעלאת זיכרונות, שיפור קשר עין-יד.

אביזרי עזר: ענף גמיש, ענף דק שישמש כחץ, חוט שפגט, מכל קרטון בצורת גליל וחבל רגיל, לוח מחיק וטוש, סיפור.

תיאור הפעילות:

1. פתיחה R.O: התאריך העברי - חג ל"ג בעומר.
2. ריענון הזיכרון: מילים הקשורות במדורה.
3. סיפור: "מרד בר-כוכבא".
4. יצירה: חץ וקשת.
5. סיום: שירי ל"ג בעומר ותערוכת עבודות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום ירושלים **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: שיפור הזיכרון לטווח הארוך והקצר, גרייה חושית, שיפור הקשב והריכוז.

אביזרי עזר: מפת ארץ ישראל, תמונות, פולגל, כרטיסי שמות, ספר "סיפורי ירושלים".

תיאור הפעילות:

1. R.O.: מיקום העיר ירושלים במפת ישראל.
2. שיחה - שאלות מנחות: א) האקלים בירושלים לעומת האקלים בשאר אזורי הארץ ב) האוכלוסייה (מוסלמים ונוצרים; יהודים) (חילוניים ודתיים).
3. גרייה חושית: הצגת תמונות ירושלים (מהעבר ומהווה) התלויות על גבי פולגל; חלוקת הכרטיסיות למשתתפים.
4. חידון: התאמת השם לתמונה שעל גבי הפולגל.
5. סיפור: "שלוש המצוות" מתוך הספר "סיפורי ירושלים".
6. סיום: המשך הנושא למחרת.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: יום ירושלים **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: שיפור הזיכרון לטווח הקצר והארוך, עידוד להתבטאות, אינטראקציה חברתית.

אביזרי עזר: ספר "סיפורי ירושלים", השיר "ירושלים של זהב".

תיאור הפעילות:

1. R.O. מהי חשיבותה של העיר ירושלים?
2. שלושת הדתות בעיר הבירה: תיאור על ידי המשתתפים.
3. שיחה באמצעות שאלות מכוונות: מהם המקומות הקדושים לשלושת הדתות (יחד ובנפרד)?
4. חזרה להקראת הסיפור "שלוש המצוות" - תוך מתן דגש לשאלה: מהן שלוש המצוות?
5. סיום: השמעת השיר "ירושלים של זהב" והזמנה לשירה בציבור.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

שבועות



תכנית פעילות קבוצתית לעונת הקיץ

תכנית פעילות קבוצתית לעונת הקיץ. שנת: _____

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
יוני				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
יולי				

חודש	תאריך	נושא	מספר פגישות	פגישה מספר
אוגוסט				

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג השבועות **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת סמלי החג, גירוי חושים (שמיעה, ראייה ומישוש).

אביזרי עזר: שירי החג להשמעה, מטפחות ראש, סמלי החג, כרטיסים עם תמונות של עשרת הדברות, שאלות מנחות, תמונות מוצרי חלב, תמונות פירות לגזירה, מספרים ובריסטולים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הנעת הידיים באוויר עם מטפחות ראש על רקע צלילי החג.
2. התמצאות: הצגת סמלי החג כגון ספר תורה, שיבולים וסלסלאות ביכורים.
3. חידון: מאכלי עדות בחג.
4. קולאז' (הדבק): סלסלת פירות וירקות.
5. סיום: שירי שבועות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חג השבועות **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור מצב הרוח, עבודה על מוטוריקה עדינה - לימוד טכניקת שזירה.

אביזרי עזר: כרטיסיות של עשרת הדברות, כרטיסים עם מגוון שמות החג, אוסף פרחים כגון חרציות.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: חזרה ותיאור המפגש הקודם. ברקע: שירי החג.
2. שימור הזיכרון: על המטופלים למנות מזיכרון את עשרת הדברות (בתיווך המדריכה).
3. משחק מילים: בניית שמות החג.
4. יצירה: שזירת זר פרחים.
5. סיום: שירי שבועות (בזמן שהמטופלים כורכים את הזרים).

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת הקיץ **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת מאפייני הקיץ, שיפור חוש המישוש ועידוד לחשיבה כמותית.

אביזרי עזר: תמונות נופשי קיץ, קופסה עם חול וצדפים, משחק "דגים" (תרגילי חשבון), לוח מחיק.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: צפייה בתמונות נופי קיץ.
2. זיהוי ועידוד חוש המישוש והראייה: חיפוש חפצים בתוך קופסת חול (חפצים לדוגמה: חלוקי נחל, צדפים, אבנים מחוספסות) תוך מתן דגש לצבע, לצורה, לגודל ולטקסטורה.
3. משחק "דגים": תרגילי חשבון פשוטים (המשתתפים בוחרים את הפעולה: חיבור, חיסור, כפל או חילוק לביצוע עם המספרים אותם "דגו").
4. סיום: שירה בציבור - שיר קיץ.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת הקיץ **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: זיהוי מאפייני הקיץ והעלאת זיכרונות.

אביזרי עזר: תמונות נוף שונות, כרזה (פלקט), חול צבעוני, דבק, ערכת קיץ (משקפי שמש, כובע, ביגוד קצר, ערכת ים, משקפי צלילה, קרם שיזוף, חול וצדפים).

תיאור הפעילות:

1. R.O.: עדכון לוח התמצאות.
2. שיחה בנושא קיץ בליווי תמונות: אתרי נופש, מקומות בילוי.
3. הצגת האביזרים השונים באמצעות שאלות מנחות.
4. פעילות בתנועה: סגנונת שחייה בשילוב מוזיקת רקע.
5. קולאז' (הדבק): יצירה קבוצתית באמצעות חול צבעוני.
6. סיום: חזרה על שלבי הפעילות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: עונת הקיץ **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: עידוד אינטראקציה חברתית; שיפור מוטוריקה עדינה.

אביזרי עזר: תמונות מעיתונים, דבק ובריסטול, מספריים, בדים, סדרת תמונות קיץ, סבונים, שמפו וקרם ידיים/גוף.

תיאור הפעילות:

1. R.O. קיץ בישראל - אקטואליה מהעיתון.
2. חזרה על הפעילויות הקודמות בנושא.
3. העלאת אסוציאציות בעקבות גירוי חוש הריח (באמצעות סבונים, שמפו וקרם ידיים/גוף).
4. אפליקציה: יצירת נוף ים באמצעות הדבקת חלקים מוכנים מנייר צבעוני.
5. סיום: הצגת האפליקציה בפני הקבוצה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: טיולים ונופים **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שולחן העבודה **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: הכרת הארץ, הכרת טכניקה חדשה למשתתפים.

אביזרי עזר: תמונות ונופים בארץ, צבעי גואש, מכחולים, צנצנת מים, בריסטולים.

תיאור הפעילות:

1. R.O. עונה: התכנסות לנושא.

2. תיאור תמונות נופים בארץ ישראל.

3. ריענון הזיכרון: באמצעות מקומות המוכרים למשתתפים.

4. סדנה: תיאור טכניקת המשך ציור.

5. סיום: סיכום הנושא והזמנה לפגישה הבאה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.

☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.

☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.

☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.

☐ תקשורת תקינה/לקויה.

☐ אחר: _____

סיכום:

☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.

☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.

☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____

☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____

☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____

☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא

☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא

☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: טיולים ונופים **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שולחן עבודה **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: תרגול הטכניקה של המשך ציור במגוון אפשרויות, אינטראקציה חברתית, שיפור מוטוריקה עדינה ופיתוח יצירתיות.

אביזרי עזר: תמונות נופים בארץ, דפי בריסטול לעבודה, דבק, מכחולים, שירי ארץ ישראל, תמונות להדבקה.

תיאור הפעילות:

1. R.O. חזרה על חומר מהפגישה הראשונה.
2. תרגול זיכרון לטווח ארוך: שמות נופי ארץ ישראל.
3. בחירת תמונות להמשך ציור.
4. ציור: טכניקה נקודתית. ברקע: מתנגנת מוזיקת ארץ ישראל.
5. סיום: הצגת העבודות וסיכום הנושא.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: כלי נגינה **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: גרייה חושית, שמירה על ערנות, שיפור הקשב והריכוז.

אביזרי עזר: צלילי כלי נגינה שונים להשמעה, כלי נגינה (תופים, מצלתיים, משולשים וכולי), תמונות.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הסבר על מהלך הפעילות. ברקע: מתנגנת מוזיקה שקטה.
2. הפעלת בתנועה: שימוש בכלי נגינה כגון תוף מרים, מצילתיים, משולש, אצבעון, צמיד פעמונים, רעשנים וכולי.
3. גרייה חושית: חלוקת תמונות של כלי נגינה שונים והשמעת צלילי כלי נגינה מוקלטים. משמיעים למשתתפים צלילי כלי נגינה אחד בכל פעם, ואז מפסיקים. המשתתף שזיהה את הצליל אשר מתאים לתמונה שבידו - מרים אותה. מעודדים את חברי הקבוצה לעזור האחד לשני.
4. גירוי שמיעתי: השמעת מוזיקה. כל המשתתפים מצטרפים בנגינה על הכלים שברשותם.
5. סיום: תודה על שיתוף הפעולה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: כלי נגינה **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב השולחן **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: פיתוח הדמיון, דינמיקה קבוצתית, שיפור הזיכרון לטווח הארוך, שמירה על קשב וריכוז.

אביזרי עזר: כלי נגינה (תופים, מצלתיים, משולשים וכולי), מוזיקת רקע.

תיאור הפעילות:

1. R.O.: על השולחן מונחים כלי נגינה שונים כגון תופים, מצלתיים, גיטרה, אורגן קטן, חליל וכולי. כל משתתף צריך לזהות בשם את כלי הנגינה.
2. העלאת זיכרונות: האם ניגנו בכלי נגינה? האם אוהבים להאזין למוזיקה? לאיזה סוג מוזיקה אוהבים להאזין?
3. הפעלה בתנועה לצלילי מוזיקת רקע: כל משתתף בוחר, בתורו, תנועה מסוימת על פי קצב המוזיקה המושמעת. על יתר המשתתפים לחזור על התרגיל.
4. התאמת המוזיקה לאירוע: איזו מוזיקה משמיעים, לפי דעתכם, בחתונה, במסיבת ריקודים, בכניסת נשיא המדינה וכולי?
5. סיום: התייעצות לגבי מידת רצונם של המשתתפים בפעילות נוספת בנושא "כלי נגינה".

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

דוגמאות למשמעות השם

שם	משמעות	ערך
רות	אשתו של בועז; מגילה בתנ"ך.	פתיחות, דמיון מפותח, כושר ביטוי, סימפתיה, אופטימיות, עצמאות
רחל	אחת האימהות, אשתו של יעקב.	שמרנות, אחריות, מסגרת, מסירות, אנרגטיות, חריצות
שרה	אחת האימהות, אשת אברהם.	ראשוניות, אמביציה, אינדיבידואליות, יוזמה, חוסר סבלנות למתנגדים, תחרותיות, שליטה, בדידות
חנה	אשת אלקנה, אם שמואל; בתקופת החשמונאים - האגדה על גבורת חנה ושבעת בניה.	אידיאליזם, הומניטריות, חשיבה מרוכזת בזולת, עקשנות.
דליה	שם פרח.	שמרנות, אחריות, מסגרת, מסירות, אנרגטיות, חריצות.
אורלי	צירוף המילים אור-לי.	שמרנות, אחריות, מסגרת, מסירות, אנרגטיות, חריצות.
גל	נחשול, מנוף; וגם: שמח.	הרמוניה, אחריות, אהבת יופי, צורך באיזון, כבוד, אסתטיקה.
גלית	מן המילה "גל".	אינטואיציה, שותפות, צורך בשיתוף פעולה, רגישות, רכושנות.
ענבר	שרף האורן; צבע צהבהב בהיר.	פרפקציוניזם, מחקר, צורך במזון מנטלי, יצירתיות, רצינות.
נעמי	אשת אלימלך מבית לחם, אשר נדדה עם בעלה ושני בניה למואב. גיבורת סיפור מימי השופטים.	ארגון, תכליתיות, צורך בסיפוק חומרי, שאפתנות.
רבקה	אחת האימהות, אשתו של יצחק.	ראשוניות, אמביציה, אינדיבידואליות, יוזמה, חוסר סבלנות למתנגדים, תחרותיות, שליטה, בדידות.
יונה	אחד מנביאי תרי-עשר.	ארגון, תכליתיות, צורך בסיפוק חומרי, שאפתנות.
משה	מוציא בני ישראל ממצרים.	פתיחות, דמיון מפותח, כושר ביטוי, סימפתיה, אופטימיות, עצמאות.
יובל	פלג מים.	פתיחות, דמיון מפותח, כושר ביטוי, סימפתיה, אופטימיות, עצמאות.
רם	מאבותיו של דוד המלך.	הרמוניה, אחריות, אהבת יופי, צורך באיזון, כבוד, אסתטיקה.
רמי	נגזר מהשם רם.	פרפקציוניזם, מחקר, צורך במזון מנטלי, יצירתיות, רצינות.

שם	משמעות	ערך
אברהם	האב הראשון, אבי האומה, אברהם אבינו.	גמישות, חופש, תנודתיות, הרפתקנות, פיקחות.
יצחק	בן אברהם, אבי יעקב.	ראשוניות, אמביציה, אינדיבידואליות, יוזמה, חוסר סבלנות למתנגדים, תחרותיות, שליטה, בדידות.
יעקב	בן יצחק, נקרא לאחר מכן ישראל.	אינטואיציה, שותפות, צורך בשיתוף פעולה, רגישות, רכושנות.
מנשה	בן יוסף, אחד השבטים; מלך יהודה - מלכים ב', כ"א:א'	ארגון, תכליתיות, צורך בסיפוק חומרי, שאפתנות.
זהבה	מהמילה "זהב".	ראשוניות, אמביציה, אינדיבידואליות, יזמה, חוסר סבלנות למתנגדים, תחרותיות, שליטה, בדידות.
מרים	אחות משה ואהרן.	אינטואיציה, שותפות, צורך בשיתוף פעולה, רגישות, רכושנות.
מרגלית	אבן חן.	ארגון, תכליתיות, צורך בסיפוק חומרי, שאפתנות.

(מתוך אתר זולו <http://www.zooloo.co.il/more/name> בתאריך 24/1/2010)

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: משמעות השם **מספר פגישה: 1**

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שני שולחנות **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: שיפור הזיכרון, אינטראקציה קבוצתית, קשב וריכוז, זיכרונות מהעבר.

אביזרי עזר: ספר, משחק, פרסים.

תיאור הפעילות:

1. R.O.: סבב שמות בין כל המשתתפים.
2. הסבר על הפעילות ושיחה בנושא שמות פרטיים. שאלות מכוונות: האם אתה אוהב את שמך? האם בעבר חשבת לשנות את שמך? וכולי.
3. משחק שמות: חלוקת המשתתפים לשתי קבוצות. על השולחן מונחות אותיות בתפזורת. על כל קבוצה לנסות להרכיב כמה שיותר שמות.
4. הקראה: מתוך הספר "משמעות השם" או מאתר אינטרנט רלוונטי בהתייחסות לשמות המשתתפים.
5. חלוקת פרסים לקבוצה המנצחת במשחק.
6. סיום: קבלת משוב מהמשתתפים - בירור האם היו רוצים פגישה נוספת בנושא.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: משמעות השם **מספר פגישה: 2**

מספר משתתפים: _____ ישובים סביב שני שולחנות. **משך הפעילות:** שעה עד שעה וחצי.

מטרה: העלאת אסוציאציות, עידוד דליית מילים ושיפור הקשב.

אביזרי עזר: משחק "גלגל אותיות", לוח מחיק וכרטיסים עם שמות מהפגישה הקודמת.

תיאור הפעילות:

1. R.O.: כל משתתף מתבקש בתורו להיזכר ולציין את שמותיהם של חבריו לקבוצה (בעזרת המדריכה).
2. משחק "דליית שמות": סיבוב הגלגל על ידי אחד המטופלים. כאשר הגלגל נעצר, על המטופלים להעלות שמות מזיכרונם. את השמות שעולים יש לרשום על גבי לוח מחיק.
3. העלאת זיכרונות: כל משתתף בוחר שם מתוך הרשימה שצוינה על ידי המשתתפים, אשר מזכיר לו קרוב משפחה או ידיד כלשהו, ומספר על תכונותיו.
4. השוואה בין סיפורם של המשתתפים לשמות שהוזכרו בפגישה הקודמת.
5. סיום: חזרה על השלבים וסיכום.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: טבע

מספר משתתפים: _____ משך הפעילות: שעה עד שעה וחצי.

מטרה: הכרת הטבע - שליטתו בנו ושליטתנו בו. זיהוי צלילים מהטבע, הכרת חרקים וצמחים.

אביזרי עזר: צלילים מן הטבע להשמעה, תמונות נוף של פרחים, ים ומרחבים; סיפור "הפרפר הכחול", טוש ולוח מחיק; מנקי מקטרות צבעוניים; מספרים; מאזינים שונים.

תיאור הפעילות:

1. האזנה לצלילים מן הטבע (גלי ים, ציוץ ציפורים, צרצר, רוח וכולי).
2. חידון "חרקים וצמחים" (השלמת מילים).
3. יצירה: אוריגמי (קיפול נייר ל"אקורדיון" והפיכתו לפרפר).
4. סיפור: "הפרפר הכחול".
5. שיחת סיכום: מוסר ההשכל.

שינויים: _____

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: תשעה באב

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: עידוד אינטראקציה בין-אישית ומעורבות חברתית, חיזוק הזיכרון והתמצאות בזמן.

אביזרי עזר: "אגדה על סלע" וסיפור "אבן עד לחומה", מתוך הספר "מה כבר 2000?!". מאת דודו דיין; כרטיסים עם שאלות מנחות ותמונות בנושא.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: R.O. - הסבר קצר.
2. קריאת הסיפור "אבן עד לחומה".
3. שיחה: שאלות מנחות בנושא.
4. תשעה באב בארץ ובתפוצות: מנהגים שונים.
5. צפייה בתמונות אתרים הקשורים בנושא.
6. דיון בנושא תוך קישור לנושאים אקטואליים (לדוגמה: ההתנתקות).
7. סיום: אילו מסקנות ניתן להסיק מיום זה?

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: חיוכים במקום צעקות

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: הכרת שיטות לשיפור החיים.

אביזרי עזר: כרטיסיות עם עצות מעשיות (טיפים) לפיוס, תמונות רלוונטיות, שני קטעי שיחה להשמעה (האחד נגמר בריב והשני נגמר בפיוס), עפרונות ונייר לבן.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות להצגת הנושא: השמעת שני הקטעים.
2. הצגת שאלות לדיון: האם אפשר להגיב אחרת? איך היית אתה מגיב לסיטואציה?
3. יצירה: ציור אדם כועס ואדם רגוע.
4. העלאת זיכרונות: המשתתפים מספרים מחוויותיהם האישיות ומביאים דוגמאות מעברם.
5. מתן טיפים: "המתכון לשלום" באמצעות הצגת כרטיסיות.
6. סיום: שיחת סיכום - מחשבות, רגשות, ציפיות ואכזבות.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: ט"ו באב

מספר משתתפים: _____ משך הפעילות: שעה

מטרה: העלאת זיכרונות על הצדדים החיוביים של החיים, עידוד אינטראקציה חברתית, שיפור המוטוריקה העדינה.

אביזרי עזר: מקור תנ"כי לט"ו באב, תמונות מאירועים, דפי עבודה, צבעי פנדה, עפרונות וטושים, שירי אהבה.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: הקראת מקור תנ"כי על יום האהבה.
2. שירה בציבור: שירי אהבה.
3. חלוקת דפי צביעה: זר פרחים.
4. דיון בנושא: כל משתתף מספר על חוויה אישית הקשורה ביום האהבה.
5. סיום: הגשת ציור זר הפרחים לחבר/ה דמיוני/ת לו/לה היו המשתתפים רוצים להעניק מתנה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה: _____

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: כלי רכב ומשמעותם.

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: ריענון הזיכרון - זיהוי כלי רכב מתקופות שונות, שיפור קשר עין-יד, מוטוריקה עדינה וגירוי חושים.

אביזרי עזר: תמונות של כלי רכב שונים, צלילים להשמעה של כלי רכב שונים.

תיאור הפעילות:

1. R.O. התכנסות: השמעת צלילים של כלי רכב שונים.
2. זיהוי תמונות של כלי רכב והתאמת השם והיצרן לסוג כלי הרכב.
3. תנועות רגליים: מטוס, רכבת, אופניים.
4. העלאת זיכרונות (למשל: באיזה אמצעי תחבורה עלית לארץ? אילו כלי תחבורה היו בצעירותך?).
5. תצורף (פאזל): תמונת כלי רכב.
6. סיום: זיהוי צלילי רכב שונים.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: שבעת פלאי תבל **מספר פגישה:** 1

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: שיפור הזיכרון לטווח הארוך והקצר.

אביזרי עזר: כרטיסים עם שמות, תמונות בנושא, לוח מגנט.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: תיאור הנושא. הצגת הפירמידה בגיזה, אשר שרדה עד ימינו: תיאור הפירמידה והסיפור שמאחוריה.
2. ריענון הזיכרון: ציון אתרי שבעת פלאי תבל על ידי המשתתפים (בתיווך המדריכה).
3. סיפורו של כל אחד מהמקומות בקצרה, תוך כדי העברת התמונה המוגדלת עם ציון שם המקום בין המשתתפים.
4. סיפור קצר על אחד מהמקומות, ולאחריו שאלה: האם אתם זוכרים את תמונת המקום עליו דיברנו? הסתכלו בשלושת התמונות - ובחרו את התמונה הנכונה!
5. סיום: מדוע, לדעתכם, נבחרו דווקא מקומות אלו כפלאי תבל?

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: שבעת פלאי תבל החדשים **מספר פגישה:** 2

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: עידוד אינטראקציה בין-אישית, העלאת זיכרונות, זיהוי חושים, הכרת שבעת פלאי תבל החדשים.

אביזרי עזר: כרטיסים המציגים תלבושות מסורתיות מהמדינות הרלוונטיות, תמונות המציגות את אתרי פלאי תבל החדשים, מוזיקה עממית המתאימה למקומות הנבחרים החדשים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: חזרה על שבעת אתרי פלאי תבל המקוריים (מהפגישה הראשונה).
2. גירוי חושים (חוש הראייה, חוש השמיעה): הצגת תמונות של אתרי פלאי תבל החדשים (בשילוב מוזיקה עממית המייצגת כל מדינה/אתר).
3. משחק התאמה: התאמת כרטיסיות המציגות תלבושות מסורתיות למדינות בהן נמצאים אתרי פלאי תבל המוצגים בתמונות.
4. העלאת זיכרונות: מטופלים מספרים חוויות מהמקומות החדשים.
5. סיום: חזרה וסיכום הנושא.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: שבעת פלאי תבל החדשים **מספר פגישה:** 3

מספר משתתפים: _____ **משך הפעילות:** שעה

מטרה: העלאת זיכרונות ואסוציאציות חיוביות.

אביזרי עזר: תמונות המציגות את אתרי פלאי תבל הישנים והחדשים גם יחד, כרטיסים המציגים מאכלים מסורתיים למדינות הרלוונטיות, מוזיקה עממית המתאימה לאתרים הישנים והחדשים הרלוונטיים.

תיאור הפעילות:

1. התכנסות: חזרה על אתרי שבעת פלאי תבל המקוריים והחדשים (מהפגישות הקודמות).
2. חידון מוזיקלי: זיהוי המדינה לפי מנגינה אתנית מושמעת (למשל: הודית, ברזילאית, סינית וכו').
3. משחק התאמה: התאמת כרטיסיות המציגות מאכלים מסורתיים למדינות המייצגות את אחד מאתרי פלאי תבל המוצגים בתמונות.
4. סיכום הנושאים שעלו במהלך המפגשים.
5. סיום: תנועות ריקוד בליווי מוזיקה.

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

- ☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.
- ☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.
- ☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.
- ☐ תקשורת תקינה/לקויה.
- ☐ אחר: _____

סיכום:

- ☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.
- ☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.
- ☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____
- ☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____
- ☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא
- ☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא
- ☐ פירוט: _____

חתימה:

קבוצת מטבח



אוסף מתכונים שהוכנו על ידי מטופלי "בית בלב".
מומלץ להתאים את קבוצת המטבח לקבוצת הנושא של אותו שבוע ולחגים החלים בו.

קבוצת מטבח

מתכון: הכנת כריך (סנדוויץ').

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו), קרש חיתוך בעל זווית מיוחדת למניעת תזוזה של פרוסת הלחם המונחת עליו.

אופן הכנה באמצעות: מקרר

חומרים:

כמות	ממרחים	כמות	ירקות	כמות	תוספות
1	גבינה לבנה	3	עגבניות	1	טונה
1	גבינת קוטג'	3	מלפונים	1	גבינה צהובה
1	גבינה מלוחה	5	פלפלים בצבעים שונים	1	גבינה צפתית
1	חומוס	1	בצל	3	ביצים קשות
1	טחינה	1	חסה	2	חביתות או ביצי עין
1	איקרה	2	גזר	1	מלפפון חמוץ
1	ריבה			1	זיתים
1	חמאה			1	נענע
				1	פטרזליה
				1	שמיר
				1	ריחן
				1	עירית
				1	זעתר

כיכר לחם

אופן ההכנה:

כל משתתף בוחר לפני הפעילות את הכריך שברצונו להכין. לאחר מכן, כל משתתף מקבל את חומרי הגלם הנדרשים. כל משתתף מקבל את האביזרים הנדרשים להכנה, בתוספת פרוסת לחם והתוספות שבחר בעצמו. כל משתתף יכול להציע ולכבד את חבריו לשולחן העבודה בחצי כריך (חתוך באלכסון) שהכין.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט פירות.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו).

אופן הכנה באמצעות: מקרר.

חומרים:

כמות	חומר
3	תפוחי עץ
2	אגסים
1	לימון (או מיץ לימון)
1	רימון (בעונה)
2	אפרסק (בעונה)

אופן ההכנה:

חותכים את כל החומרים ומערבבים קלות בתוך הקערה.

מוסיפים מיץ לימון לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט בריא.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: מקרר.

חומרים:

כמות	חומר
1	כרוב אדום
1	פטרייה
2	גזר
2	מלפפונים
2	עגבניות
½	בצל סגול
	מלח
	לימון
	שמן זית

אופן ההכנה:

חותכים את כל החומרים ומערבבים קלות בתוך הקערה.

מוסיפים מיץ לימון, שמן זית ומלח לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט טונה.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו).

אופן הכנה באמצעות: מקרר.

חומרים:

כמות	חומר
1	עגבניות
2	מלפפונים
4 עלים	חסה
2	בצל סגול
$\frac{1}{4}$ קופסה	תירס
$\frac{1}{2}$	פטרזיליה
	מלח
	לימון
	שמן זית

אופן ההכנה:

חותכים את כל החומרים ומערבבים קלות בתוך הקערה.

מוסיפים מיץ לימון, שמן זית ומלח לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט קצוץ.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: מקרר

חומרים:

כמות	חומר
5	עגבניות
5	מלפפונים
1	בצל סגול
1	פטרוזיליה
	מלח
	לימון
	שמן זית

אופן ההכנה:

חותכים את כל החומרים ומערבבים קלות בתוך הקערה.

מוסיפים מיץ לימון, שמן זית ומלח לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט פאטוש.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו).

אופן הכנה באמצעות: מקרר.

חומרים:

כמות	חומר
6	עגבניות
4	מלפפונים
1	פיתה
1	בצל סגול
	גבינת פטה
	פטרוזיליה
	מלח
	לימון
	שמן זית

אופן ההכנה:

חותכים את כל החומרים ומערבבים קלות בתוך הקערה.

את גבינת הפטה חותכים לקוביות קטנות ומטגנים בשמן.

מוסיפים מיץ לימון, שמן זית ומלח לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: סלט חצילים.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים), מחבת, כותש שום.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: פלטה חשמלית.

חומרים:

חומר	כמות
חצילים בינוניים	3
פלפלים אדומים	2
פלפלים ירוקים	2
פלפלים צהובים	2
גזר	1
כוס שמן	1
קופסת שימורים של מלפפון חמוץ	1
שיני שום	3
מלח ופלפל שחור	קורט (מעט)

אופן ההכנה:

פורסים את הגזר לרוחב $\frac{1}{2}$ ס"מ וחותכים לשני חלקים. את חלקי הגזר מטגנים בשמן למשך כ-5 דקות.

מניחים את הגזר המטוגן בצלחת נפרדת.

פורסים את החצילים לפרוסות ברוחב $\frac{1}{2}$ ס"מ ומפזרים מלח (להפחתת המרירות).

פורסים את פרוסות החציל מהאמצע לכדי משולשים ומטגנים כ-5 דקות.

חותכים את הפלפלים והמלפפונים החמוצים לקוביות. מוסיפים שום כתוש לקערה.

מוסיפים את הגזרים והחצילים המטוגנים לקערת הפלפלים.

ניתן להוסיף מלח ופלפל לפי הטעם.

קבוצת מטבח

מתכון: חמאת בדיליקום.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, סכינים (כמספר המשתתפים), קרשי חיתוך (כמספר המשתתפים), כותש שום.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: פלטה חשמלית.

חומרים:

כמות	חומר
1	חופן עלי בדיליקום
2	שיני שום
4	כפות שמן זית
1	מיץ מלימון
100 גרם	חמאה רכה
	פלפל שחור גרוס טרי
	מלח

אופן ההכנה:

מרככים את עלי הבדיליקום במים חמים וקוצצים את הבדיליקום לחתיכות קטנות.

כותשים את השום ומוסיפים עם שמן זית לתערובת. מוסיפים מיץ לימון, פלפל ומלח עד קבלת מחית בצבע ירוק.

מוסיפים את החמאה וממשיכים לערבב.

קבוצת מטבח

מתכון: פיצה

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: מערוך, שתי קערות, כוס מדידה, כף לערבוב, פומפיה (מגרדת).

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך.

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומרים לרוטב		חומרים לבצק	
חומר	כמות	חומר	כמות
כפות רסק עגבניות	2	קמח	1 קילוגרם
גבינה צהובה מגורדת	200 גרם	כף שמרים	1
כפות שמן	2	כוסות מים	2½
כף אורגנו	1	כוס שמן	¾
כוס מים חמים	½	מלח	½
		מים או סודה	1½

אופן ההכנה:

לשים את כל המרכיבים לכדי בצק רך ועדין. נותנים לבצק לתפוח במשך שעתיים. מחלקים את הבצק לשני חלקים.

רוטב לפיצה: מערבבים יחד את המרכיבים. מורחים על הבצק.

מוסיפים גבינה צהובה מגוררת ותוספות על פי הטעם (עגבניות, זיתים, פטריות, תירס וכולי).
6. אופים את הפיצות בחום של 180° עד שהפיצה מוכנה.

קבוצת מטבח

מתכון: פיצה איטלקית "אורגניל".

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קרש חיתוך, מערוך, סכינים, קערה, כף לערבוב, תבנית אפייה, פומפייה (מגרדת).

אביזרי עזר טיפוליים: דיסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומרים למילוי		חומרים לבצק	
חומר	כמות	חומר	כמות
עגבניות מרוסקות גס	2	קמח	1 קילוגרם
כפות קטשופ	2	"שמרית"	1
גבינה צהובה מגורדת	200 גרם	כוסות מים	2½
כוס זיתים	1	כוס שמן	½
אורגנו	½	מעט מלח	
מעט מלח			

אופן ההכנה:

לשים את כל המרכיבים לכדי בצק רך ועדין.

משהים את הבצק להתפחה (עד להכפלת הנפח).

לשים שוב ומחלקים את הבצק לשניים.

מרדדים את הבצק לעובי 1 סנטימטר. מעבירים למגש משומן.

מוסיפים את התערובת. לאחר 20 דקות - מכניסים לתנור מחומם (180°) למשך 15 דקות.

קבוצת מטבח

מתכון: מנקיש

משך הפעילות: שעה עד שעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה גדולה (להכנת הבצק), קערה קטנה (להכנת המילוי), מערוך, כף לערבוב, צלחת הגשה, קרש חיתוך.

אביזרי עזר טיפוליים: דיסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

חומרים:

חומרים למילוי		חומרים לבצק	
חומר	כמות	חומר	כמות
זעתר טחון	8 כפות	קמח	1 קילוגרם
שומשום	חצי שקית	שמרים	50 גרם / 2 כפות
שמן זית / תירס	חצי כוס	מים פושרים	2 כוסות
מלח	חצי כפית	שמן זית / תירס	חצי כוס
מלח לימון	חצי כפית	סוכר	כפית
		מלח	חצי כפית
		לימון	רבע כוס
		שמן זית	רבע כוס

הכנת הבצק: מנפים את הקמח. שמים בתוך קערה ומוסיפים את השמרים, הסוכר והמלח. לאחר מכן, שמים את המים ומתחילים ללוש את הבצק. לאחר שמסיימים, מכסים אותו ושמים בצד כרבע שעה.

הכנת המילוי: מערבבים את החומרים (זעתר, שומשום, מלח לימון, מלח ושמן).

הכנת פיתות:

חותכים את הבצק ל-10-12 כדורים.

מכינים פיתות מעוגלות בעזרת המערוך. מחוררים את הפיתות על ידי האצבעות (כדי שלא יתנפחו). לאחר מכן, מורחים את המילוי ושמים בתנור.

קבוצת מטבח

מתכון: כעכים מלוחים.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, כף ערבוב, כוס מדידה, נייר אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

כמות	חומר
1 קילוגרם	קמח
1	"שמרית" (או 50 גרם שמרים)
1	כף כמון
1	כף מלח
1	כוס שמן
1	מרגרינה
2	כוסות מים פושרים

אופן ההכנה

מערבבים את כל החומרים לכדי בצק ומשהים לתפיחה במשך 20 דקות.

יוצרים מהבצק כעכים עגולים. מורחים בביצה ושומשום.

אופים בתנור שחומם מראש (180°) עד שהכעכים משחימים.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגיות חמאה.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, מערוך, נפה, נייר אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דיס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתיות).

אופן הכנה באמצעות: פלטה חשמלית ותנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

כמות	חומר
1 קילוגרם	קמח אסם (או 350 גרם קמח רגיל + אבקת אפייה)
100 גרם	אבקת סוכר
1	חבילת "מחמאה"
2	טיפות "מי-זהר" (תמצית מי הדרים) או וניל
	שקדים או בוטנים לקישוט

אופן ההכנה:

מנפים את הקמח לפני העבודה. לאחר מכן, מוסיפים את החומרים לבצק ולשים.

מעגלים את הבצק לכדי כדורים קטנים. משטחים מעט, כדי ליצור מקום לקישוט של 1/2 שקד או בוטן מקולף.

מכניסים את תבנית האפייה לתנור שחומם מראש (180°). אופים עד לקבלת צבע זהוב. לאחר הוצאת העוגיות מהתנור, מפזרים אבקת סוכר לפי הטעם (ניתן לפזר את הסוכר לפני האפייה).

קבוצת מטבח

מתכון: כדורי שוקולד.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: כף לערבוב, כוס מדידה, סיר, עטרות נייר להגשה (מנג'טים), צלחת הגשה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו).

אופן הכנה באמצעות: מקרר

חומרים:

חומר	כמות
"מחמאה"	200 גרם
כוס סוכר	1
כפות גדושות של קקאו	3
כוס מים	1
כפות ליקר שוקולד או דובדבנים	3
ביסקוויטים	2 חבילות

אופן ההכנה:

מבשלים את הסוכר, הקקאו והמרגרינה עד שנוצרת עיסה אחידה.

מורידים מהאש ומוסיפים את הליקר.

מפוררים את הביסקוויטים ומערבבים עם העיסה.

לאחר שהעיסה מתקררת, מגלגלים ממנה כדורים ומכניסים לתוך עטרות נייר (מנג'טים) להגשה.

קבוצת מטבח

מתכון: אוזני המן (גרסה 1).

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, מערוך, נפה, נייר אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומרים למילוי		חומרים לבצק	
חומר	כמות	חומר	כמות
פרג	200 גרם	קמח	1 קילוגרם
כוס סוכר	1	כוסות סוכר	2
כפות דבש	2	"מחמאה"	3
כוס מים	$\frac{1}{2}$	כוס מיץ תפוזים	$\frac{3}{4}$
כוס אגוזים	$\frac{1}{2}$	אבקת אפייה	1
כוס צימוקים	$\frac{1}{2}$	חלמונים	6
מעט מיץ לימון		אבקת סוכר	

אופן הכנת הבצק:

מערבבים את כל החומרים בקערה ולשים עד לקבלת בצק אחיד.

אופן הכנת המילוי:

מבשלים את הסוכר, הדבש והמים על אש בינונית - עד שהסוכר נמס.

מורידים מהאש. מוסיפים פרג ומיץ לימון בהדרגה. מערבבים בעוד התערובת חמה.

מחזירים את הסיר לאש ומוסיפים אגוזים קצוצים וצימוקים. מערבבים עד לקבלת תערובת אחידה.

הכנת אוזני המן:

מקמחים את השולחן והמערוך. מרדדים בכל פעם מחדש חצי מכמות הבצק עד עובי 1 סנטימטר. בעזרת כוס - יוצרים מהבצק עיגולים. בעזרת כפית קטנה - לוקחים מהמילוי ושממים במרכז העיגול. יוצרים משולשים.

מערבבים את החלבונים בקערה קטנה. מברישים את המשולשים מלמעלה על מנת שלא ייפתחו.

אופים בחום של 160° עד הזהבה.

מפזרים אבקת סוכר.

קבוצת מטבח

מתכון: אוזני המן (גרסה 2).

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, מערוך, נפה, נייר אפייה, כוס.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומרים לבצק		חומרים למילוי	
כמות	חומר	כמות	חומר
2 ½	כוסות קמח	150 גרם	שוקולד חלב
1	כוסות סוכר	50 גרם	חמאה
200 גרם	"מחמאה"	1	כפית קקאו
	קורט מלח		
1	אבקת אפייה		
1	ביצה		
2	כפות חלב		

אופן הכנת הבצק:

מערבבים את כל החומרים בקערה ולשים עד קבלת בצק אחיד.

שומרים את הבצק בקירור במשך שעתיים לפני שמכניסים את המילוי.

אופן הכנת המילוי:

ממיסים את השוקולד. מוסיפים חמאה רכה וכפית קקאו. מניחים להתקרר בטמפרטורת החדר.

הכנת אוזני המן:

מחממים את התנור ל-180°.

מקמחים את משטח העבודה.

מרדדים את הבצק עד 3 מילימטר וקורצים ממנו עיגולים בעזרת כוס.

במרכז העיגול מניחים חצי כפית מהמילוי ויוצרים צורת אוזן המן.

אופים כרבע שעה.

קבוצת מטבח

מתכון: לחמניות כשרות לפסח.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קרש חיתוך, סכינים, נפה, פומפייה (מגרדת), תבנית מספר 26, נייר אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתיו), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומר	כמות
כוסות מים	2
כוס שמן קנולה	$\frac{1}{2}$
כפית מלח	1
כוסות קמח מצה	2
ביצים גדולות	5
אגוזי מלך	$\frac{1}{2}$

אופן ההכנה:

מחממים את התנור ל-180°.

מרתחים את המים והשמן, תוך הוספת מעט מלח. מוסיפים קמח מצה תוך כדי בחישה - עד לקבלת בצק.

לאחר מכן, מעבירים את התכולה לקערה. מוסיפים לקערה ביצים, תוך כדי ערבוב אטי באמצעות מערבבל (מיקסר) - עד לקבלת עיסה אחידה.

ניתן להוסיף לעיסה אגוזי מלך כתושים.

זולפים את העיסה על תבנית אפייה. אופים כחצי שעה - עד לקבלת גוון זהוב.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגת גזר

משך הפעילות: כשעה וחצי

אביזרי עזר: קרש חיתוך, סכינים, נפה, פומפייה (מגרדת), תבנית מספר 26, נייר אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

כמות	חומר
4	ביצים
2	כוסות סוכר
1	כוס שמן
2	כוסות קמח
1	כפית קינמון
2	כפיות שטוחות אבקת אפייה
1	כפית מחוקה סודה לשתייה
3	כוסות גזר מגורד גס
1	כוס אגוזי מלך קצוצים גס

אופן ההכנה:

מקציפים בקערה את הסוכר, הביצים והשמן.

בקערה נפרדת, מנפים את הקמח. מוסיפים קינמון, אבקת אפייה וסודה לשתייה.

מוסיפים את החומרים היבשים ומקציפים בהדרגה. בוחשים עד שכל הקמח נבלע בתערובת. מוסיפים את הגזר בהדרגה ומערבבים.

מוסיפים כוס אגוזי מלך. מרפדים תבנית מספר 26 בנייר אפייה. אופים בחום של 170° - 180° למשך 30 דקות. בעזרת קיסם, בודקים אם העוגה מוכנה.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגת סולת.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קרש חיתוך, סכינים, מחבת טיגון.

אביזרי עזר טיפוליים: דיס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

אופן הכנה באמצעות: פלטה חשמלית ותנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומרים לבצק		חומרים לסירופ	
כמות	חומר	כמות	חומר
1	קילוגרם סולת	3	כוסות מים
2	כוסות קוקוס	4	כוסות סוכר
2	אבקת אפייה	4	טיפול וניל
1	"מחמאה" (או 1 מרגרינה או 2 חמאה בלי מלח)	מעט	לימון
1½	כוסות קמח		
1	כוס סוכר		
2	כוסות מים (או 2 שמנת חמוצה)		
	חופן שקדים או בוטנים		

אופן ההכנה:

מערבבים בקערה קמח, סולת, קוקוס, אבקת אפייה, "מחמאה", כוס סוכר עם שתי כוסות מים. לשים את הבצק עד לקבלת עיסה.

פורסים את הבצק ומניחים במגש. חותכים את הבצק למשולשים. בתוך כל משולש שמים שקד או בוטן.

מניחים את המגש בתנור שחומם מראש ל-170° עד לקבלת צבע זהבהב.

הכנת הסירופ:

מחממים בסיר 3 כוסות מים עם 4 כוסות סוכר ו-4 טיפות וניל וקמצוץ לימון.

מבשלים עד לקבלת צורה צמיגית של ריבה.

מוזגים את הסירופ על עוגת הסולת.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגה "כושית" (שוקולד).

משך הפעילות: כשעה וחצי

אביזרי עזר: קערת פיירקס עגולה, כוס מדידה, כף ערבוב.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: מיקרוגל

חומרים:

חומרים שלב א'		חומרים שלב ב'	
כמות	חומר	כמות	חומר
1	כוס קמח תופח מאליו	3	ביצים
1	אבקת אפייה	$\frac{1}{2}$	כוס שמן
1	כוס סוכר	1	כוס מים
3	כפות קקאו		

אופן ההכנה:

מערבבים את כל המרכיבים של שלב א'. לאחר מכן, מוסיפים את החומרים של שלב ב' וממשיכים לערבב.

מורחים על פיירקס עגול מעט שמן ומוסיפים את העיסה.

מכניסים למיקרוגל למשך 11 דקות.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגיות חמאה - גרסה 2.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, תבנית אפייה, כוס מדידה, נייר אפייה, כף לערבוב.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

כמות	חומר
2	כוסות קמח לבן
$\frac{1}{2}$	כוס סוכר
1	ביצה
$\frac{1}{2}$	חבילת אבקת אפייה
1	כף תמצית וניל

אופן ההכנה:

מערבבים בקערה קמח לבן, חמאה, ביצה, כף תמצית וניל, אבקת אפייה וקליפת פרי הדר (מגורד). לשים את הבצק.

מכינים צורות קטנות בקוטר $1\frac{1}{2}$ סנטימטר.

את הצורות מניחים על גבי נייר אפייה בתבנית. אופים במשך 12 דקות בחום של 180° .

קבוצת מטבח

מתכון: עוגת ביסקוויט.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, תבנית, מערבל (מיקסר), מברשת למריחה.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן

חומרים:

כמות	חומר
2 חבילות	ביסקוויט "פתי בר"
ליטר	חלב
1	שמנת מתוקה בקופסה
2	שקיות קרם
1	ג'לי
	סוכריות לקישוט

אופן ההכנה:

טובלים ביסקוויט "פתי בר" בקערת חלב.

ממלאים שכבה אחת של ביסקוויטים בתוך תבנית.

מקציפים שמנת מתוקה. מוסיפים שתי שקיות קרם לכוס וחצי חלב ומערבבים היטב.

מורחים שכבת קרם על הביסקוויטים שבתבנית.

מניחים על הקרם שכבה נוספת של ביסקוויטים טובלים בחלב. מוסיפים שכבת קרם נוספת על הביסקוויטים המונחים. כך, מקבלים שתי שכבות של ביסקוויט עם קרם.

חוזרים בפעם השלישית, כדי לקבל שכבה של ביסקוויט אחרונה.

מכינים את הג'לי (מוסיפים חבילה אחת של ג'לי לשתי כוסות מים רותחים).

לאחר שהג'לי מתקרר מעט, שופכים על העוגה ומניחים להתקרר.

ניתן לקשט בסוכריות.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגת קרם פודינג.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: שתי קערות, מערבבל (מיקסר), תבנית.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: מיקרוגל, תנור, מקרר.

חומרים:

חומרים לבסיס		חומרים לקרם לבן	
כמות	חומר	כמות	חומר
6	ביצים	1	פודינג וניל
1 חבילות	פודינג שוקולד	1	כוס חלב
6	כפות סוכר	1	שמנת מתוקה
		חומרים לקרם חום	
		100 גרם	שוקולד מריר
		50 גרם	מרגרינה
		1	שמנת מתוקה

אופן הכנת הבסיס:

מפרידים את הביצים.

מקציפים את החלבונים יחד עם הסוכר.

מקציפים את החלמונים ומוסיפים את הפודינג.

מערבבים בתנועות עטיפה יחד עם הקצף.

אופים בתנור בחום בינוני (180°) במשך 20 דקות עד $1/2$ שעה.

אופן הכנת הקרם הלבן: מקציפים את כל החומרים ומפזרים מעל הבסיס האפוי.

אופן הכנת הקרם החום: ממיסים את כל החומרים במיקרוגל במשך כדקה. מערבבים ושופכים על העוגה.

לאחר הכנת העוגה - מכניסים לקירור.

קבוצת מטבח

מתכון: עוגת תפוזים במיקרוגל.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, כוס מדידה, כף ערבוב, קערת פיירקס.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתני).

אופן הכנה באמצעות: מיקרוגל.

חומרים:

כמות	חומר
1	קמח תופח מאליו
3 כפות	קמח
1	כוס סוכר
1	כוס מיץ תפוזים + קליפות תפוזים
$\frac{1}{2}$	כוס שמן
1	אבקת אפייה
3	ביצים

אופן ההכנה:

מערבבים את החומרים היבשים בקערה. מוספים את הביצים, התפוזים והשמן ובוחשים. שמים בתבנית פיירקס משומנת ומניחים במיקרוגל למשך 11 דקות.

קבוצת מטבח

מתכון: פשטידת פטריות וגבינה.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קרש חיתוך, סכינים, מחבת טיגון, תבנית אפייה מספר 26.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתו), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

אופן הכנה באמצעות: פלטה חשמלית ותנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

חומר	כמות
בצלים קצוצים	2
קופסאות פטריות חתוכות	2
כפות מרק פטריות	5
ביצה	1
קופסאות גבינה לבנה 9%	3
שמן למריחה	מעט
מלח ופלפל שחור	מעט

אופן ההכנה:

מטגנים שני בצלים קצוצים עד שיזהיבו.

מוסיפים שתי קופסאות פטריות חתוכות ומטגנים.

מוסיפים שתי כפות מרק פטריות וביצה שלמה ומערבבים.

בכלי נפרד: מערבבים 3 קופסאות גבינה לבנה 9%, 3 כפיות מרק פטריות, מעט מלח ופלפל שחור.

משמנים תבנית עגולה מספר 26 ומפזרים פירורי לחם בתחתיתה.

שופכים חצי מכמות תערובת הגבינה.

שופכים על הגבינה את תערובת הפטריות כולה.

מעל תערובת הפטריות שופכים את חצי תערובת הגבינה שנותרה.

אופים בחום ב-180° מעלות עד שהפשטידה משחימה.

קבוצת מטבח

מתכון: פשטידת מיונז.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה, תבנית.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושתיו).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן.

חומרים:

כמות	חומר
1	גביע לבן
1	גביע מיונז
2	גביע קמח
3	ביצים
1	אבקת אפייה
1	קופסת פטריות או תירס או טונה
	פירורי לחם לפיזור על התבנית
	שמן או חמאה לשימון תבנית

אופן ההכנה:

מערבבים בקערה את החומרים.

מפזרים פירורי לחם על תבנית משומנת.

מעבירים את הבלילה לתבנית.

אופים בחום ב-180° במשך 40 דקות.

קבוצת מטבח

מתכון: פשטידת תירס.

משך הפעילות: כשעה וחצי.

אביזרי עזר: פומפייה (מגררת), מסננת, קערה עמוקה ותבנית אפייה.

אביזרי עזר טיפוליים: דיס, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, וולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת).

אופן הכנה באמצעות: תנור או טוסטר-אובן

חומרים:

כמות	חומר
קופסה	קוטג'
1	שמנת חמוצה
3	ביצים
קופסה	תירס
2	כפות קמח רגיל
100 גרם	גבינה צהובה מגורדת
30	גרם גבינה בולגרית (אופציה)
30 גרם	מרגרינה לשימון תבנית
	מלח, פלפל שחור לפי הטעם

אופן ההכנה:

בקערה עמוקה, מוסיפים לגבינת הקוטג' את השמנת ומערבבים.

מוסיפים כל ביצה בנפרד, קמח בהדרגה, ומערבבים.

מוסיפים 70 גרם גבינה צהובה, מלח ופלפל לפי הטעם ותירס מסונן.

משמנים את התבנית. מוסיפים את התערובת ומפזרים מעל התערובת את 30 גרם הגבינה הצהובה הנותרת.

מכניסים את תבנית האפייה לתנור שחומם מראש לחום של כ-180°. אופים עד לקבלת צבע זהוב.

קבוצת מטבח

מתכון: ברצ'קי במילוי תפוחים.

משך הפעילות: שעה עד שעה וחצי.

אביזרי עזר: קערה גדולה (להכנת הבצק), קערה קטנה (להכנת המילוי), פומפיה (מגרדת), מערוך, כף לערבוב, צלחת הגשה, קרש חיתוך.

אביזרי עזר טיפוליים: דייסם, סכו"ם המותאם לצורכי המטופלים (למשל: עיבוי, ולקרו על הסכו"ם - לגירוי תחושת), קרש חיתוך עם מסמרים - לתפקוד בעזרת יד אחת.

חומרים:

חומרים להכנת הבצק		חומרים למילוי	
כמות	חומר	כמות	חומר
חצי קילוגרם	קמח	4	תפוחי עץ
200 גרם	שמנת חמוצה	כף (לפי הבחירה)	סוכר
2	ביצים (מספר 1)		
כפית	סוכר		
כפית	מלח		
1 שקית	אבקת אפייה		
2 כפות	שמן זית		

אופן ההכנה:

מנפים את הקמח ושמים בקערה. מוסיפים סוכר, מלח ואבקת אפייה - ומערבבים. מוסיפים את הביצים, השמן והשמנת החמוצה ומתחילים ללוש את הבצק. אחרי שמסיימים, מכסים את הבצק ושמים במקרר למשך 40 דקות.

הכנת המילוי:

מקלפים את תפוחי העץ, ולאחר מכן מגרדים. ניתן להוסיף סוכר (על פי בחירה).

הכנת הברצ'קי:

חותכים את הבצק ל-10-12 כדורים. עורכים את הבצק בצורת עיגול. שמים את המילוי (כפית אחת) וסוגרים בצורת חצי עיגול. לאחר מכן, יוצרים צורת אליפסה.

אינטרנט

נוסטלגיה:

אתר "נוסטלגיה אונליין" הוא ארגז החול של הזיכרונות הנעימים שלנו. באתר זה (ובמהדורה המודפסת שתצא לאור בקרוב בשם "נעים להיזכר - האנציקלופדיה לנוסטלגיה ישראלית") הכל מרוכז עבורכם, בעשרות נושאים ובאלפי מושגים, פריטי מידע, סיפורים, זיכרונות, תצלומים, איורים, ועוד.

כתובת האתר: <http://www.nostal.co.il>

קוסקוס: מרכז תרבותי וירטואלי ליהדות מרוקו

אתר המשמר את המסורת העשירה והנפלאה של יהדות מרוקו. באתר תוכלו להנות מהפולקלור המרוקני, שכולל בתוכו מנהגים מיוחדים, פתגמים חכמים וענייניים, סיפורים ששמענו מסבתא - שהיו תמיד טבולים בהומור ומוסר השכל - וכמובן, בדיחות במרוקנית. כמו כן, ישנם מתכונים להכנת סוגי קוסקוס ומתכונים מרוקנים אחרים. בבניית האתר השתדלנו להיות קרובים ביותר למקור ונעזרנו באנשים מאוד מבוגרים, הזוכרים מנהגים גם מימי ילדותם.

כתובת האתר: <http://www.couscous.co.il>

סיפורים טובים:

אתר זה מרכז בתוכו מגוון גדול של סיפורים: סיפורי בעלי חיים, סיפורי עדות, סיפורי חכמה, סיפורי עם, סיפורי ערב, מספרים עממיים, סיפורי משפחות, סיפורי חגים, סיפורי רפואה עממית מכל הבא ליד, סיפורי ארץ ישראל, סיפורי ירושלים, סיפורים מן המקורות, סיפורים לילדים, סיפורי גולשים, סיפורי חסידים, ועוד.

כתובת האתר: <http://www.mesaper.co.il>

צמח השדה: צמחי-בר שכל אחד צריך להכיר

לכבוד שנת ה-60 לישראל, מגישים לכם אתר "צמח השדה" וקק"ל רשימה בת רוח 60 צמחי-בר שכל אחד צריך להכיר. ניתן להקליק על כל תמונה לקבלת תיאור מלא של הצמח.

צמחי הבר האלה הם חלק מיופייה של הארץ. ביניהם, כאלה שצובעים שטחים גדולים במרבדי פריחה צבעוניים באביב, עצים ושיחים שמעצבים את נוף ההרים והגבעות, מהצפון עד למדבר, ובעלי פרחים יפים המושכים כל עין בעונת הפריחה.

היכרות עם צמחי הבר תקרב כל אחד אל טבע הארץ ואל מורשתה. נדע לאהוב אותה ולשמרה לנו ולדורות הבאים אחרינו.

כתובת האתר: <http://www.wildflowers.co.il/israel-60/israel-celebrates-60.htm>

גינון טיפולי:

אתר "העמותה לגינון טיפולי" הוא פורום עצמאי אשר פעליו עוסקים בו בהתנדבות. פורום מקצועי זה התכנס לראשונה בשנת 1998 תחת השם "הארגון הישראלי לגינון טיפולי". העמותה, המשמשת כארגון הגג לעוסקים בגינון טיפולי בישראל, הציבה כמטרה לקדם את ההכרה בגינון הטיפולי כמקצוע טיפולי ייחודי ואת הקידום המקצועי של העוסקים בתחום. במסגרת זו, פועלת העמותה באמצעות ועד נבחר ובאמצעות ועדות שונות, המוציאות לפועל את המטרות שהוגדרו על ידה. באתר ניתן למצוא מידע על סדנאות, סדנאות וימי עיון, על אודות גינון טיפולי, מאגר מידע מקצועי, חדשות ואירועים, פורומים, לימודי הכשרה, ביטאון, גינון טיפולי ברחבי הארץ וקישורים.

קישור לאתר של הארגון הישראלי לגינון טיפולי: <http://www.g-t.org>

סבתל'ה:

אתר מקיף לכל סוגי "תרופות הסבתא" הקיימות כיום ברשת, ובו מעל 200 "תרופות סבתא", תרופות טבעיות, וטיפים אשר יכולים לעזור לכם להתמודד עם מחלות שכיחות. כל התרופות באתר עשויות מחומרים טבעיים כגון ירקות, פירות, צמחים ועשבים. "תרופות סבתא", הן למעשה רכיחה ביתית של צמחים ומזונות שיש להם תכונות פרמקולוגיות.

כתובת האתר: <http://www.savtale.com>

טבע הריפוי: תרופות סבתא - תרופות ביתיות - תרופות טבעיות

תרופות ביתיות הם צמחים ומזונות הנמצאים תדיר בבתינו. אנו משתמשים בהם ללא הידיעה כי אלו למעשה תרופות המשמשות ברפואה העממית וברפואה הנטורופתית כבר מאות שנים.

באתר ניתן למצוא מידע רב על צמחים ומזונות אלו ועל המינון המומלץ.

כתובת האתר: <http://naturemed.co.il/hr.html>

חיים אורגניים:

אתר זה הינו מקור מידע למשתמש המתחיל, בו יוכל לקבל הצצה לכל תחומי החיים האורגניים: תזונה, חקלאות, רפואה טבעית, תרבות, תיירות, בנייה אורגנית ועוד.

אתר מעניין וכוללני המרכז בתוכו מידע רב על חיים אורגניים, חקלאות ומזון. האתר כולל מידע שימושי כמו בישול, טיפים לעבודה במטבח ומתכונים. כמו כן, ניתן למצוא באתר מידע על רעיונות לגינון ופינת צמח החודש.

כתובת האתר: <http://www.organiclife.co.il>

Cookoo:

"קוקו" הוא מנוע חיפוש למתכונים בעברית ושער גלישה לתוכן הקשור במתכונים, בישול ואוכל. הקלידו מילות חיפוש ו"קוקו" יחפש מתכון מתאים בכל אתרי המתכונים המובילים.

כתובת האתר: <http://www.cookoo.co.il>

אינדקס מזונות:

רשימת מזונות ופירוט הרכבי תזונה בסיסיים.

כתובת האתר: http://naturemed.co.il/in_food.html

Therapeutic Recreation Directory:

אתר עצמאי לתעסוקה טיפולית. ניתן למצוא בו מידע מגוון למשתמש: הפעלות, משחקים, רעיונות לעבודה במטבח, עבודות יד שונות, יצירה, טיפול במוזיקה, וכולי.

כתובת האתר: <http://www.recreationtherapy.com>

ארגוני מתנדבים:

<http://www.ivolunteer.org.il>

משחקים און-ליין:

אלף אפס: <http://alefefes.macam.ac.il>

משחקי חשיבה: <http://www.freewebs.com/otgames>

מבחן IQ מעניין: <http://www.gmx.co.il/game/504.html>

טריוויה מדינת ישראל: <http://www.ilschool.org/home/tic/trivia>

הורדת משחקים:

ברשת האינטרנט ניתן למצוא מגוון רחב של אתרים מהם ניתן להוריד תוכנות שונות, ביניהן משחקים. אתרים שכאלה לדוגמה: <http://www.winfiles.com>, <http://www.download.com> ו-<http://www.tucows.co.il>. באתרים אלו ניתן להביט ברשימת המשחקים המועדפים על הגולשים באתר, לחפש משחק לפי שם או קטגוריה.

בעת הורדה של משחקים מרשת האינטרנט יש לשים לב האם המשחק הוא "Demo" (דוגמה אשר ניתן להפעיל לזמן קצוב מראש), "Freeware" (חינם), או "Shareware" (הדורש תשלום על הגרסה המלאה או תשלום כאשר משחקים במשחק מעל פרק זמן מוגדר).

Everett Kaser Software:

אתר הכולל מגוון תוכנות לפיתוח החשיבה, הידועה שבהן היא תוכנת "Sherlock".

באתר ניתן למצוא מגוון משחקים כגון Solitaire (הדומה ל-Mahjong בסיסי), Lunatic (משחק הדורש תכנון) ועוד. באתר קישורים לאתרים נוספים מהם ניתן להוריד משחקים.

כתובת האתר: <http://www.kaser.com>

אתרים של עמותות וארגונים:

העמותה הישראלית לריפוי בעיסוק: <http://www.isot.org.il>

מילב"ת: <http://www.milbat.co.il>

אש"ל: <http://www.eshelnet.org.il>

משפחה מטפלת: <http://www.reutheshel.org.il>

"יד שרה": <http://www.yadsarah.org.il>

"עזר מציון": <http://www.ami.org.il>

חלק שלישי

דוגמאות ליישום הנהלים



הדוגמאות מבוססות על עבודה ברשת "בית בלב - מקבוצת מכבי שירותי בריאות"
במחלקות שיקום, מחלקות סיעודיות, סיעודיות מורכבות ומונשמים.

נהלי עבודה ואיכות השירות - רשת "בית בלב"

רשת "בית בלב" - מקבוצת מכבי שירותי בריאות" הינה רשת הכוללת מסגרות של מחלקות שיקום, מחלקות סיעודיות, מחלקות של סיעוד מורכב, מונשמים, וכן מסגרות של דיור מוגן.

תהליך איכות השירות ברשת נוצר בעקבות הצורך ליעל את הטיפול. מטרת התהליך היא לנסח מסגרת מובנית המפרטת את תהליכי העבודה. המטרה העיקרית הינה ניסוח אמנת שירות, בה מפורט השירות לו זכאי המטופל. האמנה מהווה מסמך מחויבות של הצוות המטפל כלפי המטופל.

תהליך העבודה נבנה על ידי צוות הריפוי בעיסוק והתעסוקה, מתוך מחשבה על התהליכים אותם יש לשפר במסגרת השירות שניתן למטופל, למשל במסגרת הריפוי בעיסוק: תהליך קבלת מטופל חדש, תהליך מעקב אחר מטופלים ב-ADL, הפנייה ליחידה להמשך טיפול וכו'. במסגרת התעסוקה: תהליך קבלת מטופל חדש, תהליך קביעת השתתפות מטופל בפעילות קבוצתית על ידי מדריכת תעסוקה, תהליך סיום התערבות וכו'.

התהליך מונחה על ידי מנהל הריפוי בעיסוק במטרה לאפשר העלאת שאלות רלוונטיות, בניית תהליכי עבודה וציון מדדים כמותיים להערכת התהליכים. כל זאת, במטרה לשפר את תהליכי העבודה היום-יומיים.

עם סיום עיבוד התהליך על ידי צוות הריפוי בעיסוק והתעסוקה, הוא מוגש לאישור פורום המורכב ממנהלי המחלקות של בית החולים ומנהל בית החולים. פורום זה מונחה על ידי אחראית תהליך איכות השירות ברשת "מעונות מכבי בית בלב" ומנחה חיצונית.

בזכות עבודת הצוות והשיתופיות במהלך בניית התהליכים, נקבעות נורמות עבודה ומדדים לבקרה המאפשרים שיפור באיכות השירות הניתן למטופל.

בניית התהליכים כהוויה מתמשכת יוצרת מחויבות אישית של המטפל כלפי המטופל, הבאה לידי ביטוי באמנת השירות. האמנה מאפשרת למטופל לדעת מהם מגוון הטיפולים להם הוא זכאי.

במסגרת תהליך כתיבתם והגדרתם של תהליכי העבודה הוגדרו מאפייני האוכלוסייה, והותוו קווים להפעלה ועיצוב סביבת העבודה במסגרת המחלקות הקיימות. לפיכך, נבנה לוח התמצאות בזמן ובמקום כמתואר להלן.

בחלקו התיאורטי של מדריך זה ניתנו הגדרות ומאפייני אוכלוסייה, תוך כדי מתן מסגרת מובנית ומדורגת להפעלת המטופלים.

אמנת שירות - צוות מדריכות התעסוקה

• אנו, צוות מדריכות התעסוקה, מתחייבות:

- להפעיל את המטופל בקבוצות:
- התעמלות - בעזרת אביזרי עזר שונים כגון כדורים, טבעות, חישוקים, מוטות עץ וכו'.
- ריתמוזיקה - הפעלה תנועתית מחזורית בצירוף מוזיקה קלסית, אתנית, ישראלית וכו'.
- פעילות מוזיקלית - המבוססת על הקשבה לקטעי מוזיקה ומשלבת דיון פתוח בין חברי הקבוצה.
- יצירה - יצירת הדבק (קולאז'), צביעה, ציור וכו'.
- משחקי מעגל - הכוללים משחקי כדור, באולינג, קליעה למטרה, ומשחקי חשיבה כגון חשבון, לשון וזיכרון.
- חידונים - בנושאים משמעותיים למטופל.
- מטבח - במטרה לאפשר למטופל לשמר יכולות קודמות לאשפוז. הפעילות תתקיים אחת לשבועיים.
- אקטואליה - קריאת עיתון פעמיים בשבוע.
- קבוצת סיפור ושיחה.

- לשתף את המטופל במשחקי חברה לפי רצונו, יכולתו ותחומי העניין שלו.
- המשחקים כוללים: שש-בש, דמקה, שח-מט, דומינו, רמיקוב, קלפים וכולי.
- לשתף את המטופל בפעילות פרטנית מודרכת על ידי מדריכת התעסוקה.
- בפעילות זו ניתן דגש על שיפור מרכיבי חשיבה כגון זיכרון, תכנון, קשב וריכוז.
- לאפשר למטופל ליצור עבודות יד לפי רצונו, יכולתו ותחומי העניין שלו.
- במסגרת פעילות זאת, יוצרים המטופלים כיסאות נדנדה לטלפון סלולרי, עבודות סריגה ורקמה.
- המטופל יכול לרכוש את המוצר המוגמר בסכום סמלי.
- פעילות לימי מועד וחג:
- קבלת שבת
- קישוט המחלקה - עד עשרה ימים לפני מועד החג
- הופעת אורח - עד חודש לפני מועד החג
- הפעלת ספרייה ב"חדר יום" שבמחלקת השיקום הניירולוגי (קומה 1) עבור כל מחלקות האשפוז. הפעילות מתקיימת כל יום במהלך שבוע העבודה בין השעות 14:00-15:00.
- (הפעילות מותנית בכך ש"חדר יום" אינו בשימוש למטרה אחרת על ידי בית החולים)
- מטרתנו, לאפשר למטופל לפתח תחומי עניין ופעילויות אותן יוכל לבצע לאחר שחרורו מבית החולים.

הקדמה לנהלים

חלק זה אינו ספר נהלים של משרד הבריאות, אלא בא לפשט ולהציג כיצד הותאמו נהלי עבודה לרשת "בית בלב" - מקבוצת מכבי שירותי בריאות". המידע נכון לתאריך אחד בינואר, 2010. חובה לעקוב אחר השינויים המופיעים באתר המשרד!

הכרת ספר הנהלים של משרד הבריאות:

- ספר הנהלים של משרד הבריאות - האגף לגריאטריה - נמצא בהנהלת כל מוסד ואף נגיש ברשת האינטרנט.
- הספר מפרט את הנהלים ומחייב את ההנהלה והעובדים.

דיווח פרטני לחולים פעילים:

- למטופל פעיל: דיווח אחת לחודש (בגרף ובמלל).
- למטופל פעיל שנמצא מעל שנתיים במוסד ואין שינוי במצבו: דיווח אחת לשלושה חודשים (בגרף ובמלל).
- מטופלים ששיתוף הפעולה שלהם חלקי: דיווח אחת לשלושה חודשים (בגרף ובמלל).
- הנמקה לאי-השתתפות בפעילות: יש צורך בהנמקה לאי-השתתפותם של מטופלים שחלה הרעה במצבם והפסיקו להשתתף בפעילות, והתייחסות בכתב אחת לשישה חודשים.
- מטופלים שבקבלתם למוסד לא התאימו לפעילות: בטופס ההיכרות יש צורך בהנמקה לאי-השתתפות, והתייחסות בכתב אחת לשישה חודשים.
- מטופל שלא השתתף בפעילות אך מצבו הוטב: יחזור לפעילות ולדיווח אחת לחודש.

קלסר דוחות דיווח מטופלים:

- יש לתייק את הדוחות לפי סדר האלף-בית.
- לחולים השוהים זמן רב במוסד - יש לשמור בקלסר דיווחים מהשנה שעברה, ואת הדיווחים הנצברים במהלך השנה.
- דוחות שהוצאו מהקלסר - יש לשמור בקלסר "גנזך" שיהיה נגיש.
- חולים שנפטרו - יש להעביר את הדוחות לקלסר "גנזך".
- אסור לזרוק דוחות!

הפעלה קבוצתית:

- קבוצות אחת ליום: הפעלה בתנועה, אקטואליה, גינון, בישול, אפייה, משחקים קבוצתיים וכולי. אין צורך בדיווח כתוב. חייב להופיע בלוח פעילות.
- קבוצות נושא אחת לשבוע: קבוצות רבות משתתפים המעלות נושא רלוונטי לאוכלוסייה, שאין רק קבוצות שיחה. יש להשתמש בלא פחות משלוש טכניקות במהלך הפעילות ובמגוון הולם של אמצעים. חובה לדווח בכתב על כל פעילות בטופס המתאים, וכן יש לציין בלוח הפעילות את הנושא.

קלסר דיווחים קבוצתיים:

- יש לתייק את הקבוצות בסדר כרונולוגי. יש לשמור דיווחי קבוצה של שלוש השנים האחרונות (שנתיים קודמות + השנה הנוכחית).
- אין חובה לשמור דוחות מעבר לשלוש שנים.
- מומלץ לשמור דוחות של קבוצות מוצלחות מאוד (לשימוש חוזר).

הדרכה ותקשורת:

- ישיבות צוות תעסוקה/ריפוי בעיסוק ייערכו פעם בחודש, לכל הפחות. חייב להיות תיעוד כתוב של תוכן הישיבות.
- השתתפות בישיבות צוות רב-מקצועי: בהתאם למבנה צוות הריפוי בעיסוק והתעסוקה במוסד.

שעון גדול:

- יוצב במקום מרכזי ובולט.
- יהיה בעל רקע לבן וספרות כהות, גדולות וברורות.

סדר וארגון:

- הסדר נבחן לאורך כל הבקרה.
- סדר בארונות.
- ערכות נושא מסודרות.
- סדר בחדר תעסוקה.
- סדר במחסן.
- סדר ברישומים.

ציוד:

- מגוון ציוד פרטני וקבוצתי.
- ציוד נלווה: ספרים, מערכת וידאו/די-וי-די, לוחות מחיקים.
- מחשב.
- ערכות נושא: על הערכות להכיל אביזרים המתאימים למגוון טכניקות הפעלה.
- ערכות נושא נבנות עם הזמן ותוך שיתוף פעולה צוותי.

השתלמות מקצועית והעשרה:

- קורס בסיסי תורם מאוד גם למדריכות ותיקות.
- קורסי העשרה: גינון, ארומתרפיה, הפעלה עם בעלי חיים, וכן הלאה - חשובים ותורמים לכלל הצוות.
- יציאה לימי עיון.
- ביקור במוסדות אחרים.

הנחיות ללוח התמצאות במחלקה

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
10:30 - 9:00	התמצאות בזמן	קבוצת נושא	קבוצת מטבח	התמצאות בזמן	משחקי מצנח	האזנה למוזיקה
10:30 - 11:00	גירוי חושים	משחקי שולחן	האזנה למוזיקה	פעילות בגינה	באולינג	פרשת השבוע
11:00 - 12:00	משחקי מעגל	משחקי קליעה למטרה	התעמלות		סיפור ושיחה	
מנוחת צהרים						
16:00 - 16:30	משחקי כדור		משחקי חברה		עבודת יד	
16:30 - 17:00	משחקי חברה		ביגו		משחקי שולחן	
17:00 - 18:30	צפייה בסרט		האזנה למוזיקה		קריאת עיתון ושיחה	

מידות לוח ההתמצאות:

- אורך: 118 ס"מ.
- גובה: 70 ס"מ.
- גובה כל אות: 9 ס"מ - על כל האותיות להיות בגודל אחיד.
- את החלוקה הפנימית יש לחלק בפרופורציות מתאימות בהתאם לגודל הלוח והאותיות.

מקרא

קבוע ולא משתנה:

מידע

- כותרת למידע.
- שם המחלקה: כגון שיקום, סיעודית, סיעוד מורכב ומונשמים. במידה שיש יותר ממחלקה אחת - מומלץ לציין את מספר המחלקה.

בתוך תאים בעלי חזית שקופה, בהם ניתן לקדם את הלוח המתאים.

משתנה

- ימי השבוע: ראשון, שני, שלישי, רביעי, חמישי, שישי, שבת.
- הים בחודש: מספרים 1-31.
- חודשי השנה: ינואר, פברואר, מארס, אפריל, מאי, יוני, יולי, אוגוסט, ספטמבר, אוקטובר, נובמבר, דצמבר.
- שנה: (0-9)(0-9)20
- חודשי השנה העבריים: תשרי, חשוון, כסלו, טבת, שבט, אדר א', אדר (הסמוך לניסן), ניסן, אייר, סיוון, תמוז, מנחם-אב, אלול.
- ימי החודש העבריים: א'-י, י"א-ל'.
- חגים, מועדים ואירועים מיוחדים: ראש השנה, יום כיפור, סוכות, חנוכה, ט"ו בשבט, פורים, פסח, יום העצמאות, ל"ג בעומר, שבועות, יום המשפחה, יום האישה, ט"ו באב, ט' באב, יום הזיכרון, יום השואה, יום הולדת.
- עונה בשנה: סתיו, חורף, אביב, קיץ.

הנחיות ללוח פעילות במחלקה

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
10:30-09:00							
11:00-10:30							
12:00-11:00							
מנוחת צהריים							
16:30-16:00							
17:00-16:30							
18:30-17:00							

מידות לוח ההתמצאות:

- אורך כללי: 123 ס"מ
- גובה כללי: 100 ס"מ
- גובה כל אות: 9 ס"מ - על כל האותיות להיות בגודל אחיד.
- גובה שורת כותרת: 11 ס"מ.
- גובה כל שורת מידע: 8.5 ס"מ.
- רוחב עמודת שעות: 19 ס"מ.
- רוחב עמודת מידע: 15.5 ס"מ.

את החלוקה הפנימית יש לחלק בפרופורציות מתאימות בהתאם לגודל הלוח והאותיות.

מידע

• יום בשבוע ושעות פעילות.

מתחלף:

בתוך תאים בעלי חזית שקופה, בהם ניתן לקדם את הלוח המתאים.

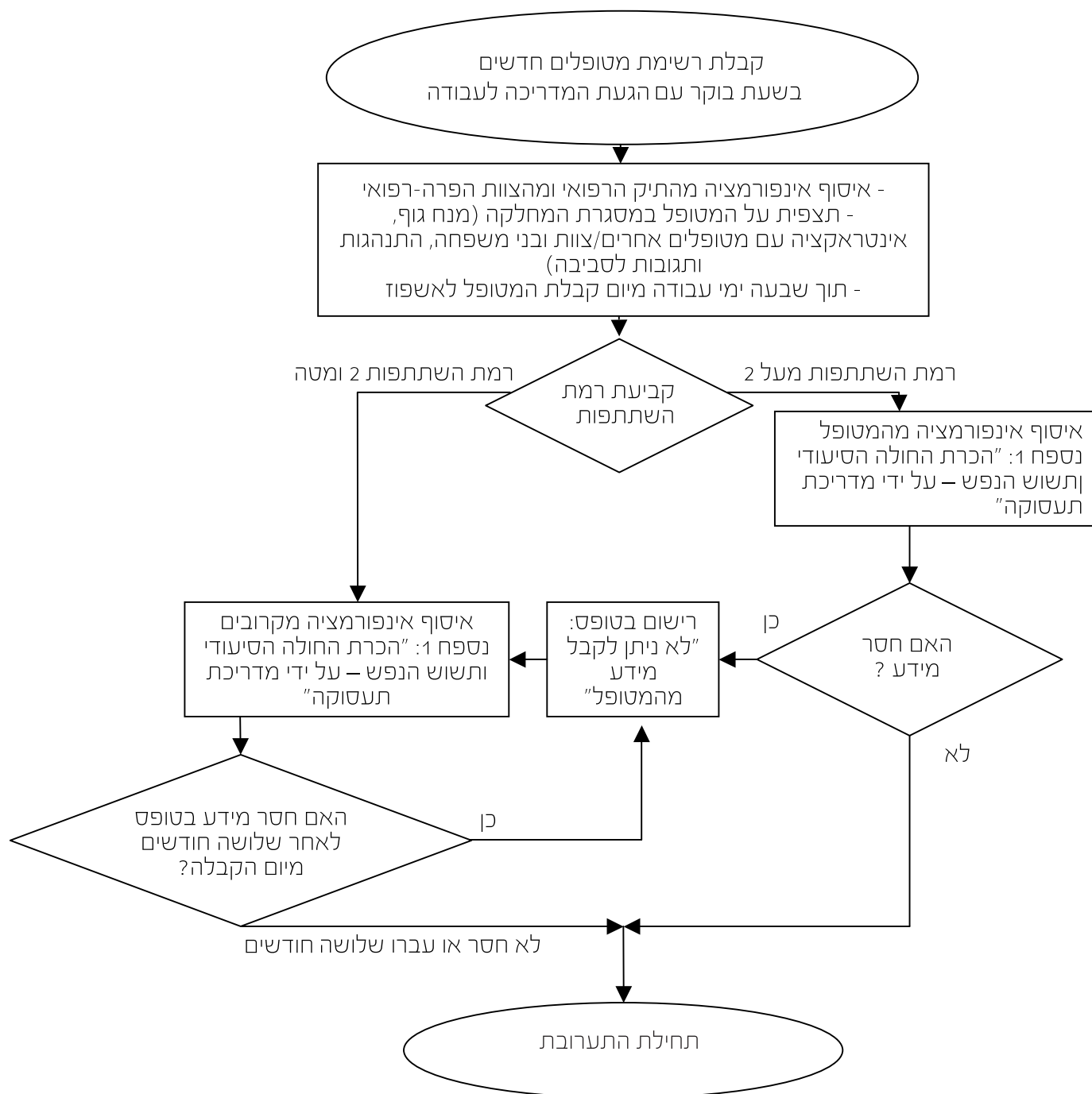
משתנה

- גירוי חושים, מוטוריקה, התעמלות, ריתמוזיקה, מוזיקלית, אקטואליה, נושא, מטבח, יצירה, סיפור ושיחה, גינון, משחקי מעגל, משחקי שולחן, משחקי רצפה, חשיבה, חגים, גינון.
- לפרטים נוספים וקווים מנחים להכנה לקראת פעילות, ראו עמ' 22.
- ראו עמ' 173 לכרטיסיות מוכנות ללוח התמצאות ולוח פעילות שבועי.

נוהל עבודה למדריכת תעסוקה במחלקת שיקום:

1. מדריכת התעסוקה תאסוף מהצוות הפרה-רפואי (ריפוי בעיסוק, פיזיותרפיה וקלינאית תקשורת) מידע על אודות מצבו הפיזי, הקוגניטיבי ותחומי העניין של המטופל, ותעבוד לפיו. צוות הריפוי בעיסוק אחראי על מתן המידע.
2. מדריכת התעסוקה תפעיל את המטופלים בהפעלה קבוצתית ופרטנית מודרכת, בהתאם להנחיית הצוות הפרה-רפואי.
3. מדריכת התעסוקה תדווח לכל מרפא בעיסוק רלוונטי על התקדמות המטופל במסגרת עבודתה.
4. מדריכת התעסוקה אחראית על הכנת אביזרי עזר הדרושים להפעלה קבוצתית, קישוט לפני החגים והזמנה של חומרים ואביזרים, באישור האחראי על הריפוי בעיסוק.
5. לפני החגים, במידה שקיים אורח או מתנדב, מדריכת התעסוקה תעבוד בתיאום השירות הסוציאלי בהפעלת המטופלים.
6. מדריכת התעסוקה תציב לוח התמצאות במחלקה ותדאג לעדכנו כל בוקר ביום עבודתה.
7. מדריכת התעסוקה תציב לוח פעילות שבועי במחלקה, במטרה ליידע את המטופלים ובני משפחותיהם על מועד ואופי הפעילויות המתקיימות.
8. מדריכת תעסוקה תתחשב במועדי הטיפול הרפואיים והפרה-רפואיים של המטופלים במחלקה.

תהליך קבלה למטופל חדש על ידי מדריכת תעסוקה



הכרת המטופל - על ידי מדריכת תעסוקה

סטטוס: סיעודי/ תשוש נפש/ סיעודי מורכב/ מונשם

תאריך: _____

פרטים אישיים:

שם פרטי ומשפחה: _____ שנת לידה: _____ גיל: _____ מין: נ / ז

מצב משפחתי: _____ ארץ לידה: _____ שנת עליה: _____ דומיננטיות: ימין / שמאל

עבר מ: _____ בתאריך: _____

השכלה: _____ מקצוע: _____ שפות מדוברות: _____

סיבת קבלה: _____

ראיה: _____ שמיעה: _____

תקשורת: _____ רגישות לריחות ושמנים (אלרגיה): _____

עיסוקים משמעותיים בעבר:

אורח חיים: חילוני/ מסורתי/ דתי/ חרדי.

IADL: בעבודות הבית: בישול/אפיה/ניקיון/כביסה/ גיהוץ/קניות / תיקוני בית קלים כגון – חשמל/אינסטלציה/נגרות/צבע

AADL:

פנאי: קריאה (עיתון/ ספרים)/ טלוויזיה/רדיו/ מחשב (משחקים/ אינטרנט)/ ביקור ואירוח חברים ובני משפחה/ שיחות טלפון/ תשבצים/ אוספים/ גינון/ טיפול בבעלי חיים/ התנדבות.

ספורט: התעמלות/ הליכה/ שחייה/ כדורגל/ כדורעף/ כדורת/ פינג-פונג/ טניס/ רכיבה על אופניים.

תרבות: קונצרטים/ הרצאות/ תיאטרון/ קולנוע. **טיולים:** בארץ/ בעולם.

יצירה ואמנות: ציור/ פיסול/ נגרות/ צילום/ כתיבה/ נגינה/ סידור פרחים/ סריגה/ ריקמה/ אריגה/ תפירה.

תחומי עניין: מדע/ אמנות/ היסטוריה/ בעלי חיים/ דת/ פילוסופיה.

מוזיקה: שירי עם/ פופ/ קלאסית/אופרה. **ריקודים:** ריקודי עם/ סאלונים/ שנות ה-60/ סלסה.

משחקי חברה: שחמט/ דמקה/ שש-בש/ דומינו/ רמיקוב/ קלפים/ ברידג' / שבץ-נא.

פירוט (יש להתייחס מדוע הפעילות משמעותית עבורו): _____

בקשות מיוחדות: _____

מקור קבלת המידע: החולה, משפחה, תצפית, תיק המטופל, אחר _____

סיבת אי-קבלת מידע: _____

מיומנויות המטופל - בעקבות תצפית

תפקוד גפיים עליונות

ימין:	תפקוד מלא	משתמש ביד כיד עזר למטרה תפקודית	שיתוק	יד קטועה	לא משתמש עקב כאב או _____
שמאל:	תפקוד מלא	משתמש ביד כיד עזר למטרה תפקודית	שיתוק	יד קטועה	לא משתמש עקב כאב או _____

תקשורת והשתתפות (5-1 ע"פ טופס 'רמות השתתפות, לאחר עשרה ימי תצפית)

מקור גירוי: _____ תקשורת: _____ פעילות פרטית: _____ פעילות קבוצתית: _____ ניידות

האופן: מתהלך/ הליכון/ מקל/ כסא גלגלים. התנאים: עצמאי/ בהשגחה/ בעזרה קלה/ בעזרה בינונית/ בעזרה רבה

סיכום ומטרות:

שם וחתימה: _____

מעקב התקדמות בגרף חודשי (לשנה / שלושה חודשים)

10 גבוה												
9												
8												
7												
6												
5												
4												
3												
2												
1 נמוך												
מדד חודש	ינואר	פבר'	מארס	אפריל	מאי	יוני	יולי	אוג'	ספט'	אוקט'	נוב'	דצמ'

אינדקס לגרף:

שחור: מקור גירוי

ירוק: השתתפות בפעילות פרטנית לפי רמות תפקוד

כחול: השתתפות בפעילות קבוצתית לפי רמות תפקוד

צהוב: תקשורת

אדום: מדד כאב VAS - Visual Analogue Scale (ע"פ דיווח רופא/אחות מחלקה או סקלת VAS מתוך נתוני מחשב)

o לא ניתן להתרשם ממידת הכאב; או - המידע חסר

* כאב: במידה שמצוין כאב בגרף ההתקדמות - יש להתייחס ולבדוק כיצד זה משפיע על ההשתתפות בפעילות. יש לוודא מול הצוות הרפואי שימוש בתרופות ו/או להשתמש בטכניקות המסיחות מפני כאב.

פירוט פעילות לשנת:

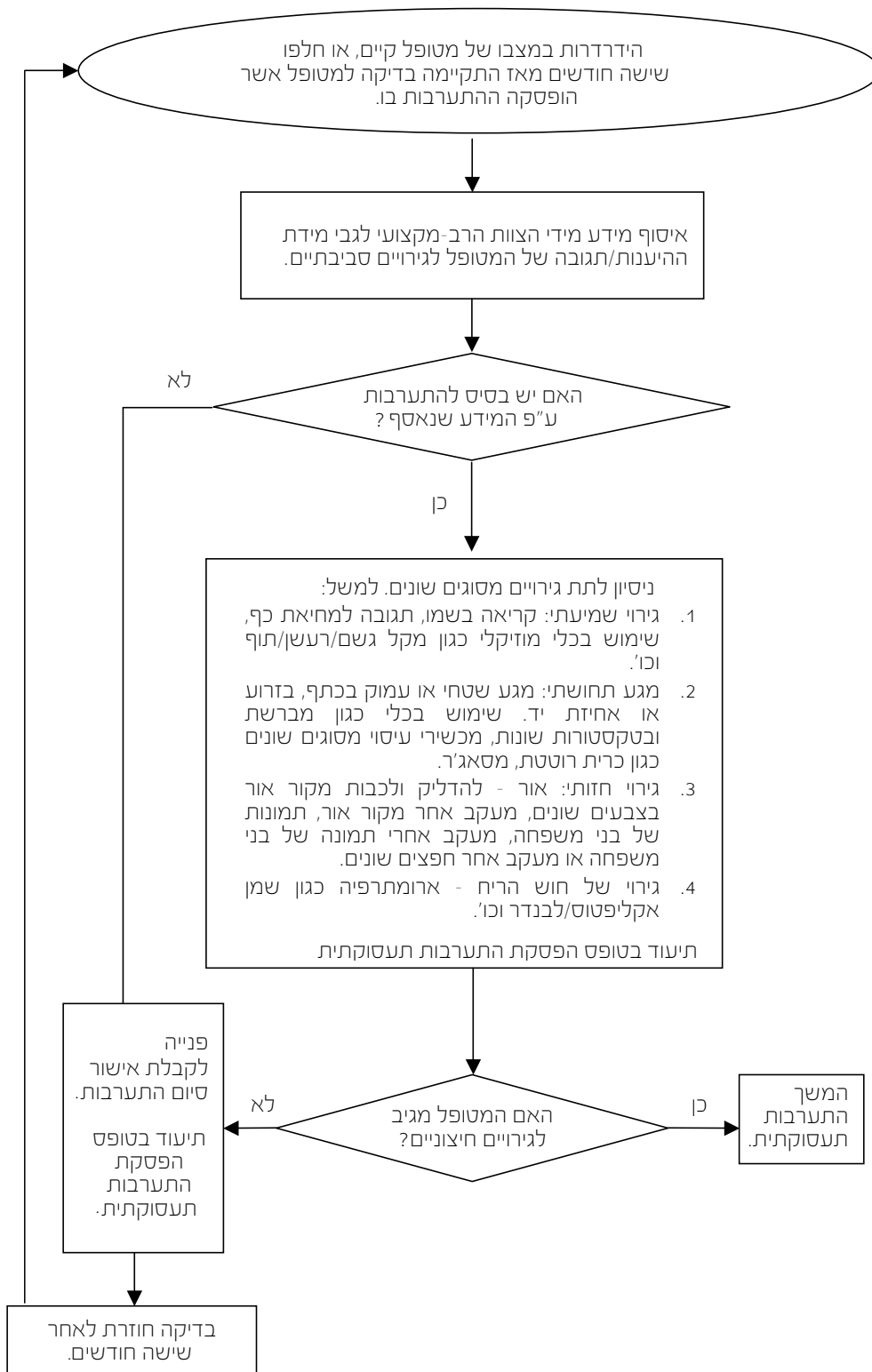
שם המטופל: _____

חודש	פעילות	סוג ההוראות הניתנות	פירוט הפעילות	גפיים עליונות		רמת השתתפות (5-1)	סיבות לשינוי במידת ההשתתפות / אי-השתתפות	שם וחתימה
				ימין	שמאל			
	קבוצתית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	התעמלות, ריתמוסיקה, מוזיקלית, אקטואליה, נושא, חגים, גירוי חושים, מטבח, יצירה, סיפור ושיחה, משחקי מעגל, משחקי שולחן, משחקי ריצפה, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	פרטנית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	מוטוריקה: גסה / עדינה, תאום עין יד, גירוי חושים. חשיבה: תפיסה מרחבית, תכנון, פתרון בעיות, זיכרון, שיחה, סיפור, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	קבוצתית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	התעמלות, ריתמוסיקה, מוזיקלית, אקטואליה, נושא, חגים, גירוי חושים, מטבח, יצירה, סיפור ושיחה, משחקי מעגל, משחקי שולחן, משחקי ריצפה, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	פרטנית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	מוטוריקה: גסה / עדינה, תאום עין יד, גירוי חושים. חשיבה: תפיסה מרחבית, תכנון, פתרון בעיות, זיכרון, שיחה, סיפור, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	קבוצתית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	התעמלות, ריתמוסיקה, מוזיקלית, אקטואליה, נושא, חגים, גירוי חושים, מטבח, יצירה, סיפור ושיחה, משחקי מעגל, משחקי שולחן, משחקי ריצפה, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	פרטנית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	מוטוריקה: גסה / עדינה, תאום עין יד, גירוי חושים. חשיבה: תפיסה מרחבית, תכנון, פתרון בעיות, זיכרון, שיחה, סיפור, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	קבוצתית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	ההתעמלות, ריתמוסיקה, מוזיקלית, אקטואליה, נושא, חגים, גירוי חושים, מטבח, יצירה, סיפור ושיחה, משחקי מעגל, משחקי שולחן, משחקי ריצפה, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	
	פרטנית	מילולי, הדגמה, הכוונה צמודה	מוטוריקה: גסה / עדינה, תאום עין יד, גירוי חושים. חשיבה: תפיסה מרחבית, תכנון, פתרון בעיות, זיכרון, שיחה, סיפור, גינון. פירוט: _____	תפקודית יד עזר שיתוק	תפקודית יד עזר שיתוק		מחלה/החלמה, ירידה/שיפור קוגניטיבי, בעל/ חוסר מוטיבציה, כאב.	

קבלת החלטה על סיום התערבות תעסוקתית

בשיתוף מרפא בעיסוק / אחות אחראית מחלקה

פעילות עם מטופלים במצב ירוד



סיום התערבות תעסוקתית

שם המטופל: _____

בישיבת הצוות הרב-מקצועי הוחלט על הפסקת התערבות תעסוקתית עקב:

☐ מטופל בקומה / דמנציה עמוקה ומתמשכת.

☐ חוסר שיתוף פעולה.

☐ חוסר ידימה.

☐ ערנות לקויה.

☐ רמת השתתפות 1.

☐ הוחלט להפסיק את השתתפותו בפעילות של מדריכת תעסוקה עד לקבלת הטבה במצבו.

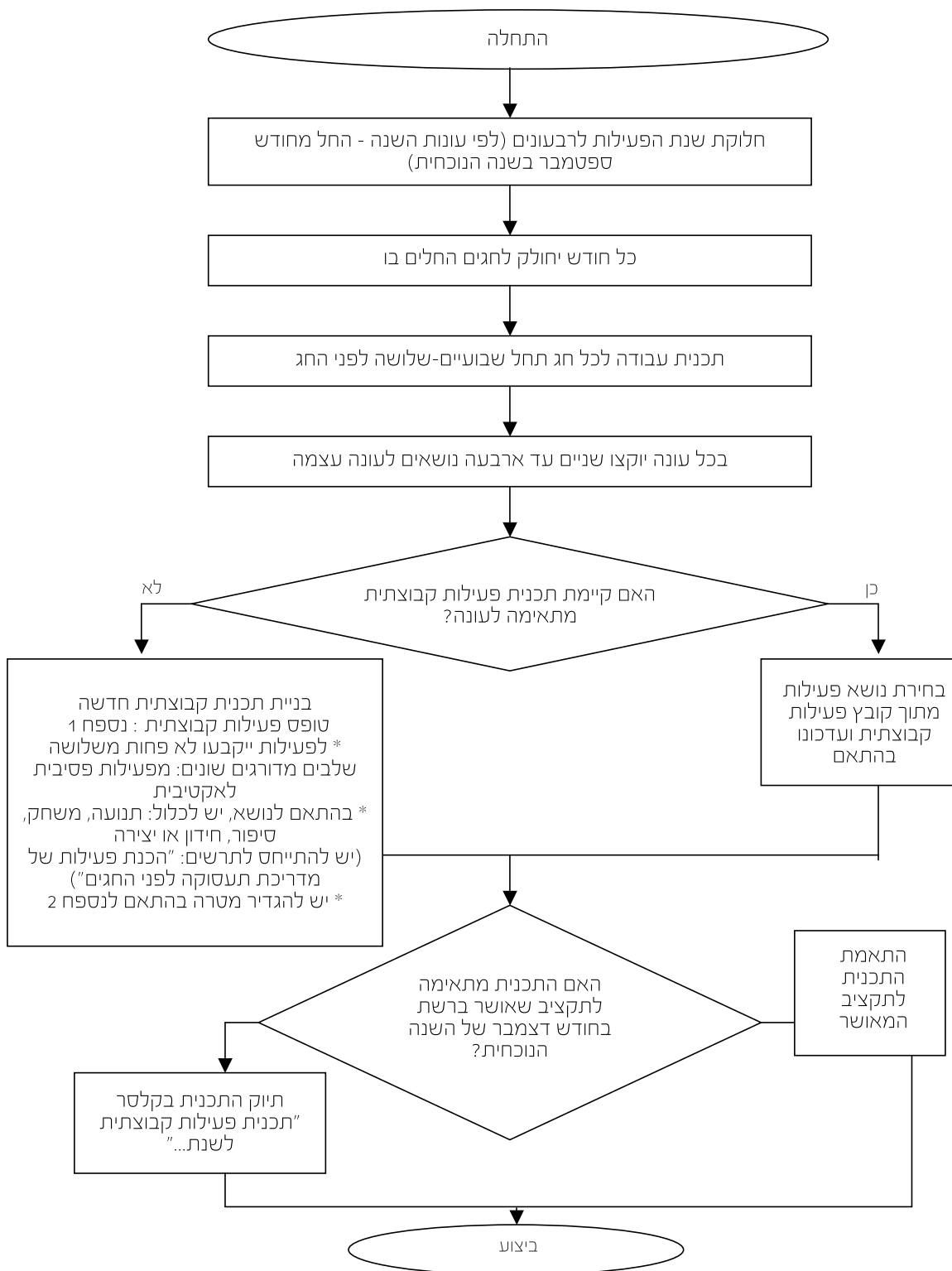
☐ לא צפויה הטבה עקב מצב מתמשך ומידרדר המבוסס על אבחנות רפואיות. עקב כך, מאושרת הפסקת התערבות ללא צורך לחדש אישור "הפסקת התערבות" כל חצי שנה.

_____	_____	_____
ממונה	מדריכת תעסוקה	תאריך
_____	_____	_____
ממונה	מדריכת תעסוקה	תאריך

* יש לחדש חתימה אחת לחצי שנה במידה שאין שינוי במצבו לפני כן.
המטופל יופנה מחדש בהתאם להחלטת ישיבת הצוות הרב-מקצועי.

הכנת תכנית עבודה שנתית לעבודות תעסוקה

תכנון תכנית העבודה לשנה העוקבת יתקיים בחודשים יולי-אוגוסט של השנה הנוכחית.



תכנון קבוצות נושא

פעילות קבוצתית

תאריך: _____

הנושא: _____

מספר משתתפים: _____ משך הפעילות: _____

מטרה: _____

אביזרי עזר: _____

תיאור הפעילות:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

שינויים:

מרכיבים שהשפיעו על הקבוצה:

☐ ערנות וקשב: תקין/לקוי.

☐ יכולת קוגניטיבית גבוהה/מתאימה/נמוכה.

☐ יכולת מוטורית גבוהה/מתאימה/נמוכה.

☐ מחלה של חלק מהמשתתפים.

☐ תקשורת תקינה/לקויה.

☐ אחר: _____

סיכום:

☐ שיתוף הפעולה מצד המשתתפים היה: מלא / חלקי / חסר.

☐ המשתתפים נהנו והתעניינו בפעילות: כן / לא.

☐ השלבים המהנים בפעילות: מספר _____

☐ השלבים הפחות מהנים בפעילות: מספר _____

☐ השלב שעורר את המשתתפים: _____

☐ האם מטרת הפעילות יושמה? כן / לא

☐ האם המשתתפים הביעו עניין לחזור על הפעילות פעם נוספת? כן / לא

☐ פירוט: _____

חתימה:

קביעת מטרות לקבוצות נושא

דוגמאות למטרות קוגניטיביות ורוחניות:

1. שיפור התחושה / ההערכה העצמית.
2. שיפור דינמיקה / אינטראקציה בין המשתתפים.
3. עידוד פתיחות בין המשתתפים.
4. התמצאות בחג.
5. התמצאות בשמות החגים, אסוציאציות של שמות חגים.
6. שיפור התמצאות בזמן / במקום / באדם.
7. שיפור מצב הרוח.
8. שיפור הקשב והריכוז.
9. העלאת זיכרונות.
10. העלאת חוויות חיוביות.
11. הזמנה לשיחה.
12. שיפור יכולת המיון.
13. זיהוי סמלים וסימנים מוסכמים.
14. אוצר מילים וכותרות התבטאות.
15. הכרת הסביבה.

דוגמאות לשיפור מיומנויות מוטוריות ותחושתיות:

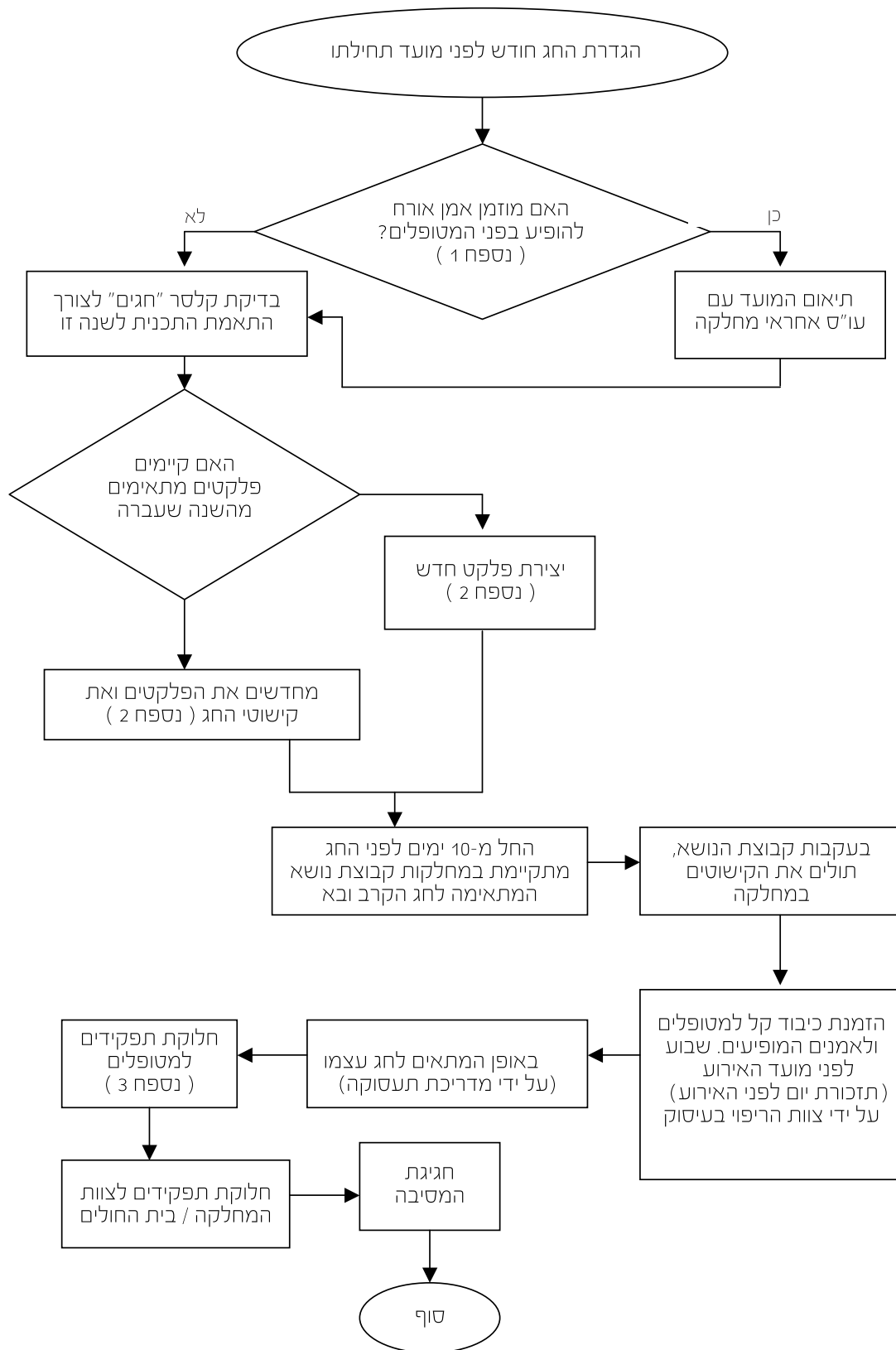
1. שיפור מוטוריקה עדינה וגסה.
2. שיפור קשר עין-יד.
3. גירוי חושים באמצעות: מגע / מישוש, ריח, טעם, ראייה ושמיעה.
4. פיתוח יכולת להיעזר בחוש המישוש בכדי למצוא חפצים בכף היד או שמחוץ לטווח הראייה.

דוגמאות לטכניקות שונות לקבוצת נושא:

טכניקה			
תנועה	סיפור ושיחה	אמנות	R.O.
חימום בתנועה, דמיון מודרך, תנועות ריקוד (שחייה, שתילה, ריקוד וכולי) תנועה מחזורית, נשימה.	סיפור קטע מסיפור דיון השוואה בין סיפורים אקטואליה סיכום	יצירה צביעה ציור גזירה הדבקה ייבוש עיצוב בחומר מריחה קשירה ערבוב חיתוך	פתיחה דברי הסבר התמצאות בזמן התמצאות במקום התמצאות באדם התמצאות בתפקיד

טכניקה			
מוזיקה	העלאת זיכרון	משחק	גירוי חושים
חזרה וחקיוי של צלילים וקולות דוגמאות: • הקשבה למוזיקה בסגנונות שונים: קלאסית, פופ, ג'אז, שנות ה-60, כלים מוזיקליים. • שילוב כלים מוזיקליים כגון כלי הקשה במהלך ההקשבה. • זיהוי זמרים מפורסמים. • זיהוי שירים.	העלאת זיכרונות. שאלות לזיכרון לטווח: - ארוך - קצר - מיידי דוגמאות: • זיכרון צלילים. • זיכרון תמונות. • זיכרון תנועות.	חידון מיון קליעה למטרה התאמה ספירה הרכבה בנייה תחרות	שמיעה ראייה טעם ריח מישוש צירוף של חושים שונים. דוגמאות: • זיהוי צלילים וקולות. • זיהוי תמונות של אנשים מפורסמים. • זיהוי אותיות, מילים ומספרים. • זיהוי מרקמים שונים.

הכנת פעילות של מדריכת תעסוקה לפני החגים



נספח 1:

הגדרת האמן המגיע לאירוע:

בהתאם לנוהל הקיים בכל מוסד יש להזמין אמנים, מתנדבים, נוער בשנת שירות, נוער במסגרת של מחויבות אישית, בני עקיבא או חסידים.

חשוב לדעת, מניסיונם של המחברים, כי בעת בקרה של משרד הבריאות בתחום העבודה הסוציאלית נבדקת מידת הבאת אמנים להופעה בפני המטופלים.

נספח 2:

1. יצירת פלקט חדש או חידוש פלקט ישן יתבצעו בהשתתפותם הפעילה של המטופלים באותה המחלקה.
2. הפלקט יהיה בעל תוכן ומראה המתאים לגילם של המטופלים.

נספח 3:

חלוקת תפקידים למטופלים לפי חג:

1. ראש השנה - ברכות.
2. יום כיפור - אין.
3. סוכות - ברכות בסוכה.
4. חנוכה - ברכה על הנרות.
5. פורים - קריאת שירים קצרים.
6. פסח - ברכות ליד ההגדה.
7. יום העצמאות - סיפורים אישיים.
8. שבועות - ברכות.

נספח 4:

תפקידים של המחלקה / בית החולים

1. סידור המטופלים במעגל או מסביב לשולחנות (בהתאם לצורך).
2. חלוקת מנות חגיגיות למטופלים (במידה שיש).
3. חלוקת עזרים למטופלים (כגון מסכות בפורים).
4. אספקת כיבוד קל לאמן האורח (על ידי אם הבית).

מחלקה:

[illegible]

- א, יאול. (2002). הערכה גריאטרית תפקודית כוללנית - כלים להערכה. המחלקה הגריאטרית לסייעוד מורכב – ביה"ח הרצוג.
- עורי, א. (2010). אחרי המחלה - השיקום הרפואי. תמונת מצב. Medical - מגזין הרופאים בישראל. 32, 38-39.
- Abrams, W.B., Beers, M.H., Berkow, R., Fletcher, A.J., & Chir, B. (1995). The Merck Manual of geriatrics. Merck research laboratories.
- Allen, C.K. (1990). Allen cognitive level (ACL) test – Test Manual. Colchester: S & S Worldwide.
- Brannon, G.E., Schmetzer, A.D., Talavera, F., Bienenfeld D., Harasch. H.H., & Soreff S. (2008). History and Mental Status examination. <http://www.emedicine.com/med/topic3358.htm>. Date accessed: Feb 4, 2008.
- Buettner, L.L, Kernan, B. , & Carroll, G. (1990). Therapeutic recreation for the frail elderly: A new approach. Selected papers from the 1st international symposium on therapeutic recreation. 17-22.
- Cohen-Mansfield, J. (2001). Nonpharmacologic interventions for inappropriate behaviors in dementia. A review, summary and critique. American journal of geriatric psychiatry, 9, 361-381.
- Davidson, S. (2007). Dementia: A Systematic approach to understanding behaviour. **Geriatrics Aging**, 10, 182-191.
- Ferrell, B.A., & Charette, S.L. (2009). Pain management. In Halter J.B., Ouslander J.G., Tinetti, M.E., Studenski S., High, K.P., & Asthana, S (Eds). **Hazzard's Geriatric Medicine and Gerontology**. (pp. 359 - 364). Winston-Salem, North Carolina: McGawHill Medical. Adapted, with permission.
- Gamradt, J.E. & Gunderson, T. (1989). Application Tips. Trace R & D Center on communication control and computer access for handicapped individuals. University of Winsconsin-Madison. 1-41.
- Giacino, J.T., Ashwall, S., Childs, N., Cranford, R., Jennett, B., Katz, D.I., Kelly, J.P., Rosenberg, J.H., Whyte, J., Zafonte, R.D., & Zasler, N.D. (2002). The minimally conscious state: Definition and diagnostic criteria. **Neurology**, 58, 349-353.
- Hendra, K.P., Bonis, P.A., & Joyce-Brady, M. (2003). Development and prospective validation of a model for predicting weaning in chronic ventilator dependent patients. **BMC Pulm Med**, 3-9.
- Jones C.J., & Allen, K. (2005). Teaching and leadership skills. In Jones C.J. & Rose D.J. (Eds), **Physical Activity Instruction of Older Adults**. (pp. 302 – 308). Champaign, IL: Human Kintics.
- Kaasalainen, S.J., Robinson, L.K., Hartley, T., Middleton, J., & Knezacek, S., Ife, C. (1998). The assessment of pain in the cognitively impaired elderly. A literature review. *Prespectives*. 22, :2-8.
- Katz N., Golstand, S., Traub Bar-Llan, R., & Parush S. (2007). The dynamic occupational therapy cognitive assessment for children (DOTCA-Ch) : A new instrument for assessing learning potential. **The American journal of occupational therapy**, 61, 41-52.
- Kovach, C.R., Weissman, D.E., Griffie J., Matson, S., & Muchaka, S. (1999). Assesment and treatment of discomfort for people with late-stage dementia. **Journal of pain and symptom management**, 18, 412 – 419.
- Kovach, C.R., Griffie, J, Muchka, S, Noonan, P., & Weissman, D. (2000) Nurses' perceptions of pain assessment and treatment in the cognitively impaired elderly. **Clin Nurs Spec**, 14, 215 – 220.
- Libni, I., Averbuch, S., Naveh, Y., & Katz, N. (2008). Dynamic version of the Lotca for adults and elderly people after stroke. Proccedings of the Israely Society of physical and rehabilitation Medicine.

- MacIntyre, N.R., Epstein, S.K., Carson, S., Scheinhorn, d., Christopher, K., & Muldoon, S. (2005). Management of Patients Requiring Prolonged Mechanical Ventilation. **Chest**, 128, 3937-3954.
- Malench, S.S. (2004). Family and Social Work Roles in the Long-Term Care Facility. **Journal of Gerontological Social Work**, 43, 49 - 60.
- Namazi, K.H., & Haynes, S.R. (1994). Sensory stimuli reminiscence for patients with Alzheimer's disease: Relevance and implications. **Clinical Gerontologist**, 14, 29 – 45.
- J.H. Rimmer. (2005). Exercise considerations for medical conditions. In Physical activity instruction of older adults, edited by C.J. Jones and D.J. Rose (Champaign, IL: Human Kinetics), 335-348. Adapted, with permission.
- Sim, J. (2002). Interpersonal aspects of care: communication, counselling and health education. In Physiotherapy for respiratory and Cardiac Problems, Adults and Paediatrics, editd by J.A. Pryor and A. Prasad (Churchill Livingstone), 281-283.
- Toglia, J. P. (1994). Dynamic Assessment of Categorization Skills: The Toglia Category Assessment. Pequannock, NJ: Maddak Inc.
- Woodard, F.H. & Jones, M., (2002). Intensive care for the critically ill adult. In Physiotherapy for Respiratory and Cardiac Problems, Adults and Paediatrics, editd by J.A. Pryor and A. Prasad (Churchill Livingstone), 347-351.

הרעיונות מבוססים על תכנים מהאתרים:

<http://www.recreationtherapy.com> בתאריך 31/1/2012.

http://www.theactivitydirectorsoffice.com/Gina_ActivityIdeasThatWork_Alzheimers.html בתאריך 25/2/2012.

<http://www.boardmanweb.com/party/disabled.htm> בתאריך 25/2/2012.

על המחברים

יוכל נה Msc.OT, בוגר מסלול מוסמך בחוג לריפוי בעיסוק באוניברסיטה העברית. מנהל הריפוי בעיסוק ברשת לגיל המבוגר "בית בלב" מקבוצת מכבי שירותי בריאות ובבית החולים השיקומי "בית בלב" בבת ים, המתמחה בטיפול באוכלוסייה מבוגרת ומגוונת.

מרגריטה רחנאייב, בוגרת מתודולוגיה ופסיכולוגיה באוניברסיטת פדגוגית ברוסיה. סיימה בארץ קורס מסמך למדריכות תעסוקה. מדריכת תעסוקה ראשית בבית החולים השיקומי "בית בלב" בבת ים מקבוצת מכבי שירותי בריאות.

