

תדריך לטיול נגיש

השתתפות חניך/כה
 עם מגבלה בטיול
 במסגרת מכינה
 קדם צבאית



תדריך לטיול נגיש

תדריך לטיול נגיש פותח במסגרת מארז הידע של תכנית שיבולים-השתתפות צעירים עם מוגבלות במכינות הקדם צבאיות.

התכנית מופעלת ע"י מועצת המכינות הקדם צבאיות ובשותפות רחבה של הג'וינט, משרד החינוך, משרד הביטחון, משרד הרווחה, משרד הבריאות, הקרן לפיתוח שירותים לנכים בביטוח לאומי, קרן משפחת רודרמן ופדרציית ניו יורק.

התדריך נכתב על ידי עמותת לטם עבור תכנית שיבולים

פיתוח וניהול מארז הידע וריכוז ועדת תדריך:

זאב סלע - רכז פיתוח ידע והשתלמויות, תכנית שיבולים, מועצת המכינות הקדם צבאיות

ועדת תדריך:

ג'וינט ישראל מעבר למגבלות	יפעת קליין
מועצת המכינות הקדם צבאיות	אפרת אהרוני
משרד החינוך	מימי פלצ'י
משרד החינוך	ד"ר נעה טייך פייר
משרד החינוך	נחמה כהן
משרד החינוך	נועה שגב

עריכה לשונית: אלישבע מאי

עיצוב, עימוד והנגשה: תבונה ונגישות טכנולוגיות בע"מ

חוברת זו נכתבה בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד והיא מיועדת לשני המינים במידה שווה

תש"פ 2020

מועצת המכינות הקדם-צבאיות | תוכנית 'שיבולים' | shibolim@mechinot.org.il

תוכן עניינים

5.....	מבוא: מהו טיול נגיש
7.....	פרק ראשון: תכנון הטיול
7.....	נגישות פיזית וטכנית.....
10.....	נגישות ושיתוף מידע
12.....	פרק שני: הנגשת הטיול בהתאמה לסוג הלקות
12.....	עיוורון ולקויות ראייה.....
19.....	חירשות וכבדות שמיעה.....
24.....	הפרעות על הרצף האוטיסטי (ASD - AUTISM SPECTRUM DISORDERS)
30.....	לקויות פיזיות
37.....	סיכום
38.....	כלים ומסלולים
38.....	דף הכנה לחניך
41.....	דף הכנה למדריך
45.....	מסלולים
46.....	מסלול 1: ממושב ספיר לנחל ברק - הליכה על שביל ישראל
51.....	מסלול 2: מנתיב ה"ה לבית גוברין - הליכה על שביל ישראל
56.....	מסלול 3: טיול מים אל ים
68.....	מסלול 4: מקיבוץ דן לנחל דישון
76.....	מסלול 5: סובב מכתש רמון
89.....	מסלול 6: שביל הגולן.....
112.....	מסלול 7: שביל סובב כנרת.....
127.....	מסלול 8: שביל רמות מנשה



מבוא: מהו טיול נגיש



יציאה לטיול דורשת מהאדם שימוש ביכולות שונות, בהן יכולות פיזיות, קוגניטיביות, מנטליות וחברתיות. כאשר אנו חווים חוויה מהנה ומשמעותית מהיציאה לטבע, לרוב נדמה, כי היא תהיה מורכבת משילוב בין היכולות השונות שהוזכרו: האדם נחשף לכוחותיו נוכח רגעים מאתגרים פיזית; הוא נהנה מהיופי הנמצא סביבו; מסתקרן ומגלה תופעות חדשות מהעולם שבו הוא חי ואשר לא הכיר קודם לכן; נהנה עם חבריו ועוד. בהתאמה לכך, טיול מתוכנן מתוך המחשבה כיצד כל ההיבטים הללו יוכלו לקבל ביטוי: אילו מסלולים יגרמו למודרכים לחוש את גופם באופן מעצים; אילו תכנים יעוררו את סקרנותם; מה יעודד דינמיקות חברתיות מיטיבות ועוד.

במילים אחרות, בכל יציאה לטיול, אנו, כמובילי הטיול, חושבים על הדרכים שבהן נוכל להפוך את החוויה בטבע למותאמת ולנגישה עבור המודרכים שלנו, כך שיוכלו להפיק ממנה את המרב. במובן זה, ההכנה והמחשבה לפני היציאה לטבע עם קבוצה שבה משולבים אנשים עם צרכים שונים, בפרט מטיילים עם מוגבלויות, אינה שונה במהותה מיציאה לטבע עם כל קבוצה אחרת. בטרם היציאה נדרש מאיתנו: תכנון מסלולים מתאימים; בחירת מידע רלוונטי והעברתו באופן שיעניין ויתאים לאופייה של הקבוצה; מתן תשומת-לב לאתגרים הייחודיים של כל אחד מבני הקבוצה ומחשבה כיצד בני הקבוצה יכלו לסייע האחד לשני. כל אלו הם חלק מעבודת המדריך אשר יוצא עם קבוצת אנשים

לטיול. בנוסף לכך, ניסיון בהדרכת טיולים עם אנשים עם מוגבלויות מלמד, כי לעיתים מודרכים אלו ישימו לב לאיכויות אחרות הנמצאות בטבע ויהיו רגישים יותר לפרטים כמו קולות, ריחות ותחושות. פתיחות לכך, מצד מובילי הטיול, תאפשר לחוויה הזדדית ומשמעותית יותר להתרחש בתוך הקבוצה, שבה לא רק מוביל הטיול הוא זה אשר מתווך את הטבע למודרכים, אלא גם זוכה לשים-לב לאיכויות המצויות בטיול, שאליהן לא שם לב קודם לכן.

לאור הנאמר, טיול נגיש הוא טיול המותאם, על שלל מרכיביו, לכלל משתתפיו; טיול כזה ייקח בחשבון את כל מרכיבי הטיול:

- ← מסלול הטיול
- ← ההכנה לטיול ובחירת מקומות הלינה
- ← אופן פעולתו של הצוות המלווה
- ← התכנים המועברים בטיול והעיבוד הנערכים במהלכו ובסיכומו
- ← וידוא כי הללו מתאימים לחניכים עם לקויות שכליות, פיזיות, חושיות ונפשיות, על פי הרכב הקבוצה המטיילת

האתגרים בטיולים שבהם משולבים מטיילים עם מוגבלויות הם:

- ← הבנת הצרכים הייחודיים של חברי הקבוצה.
- ← מיפוי הקשיים שעלולים לנבוע מהצרכים השונים והמנוגדים לעיתים, המתקיימים בתוך הקבוצה.
- ← איתור נקודות העיוורון שלי כמוביל הטיול, ביחס לחווייתו של אדם אחר, עם צרכים שונים משלי

פרק ראשון: תכנון הטיול



תכנון הטיול באופן מותאם כולל שני היבטים עיקריים: נגישות פיזית וטכנית ונגישות למידע.

נגישות פיזית וטכנית

1. בחירת מסלול מותאם

ככלל, ההעדפה היא לבחירת מסלול אשר כל חברי הקבוצה יוכלו לטייל בו לכל אורכו. אם אחד המודרכים הוא עם לקות פיזית, יש לשקול האם הלקות תמנע ממנו ללכת עם כולם במסלול זה או האם בעזרת סיוע של חברי הקבוצה הוא יוכל ללכת את כל המסלול יחד. אם האפשרות ללכת יחד כקבוצה דורשת את התגייסות החברים, יש לקיים הכנה לפני הטיול, להתייחס לאתגרים הצפויים ולעזרה המתבקשת מהחברים (לדוגמה: עזרה בסחיבת הציוד, ליווי צמוד לאדם עם לקות ראייה בחלקי טיול מאתגרים). אם חלק ממסלולי הטיול שנבחרו אינם מתאימים לכל הקבוצה יש לחשוב מה יעשו החברים שאינם הולכים בחלק זה של המסלול בזמן שיתר חבריהם הולכים בו, למשל האם ניתן להפעילם במנהלה, בארגון ובתפעול הטיול, או לחילופין לצאת למסלול טיול אחר שיהיה מותאם



עבורם. כמו כן, חשוב תמיד לבחון מהן אפשרויות החילוץ בעת הצורך, משום שביציאה לטיול עם אדם עם מוגבלות עלולים להתרחש מצבים מורכבים הדורשים פינוי.

2. ארגון לוחות הזמנים

תכנון זמני הטיול חייב להתייחס למאפייני הקבוצה. זמני ההליכה עשויים להתארך משום שלחלק מחברי הקבוצה דרוש זמן רב יותר להליכה בשל המוגבלות שלהם. יש להתייחס לרמת הקושי של המסלול, האם לקיים הפסקות תכופות/ארוכות יותר. זמני העלייה והירידה מהאוטובוס עשויים לקחת מעט יותר זמן כדי לאפשר לכולם לעלות ולרדת מהאוטובוס בנוחות (בפרט כאשר יש קבוצה אנשים עם כיסאות גלגלים). כמו כן, עצירות בזמן הנסיעה צריכות להיעשות תוך מחשבה האם יש במקומות העצירה שירותים נגישים.



3. מקומות לינה מותאמים

אם הטיול כולל לינה בשטח, יש לוודא מבעוד מועד, כי אתרי התיירות ומקומות הלינה מונגשים באופן מלא והאם קיימת נכונות לבצע הנגשה מיוחדת במידת הצורך (פריסת רמפה, פתיחת חדר נגיש ועוד). בלינת שטח על שקי שינה/מזרונים, חשוב לבדוק האם קיימת חלופה למי שאינו יכול לישון בתנאים אלו (לדוגמה, האם ישנן גם מיטות מתקפלות באותו חלל). יש לוודא כי שירותי הנכים והמקלחות מונגשים גם לכיסאות גלגלים. במקרים של לינת שטח, יש להקפיד לא לישון בנקודות אשר עלולות להוות סכנה - כמו בחניון הממוקם בסמוך למצוק או שיש בסביבתו בורות או תנאי שטח קשים או לחילופין באתרים עמוסים מאוד באנשים (במיוחד במקרה שהחניכים הם עם מגבלה נפשית או לקות תקשורת).



4. נגישות רפואית

זהו נושא קריטי בעת תכנון טיול מונגש ויש להקדיש תשומת-לב מרבית לפעולות אלה:



← **טיפול תרופתי:** יש להבין מהו הטיפול התרופתי שהחניך זקוק לו. אם מדובר בנטילת כדורים באופן סדיר (בין אם מסיבות פיזיות ובין אם מסיבות רגשיות) על המדריך לוודא זאת עם החניך בטרם היציאה לטיול. כיוון שיש בטיול יציאה מהשגרה ומהמציאות המוכרת, רצוי לא להשאיר את

האחריות לנטילת התרופות בידי החניך לבדו, אלא לסייע לו בכך (בהתאם לאחריות ולהיכרות עם החניך).

← **ציוד רפואי:** פעמים רבות הציוד הנדרש לחניך מסוים חייב להיות שמור באופן בטוח/מקורר (לדוגמה, זריקות אינסולין עבור חולי סכרת). במקרה כזה יש להביא גופי קירור או לדאוג להקפצת הציוד הרפואי למסלול לפי הצורך. יש להתחשב בכך הן בבחירת המסלול והן בארגון הציוד שנלקח לטיול.

← **הקפצות רפואיות:** לפני היציאה לטיול יש לוודא מהן אפשרויות היציאה לקבלת טיפול רפואי ומהן אפשרויות החילוץ במידת הצורך. יש לבחור מסלולים אשר תהיה מהם גישה מהירה למרכז בריאות, באופן מספק ובהתאם לרמת הסיכון הבריאותית של החניך.

← **תקשורת:** בעת ניווטים, אם מתקיימים ניווטי בדד/ ללא מלווה, יש לשקול האם ניווט מסוג זה מתאים ליכולותיו של החניך. לעיתים תספיק שמירה על ערוץ תקשורת זמין (לדוגמה פלאפון), אך לעיתים יהיה צורך בליווי של דמות אחראית. כאשר מתקיים ניווט של החניכים בלבד, יש לעשות הכנה קבוצתית משמעותית: לתת לחניכים מספרי טלפון חירום, לאפשר מקום להכלה של החששות שעשויים להתעורר בעקבות הפעילות, להיות רגישים להרכב הקבוצה ולוודא ששילוב זה אכן מתאים לחברי הקבוצה ואינו מסכן או מציף מידי את החניכים.

← **מזון:** על מתכנני הטיול לדעת האם ישנן מגבלות תזונתיות שצריך להתייחס אליהן בעת היציאה לשטח, או אמצעי האכלה ייחודיים הדורשים התאמה. במקרה של צורך באמצעי האכלה ייחודיים יש לבדוק האם יש אפשרות לעשות זאת ללא עזיבת מסלול הטיול, או שנדרשת הקפצה (למרכז רפואי או למקום נוח יותר לאכילה על פי הצורך).

← **מצבים רפואיים על בסיס רגשי:** לקשיים רגשיים יש לעיתים השלכות גופניות (הפרעות אכילה הן דוגמה אופיינית לכך). על המדריך להיות ער לקשיים רגשיים אשר יכולים להשפיע על מצבים גופניים ולהתייחס אליהם במידת הצורך (לדוגמה, משקל נמוך באופן קיצוני עלול להיות מסוכן בעת טיול הדורש הליכה מרובה ונשיאת ציוד).

← **רגישויות למזג האוויר:** מחלות אפילפסיה, חוסר תנועתיות ומערכת חיסונית מוחלשת מושפעים מאוד ממזג האוויר. חשוב להתייחס למשתנים אלה על פי המצב הבריאותי של החניך.

נגישות ושיתוף מידע

1. הצגת המורכבות

חלק משמעותי בטיול נגיש בקבוצות משולבות הוא החשיפה של כלל חברי הקבוצה לאתגרים עמם יתמודדו במהלך הטיול. על כן, מעבר להיכרות עם המשמעות של לקויות שונות, יש להתייחס למשמעות של הלקות בעת היציאה לטיול. יש לעודד את החניך לשתף בחוויית הטיול עבורו (הן בהכנה לטיול והן במהלכו ובסופו) ולהתייחס לצרכים שלו אשר עשויים להשפיע על ההתנהלות הקבוצתית. יש לוודא כי שיחה זו אינה הופכת ל"הרצאה" של החניך עם הלקות, אלא לשיחה שבה חברי הקבוצה יוכלו להבין מה יידרש מהם במהלך הטיול ובמה מתאים לכל אחד מהם לסייע.

לאורך השנה, עם היכרות החניכים זה את זה ועם הניסיון ההולך ומצטבר של יציאה משותפת לטיולים, סביר להניח כי הדרישות מהם ישתנו, על כן יש להתייחס לתהליכיות המתקיימת במהלך השנה. לצד זאת, יש לכבד את הצורך בפרטיות אשר קיים אצל כל אחד מאתנו, לאפשר לאנשים לשתף בהתאם למידת הנוחות שלהם (לדוגמה, אנשים עם קשיים/הפרעות רגשיות פעמים רבות ירצו לשמור על פרטיותם ביחס לטיפול התרופתי).

כדי ליצור אפשרות של שיתוף מיטיב, במסגרת ההכנה לטיול יש לערוך שיחות פרטניות עם החניך עם הלקות ולחשוב ביחד במה הכרחי שישתף את הקבוצה ומה נתון לבחירתו ולתחושותיו האישיות בכל הנוגע לשיתוף או לאי-שיתוף.

2. הכנה לטיול

ההכנה לטיול חייבת להיות מותאמת לצורכי הקבוצה, בכלל זה:

← העברת החומרים הלימודיים.

← שיחה משותפת להכנת הקבוצה לאתגרים הצפויים במהלך הטיול. במהלך השיחה, יש

להדגיש, כי לכולנו קשיים שונים ביציאה אל הטבע ולא רק לאנשים עם צרכים מיוחדים. הבנת האתגרים הצפויים, שיחה על קשיים ודרכי פתרון יחזקו את החברים, יעניקו להם תחושת ביטחון ויפתחו שיח פתוח על אודות חוויות של בקשה ונתינה של עזרה לאחר.

← העברת המידע במהלך הטיול כך שיתאים לכלל חברי הקבוצה: מידע על תכנים צריך להיות מועבר בצורה מונגשת ומפורטת (הסבר מפורט יופיע בהמשך, בהתייחסויות ללקויות ייחודיות).

לסיכום, הלקויות השונות עמן אנשים מתמודדים אינן הומוגניות ומצויות על טווח רחב. על כן חשוב לברר את מאפייניה הייחודיים של הלקות עמה האדם המסוים מתמודד. יתרה מכך, כשם שטווח הלקויות רחב, כך גם אופן ההתמודדות עם הלקות. כמובילי הטיול, עלינו לזכור כי האדם עם הלקות מכיר את עצמו ואת דרכי ההתמצאות וההתמודדות שלו. חשוב לשאול אותו ולהבין ממנו מהי מידת הביטחון שהוא חש בהגיעו למקומות חדשים, מה מגביר את תחושת הביטחון וההתמצאות שלו ומהן נקודות החוזק שלו. יש להבין מהחניך האם יצא בעבר לטיולים ומה היה אופיים (האם מורגל לטיולים מאתגרים בשטח, לדוגמה). אם החניך התנסה בעבר ביציאה לטיולים, יש לשאול אותו מהם האתגרים העומדים בפניו בטיול וכיצד נהג להתמודד עמם עד היום. מבחינה חברתית, חשוב לזכור, כי קבלת תמיכה ועזרה יכולות להיות חוויה מקרבת, אך גם לייצר חוויה רגשית מורכבת. יש להתייחס לחוויות אלו בהכנה לטיול, במהלכו ובסיכומו (הן בקבוצה והן באופן פרטני).

פרק שני: הנגשת הטיול בהתאמה לסוג הלקות

עיוורון ולקויות ראייה

מבוא

עיוורון ולקויות ראייה מוגדרים כהיעדר כושר ראייה מלא או חלקי שאינו ניתן לתיקון על ידי משקפיים או עדשות מגע. לקות זו נגרמת כתוצאה מחבלה, ליקוי או מחלה של עצב הראייה המקשר בין העין למוח, או של המוח. הפגיעה בראייה יכולה להיות מולדת, כתוצאה ממום בהיריון או בלידה, או כתוצאה ממחלה תורשתית. לחילופין, הפגיעה בראייה יכולה להיווצר במהלך החיים כתוצאה מחבלה, מחלה, נזק מוחי (כגון שטפי דם או גידולים), ירוד (קטרקט), היפרדות הרשתית ועוד.



היציאה לטיול, עבור אדם עם לקות ראייה, היא חוויה ייחודית ומרגשת, אך עלולה להוות גם מפחידה, חוויה של חוסר ודאות ותחושת אובדן אוריינטציה. נסו אתם לצעוד מספר צעדים בלי יכולת לראות דבר. נסו עכשיו לעשות פעולה דומה כשאתם רואים דרך חור קטנטן בכיסויי עיניים. שימו לב לתחושות שהחוויה הזו מעוררת בכם...

במטרה לייצר חוויה חיובית ונוחה לאדם עם לקות ראייה, יש, ראשית, להבין את אופי הלקות - האם הלקות קיימת בשתי העיניים או רק בעין אחת, האם מדובר בלקות ראייה או בעיוורון מוחלט, האם הלקות היא מלידה או שנרכשה במהלך החיים. כמו כן, חשוב להבין כיצד באה

לקות הראייה לידי ביטוי - האם היא מייצרת טשטוש בראייה או שמא שדה הראייה מצומצם מאוד, היכן נמצא שדה הראייה הפעיל ועוד... כל אלה יכולים להשפיע מאוד על יכולת ההליכה של החניך ועל כל חוויית הנוף שהוא חווה בעת הטיול. כך לדוגמה, חניך עם שדה ראייה מצומצם, ייתכן שיראה רק פינה אחת בחלק הימני של העין. במקרה כזה, הבנה של נופים רחוקים, הרים גבוהים וטופוגרפיה בכלל יכולה להיות כמעט בלתי אפשרית עבורו, אך התמקדות בפרטים קרובים אשר ניתן להגדיל

(למשל הגדרת פרחים) תוכל לאפשר לו חיבור לטבע. דוגמה נוספת לשונות ולחשיבות האבחנה הייחודית ביחס לכל מטייל ניתן לראות בשונות בין אדם שנולד עיוור לעומת אדם עם לקות ראייה שנרכשה במהלך החיים. כשאנו מבקשים להסביר משהו לאדם שראה בעבר, נוכל להתייחס למושגים שמוכרים לו, לצבעים לדוגמה, בעוד שלאדם שנולד עיוור יהיה עלינו להסביר בצורה שונה. יחד עם המורכבות הגדולה, קיימות דרכים לאפשר לחניכים עם לקויות ראייה לצאת לטיול וליהנות מאוד מהחוויה, באופן שאף תעצים ותחזק אותם. להלן מספר כללים והנחיות על פיהם יש לפעול טרם היציאה לטיול עם חניך עם לקויות ראייה:

בעת ההכנה לטיול

חשוב לחשוף את החניך לתוואי השטח שבו נטייל. ניתן לעשות זאת על ידי מפה טופוגרפית/מפת סימון שבילים או על ידי דגם של האזור (עדיפות לדגם).



דגם של מצדה. צילום: דר' אבישי טייכר, מתוך אתר פיקיוויקי
במקרה של שימוש במפה - חשוב לוודא שהקונטרסט של הצבעים ברור, שהחלקים הגבוהים מסומנים בצבע/מרקם אחד והחלקים הנמוכים מסומנים בצבע/מרקם אחר. יש לאפשר "סריקה" של המפה עם החניך כך שיבין את מרחקי הנסיעה וההליכה, את ציר ההליכה ואת תוואי השטח. חשוב לתאר לו נקודות מורכבות בטיול, כגון ירידות תלולות, עליות קשות, מעברי סלעים, בהתאם

למיקומם במסלול. זכרו כי ידע יכול להפחית את החרדה בצורה משמעותית. במקרה של שימוש בדגם - אפשרו לחניך לשוטט עם ידו על תוואי השטח, להבין את אופי השטח על עליותיו ומורדותיו. הפנו את תשומת לבו לנקודות בעלות עניין במסלול אשר יכולות להיות מסומנות בצורה שונה (מעיון, אתר ארכיאולוגי). במקרים שבהם לא קיים דגם של האזור - מומלץ לבנות דגם של האזור בשולחן חול, שיהווה הכנה טובה לכל החניכים בקבוצה.

1. **אריזה נוחה ונכונה של הציוד:** התארגנות ללא חוש ראייה היא קשה מאוד. נסו לדמיין את עצמכם צריכים להבדיל בין החפצים השונים, לוודא שאף חפץ לא נשכח, נסו לחשוב כיצד אפשר להכיר את צורת תיק הגב שבו נארחים החפצים - כמה כיסים יש בו ובאיזה אופן נוח לשים בו את החפצים. בשל כך חשוב לתת לחניך זמן כדי להכיר את צורת התיק ולארגן את חפציו. אנשים שונים יעדיפו להתמודד עם אתגר אריזת התיק באופן שונה. יש לשוחח עם החניך בפתיחות ולברר עמו האם הוא זקוק לעזרה ואיזה עזרה. קיימות מגוון אפשרויות שהמדריך צריך לחשוב עליהן מראש ולהציג לחניך אם החניך מתקשה לחשוב מה מתאים לו: האם הוא מעדיף לקבל עזרה באריזה מהמדריך או מאחד מחברי הקבוצה (פעמים רבות אנו אורזים חפצים אינטימיים ולא נוח לנו לחשוף אותם בפני אנשים זרים); האם הוא מעדיף עזרה הן במציאת החפצים והן בארגונם בתוך התיק או רק באחת מהפעולות; האם הוא מעדיף לארוז לבדו, אך מעוניין שעוד מישהו יעבור על רשימת הציוד ויוודא שלא שכח כלום לפני שהוא מתחיל להכניס את חפציו לתיק. כמו כן, משום שמשאבים רבים מוקדשים לאיתור החפצים ולארגונם, יש לתת לחניך רשימת ציוד מסודרת כדי שיוכל לבדוק שאכן זכר לקחת את כל הנדרש. אם החניך קורא כתב ברייל אפשר להדפיס לו את דף הציוד, אפשר להעביר לו רשימה מוקלטת (בפלאפון), שתועיל גם לשאר החניכים. אם החניך זקוק לטיפול רפואי, על המדריך להחליט עם החניך (ולעיתים גם עם משפחתו), האם הציוד הרפואי יהיה שמור אצל המדריך או אצל החניך. בכל מקרה, לפני היציאה לטיול על המדריך לוודא כי הציוד הרפואי אכן נארוז. לבסוף, יש לוודא כי חפצים שמצריכים זמינות גבוהה יהיו נגישים עבור החניך למציאה קלה יחסית, למשל בקבוקי מים וכובע, שיכולים להימצא בכיסים החיצוניים של התיק.

2. **הכנת החברים בחולייה/בקבוצה:** ככל שהחניכים יכירו אחד את השני טוב יותר ואת מהלך הטיול המשותף הנכון להם, הצורך בהכנה יתמעט. עם זאת, לפני כל יציאה לטיול/ניווט, ובוודאי בטיולים המשותפים הראשונים, ההכנה לטיול צריכה לכלול שיחה והכנה משותפת של חברי הקבוצה. על הכנה זו לכלול:

← **הצגת מסלול הטיול:** יש להכין לא רק את החניך עם לקות הראייה לחלקים המורכבים במסלול, אלא גם את שאר חברי הקבוצה ולהסביר מה יידרש מהם בקטעים אלו (לדוגמה, מקומות שבהם החניך עשוי להזדקק לעזרה נוספת בשל תוואי שטח קשה). כמו כן, אם

המסלול כולל אפשרויות שונות (כך שחלק מהמודרכים מטיילים במסלול ארוך/קשה יותר וחלקם מטיילים במסלול פשוט/קצר יותר) יש להתייחס בהכנה לכל תוכניות היום ולא רק למסלול ה"מלא".

← **התייחסות לחוויה הרגשית:** בחלק זה כאמור, יש לאפשר למודרכים להתייחס לחששות/קשיים שעלולים להתעורר ולנסות לחשוב יחד על פתרונות. למשל, כיצד מבקשים עזרה, כיצד מתקשרים קושי בין החברים, מהי מידת הערבות ההדדית והאכפתיות שחשוב שתהיה בין חברי הקבוצה. כמו כן, יש להתייעץ עם החניך עם לקות הראייה ואם הוא מעוניין ניתן לחשוף את שאר חברי הקבוצה לחוויית הלקות ולקשיים שהיא מעוררת על ידי התנסות חווייתית משותפת (לדוגמה, הליכה במסלול קצר ופשוט יחסית עם עיניים עצומות). חוויה זו תעזור לחניכים להבין את הקשיים או את חוסר הביטחון שיכול להיות חלק מחוויית היציאה לטיול בטבע.



← **התנסות בהליכה בתוואי שטח שונים:** אנשים עם לקויות ראייה לרוב יבחרו לצעוד בתוואי שטח נוח ומוכר - בביש או מדרכה. רק מעטים מהם זוכים להתנסות בהליכה בתוואי שטח מורכב יותר - אדמה דרוכה, שביל כורכר, שביל סלעי וכו'. במטרה לאפשר הכנה טובה לחניך, מומלץ לצאת אתו לסיור ראשוני בשטח פתוח ולתת לו להתנסות בהליכה בסוגי שטח שונים. התנסות זו תאפשר לו להבין את עוצמת הדריכה, את נקודות האחיזה ברגל ועוד.

מורכבויות שיש להתייחס אליהן בתכנון הטיול

דגשים לנסיעה בדרכים

1. **מקומות עצירה:** כאשר עושים עצירות בדרך, עדיף להחליט מראש על עצירות במקומות קלים יותר להתמצאות (שבהם פחות אנשים ומכוניות); אם עוצרים במקום הומה, יש לוודא כי החניך הולך יחד עם מלווה אשר יוכל לסייע לו בהתמצאות.



2. **זמן עצירה:** השאירו מספיק זמן שיאפשר הליכה בנחת ובחזרה לאוטובוס. קחו בחשבון שההתמצאות במרחב מאתגרת יותר ועשויה לקחת יותר זמן.

3. תיאור קולי של הדרך במהלך הנסיעה: הדרך שבה אנו עוברים היא חלק משמעותי בחוויית הטיול. אדם עם לקות ראייה מתקשה למקם את עצמו במהלך הנסיעה ובעצם נמצא בתוך חוסר ודאות מתמשך. כדי להקל עליו, יש לערוך תיאור קולי של דברים מרכזיים שאנו רואים בדרך - צמתים מרכזיים, נקודות עניין, שינויים בנוף. תיאור קולי מוצלח נעשה על ידי שימוש בשיטת השעון, על פי מחוגי השעון מתארים לחניך היכן נמצא כל אלמנט בדרך/בנוף.

דגשים למהלך ההליכה



1. בעת ההליכה בשטח: יש לדאוג לליווי צמוד בעת ההליכה בשטח לחניך לקוי הראייה. כמו כן, במקרים שבהם קיימים חלקים מאתגרים במסלול יש להתריע לפניו ולברר האם יש לו צורך בסיוע של אדם נוסף. לדוגמה: לפני הגעה למדרגות תלויות יש להתריע ולוודא, כי גם מי שיורד לפני החניך עם לקות הראייה וגם מי שיורד אחריו מסייעים במידת הצורך. כך גם לפני עליות תלולות, אשר אמנם אינן מסוכנות, אך מאתגרות. התראה על תחילת העלייה ואופייה יכולים לבסס מוכנות לאתגר וחוויה של שליטה.

2. סחיבת ציוד: לקות הראייה היא גורם היכול כשלעצמו להקשות על ההליכה ועל שיווי המשקל. על כן, במידת הצורך, יש לעזור לחניך בסחיבת ציוד כבד, שכן הוא יכול להקשות עוד יותר על שיווי המשקל ותחושת הביטחון בהליכה (בפרט באזורי הליכה סבוכים).

3. תארו את סביבת ההליכה והטיול: בדומה לתיאור במהלך הנסיעה.

4. בסביבה עירונית: גם בסביבה זו יש להזהיר מפני מכשולים בדרך, כדוגמת פח בצדי הדרך, עמוד תאורה באמצע המדרכה, ירידה לכביש בעת ההליכה ועוד.

5. קחו בחשבון כי קצב ההליכה הוא אחר: כל צעד דורש בחינה וחשיבה ולכן ההליכה הרבה יותר איטית. לנקודה זו חשיבות רבה בבחירת אורכו של מסלול הטיול, בבחירת היעדים המוצבים לחוליות השונות בעת הניווטים, ובמשך העצירות במהלך הטיול.

6. שירותים: כאשר החניך הולך לשירותים יש לשים לב שחזר לפני שהקבוצה ממשיכה ללכת.

7. ניווטים: יש לעבוד עם החניך על תוואי קרוב. משום שבמרבית המקרים לא ניתן לראות הר או ערוץ נחל חשוב לחפש ערוצי נחל קטנים לאורך הדרך או שיפועים

קטנים באמצעותם יוכל החניך לנווט. כמו כן, ניתן לבחון האם תשומת הלב לתוואי השטח (שגם כך מחודד יותר, בשל לקות הראייה) יכולה להועיל במלאכת הניווט (לדוגמה, שיפועים מתונים יותר שפעמים רבות אנו לא נשים לב אליהם יכולים להיות מורגשים ולהפוך למשמעותיים במלאכת הניווט).

דגשים בבחירת אתרים ונקודות עצירה במסלול

- 1. בחירת מקומות עצירה במהלך הטיול:** יש לשים לב לנקודות העצירה הנבחרות במהלך המסלול עצמו - אדם לקוי ראייה היושב מול השמש, או במקום חשוך, בעצם מאבד מיכולות הראייה שלו. על כן יש לבחור נקודות עצירה במסלול שבהן קיימת תאורה בהירה אך לא מסנוורת.
- 2. במקרה של ניוטים בלילה:** חוויית העיוורון המוחלט יכולה להיות מועצמת בעת לילה. יש לצייד את החניך בפנס איכותי אם הוא חש צורך בכל ולהצמיד לו אדם שילוה אותו בדרך ויתאר לו אותה. יש לקיים שיחה עם החניך לפני היציאה לניוטים, להבין מה האפשרויות המועדפות עליו ומה יכול להועיל לו בעת הניווט. על המדריך לזכור, כי יש למצוא את האיזון הנכון: לאפשר לחניך חוויה עצמאית ומעצימה, אך כזו המכירה במגבלותיו ושומרת על ביטחונו. על המדריך להיות ער ורגיש לנושא זה.
- 3. כלבי נחיה:** אם החניך נעזר בכלב נחיה, יש לוודא כי אין בעיה להכניסו לאתרים, לשמורות טבע ולמקומות הלינה של הקבוצה.



דגשים להדרכות במהלך המסלול

- 1. שימוש בחושים:** כמובילי הדרך, פעמים רבות, לשם למידת תכנים חדשים, אנו שמים דגש על חושי הראייה והשמיעה, אך עושים שימוש מועט יחסי בחושים האחרים. מחקרים מצאו, שאנשים שונים מפעילים את החושים בעת למידה באופנים שונים ובהתאמה וכי סגנונות הלמידה שלהם משתנים אף הם. התייחסות רב-חושית לתכנים חדשים מאפשרת ללומד יותר מדרך אחת לעבד ולחוות את המידע שאליו הוא נחשף, כך שעומק הלמידה הופך משמעותי יותר. במובן זה, העברת תכנים המשלבת גיוון חושי, תורמת משמעותית לכל החניכים. עם זאת, כאשר מדובר בחניכים עם לקות חושית, העבודה דרך החושים הפועלים, משמעותית עוד יותר, ומאפשרת קבלת תמונה מלאה ככל הניתן על המושג החדש וחיזוק החושים הפועלים. כך לדוגמה, בעת התייחסות



לצמחי תבלין, ניתן לא רק לדבר על חשיבות ריחם אלא יש לאפשר לחניכים להתנסות בהרחתם, או לחילופין, הישענות על חוש המישוש יכולה להיות על ידי זיהוי עצמים (לדוגמה סוגי מסלע/קרקע בהדרכה שבה מתייחסים להיסטוריה הגיאולוגית של האזור) או שימוש בדגמים תלת-ממדיים לשם המחשה אשר עוזרים לאנשים עם לקות ראייה להבין טוב יותר צורה חדשה (אם כי יש לדעת, כי במקרה של אנשים עם עיוורון מלידה זה לא נכון, להם דווקא קשה להקיש מדגם קטן לצורה שלמה ורחבה). הפניית תשומת הלב לעולם החושי על ידי המדריך יכולה לעזור אפילו בהדגמות פשוטות ביותר (גוף האדם חווי בהבדלים טופוגרפיים: אצבעות כף ידינו יכולות להוות המחשה לשלוחות, אף ולחיים יכולים להסביר את הטופוגרפיה שקשורה במדבר בצל גשם ועוד).

2. תצפיות: במהלך תצפית חשוב לתאר את הנוף בצורה אובייקטיבית, אך אין צורך להתייחס לכל הפרטים הקטנים. יש לתאר את הנוף בשיטתיות, מצד אחד לצד שני, ולכלול תיאור של הפרטים המרכזיים בנוף, תוך התייחסות לסיפור שעומד מאחורי כל מקום. יש לזכור, שהסבר בשיטת השעון בתצפיות מסייע מאוד.

3. חומרי הדרכה: אם נעשה שימוש במפה/תמונה/דגם, חשוב לנסות להגדיל את הפריטים הללו וכאמור אף להביא חומרים מותפחים או תלת-ממדיים ליצירת הבנה מרבית.

דגשים במקומות הלינה

1. התמצאות: יש לוודא כי החניך חש ביטחון במרחב החדש. יש לתאר לו את מקום הלינה (בין אם מדובר בלינת חוץ ובין בלינת מבנה), כך שירגיש ביטחון במרחב וידע היכן נמצאים השירותים, חדר האוכל, מקום ההתכנסות. כך נוכל לאפשר לו התמצאות גם במקום חדש.



2. פעילות ערב: אם פעילות ערב נעשית במקום מוחשך, יש לקחת בחשבון שבחשכה הראייה מצטמצמת עוד יותר לכדי חוויה של עיוורון. במידת האפשר, עדיף להתבסס על פעילויות שאינן מצריכות התמצאות במרחב (לדוגמה, שירה עם גיטרה סביב המדורה). כמו כן, יש לתת מקום לעיבוד החוויות הפיזיות והרגשיות מהיום שעבר הן באופן קבוצתי והן באופן פרטני.

חירשות וכבודות שמיעה

מבוא

חירשות היא לקות המתבטאת באובדן חלקי או מלא של יכולת השמיעה. היא עלולה להופיע בלידה, בשלבי התפתחות מאוחרים יותר, או כתוצאה ממחלה, פציעה או תאונה. בעקבותיה חשוף האדם לקשיים **ביכולת לתקשר** ולסיכונים שונים. בעוד אנו ערים למשמעותו של חוש הראייה בהתמצאות במרחב, פעמים רבות אנו לא שמים לב לחשיבותו של חוש השמיעה, אך גם חוש זה משמעותי להתמצאות במרחב וליכולת התקשורת המילולית והלא מילולית עם אנשים. בעת ההליכה בטבע, חוש השמיעה מסמן לנו מתי צעדיו של האדם שהולך מאחורינו מתקרבים, מתי אנו מתקרבים לנחל או מפל - גם כאשר הוא עוד לא נראה, או כאשר חבר קבוצה רחוק מתריע על המשך המסלול. כמו כן, בעת ההליכה בטיול מתנהלות שיחות אשר אדם עם לקות שמיעה יתקשה לקחת בהן חלק, כך שהחוויה עשויה להיות מלווה בתחושת בידוד. בשל סיבות אלו, היציאה לטבע עבור אדם עם לקות שמיעה עשויה להיות מאתגרת הן ביצירת אוריינטציה מרחבית והן בבחינת הקשר עם החניכים האחרים. לצד זאת, אנשים עם לקויות שמיעה יוצאים אל הטבע ונהנים מחוויות ומאתגרים. להלן דגשים שאליהם צריך להתייחס בעת היציאה לטיול עם קבוצה שבה ישנם חניכים עם לקות שמיעה.



בעת ההכנה לטיול

1. יש לשים לב שהחניך עם לקות השמיעה מצליח להיות חלק מהשיחה הקבוצתית. זהו אתגר אשר מלווה את החניך בכל שלבי הטיול, אך ככל ששלב ההכנה יהיה משלב יותר הדבר יקל על החניך גם בטיול עצמו. לשם כך, יש לוודא שהחניך עם לקות השמיעה מצליח לעקוב אחרי השיחה ואחרי חלוקת התפקידים בקבוצה, כמו גם להביע את תחושותיו ורצונותיו שלו לפני היציאה לטיול.
2. אדם עם לקות שמיעה לא יידע להפנות את תשומת ליבו ולהקשיב למי שמדבר ללא שיכוונו אותו לכך.
3. אם אין מתרגם, על החניך עם לקות השמיעה לראות כל פעם את פניו של מי שמדבר. לשם כך, חשוב הן להפנות את תשומת ליבו של החניך למי שמדבר והן לשים לב כי מי שמדבר אינו מסתיר את פיו וכי קצב הדיבור הקבוצתי אינו מהיר מידי והשיחה אינה מתנהלת בו-זמנית על ידי אנשים שונים, כך שהחניך עם לקות השמיעה אינו מספיק/יכול לראות את פניו של המדבר.
4. בעת תכנון מסלול הטיול יש להקפיד לערוך דיונים אלה בישיבה משותפת, שבה גם החניך עם לקות השמיעה יכול לקחת חלק, כדי לתת לו תחושה שהוא מעורב בכל שלבי ההתארגנות.
5. הכנה של חברי הקבוצה/החולייה: החשיבות של שיחות הכנה, שבהן חברי הקבוצה/החולייה יוכלו להביע את חששם היא קריטית בכל הכנה לטיול ובפרט בטיולים משולבים. אך מעבר להתייחסות לחששות הקבוצה, ההכנה המשותפת לקראת הטיול יכולה לתת ביטוי לחוזקות של החניך (כמו גם של החניכים האחרים) ובכך להנכיח את התרומה הייחודית של כל אחד מחברי הקבוצה להצלחת הטיול או הניווט.
6. בעת ההכנה למסלול יש לעבור מראש על נקודות מאתגרות/בעלות סיכון. כך תצומצם חוויית אי הוודאות והחשש שיכול להתלוות אליה. כמו כן, כך החניך ידע שעליו להיות בקשב ולשים לב מתי צפויות להגיע נקודות אלו במהלך הטיול והיכן עליו להיות בקשר עם חברי הקבוצה.
7. במסלולים שבהם יכולת הראייה עשויה להיות מוגבלת וכתוצאה מכך היכולת לקרוא שפתיים ולתקשר יורדת, יש לערוך שיחות הכנה פרטניות וקבוצתיות לשם חלוקת תפקידים ואחריות. כך לדוגמה, ייתכן שיהיה צורך לנווט בזוגות בעת ניווטי הלילה או לתכנן כקבוצה כיצד ניתן לשמר תקשורת מבוססת ראייה גם במקומות חשוכים (על ידי שימוש בפנסים או במסרונים במכשירים הסלולריים).

מורכבויות שיש להתייחס אליהן בתכנון הטיול

דגשים לנסיעה בדרכים

1. **מקומות עצירה:** כאשר בוחרים זמן ומקום התכנסות, יש לוודא כי החניך עם לקות השמיעה שמע את הפרטים.



2. **הסברים במהלך הנסיעה:** האוטובוס הוא מרחב בעייתי להסברים עבור אנשים עם לקויות שמיעה. המיקרופון מסתיר את תנועות השפתיים ורעשי הרקע מקשים עוד יותר. על כן, אם ניתנים הסברים במהלך הנסיעה יש להסביר גם באופן פרטני לחניך עם לקות השמיעה.

דגשים למהלך ההליכה

1. **בהליכה בשטח:** אם אדם עם לקות שמיעה נמצא לבדו משאר הקבוצה (לפני הקבוצה או מאחוריה) תתנתק התקשורת. לכן יש להקפיד כי החניך עם לקות השמיעה אינו נשאר בנפרד משאר הקבוצה. אם הולכים בקבוצות/חוליות יש לוודא כי חברי הקבוצה שמים לב שאינם משאירים את החניך לבדו.



2. **עצירה לפני נקודות מאתגרות במסלול:** כאשר מגיעים לאזורים בעלי אתגר או סיכון יש לוודא, כי החניך עם לקות השמיעה שם לב להוראות הבטיחות הניתנות וכי יתר החניכים שמים לב, שהחניך אינו נשאר לבדו ללא יכולת תמיכה וקבלת עזרה במידת הצורך.

3. **בסביבה עירונית:** יש לקחת בחשבון שבהמולת הסביבה העירונית האדם עם לקות השמיעה יתקשה עוד יותר לעקוב אחר הדיבור המתקיים בקבוצה בשל ריבוי רעשי הרקע. על כן, אם אפשר, יש להסתובב באזורים שקטים יותר, אשר יקלו על שמירת הקשר.

4. **ניווטי לילה:** שימוש מוגבל בחוש הראייה יקשה במיוחד על חניך עם לקות שמיעה, שכן חוש זה אינו יכול לפצות עבורו על הראייה, שבעת הופכת מוגבלת גם היא. על כן, יש לחשוב יחד עם החניך מה יאפשר לו יציאה בטוחה לניווטי לילה, בין אם זה פנס המשפר באופן משמעותי את הראייה, התכתבות באמצעות הודעות טלפוניות, חיבור לחניך נוסף, הגעתו של מלווה נוסף. יש לבחור את האפשרות המועדפת, כזו המתחשבת הן באופי ובמטרות המכינה,

הן ביכולותיו של החניך והן ברצונותיו. כל זאת, תוך שיחה וקבלת החלטות משותפת עם החניך וחברי הקבוצה.

דגשים בבחירת אתרים ונקודות עצירה במסלול

1. **בחירת מקומות עצירה במהלך הטיול:** יש לבחור נקודות הדרכה עם כמה שפחות רעשי רקע. כמו כן, אם החניך מתקשר על ידי קריאת שפתיים - יש לבחור מקום מואר ונוח, שבו יוכל לראות בקלות את הדובר.



2. **בחירת אתרים:** כאמור, יש לקחת בחשבון כי אתרים מוחשכים עשויים להקשות על אנשים עם לקות שמיעה. אם מגיעים לאתר מסוג זה יש להתייחס לכך בעת ההכנה לטיול ולחשוב עם החניך על פתרונות שבאמצעותם יחוש ביטחון ואוריינטציה גם באתרים אלו.

לולאת השראה: אם מגיעים לאתר שבו יש לולאת השראה והחניך אכן משתמש בכזו, יש להציע לו להשתמש בה. לשם כך, עליו להעביר את מכשיר השמיעה שלו למצב T. יש לקחת בחשבון, כי בכל אתר/אבסנייה/מקום נותן שירות אמורה להיות לולאת השראה, אם ניידת ואם נייחת. מומלץ לוודא מראש האם המכשיר אכן קיים במקום, בייחוד במקרים שבהם משולב מלל רב.

דגשים להדרכות במהלך המסלול

1. **שימוש בחושים:** לשם הרחבה על אודות הדרכה מגוונת חושית, יש לחזור לסעיף המתייחס לאנשים עם לקויות ראייה. ככלל, ניתן לומר, כי יש להעדיף הדרכות המתבססות על מגוון חושי, וכאלו אשר תומכות בהעברת מידע באופן אודיטורי באמצעי המחשה המתבססים על החושים הנוספים (ראייה, מישוש, ריח או טעם). לדוגמה, פרט לדוגמאות שניתנו בסעיף המתייחס ללקויות הראייה, בהדרכות לאנשים עם לקות שמיעה ניתן להשתמש בתמונות/מפות המלוות את מתן ההסבר, ואשר עליהן מצוינים המושגים המרכזיים גם בכתב.



2. **הפניית תשומת הלב של החניך:** אם מראים לקבוצה דבר מה בזמן ההליכה/העצירה יש להקפיד להסב את תשומת ליבו של החניך בעל לקות השמיעה ולוודא כי הוא יכול לראות את פניו של המדבר בעת מתן ההסבר.

דגשים במקומות הלינה



1. התמצאות: לעיתים, כאשר אין אנו מוצאים את הדרך אנו יכולים "ללכת בעקבות הקול". עבור חניכים עם לקות שמיעה איבוד האוריינטציה יכול להקשות יותר ולעורר חוסר ביטחון. על כן, יש לוודא כי החניך חש ביטחון בהתמצאות, בכוחות עצמו או בעזרת חברי הקבוצה בהגעה לחדר האוכל, לחדר ההרצאות, לאזור הלינה. אם החניך מורגל בתקשורת באמצעות כתיבת הודעות, יש לשקול לשמר אופן תקשורת זה גם במהלך הטיול. אם הדבר אינו אפשרי (מסיבות של רוח המכינה או מסיבות טכניות, דוגמת חוסר קליטה) יש להתייחס לכך בהרחבה בעת ההכנה לטיול.

2. עיבוד חוויות היום: במהלך הטיול יש לאפשר לחניך ולחברי קבוצתו לעבד את החוויות והקשיים אשר עשויים להתעורר במהלך ימי הטיול. יש לשים לב, כי החניך בעל לקות השמיעה אינו נשאר מחוץ לשיחה, ואם השיחה מתקיימת בשעת ערב, שהיא תתבצע במקום מואר, שבו החניך יכול לראות את יתר חברי הקבוצה בבירור (מדורה, לדוגמה, עשויה להיות בעייתית, משום שאינה מהווה אור יציב וחזק מספיק). אם ידוע כי מקום הלינה לא יספק מקום שבו יכולה להתנהל שיחה בתנאים מתאימים בשעות החשיכה, יש להקדים את השיחה לזמן שבו יש עדיין אור.

3. פעילות ערב: אם הפעילות נעשית במקום חשוך יש לקחת בחשבון כי ההתמצאות של אדם עם לקות שמיעה תהיה מוגבלת באופן רב יותר משום שלא יוכל להישען לא על חוש הראייה ולא על חוש השמיעה. עדיף לתכנן להגיע למקום לינה, שבו אפשר לקיים פעילות ערב במרחב מואר (על ניווטי לילה הורחב קודם לכן).



הפרעות על הרצף האוטיסטי (ASD - Autism Spectrum Disorders)

מבוא

רצף של תסמונות המתאפיינות בליקויים משמעותיים בתקשורת, במיומנויות חברתיות וביחסים בין-אישיים ומלווים בהתנהגויות, פעילויות ותחומי עניין נוקשים וחזרתיים. במישור ההתנהגותי, אנשים המאובחנים עם ASD מתאפיינים בתבניות התנהגותיות נוקשות וחזרותיות, כגון: תנועות סטריאוטיפיות (לדוגמה שפשוף הידיים זו בזו), התעקשות על סדר וחוקיות, היצמדות לתבניות טקסיות שונות ונטייה לדבוק בתחומי עניין ייחודיים באופן נוקשה וחריג. בנוסף לכך, לעיתים קרובות, אנשים עם ASD מתאפיינים ברגישות יתר או בתת-רגישות חושית.

לעיתים קרובות לא נשים לב עד כמה מצבים חברתיים בין-אישיים עשירים ומרובי סימנים אשר עוזרים לנו להבינם. רמזים לכך אנו יכולים לחוש כאשר אנו מוצאים את עצמנו מתכתבים בוואצאפ ומתקשים להבין את "כוונת המשורר" אם האימוג'י לא בא לעזרתנו, או לחילופין, את הבלבול שאנו חשים כאשר לא ברור לנו האם ההערה שנזרקה כעת לחלל החדר נאמרה ברצינות או חלק מהומור ציני עוקצני ושנון. ברגעים אלו, אנו חשים בלבול, ומגייסים את יכולותינו השונות (החושיות והרגשיות) לשם הבנת הסיטואציה. עבור אנשים המאובחנים עם ASD אינטראקציות בין-אישיות או חברתיות הן קשות להבנה, דבר אשר בא לידי ביטוי ביצירת תקשורת הדדית עם הזולת (מילולית ולא-מילולית), בשיתוף רגשי וכן ביכולת להבין ולפתח מערכות יחסים ולהשתלב במצבים חברתיים. ניתן לומר, כי אינטראקציות בין-אישיות או חברתיות אשר בבסיסן הן עמומות ומרובות גירויים, קשות להבנה עבור אנשים המאובחנים עם ASD והם זקוקים לתיווך כדי להבין.

הרגישות החושית אשר פעמים רבות מאפיינת אנשים המאובחנים עם ASD משמעותה, שגירויים רבים שרובנו מצליחים להתעלם מהם במהלך היוםמום נחווים באופן עוצמתי אצל אנשים אלה ולכן אינם מצליחים להיות ממוסכים (למשל, מרקמים מסוימים, עוצמות קול). דמיינו את חוויית העומס והבלגן שאנו חשים לעיתים כאשר אנו מגיעים למדינה זרה, שבה ההמולה רבה, הריחות והטעמים חדשים וחזקים.

אם ניקח בחשבון חוויות אלו ונחשוב על אופיו של טיול, שבו אנו מצויים באינטראקציה בין-אישית ובלתי פורמלית בלתי פוסקת, שבו סדר היום השגרתי משתנה והטבע מספק שלל גירויים אשר חלקם שונים מאלו שאנו מורגלים בחוויית היוםמום, נוכל להבין עד כמה אירוע מסוג זה יכול להיות חוויה מרגשת ועוצמתית, אך גם כזו אשר יכולה להיות גם מאתגרת מאוד ומעוררת מתחים עבור אנשים המאובחנים עם ASD. גם במקרה זה הכנה משמעותית לפני יציאה לטיולים היא קריטית לשם התמודדות עם אתגרי הטיול ויצירת חוויה משמעותית, חיובית ואף מעצימה. להלן מספר כללים והנחיות על פי הם יש לפעול:

בעת ההכנה לטיול

1. יצירת סדר וארגון מיטיבים עבור כולנו, אך עבור אנשים המאובחנים עם ASD הצורך בסדר ובחוקיות משמעותי עוד יותר. ישנה חשיבות לצמצם את חוסר הוודאות והעמימות באופן משמעותי בעת ההכנה לטיול וזאת על ידי הצגת לוחות הזמנים ומסלולי הטיול באופן הריאלי ביותר (ללא התחייבות על דברים שלא ניתן לדעת מראש). כחלק מהצגת תוכנית הטיול יש לציין את מיקום המסלולים, אורכם, שעות היציאה, זמני הנסיעה המשוערים באוטובוס (תוך התייחסות לכך שאלו משוערים בלבד), ומקומות העצירה בזמן הנסיעה. כמו כן, יש לתאר את תוואי המסלול: האם תהיה הליכה במים, בחוף הים, בסביבה סלעית או בוצית; נקודות ייחודיות במסלול, כגון מערה/מעין; נקודות מאתגרות, כגון עלייה/ירידה, טיפוס על סולם חבלים וכדומה. מומלץ מאוד להכין דף המתאר את כל הפרטים הללו (בצורה מפורטת ואולי אף משלבת סמלים), כך שמידע זה ילווה את החניך לאורך כל המסלול וישמש אותו ברגעים של חוסר ודאות.
2. בשל הקושי באינטראקציות חברתיות, הגדרת הזמנים שבהם תהיה שיחה "חופשית" וקביעת הזמנים שבהם תהיה העברת תכנים פורמליים/פעילויות מובנות, אלה עשויים לעזור ביצירת סדר וארגון בתוך החוויה החברתית העמוסה של הטיול. על כן, כבר בהכנה לטיול יש להגדיר זמנים של שיחות ואינטראקציות חברתיות בלתי פורמליות ומתי הם זמני הפעילות המובנית. יש להתייחס לחלוקה זו הן במהלך מסלול ההליכה והן בזמני הטיול הנוספים, למשל כאשר מגיעים למקומות הליכה.
3. בשל הרגישות החושית, שפעמים רבות מאפיינת אנשים המאובחנים עם ASD, יש לערוך שיחה עם החניך (ולעיתים גם עם משפחתו) האם ובאיזה אופן רגישות זו מתבטאת אצלו: האם ישנם מרקמים אשר קשים עבורו באופן מיוחד (דוגמת חול, חצץ, מים) ומהי מידת הקושי. הבנה זו לפני הטיול תאפשר לחשוב יחד כיצד יש להיערך אם צפוי קושי מסוג זה בטיול. זאת, בין אם מדובר בהכנה מראש להתמודדויות שצפויות להיות בטיול' בין אם מדובר בחשיפת החניך לפני הטיול למרקמים אלו כדי שיוכל לראות מה עוזר לו להתמודד עם חשיפה אליהם ובין אם בקבלת החלטה, כי יש צורך לקחת זאת בחשבון בתכנון מסלול הטיול או מקום הליכה.
4. היערכות מוקדמת להגבלות תזונתיות: לפני היציאה לטיול יש לברר עם החניך האם יש הגבלות תזונתיות שיש לדעת עליהן לפני היציאה לטיול. לעיתים אנשים המאובחנים עם ASD אוכלים על פי תפריט ייחודי, אם בשל הגבלות רפואיות ואם בשל קושי עם יצירת גיוון. כאשר מדובר בתפריט רפואי יש לקחת זאת בחשבון ולוודא כי אכן תהיה התחשבות בכך במהלך הטיול. אך גם במקרה של תפריט מוגבל, הנובע מבררנות של החניך, על המדריך להבין כי בררנות זו יכולה להיות לא כתוצאה מ"פינוק", כי אם מתוך מקום של קושי ועל כן להתייחס לכך בכבוד, בין אם

ניתן להיענות למבוקשו במלואו ובין אם לאו. לדוגמה, ניתן לעבור עם החניך על התפריט הצפוי ואף להכינו יחדיו תוך התחשבות בצרכיו.

5. ארגון הציוד לקראת הטיול: ככל שרשימת הציוד תהיה כתובה באופן מאורגן וברור יותר הדבר יקל על ארגון הציוד עצמו ויוכל לעזור לחניך לבסס חוויית ביטחון ושליטה. לשם כך, רשימת הציוד יכולה לציין מדוע יש צורך בחפצים השונים. אפשר לערוך את הרשימה על פי סדר שישקף את הפעילויות שיהיו בכל אחד מהימים.

6. היערכות רפואית: כפי שהוזכרה בתחילת הפרק.

7. הכנה של חברי הקבוצה/החולייה: ראשית, הכנה לקראת הטיול תאפשר לקבוצה להביע חששות שעולים לקראת היציאה לטיול. בנוסף לכך, ההכנה המשותפת יכולה לתת ביטוי לחוזקות של החניך (כמו גם של המודרכים האחרים) ובכך להנכיח את התרומה הייחודית של כל אחד מחברי הקבוצה וכיצד כל אחד יכול לתרום להצלחת הטיול או הניווט. לדוגמה, אם החניך טוב מאוד בידיעת דרכים ואוהב לתכנן מסלולים ניתן לתת לו תפקיד בארגון מסלולי הנסיעה והטיול, או לחילופין, אם הוא אוהב מיפוי והגדרת צמחים או ארכיאולוגיה הוא יכול להיות אחראי על יצירת דפים המגדירים את הצמחים השונים, שבהם הקבוצה עשויה להיתקל במהלך הטיול או מיפוי של נקודות בעלות עניין ארכיאולוגי לאורך המסלול (עם זאת, חשוב לא להניח מראש כי אהבות מסוג זה בהכרח קיימות).

מורכבויות שיש להתייחס אליהן בתכנון הטיול

דגשים לנסיעה בדרכים

1. מקומות עצירה: בשל הקשיים והאתגרים שהוזכרו לעיל, ישנה עדיפות למציאת מקומות עצירה שקטים יחסית ופחות מרובי המולה.



2. זמן עצירה: הקפידו לציין את זמן העצירה המשוער, כמו גם את מטרת העצירה (קניית אוכל, הליכה לשירותים, זמן התאווררות). הזכירו את תוכנית המשך היום המתוכנן (מה יהיה אחרי שחוזרים מההפסקה). כאמור, יצירת סדר יום קבוע וידוע מראש פעמים רבות חיונית עבור אנשים המאובחנים עם ASD, על כן ההתייחסות ללוח הזמנים אינה חשובה רק בשלבי ההכנה לטיול, אלא גם במהלך יום הטיול עצמו.

3. הסברים במהלך הנסיעה: יש לוודא מראש את מידת הרגישות לרעשים. לעיתים דיבור במיקרופון יכול להיות חוויה בלתי נסבלת עבור החניך ועדיף לוותר על שימוש בו.

דגשים למהלך ההליכה



1. בהליכה בשטח: פעמים רבות לא יהיו קשיים פיזיים, עם זאת, לעיתים יכול להיות סרבול תנועתי, אשר יקשה על ההליכה באזורים מאתגרים. במקרה כזה, יש לשים לב האם לחניך יש צורך בעזרה בסחיבת הציוד על ידי אחד מחברי הקבוצה, תמיכה בהליכה באזורים מאתגרים או לחילופין האטת קצב ההליכה של הקבוצה. את כל אלו יש לקחת בחשבון בעת תכנון לוחות הזמנים של יום הטיול.

2. במהלך ההליכה: בשל הקשיים בתקשורת חברתית, על המדריך להיות קשוב ולשים לב שהחניך אינו "הולך לאיבוד" באינטראקציות החברתיות. משמעות הדבר היא לנסות להסביר מצבים חברתיים באופן מפורש יותר כאשר נדמה כי החניך מתקשה להבינם (המצב יכול להתרחש בעת שיחה צינית יותר בין החניכים, או כאשר עולים קשיים חברתיים באופן פחות מפורש). על המדריך לנהל שיחה עם החניך כאשר הוא מתקשה בכך (לשאל יותר שאלות מפורשות במקום לצפות שהשיחה "תזרום"). יש לזכור, כי קושי בתקשורת חברתית אין משמעותו היעדר רצון בקיומה.

3. עצירה לפני נקודות מאתגרות במסלול: יש להתייחס לנקודות האתגריות במסלול בתחילתו ולפרט את מאפייניהן ומה הקבוצה תידרש לעשות בהגעתה אליהן. כך נקודות אלו יהיו יותר צפויות ופחות מעוררות חרדה. כמובן שפרט להכנה מראש חשובים העידוד, התמיכה והחשיבה החיובית והמעצימה בעת ההתמודדות עם האתגרים במסלול.

4. התמצאות: אם החניך הוא בעל יכולת קריאת מפה/זכירת קווי אוטובוס/כבישים/עובדות היסטוריות, ניתן להיעזר בו גם במהלך הטיול או הניווט ובכך לתת לנקודות חוזק באישיותו לבוא לידי ביטוי. באופן כללי, אנשים המאופיינים עם ASD הם בעלי ראייה מרחבית טובה וכתוצאה מכך, בעלי יכולות ניווט טובות.

5. בניווטים: יש להתייחס להתמודדות עם סיטואציה שהיא פחות בשליטה ובעלת ודאות נמוכה (כאשר אין מסלול ברור) ולתת מקום לעיבוד החוויה. לצד תיקוף

הקושי, חשוב לשמר ולהזכיר את הקול אשר מתייחס לחשיבותן של פעילויות מסוג זה. כמו כן, לפני הניווט יש לחשוב ולהחליט עם הקבוצה מהם היעדים המתאימים לקבוצת הניווט. אפשר להחליט לא להתייחס לכמות הנ"צ שנמצאו, אלא לעצם ההגעה אליהם על פי הסדר המתוכנן ובכך לאפשר לקבוצה לראות את הישגיהם בתוך החוויה המשמעותית שעברו.

6. חברי צוות: אם יש חיבור משמעותי בין חניכים, יש לשקול האם מתאים שיהיו יחד לאורך הניווטים השונים במהלך השנה כהליך המשכי ומשותף. החלטה זו צריכה להתקבל הן על בסיס אופייה של המכינה והמטרות שהיא מגדירה עבור החניכים והן על בסיס שיחות פרטניות וקבוצתיות עם חברי הקבוצה. כמו כן, יש לבחון את היתרונות והחסרונות בכך עבור כל אחד מחניכי הקבוצה.

דגשים בבחירת אתרים ונקודות עצירה במסלול

1. בחירת מקומות עצירה במהלך הטיול: השתדלו, עד כמה שניתן, להגדיר בתחילת היום מה יהיו נקודות העצירה על ידי סימון שעה שבה תהיה עצירה, או הגעה לנ"צ מסוים.



2. מיקום העצירות: הצפת גירויים יכולה להיות קשה עבור החניך, על כן גם במהלך מסלול הטיול יש לבחור נקודות עצירה שקטות יחסית. כמו כן, אם ידוע על קושי עם מרקמים, יש לשים לב כי נקודות העצירה אינן במקומות אשר יקשו על החוויה החושית (לדוגמה, אם ידוע על קושי עם חצץ, לא לבחור במקום עצירה שאין אפשרות אחרת אלא לשבת על חצץ).

3. בסביבה עירונית: המולת הסביבה העירונית עשויה להקשות על החניך ועל כן יש לתת עדיפות למתן הסברים באזורים שקטים ולבחירה של צירי הליכה שקטים יותר אם הדבר מתאפשר.

דגשים להדרכות במהלך המסלול

1. התאמת אופן הדיבור: בשל קשיים בקריאת מצבים חברתיים עמומים, הבעות פנים ודיבור מטאפורי, יש לשים לב כי החניך אינו "הולך לאיבוד" בדיבור אשר נשאר בלתי מובן עבורו משום שאינו ישיר וברור מספיק.



2. יחס אישי: אם אתם בוחרים להראות לקבוצה דבר מה בזמן ההליכה/העצירה הקפידו להסב את תשומת ליבו של החניך, שכן פעמים רבות העומס החושי יקשה עליו והוא לא יהיה קשוב להסברכם.

3. תכנים: פעילויות מובנות יותר יכולות להיות פשוטות יותר, לספק הפוגה ואף לאפשר לנקודות חוזק של המודרכים לקבל ביטוי (עבור כל המודרכים ובאופן משמעותי יותר עבור מודרכים המאובחנים עם ASD). יש לשים לב שבמהלך הטיול העברת הידע משולבת בפעילויות דוגמת חידוני טריוויה, הגדרות צמחים ותצפיות ולא רק בהדרכות פרונטליות של המדריכים והחניכים. עם זאת, אין לחשוש משילוב של פעילויות בעלות היבטים חברתיים המובנים בתוכן, דוגמת פעילויות ODT. פעילויות מסוג זה יכולות להיות מיטיבות דווקא משום שהן כוללות משימות מובנות ובמקביל משלבות למידה והתבוננות חברתית.

4. רצוי לבחון מראש את תחומי העניין של החניך: לרוב, לחניכים עם ASD תחומי עניין ייחודיים, שבהם הם מגלים ידע נרחב. אם תחומי העניין של החניך יכולים להיות רלוונטיים לטיול - מומלץ מאוד לאפשר לו לתרום מידיעותיו לקבוצה, שכן הדבר גורם להעצמתו.

דגשים במקומות הלינה

1. התמצאות חברתית: ניתן לצפות שזמני הפנאי של הקבוצה יהיו קשים יותר עבור חניכים המאובחנים עם ASD. בשל כך, דווקא סיום יום הטיול והגעה לאזור הלינה, הכולל שהייה ממושכת ללא פעילות מוגדרת, עשוי להיות הזמן המתאגר ביותר עבורם. יש לקחת זאת בחשבון בתכנון הטיול ולהשתדל לייצר סדר עד כמה שניתן גם בשלב זה. מומלץ לשלב פעילות מובנית אחת במהלך הערב. כמו כן, אם החניך רוצה בכך, ניתן לייצר לוח זמנים פרטני עבור שעות הערב, עליו ניתן להחליט טרם היציאה לטיול (לדוגמה, לוח זמנים זה יכול זמן התארגנות אישית, הכנת ארוחת הערב הקבוצתית, אכילה משותפת, פעילות חברתית כללית, אינטראקציה חברתית חופשית), אך גם בזמן זה על המדריך להיות קשוב אל החניך (על פי צרכיו). על המדריך לשים לב שהחניך אינו "הולך לאיבוד" באינטראקציה החברתית ולהוות עבורו עוגן חברתי אם החניך זקוק לכך.



2. פעילות ערב: בשונה מהזמן החופשי, פעילות הערב תוכל להקל על החניך ככל שתהיה מובנית יותר. יש לשים דגש על עיבוד והכלה הן של החניך והן של חברי הקבוצה לאורך ימי הטיול, לעודד שיתוף ועיבוד קבוצתי. יש לקיים שיחות אישיות שבהן החניכים יוכלו לשתף בפתיחות רבה יותר בתכנים שלעיתים קשה יותר לשתף בקבוצה.

3. ארגון זמן המנוחה: את הזמן הפנוי המרבי מומלץ להשאיר לאחר הפעילויות המובנות. בכך תינתן אפשרות מנוחה למי שהעומס החברתי והגופני גדול עבורו. זמן מנוחה והירגעות יאפשר לחניך לעכל את חוויות היום שעבר ולצבור כוחות לקראת ההמשך.



לקויות פיזיות

מבוא

לקויות פיזיות נגרמות בשל סיבות שונות, בהן פציעה, מחלה, לקות גנטית ועוד. ניתן להבחין בין אנשים המוגבלים בניידותם בשל שיתוק מוחין (אשר נולדו עם המחלה שגרמה לפגיעה גופנית ולעיתים נלווית אליה גם מגבלה שכלית) לבין אנשים שנפגעו במהלך חייהם בעקבות תאונת דרכים, מחלה או מלחמה. אלו אנשים אשר נולדו עם יכולות נורמטיביות ועם הזמן (ולעיתים אף בפתאומיות) הפכו למשותקים. מידת המגבלה משתנה מאדם לאדם; מתקיים רצף בין הליכה ותנועה עצמאית אך מוגבלת, היעזרות בקב, הליכון או כיסא גלגלים. הסיבות לפגיעה ומידתה מייצרות את המאפיינים הייחודיים עמם האדם עם הלקות הפיזית צריך להתמודד. כך למשל, התמודדות עם לקות פיזית המחייבת הליכון שונה באופייה מלקות פיזית המחייבת כיסא גלגלים, גם האתגרים בכל אחד מהמצבים שונים.



ביציאה לטיול, לקות פיזית, במקרים רבים, היא המורכבת ביותר לתיווך, בשל הפער הגדול שהיא מציבה בין כל המודרכים בקבוצה לבין החניך עם המורכבות הפיזית. פער זה בא לידי ביטוי ביכולת ללכת במסלולים שונים, לישון בשטח, להשתמש במתקנים השונים ועוד. לאור כל אלה, החשיבה על

ההתאמות בעת שילוב של חניך עם מוגבלות פיזית בטיול צריכה להיות יצירתית יותר ולשקלל את כלל מרכיבי הטיול והקבוצה.

להלן מספר כללים והנחיות שעל פיהם יש לפעול:

בחירת מסלול מותאם: ככלל, ההעדפה תהיה לבחירת מסלול משלב, אשר כל חברי הקבוצה יוכלו להשתתף בו. עם זאת, במקרים הקשורים במגבלה פיזית, לעיתים הלקות מורכבת והתחשבות מוחלטת בה, תמנע מכלל החניכים לטייל בהתאם לאופי המכינה ומטרותיה. לאור זאת, יש לתת את אחד מהמענים הבאים:

1. במקרים שבהם מדובר בלקות פיזית פשוטה יחסית - מסורבלות פיזית, גרירת רגליים, קושי בהפעלת הגפיים העליונות:

א. יש לבחור מסלול, אשר לפחות כמחציתו מותאם לחניך עם המוגבלות. לדוגמה, מסלול רגלי שאפשר לעזוב אותו באמצע היום (כמו שביל הגולן או סובב כנרת) או לחילופין מסלול רב-יומי, שבו החניך יוכל לקחת חלק ביומיים-שלושה מהטיול ואז לעזוב את הקבוצה בעוד הם ממשיכים למסלול מורכב יותר.

ב. יש לחשוב מראש באיזה אופן חברי הקבוצה יכולים לסייע לחניך (עזרה באריזת התיק, סיוע בסחיבת הציוד, עזרה ביציאה משק-השינה).

ג. יש להיערך מבחינת ציוד מתאים - אמצעים לרכיסת ולפתיחת רוכסן שק השינה (למתקשים במוטוריקה עדינה), כיסאסלה לאלה המתקשים לעשות את צרכיהם בשטח, מקלות הליכה למתקשים בהליכה, כיסא או מיטה מתקפלת במידת הצורך ועוד.

2. במקרים שבהם מדובר בלקות פיזית מורכבת יותר - כיסא גלגלים, אמצעי הנשמה, יש לנקוט בפעולות אלה:

א. יש לברר עם החניך האם הוא מעוניין לצאת לטיול יחד עם חברי הקבוצה. לעיתים, המורכבות הפיזית גדולה כל כך, שטיול יכול להיות אתגר מוגזם עבור החניך.

ב. בימי ניווט ניתן להוסיף ניווט עירוני, אליו גם חניך המתקשה פיזית, שניווט שטח קשים מידי עבורו, יכול להצטרף (אפשר לפתוח ולסיים את ימי הניווט בימי ניווט עירוני, כך שהחניך יוכל להתחיל ולסיים עם כלל הקבוצה).

ג. קיימים כיום שני מוצרים המאפשרים חוויית טיול בשטח גם לאדם עם כיסא גלגלים: "גילגולון", המסופק על ידי חברת "אתגרים", ו"טרקר", המסופק על ידי חברת "פראטרק". מוצרים אלה הם למעשה כיסא גלגלים המחובר לגלגל נוסף ולסדי נשיאה, ומאפשר סחיבה

של אדם על כיסא גלגלים בנקודות מורכבות במסלול ונסיעה של הכיסא בנקודות הנוחות יותר. חשוב לזכור, כי לא לכל אדם נעים ונוח לטייל כשנושאים אותו. כמו כן, יש המתארים את חוויית הטיול במתקנים אלה כשייט בים סוער... לכן, יש לאפשר מראש התנסות בטיול קצרצר עם מוצרים אלה, טרם היציאה לטיול ארוך. במקרה של שימוש באחד המוצרים הללו, יש להיערך מבחינת מלווים אשר יוכלו לסייע לאורך הטיול.

ד. טיפולים רפואיים: לפני היציאה לטיול יש לוודא האם ולאילו טיפולים רפואיים החניך זקוק. הצורך בטיפולים אלו עשוי להשפיע על גמישות שעות הטיול או על אופיים של מקומות הלינה: לדוגמה, חניך אשר זקוק לטיפול רפואי מורכב יחסית, ייתכן שיזדקק לשעות טיול מועטות יותר מיתר חברי הקבוצה.

ה. עיבוד החוויות: יש לתת מקום לעיבוד החוויות אשר יכולות להיות לא פשוטות, הן אישית והן קבוצתית. יש לדבר על הקשיים וההישגים הן לפני הטיול ובהכנה אליו, הן במהלכו והן בסופו.

בעת ההכנה לטיול

1. יש לחשוב על מבנה והרכב הקבוצות כך שהקבוצה שבה ישולב החניך עם המוגבלות הפיזית אכן תוכל להכיל את החוויה המורכבת. לפני הטיול יש להגדיר את תפקיד הקבוצה, הן באופן כללי והן במחויבות האישית של כל אחד מהחניכים. כך לדוגמה (אם מתאים לחברי הקבוצה - הן לחניך עם המגבלה הפיזית והן לחבריו) יכולים להיות תפקידים, כגון: עזרה בפתיחת שק השינה; עזרה בהתארגנות בבוקר באריזת הציוד; עזרה בסחיבת הציוד, עזרה בסחיבת כיסא הגלגלים. מעבר להחלטות הפונקציונליות, יש לעודד שיח פתוח על חוויית העזרה והתלות שתפקידים אלו מעוררים. על שיחות אלו להיעשות ללא שיפוטיות כלפי חברי הקבוצה אשר הגיוני כי יגיבו לתפקידים אלו באופנים שונים (חניך שנרתע ממתן עזרה אינטימית אינו מפונק).
2. יש להתייחס למידת המוכנות של החניך הן באופן פרטני-אישי והן באופן קבוצתי. חשוב לתת מקום לחששות, לקשיים, להישגים ולהתרגשות אשר ייתכן שקיימים טרם היציאה לטיול. סביר, כי חוויות אלו ועוד רבות אחרות מתקיימות אצל החניך וככל שאלו יוצפו וידוברו באופן פתוח, ההתמודדות עם האתגרים תהיה קלה יותר וחוויית ההעצמה משמעותית יותר.
3. יציאה לטיולים במכינה היא לרוב תהליך שנתי, שבו כל אחד מהחניכים לומד ומתפתח; יש לשים-לב להתפתחות לאורך השנה ולהתייחס אליה לפני היציאה לטיול.

במהלך הטיול

1. יש לקיים שיחות שוטפות עם החניכים, הן באופן פרטני והן באופן קבוצתי, שבהן יוכלו להעלות את חוויותיהם.
2. על המדריכים לשמור על האיזון שבין הלך רוח חיובי, המאפשר לחברי הקבוצה לחוש גם הם שהמשימה אפשרית וחיובית לבין התבוננות קרובה על הקשיים שמתעוררים ונתינת מענה הולם, ראשית למען בריאות החניכים אך גם בכדי שהחניכים יוכלו לחוש חוויה טובה ומכילה.

לאחר הטיול

סיכום של החוויות באופן פרטני וקבוצתי ומחשבה על ההמשך: האם מתאים לחברי הקבוצה להמשיך תהליך זה יחד, כחוליה משותפת, או שעולה רצון לשנות את הרכב הקבוצה. שאלות אלו נוגעות גם בהלך הרוח של המכינה, אך גם ביכולותיהם ובצרכיהם של החניכים השונים.

מורכבויות שיש להתייחס אליהן בתכנון הטיול

דגשים לנסיעה בדרכים

1. **רכבים נגישים:** אם ישנו חניך הנעזר בכיסא גלגלים יש לוודא שהרכב שהוזמן עבורו אכן נגיש, שקיים בו מעלון תקין, אמצעים לרתימת הכיסא בעת הנסיעה או מקום לאכסון את הכיסא אם החניך אינו משתמש בכיסא במהלך הנסיעה. קיימות בארץ מספר חברות הסעה שיש להן רכבים נגישים, אך ככלל החוק מחייב כי לכל חברת היסעים יהיה רכב נגיש זמין.
2. **מקומות עצירה:** יש לוודא כי מקומות העצירה יהיו נגישים לכיסאות גלגלים ונוחים לישיבה. כאשר החניך אינו נעזר בכיסא גלגלים, אלא בהליכון, קב, או מתקשה בהליכה יש להתחשב במקום העצירה, שיהיה נגיש ויאפשר מקום נוח לישיבה.
3. **זמן עצירה:** יש לקחת בחשבון זמני עצירה ארוכים בשל משך הירידה והעלייה מהרכב. כל עלייה או ירידה מהרכב לוקחת כ-20 דקות ולחשב את הזמנים בהתאם. כמו כן, בעת הירידה מהרכב, פעמים רבות החניך חווה רעד גופני אשר יכול לגרום לו אי-נוחות ולכן יש לאפשר לו מרחב פרטי ברגעים אלו.



דגשים למהלך ההליכה



- 1. בהליכה בשטח:** אמצעי הניידות ישפיע הן על מידת הקושי של החניך במהלך המסלול והן על איזה מסלולים יהיו נגישים עבורו ואיזה לא. כך לדוגמה, בבחירת מסלול הטיול יש להתייחס לסוג כיסא הגלגלים - רגיל או חשמלי והאם ישנה אפשרות להשתמש בגילגולון/טרקר. הבדלים אלו ישפיעו על אורך המסלול שהאדם יוכל לטייל בו, על רוחב המעברים שיוכל לעבור בהם, על רמת הקושי של המסלול ועל האפשרות להיות במגע עם מים. באופן דומה, גם כאשר אדם הולך עם הליכון או קב, ואף באופן עצמאי, יש לקחת בחשבון את הכוחות הפיזיים ביחס למסלול והתמיכה שיכולה להינתן לו.
- 2. מרחב אישי:** כיסאות גלגלים, הליכונים או קב, הם חלק מהמרחב האישי של האדם, על כן, יש לבקש רשות אם רוצים לעזור לאדם על ידי דחיפת כיסא הגלגלים, או לחילופין הרחקת ההליכון בעת הפסקה.
- 3. חלופות להליכה:** אם חלק מהמסלול אינו נגיש, יש להכין את הקבוצה לכך לפני היציאה לטיול ולמצוא פעילות/מסלול טיול חלופי עבור מי שמתקשה עם המסלול המאתגר יותר. יש להחליט בשיתוף עם החניך על האפשרות העדיפה ביותר (מציאת מסלולים חלופיים, ארגון ועזרה במנהלות, הקפצות ואחריות על "חדר מצב" או לעיתים ימי מנוחה בשל האתגר הכרוך ביציאה לשטח. בכל אחד מהמקרים יש לשאוף, כי תחילת הטיול וסופו יהיו עם כל חברי הקבוצה).

דגשים בבחירת אתרים ומסלולי טיול



- 1. בחירת מסלולים:** פורט לעיל.
- 2. בחירת אתרים:** בבחירת האתרים יש לוודא כי הם אכן נגישים לכיסאות גלגלים, או מותאמים ליכולות ההליכה של מודרכים בעלי מגבלת הליכה שאינם משתמשים בכיסא. אם אדם משתמש בכיסא גלגלים ממונע יש לוודא כי המקום נגיש גם עבורו, שכן הוא רחב יותר מכיסא שאינו ממונע. הנגישות כוללת: יכולת הגעה לאתר והסתובבות בו; שירותים שהכניסה אליהם רחבה מספיק ויש בהם מאחזי יד תקינים.
- 3. אתרים בתשלום:** פעמים רבות אתרים בתשלום הם חלופה לפעילות נגישה. יש לשקול על פי מדיניות המכינה ואופייה את מידת השימוש באתרים בתשלום.

דגשים להדרכות במהלך המסלול

- 1. שדה הראייה:** בהדרכות יש לקחת בחשבון כי קיים קושי לראות דברים מסוימים מגובה הישיבה בכיסא.
- 2. לקויות פיזיות המשולבות עם לקויות קוגניטיביות:** במקרים שבהם החניך הוא בעל לקות קוגניטיבית בנוסף ללקות הפיזית יש לקחת זאת בחשבון בתוכני ההדרכה. יש לשים לב לדיבור בשפה ברורה וקלה להבנה ושימוש באמצעים חושיים שונים לשם הסבר והמחשות (הרחבה על הדרכה מגוונת חושית: בתתי הפרק של לקויות הראייה והשמיעה).
- 3. יחס אישי:** יש לבדוק האם יש צורך להראות מקרוב לחניך מוצגים או תמונות שמראים לכלל הקבוצה.



דגשים במקומות הלינה

- 1. נגישות:** אם ישנם מודרכים על כיסאות גלגלים, יש לוודא כי בכל האתרים ישנה נגישות גם מקומות הלינה וכי הכניסות לחדרי השינה, למקלחת ולשירותים רחבות מספיק בהתאם לרוחב כיסא הגלגלים. כמו כן, יש לוודא, כי ישנם מאחזי יד בשירותים ובמקלחת, כי קיים מרווח מספיק בסמוך למיטה וכי לא מדובר על מיטת קומותיים שמצריכה עלייה בסולם. אם ישנים בשטח, יש לוודא כי מביאים ציוד מתאים, לעיתים מיטה מתקפלת, כיסא ושולחן מתקפל, שירותים ניידים וכו'. אם תנאי השטח קשים מידי, יש למצוא חניון לילה אשר יהיה ניתן להיכנס ולצאת ממנו ברכב, החניך יוכל להישאר שם במשך הלילה ולשוב בבוקר.
- 2. פעילות ערב:** גם ביחס לפעילות הערב, יש לוודא עם מקום הלינה כי אפשר לקיים פעילות זו במקום נגיש לכיסאות גלגלים או לאנשים עם בעיות הליכה, וכי קיימים מקומות ישיבה נוחים עבורם. כפי שתואר לעיל, ניתן להביא כיסאות מתקפלים במידת הצורך.





סיכום

על אף ההבדלים המתקיימים בהיערכות לטיול כאשר משלבים אנשים עם לקויות שונות ישנם עקרונות ודגשים רבים המשותפים לכל סוגי הלקויות: החשיבות של היערכות מוקדמת וצמצום אי הוודאות; חלוקת תפקידים ואחריות; הצורך בעיבוד החוויה הרגשית הקבוצתית והפרטנית. חשוב לזכור, כי הרב-גוניות האנושית רבה, על כן יש חשיבות עליונה להתבוננות הייחודית על כל חניך וחניך, על נקודות החוזק שלו, כמו גם על נקודות החולשה. אלו אינם קשורים בהכרח ללקות שהחניך מתמודד עמה. משמעותה של רב-גוניות אנושית זו, שאיננו יכולים להניח, על בסיס אבחנה כזו או אחרת, מהם יכולותיו, רגישויותיו ורצונותיו של האדם הנמצא מולנו. עלינו לשאול אותו על כך, כפי שאנו שואפים לשאול ולגלות את ייחודיותם, כוחותיהם וקשייהם של כל אחד ואחת מחניכי המכינה. אסור שחווית הטיול לכלל חניכי המכינה תיפגע בשל נוכחותו של אדם עם מוגבלות בקבוצה. הכנה נכונה וחשיבה על הפרטים הקטנים תאפשר חוויה מעצימה ומיוחדת לכלל המשתתפים. בחירת מסלול הטיול, בין מותאם לבין מאתגר, צריכה לאפשר שילוב מרבי, אך גם התאמה לאופי המכינה ולמטרותיה. היציאה אל הטבע מספקת הזדמנות לחוויה אישית וקבוצתית משמעותית. ככל שהחוויה תותאם באופן מרבי יותר לכלל חברי הקבוצה, היא תאפשר למידה והתפתחות רבים יותר עבור כל חברי המכינה (המדריכים והחניכים).

דף הכנה לחניך¹

מה בטיוול

מתחילים להתכונן לטיול? לא רוצים לשכוח דבר? בדף ההכנה לטיול מוגש לכם הבסיס - למה צריך לשים לב, מה חשוב לקחת בחשבון ומה חשוב להביא.

שימו לב! הדף כללי ועליך להתאים אותו לצרכיך ולראות מה עליך להוסיף שאינו רשום ברשימות אשר בדף.

בכל טיול שאליו אנחנו יוצאים עלינו לקחת בחשבון כי אנו נפרדים מהאזור הנוח אליו אנחנו רגילים ויוצאים למרחב הפתוח, שם אין ברשותנו את כל האמצעים והמענים המידיים לצרכינו. לאור זאת, עלינו להביא איתנו את האמצעים הדרושים לנו.

אז מה צריך לקחת בחשבון?

ההליכה בטבע היא הליכה על משטח שאינו ישר, על אבנים וסלעים, כולל עליות וירידות. לעיתים השביל צר ולעיתים רחב. במהלך היום ולעיתים גם בלילה אין מבנה שירותים ועלינו להתפנות בחי הטבע. ההליכה לאורך היום מרובה - מהבוקר ועד אחר הצהריים-ערב. את הלילה נעביר בלינת שטח עם שק שינה על גבי מזרון שטח דק. הימים אינטנסיביים, הנופים משתנים, הקולות והצלילים יכולים להיות בתדרים משתנים, נחוה את מזג האוויר ונצטרך להיות קשובים לו - בקיץ עלול להיות חם ואילו בחורף יכול להיות קר מאוד בלילה ואף רטוב. יש לזכור, כי בחלק גדול מהמקרים הציווד שלנו נישא על הגב ועלינו להיערך לכך. כמו כן, אין חיבור לחשמל ולכן אם יש לנו צורך בכך עלינו להביא מטען נייד להטענה.

את כל אלה אנחנו צריכים לקחת בחשבון כאשר אנחנו יוצאים לטיול ועלינו להתארגן בהתאם מבעוד מועד לפי צרכינו המשתנים. מה שלא נביא איתנו - לא יהיה, ואם לא נתכונן בצורה מסודרת עלולים להיות חסרים לנו דברים חיוניים, שאף עלולים להגביל את הפעילות וההשתתפות בטיול. אם כך, בואו נתחיל בהכנות...

¹ הדברים נכתבו בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד והם מיועדים במידה שווה לשני המינים.

כיצד מתחילים?

- ברר עם עצמך מה הם הצרכים הבסיסיים עבורך, אשר ביציאה לטיול עלולים להיות מופרים. צרכים אלה יכולים להיות קשורים להליכה/לינה/שירותים/מזון/צורך גשי/תרופתי/חברתי/מרחבי.
- דוגמאות לצרכים שכאלה: מגבלה פיזית בהליכה/קושי בשינה על הרצפה/צורך באסלת שירותים/קושי או אי-יכולת לסחוב תיק/צורך בכיסא גלגלים/חוסר יציבות בהליכה/צורך בתרופה או מכשיר באופן יום יומי/צורך בחשמל או בטרויות/מקלות תומכים להליכה/מזון שאיני יכול לאכול או מזון שאני חייב לאכול ועוד (כל אחד בהתאם לצרכיו).
- דווח על הצרכים שלך למדריך.
- נסה להבין עם המדריך באילו דברים אתה זקוקה לעזרה וכיצד ניתן למצוא לכך פתרון. נסה להיות ברור בצרכיך כדי שהמדריך והמסגרת יוכלו לנסות להתאים את הפתרון הטוב ביותר.
- ארגן תיק אישי ובו כל האמצעים להם אתה זקוק ביציאה לשטח. עדכן את המדריך והחולייה שאליה אתה משתייך לגבי מיקום האמצעים הרפואיים, כמו תרופות/משאף/מזרק.
- ודא כי האמצעים ההכרחיים ליציאתך לשטח והם באחריות המכינה (שאינם בתיקך האישי) אכן קיימים ונלקחים עמכם לשטח.

הכנות אישיות

- הכנת תיק יומי (להליכה). חשוב מאוד שהתיק יהיה נוח וקל לנשיאה!!!
- הכנת תיק ציוד אישי ובו ציוד ללילה ולמספר ימים.
- הכנת תיק אחד ליום וללילה - במקרים שבהם הטיול נודד והציוד נישא על הגב. במקרה כזה חשיבות מכרעת לאריזה נכונה ולבחירה מדויקת של הפריטים הנכנסים לתיק.
- עדכון הקבוצה והצוות (חשוב להתייחס לקשיים שעלו בטיולים קודמים, אם היו).

ציוד בסיסי

- שק"ש
- מזרון שטח
- כלי אוכל רב פעמיים: קערה, כף/מזלג, כוס
- מפות סימון שבילים
- כובע להגנה מהשמש
- קרם הגנה
- פנס + בטריות
- מים - בקבוקים או שלוקר
- מטען נייד לפלאפון

פריטים אישיים

- תרופות
- אמצעי שומר קירור לתרופות במידת הצורך
- כלי רחצה: מברשת ומשחת שיניים, דיאודורנט ואביזרי היגיינה אחרים
- תעודה מזהה, כרטיס קופת חולים

בגדים

- חולצות קצרות - לפי מספר ימי הטיול חלקי 2.
- מכנסיים: 1 ארוך, 1 נוסף, 1 טייץ/מכנסיים לשינה
- בגדים חמים: סווטשירט חם ומכנסיים חמים
- גרביים - לפי מספר ימי הטיול
- לבנים - לפי מספר ימי הטיול

הנעלה

- נעלי הליכה נוחות לטיולים
- סנדלים/כפכפים

במידת הצורך ניתן להוסיף

- מגבת דקה/מתייבשת מהר
- תיק גב קטן וקל לסחיבת מים
- מעיל נגד גשם אם יש חשש לגשם
- כיסוי גשם לתיק
- מקלות הליכה - יכולים לסייע
- אם הלילות קרים - כובע צמר, צעיף, כפפות
- בגד ים - אם נכנסים למים
- בטריות למכשירים נוספים

אמצעי הנגשה ותמיכה רפואית

שונים

- שירותים ניידים, מכשירי עזר לניידות, זכויות מגדלת, מכשירי ראיית לילה, מכשירים רפואיים שונים, ציננית/מקרר נייד, מכשיר שמע...

דף הכנה למדריך

לקראת היציאה לפעילות בשטח שבה משתתפים חניכים עם מוגבלות יש לזכור:

עבור כולנו יציאה לשטח היא יציאה מאזור הנוחות ומתיחה של גבולות ההתמודדות, עבור חניכים עם מגבלה זו מתיחה גדולה של הגבולות ובמקרים רבים ההתמודדות דורשת אמצעים פיזיים שונים. המגבלה לעיתים קרובות הופכת לבולטת יותר ולמגבילה יותר. בכדי לאפשר לחניכים אלה את החוויה הטובה ביותר, חוויה מעצימה, המפתחת תחושת מסוגלות, נדרשת מאתנו חשיבה מקדימה והרבה תשומת-לב לצרכיהם בהכנת הטיול ובהתארגנות לקראת היציאה לשטח.

תכנון הטיול באופן כללי

- **מסלול:** יש לוודא כי המסלול מתאים להצטרפות של החניך עם המוגבלות ומאפשר השתתפות מרבית. נברר באיזה מחלקי הטיול ניתן לשלב את החניך ואיך בדיוק לעשות זאת (מפורט בחוברת המסלולים).
- **לוח זמנים:** ארגון לוחות הזמנים המתחשב בקצב ההתקדמות של החניך עם המוגבלות. אם לוח הזמנים לא מאפשר הצטרפות מלאה יש לברר אפשרויות יציאה מהמסלול.
- **מקומות לינה:** יש לשים לב כי מקום הלינה נגיש. אם לנים בשטח יש להביא את כל האמצעים הנדרשים עבור הנגשת השטח לחניכים עם מוגבלות (שירותים נגשים/אסלה ניידת), מיטת שדה במידת הצורך, מכשירי ראיית לילה במידת הצורך, אמצעי עזר נוספים.
- **צרכים רפואיים:** יש לשים לב כי בידינו כל האמצעים הרפואיים שהחניך עלול להידרש להם באופן מידי. בנוסף לכך, יש מספר פעולות שעלינו לבצע לקראת היציאה לשטח:
 - לוודא כי קיים רכב פינני להקפצה במקרה הצורך.
 - לבדוק מהי נקודת הפינוי הקרובה ביותר למקרה הצורך.
 - לברר האם ישנן רגישות שונות למזון ולהיערך לכך מראש.
 - לברר האם קיימים מצבים רפואיים על בסיס רגשי, הדורשים היערכות מיוחדת.
 - לבדוק את תחזית מזג האוויר ולברר האם ישנן רגישויות למזג אוויר.
- **צרכים חברתיים:** ככל שהמוגבלות של החניך תהיה מדוברת יותר - כך יהיה קל יותר לסייע לחניך במהלך הפעילות. ודאו כי החניך מעדכן את חבריו למכינה (או לכל הפחות לחולייה) בקשיים

הצפויים לו בטיול ובעזרה לה יזדקק. בנוסף לכך, הכינו עיבודים רגשיים לכל אחד מימי הטיול, כך שתהיה הזדמנות לפרוק את הקשיים שעלו ולחשוב על פתרונות ליום הבא.

עזרה בהתארגנות עבור החניך עם המוגבלות

- נערוך מפגש עם החניך לשיחה פתוחה על המגבלות ובהתאם על ההתארגנות לטיול.
- נספר לו על הטיול, על אופי המסלול ואופי הפעילות בשטח. נידע את החניך על הגורמים העלולים להיות מורכבים או מגבילים עבורו. נציין מראש את נקודות אי הוודאות שעלולות להתרחש בטיול ונבחן אתו כיצד ניתן להתמודד יחד.
- נבקש מהחניך שיעלה חששות, נבין האם ניתן להפיג חלק מהחששות על ידי התארגנות מוקדמת שלנו - נבדוק מה עלול להוות מגבלה עבור החניך וכיצד אנחנו יכולים להתכונן באופן שהמגבלה לא תפריע להשתתפותו.
- חשוב לשמוע מהחניך - מהם הצרכים העשויים להיות מופרים ביציאה לשטח וכיצד ניתן לתת להם מענה.
- דוגמאות אפשריות: חשיפה ממושכת לשמש, רעשים חזקים, חוסר בשירותים נייחים, קושי בלינה על הקרקע בגלל בעיה של ירידה על הארץ (רלוונטי לחניכים על כיסא גלגלים), מגבלה תזונתית, מגבלה בהליכה, קושי עם פעילות פיזית ממושכת, צורך בתרופות הזקוקות לקירור, חרדות שונות ועוד.
- פתרונות אפשריים בהתאמה: הצטיידות בביגוד ארוך וכובע רחב שוליים, אסלת שירותים נידת, מיטה מוגבהת/לינה לצד מישהו שיכול לסייע בהתרוממות במידת הצורך, התארגנות למזון בהתאם לצרכים, גילגולון/טרקר, במקרים של קושי ביציבה מקלות הליכה יכולים לסייע, קיצור המסלול במידת האפשר, יצירת ודאות והכנה למניעת חרדות שונות.
- בקשו מהחניך שידווח על כל הדברים שהוא זקוק להם ושלא יסתיר דבר. נסו לחשוב ביחד על תסריטים אפשריים במטרה לצמצם את המגבלות בשטח בעת הטיול.
- בקשו שיפרט את אמצעי העזר שהוא זקוק להם. אם אינכם מוצאים פתרונות רלוונטיים, נסו להתייעץ עם גורמים מקצועיים.
- עזרו לחניך לארוז את הציוד לקראת היציאה לשטח וודאו שלא חסר לו דבר.

- לפניכם רשימת הכנות אישיות וציוד רלוונטית, המיועדת לחניך. תנו לו אותה וודאו אתו כי הוא אכן לוקח את כל הציוד הדרוש. במקרים מסוימים יש לעבור עם החניך על הציוד ולוודא שהכול אכן נמצא.

הכנות אישיות

- הכנת תיק יומי (להליכה). חשוב מאוד שהתיק יהיה נוח וקל לנשיאה!!!
- הכנת תיק ציוד אישי ובו ציוד ללילה ולמספר ימים.
- הכנת תיק אחד ליום וללילה - במקרים שבהם הטיול נודד והציוד נישא על הגב. במקרה כזה חשיבות מכרעת לאריזה נכונה ולבחירה מדויקת של הפריטים הנכנסים לתיק.
- עדכון הקבוצה והצוות (חשוב להתייחס לקשיים שעלו בטיולים קודמים, אם היו).



ציוד בסיסי

- שק"ש
- מזרון שטח
- כלי אוכל רב פעמיים
- קערה, כף/מזלג, כוס
- מפות סימון שבילים
- כובע להגנה מהשמש
- קרם הגנה
- פנס + בטריות
- מים - בקבוקים או שלוקר
- מטען נייד לפלאפון

פריטים אישיים

- תרופות
- אמצעי שומר קירור לתרופות
- במידת הצורך
- כלי רחצה: מברשת ומשחת שיניים, דיאודורנט ואביזרי היגיינה אחרים
- תעודה מזהה, כרטיס קופת חולים

בגדים

- חולצות קצרות - לפי מספר ימי הטיול חלקי 2.
- מכנסיים: 1 ארוך, 1 נוסף, 1 טייץ/מכנסיים לשינה
- בגדים חמים: סווטשירט חם ומכנסיים חמים
- גרביים - לפי מספר ימי הטיול
- לבנים - לפי מספר ימי הטיול

הנעלה

- נעלי הליכה נוחות לטיולים
- סנדלים/כפכפים

במידת הצורך ניתן להוסיף

- מגבת דקה/מתייבשת מהר
- תיק גב קטן וקל לסחיבת מים
- מעיל נגד גשם אם יש חשש לגשם
- כיסוי גשם לתיק
- מקלות הליכה - יכולים לסייע
- אם הלילות קרים - כובע צמר, צעיף, כפפות
- בגד ים - אם נכנסים למים
- בטריות למכשירים נוספים

אמצעי הנגשה ותמיכה רפואית

שונים

- שירותים ניידים, מכשירי עזר לניידות, זכוכיות מגדלת, מכשירי ראיית לילה, מכשירים רפואיים שונים, ציננית/מקרר נייד, מכשיר שמע

מסלולים



כנרת מבט ממבוא חמה, צילום: עומר מרקובסקי, מתוך אתר פיקיוויקי

מסלול 1: ממושב ספיר לנחל ברק - הליכה על שביל ישראל



נחל ברק, צילום: עומר מרקובסקי, מתוך אתר פיקיויקי

הערה כללית לטיול זה:

התוואי של שביל הטיול הוא רחב ונוח ומשתרע על דרך ג'יפים ולכן עוברים בו כלי רכב. לאור זאת, יש להזהיר מראש חניכים עם מוגבלויות ולהצמיד מלווה לחניכים עם לקויות שמיעה, ראייה או לקויות תקשורת למיניהן, אם ישנם כאלה בקבוצה.

יום 1: מספיר למושב צופר



אורך מסלול

9.5 ק"מ

14 ק"מ



נקודת סיום

מושב צופר

חניון מואה



נקודת התחלה

אפשרות 1: ספיר

אפשרות 2: ספיר

קיצור המסלול: התחברות לכביש 90 לפני ההגעה לצופר - דרך היוצאת משביל ישראל, בערך בין המושבים ספיר וצופר.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול מתאים, עובר בדרכי ג'יפים.

תיאור המסלול

ממושב ספיר הולכים כ-2.2 ק"מ על סימון שבילים כחול. פוגשים את שביל ישראל, ההולך על תוואי מסלול המסומן באדום. בחיבור עם שביל ישראל (והשביל האדום) פונים שמאלה וצועדים דרומה על שביל ישראל, על הסימון האדום. מהפנייה דרומה הולכים כ-1.2 ק"מ במגמת עלייה קלה בין עצי שיטה ודקלים רבים הנמצאים שם בגלל תופעת הת'מילה שבמקום (בריכה עונתית הנוצרת ממי תהום גבוהים). משם מגיעים לכביש הפונה לכיוון אזור התעשייה ספיר הנמצא ממזרח.

חוצים את הכביש בזהירות וממשיכים בסימון האדום בדרך 4X4 עוד כ-4.5 ק"מ כשלאורך הדרך עצי שיטה רבים ומגיעים ללולים משמאל. בהגעה ללולים יורדים מתוואי שביל ישראל בפנייה מזרחה ומתחברים לשביל הכורכר המחבר בין הלולים למושב צופר.

לאחר ההתחברות לשביל הכורכר (הלא מסומן) הולכים עליו כ-1.5 ק"מ לכיוון מזרח, לעבר המושב צופר, ומגיעים לחאן דרך הבשמים מדרום לדרך, ולסיום היום (השער האחורי של המושב פתוח 24 שעות ביממה).

אפשרות נוספת: במקום לפנות לתוך היישוב צופר, ניתן להמשיך על שביל ישראל - על הדרך האדומה, כ-3.2 ק"מ, על דרך 4X4 עד לחיבור עם שביל שחור הפונה מזרחה. פונים עם השביל ולאחר כ-3 ק"מ מגיעים לחניון לילה של רשות הטבע והגנים - חניון מואה.

חניון לילה מואה נמצא קרוב לתוואי שביל ישראל, סמוך לשרידי העיר הנבטית הקדומה מואה, ומדרום ליישוב צופר. כמו כן, הגישה למקום נוחה מכביש 90 לכל סוגי כלי הרכב, אם נוהגים בזהירות. אין בחניון מים זורמים והוא מסוג "חניון שלט", חניון חסר תשתיות. החניון עלול להיות מעט רועש בשל קרבתו לכביש הערבה. הלינה במקום ללא תשלום. מבחינה ביטחונית מדובר בחניון באזור נוח ושקט למדי.

יום 2: ממושב צופר לצוקים



אורך מסלול

14 ק"מ

12 ק"מ



נקודת סיום

צוקים

צוקים



נקודת התחלה

אפשרות 1: מושב צופר

אפשרות 2: חניון מואה

קיצור המסלול: יציאה לכביש 90 ליד חרבת מואה, הליכה על השביל השחור הפונה מזרחה, אורכו כ-3 ק"מ. אורך המסלול המקוצר כ-8 ק"מ.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או גילגולון: המסלול מתאים, עובר בדרכי ג'יפים.

לקויות שמיעה, ראייה ותקשורת: תוואי המסלול הוא רחב ונוח, על דרכי 4X4, אך יש לשים לך למקטעים שעוברים לצד מצוקים (לא גבוהים, כ-1-2 מ'). לאור זאת, יש להזהיר מראש חניכים עם מוגבלויות ולהצמיד מלווה לחניכים עם לקויות שמיעה,

ראייה או לקויות תקשורת למיניהן, אם ישנם כאלה בקבוצה.

לקראת ההגעה לחניון הלילה ישנה חצייה של כביש ראשי. חשוב להיערך לכך מראש ולעצור את הקבוצה כולה כ-100 מ' לפני הכביש. במקרה של חניכים עם לקויות ראייה, שמיעה או לקויות תקשורת - חשוב להשגיח השגחה צמודה מנקודת העצירה (לפני הכביש) ועד לסיום החצייה.



תחילתו של היום בהליכה על חלק מהמסלול שעליו הלכנו ביום הקודם. אם יש בקבוצה חניכים עם לקויות תקשורת או כאלה עם מורכבויות רגשיות - מומלץ לידע אותם על עובדה זו מראש, כדי למנוע חוסר נעימויות.

תיאור המסלול

חוזרים לתוואי של שביל ישראל (אם לנו בחאן הבשמים על יד צופר, ישנה דרך עפר ללא סימון היוצאת מכביש הכורכר ממערב לחאן לכיוון דרום מערב, דרך זו [1 ק"מ] מקצרת את הדרך חזרה אל שביל ישראל. אם לנו בחניון מואה יש לחזור באותה הדרך). המשך התיאור הוא על פי אפשרות 1 מצופר: בשביל האדום פונים דרומה וממשיכים את ההליכה בתוואי שביל ישראל (בסימון האדום). מנקודת החיבור לשביל ישראל מצופר, ישנה הליכה של כ-2.5 ק"מ על דרך 4X4 עד שמגיעים לחניון יום, שבו שלט הסבר על שביל ישראל לאופניים ולחורבת מואה אשר נמצאת ממערב. שם נפגוש שביל שחור המגיע ממזרח. הליכה של פחות מק"מ דרומה תביא אותנו למפגש עם שביל שחור נוסף, הפונה מערבה. שביל זה שייך לדרך הבשמים העתיקה ומגיע עד למצפה רמון. נמשיך עוד כ-4 ק"מ על שביל ישראל, עד למפגש עם סימון שבילים ירוק של נחל עשוש. כאן נעזוב את שביל ישראל, נפנה מזרחה ונלך כ-2 ק"מ עד שנצא מהשמורה.

לינה באזור: נקודת הלינה יכולה להיות בכל פינה בשביל הזה, החל מהמפגש עם מיכל המים של מקורות ומזרחה, לכיוון הכביש. מדובר על שביל ג'יפים נוח וההגעה אליו אפשרית עם רכב גבוה. חשוב להקפיד לצאת מהשמורה ולא ללון בתוכה. ניתן ללון בצורה נוחה ליד מיכל המים של מקורות על הדרך הלבנה או לחילופין בערוץ הנחל ליד אחד מעצי השיטה הגדולים.

יום 3: מצוקים לחניון נחל ברק



אורך מסלול

21 ק"מ



נקודת סיום

חניון נחל ברק



נקודת התחלה

צוקים

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקור או בגילגולון: המסלול עביר, כולו בדרכי ג'יפים. יש לקחת בחשבון שזהו יום הליכה ארוך, על כן יש לשקול האם הוא מתאים ליכולות החניכים, שכן לא קיימת אפשרות לצאת ממסלול הטיול במהלך היום.

לקוויות ראייה: בשל אורכו של היום הוא איננו מתאים לחניכים עם לקוויות ראייה (אשר במקרה שלהם ההליכה גם כך לוקחת הרבה יותר זמן) ובוודאי שלא לחניכים המתקשים בהליכה.

לקוויות שמיעה ותקשורת: תוואי המסלול אמנם רחב ונוח, על דרכי 4X4, אך יש לשים לך למקטעים שעוברים לצד מצוקים (לא גבוהים, כ-1-2 מ'). לאור זאת, יש להזהיר מראש חניכים עם מוגבלויות ולהצמיד מלווה לחניכים עם לקוויות שמיעה, או לקוויות תקשורת למיניהן, אם ישנם כאלה בקבוצה.

תיאור המסלול

חוזרים על הסימון הירוק עמו פנינו ליישוב צוקים - כ-4.3 ק"מ עד החזרה לשביל ישראל. בפיצול חוזרים לתוואי שביל ישראל הממשיך בסימון האדום דרומה, בהליכה בערוץ נחל עשוש.

לאחר כ-2.5 ק"מ מגיעים לפיצול שבילים: אדום ושחור. בפיצול ממשיכים בהליכה דרומה עם הסימון האדום – זהו המשך התוואי של שביל ישראל, ולאחר כ-2.2 ק"מ בעיקול שמאלה של תוואי השביל מגיעים לעלייה קצרה. לאחר העלייה ממשיכים בסימון האדום עוד כ-260 מ' ומתחברים להליכה בתוך נחל צופר.

בנחל צופר הולכים כ-3.5 ק"מ בסימון האדום ומגיעים לפיצול שבילים: אדום וירוק. בפיצול, הסימון הירוק לוקח להר נשפה ולנחל עשוש, אך תוואי שביל ישראל ממשיך בהליכה ישר בסימון האדום בדרך 4X4. אחרי הפיצול הולכים כ-5 ק"מ בדרך 4X4 במגמות של עליות וירידות קלות, עדיין בסימון אדום, כשבדרך חולפים על פני עץ שיטה משמאל בסטייה של כ-300 מ' מהשביל – מקום נחמד לעצירה.

מגיעים לפיצול שבילים: אדום וכחול. בפיצול ממשיכים ללכת ישר בסימון האדום ולאחר כמה עשרות מטרים מגיעים שוב לפיצול שבילים: אדום וירוק. בפיצול פונים שמאלה ועולים על הסימון הירוק בדרך לחניון הלילה נחל ברק. על הסימון הירוק הולכים כ-2.7 ק"מ בדרך 4X4 נוחה ומגיעים לפיצול שבילים בסימון ירוק וכחול ולחניון הלילה נחל ברק, שם ניתן לסיים את יום הטיול.

לינה באזור: בנקודת המפגש בין שביל ישראל (האדום) לבין השביל הכחול, ישנו חניון לילה נוח ונעים ללינה. כאן יסתיים מסלולנו.

מסלול 2: מנתיב הל"ה לבית גוברין - הליכה על שביל ישראל



מערות בבית גוברין, צילום: הרווי ספיר, מתוך אתר פיקיוויקי

הערה כללית לטיול זה:

בפירוט הימים מופיעים המלצות בכל הנוגע לשימוש בטרק או גילגולן עבור חניכים המוגבלים בתנועה. עם זאת, מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים כמפגעים שנגרמו בעקבות מזג אוויר או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.

יום 1: מנתיב הל"ה עד מצפה משואה



אורך מסלול

13 ק"מ



נקודת סיום

מצפה משואה



נקודת התחלה

כביש הגישה לנתיב הל"ה – כ-4 ק"מ
מזרחית לצומת האלה על כביש 375

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: מרבית הדרך עוברת בשבילים רחבים ולכן הדרך עבירה. ישנם מעברים פחות מסומנים בתחילת המקטע, אשר דורשים מעבר בתוך שדות ולכן מומלץ לבחון את מצב השטח לקראת מועד הטיול ולהחליט האם המסלול עביר מספיק. ישנו מעבר מתחת לכביש הדורש להתכופף. העלייה לתל עזקה אפשרית. לאחר תל עזקה הדרך בפארק בריטניה ממשיכה בדרכי עפר נוחות. השביל העולה לגבעת משואה עביר, אך מדובר בעלייה תלולה, הדורשת מאמץ רב עם טרקר/גילגולון. יש לשקול מה מתאים עבור החניכים. ניתן לעלות מקטע זה גם דרך הכביש בכל כלי רכב, עד לגבעת משואה.

לקויות ראייה: יש לשים לב בעיקר בתחילת המקטע, כאשר הדרך פחות ברורה ורחבה, בעיקר למעבר הכבישים ולוודא שיש לחניך מלווה בקטעים אלו. יש לערוך הכנה לגבי מעבר הכבישים. כמו כן, יש לעדכן את החניך שקיימות מספר מערות עתיקות בתוואי הדרך, רובן אמנם חסומות, אך יש לשים לב לכך.

לקויות רגשיות ולקויות תקשורת: יש לקיים הכנה לגבי הליכה בסמוך לכבישים במספר נקודות ביום וכן לגבי מעבר בסמוך למערות עתיקות. יש לוודא שאף אחד מהחניכים הללו לא מתרחק מהקבוצה, כדי להימנע מהסכנה הכרוכה בנפילה לאחת המערות.

תיאור המסלול

מתחילים את היום בקיבוץ נתיב הל"ה. מנסים לעבור בשער האחורי של הקיבוץ ולהתחבר לתוואי שביל ישראל. אם השער נעול, אפשר לצאת מהשער המערבי של הקיבוץ באזור המפעלים ולהתחבר משם לתוואי שביל ישראל. מהיציאה מהשער האחורי של הקיבוץ עולים כ-400 מ' בשביל לא מסומן, בין כרמים, ומגיעים לתוואי שביל ישראל בפיצול שבילים. בפיצול פונים שמאלה וממשיכים בהליכה בסימון שביל ישראל. לאחר כ-3 ק"מ מהעלייה לתוואי השביל, בהליכה הכרוכה בעליות וברידות,

מגיעים לאוכף ולפיצול שבילים לא מסומנים. מהאוכף ומפיצול השבילים ממשיכים בהליכה ישר בסימון שביל ישראל בלבד, במגמת ירידה קלה ולאחר כ-520 מ' מגיעים לפיצול שבילים בסימון שביל ישראל. בסימון ירוק בפיצול ממשיכים ישר בתוואי הליכה בנחל בסימון שביל ישראל בלבד ולאחר כ-2 ק"מ, במגמת ירידה קלה, מגיעים לפיצול שבילים בסימון שביל ישראל ושביל לא מסומן. בפיצול פונים שמאלה בסימון שביל ישראל ולאחר הליכה של כ-610 מ' מגיעים לכביש 38. בהגעה לכביש, חוצים אותו בזהירות (ניתן לחצות מתחת לכביש) וממשיכים ללכת אחרי חציית הכביש עדיין בסימון שביל ישראל. משביל ישראל יוצא סימון שבילים שחור אשר ממשיך לתל עזקה, מקום הקרב ההיסטורי של דוד וגוליית. במקום תצפית יפה על עמק האלה. ניתן לסטות מהשביל ולחזור אליו אחר כך דרך הליכה בסימון השחור עד שמתחברים חזרה לשביל ישראל. עוברים בחורבת שקלון. מהחורבה מתחילים בירידה בינונית שאורכת כ-560 מ' ומגיעים לפיצול שבילים בסימון שביל ישראל אדום וירוק ולספסלים במקום. בפיצול פונים שמאלה ועולים על הסימון הירוק. כך ממשיכים ללכת על הסימון הירוק כ-470 מ' ומגיעים לכביש 353. בהגעה לכביש חוצים אותו בזהירות ומיד לאחר החצייה מתחברים לסימון שביל ישראל בלבד, במגמת ירידה בינונית שאורכת כ-300 מ' ובסופה פונים שמאלה בהליכה בתוך תוואי נחל בשביל עפר צר כ-720 מ' ומגיעים לכביש כניסה לפארק בריטניה מימין. לאחר מעבר הכביש, נראה את הכניסה לפארק, כשמשמאל היישובים שריגים ולי און. מתחברים ועולים על סימון שחור והולכים בו כ-440 מ' במגמת עלייה בינונית ומגיעים לפיצול שבילים שחור וכחול. בפיצול ממשיכים ישר בסימון השחור ולאחר כ-870 מ' מגיעים לחציית כביש הגישה למצפה משואה. חוצים את האספלט, כשמימין מים לשתייה, וממשיכים בסימון השחור. לאחר כ-430 מ' נוספים, במגמת עלייה בינונית, מגיעים למצפה משואה. במקום שירותים אקולוגיים, ברזי מים לשתייה ותצפית של 360 מעלות על כל האזור.

מקום לינה: מצפה משואה.

יום 2: ממצפה משואה לבית גוברין



אורך מסלול

תחנת הדלק בכניסה לבית גוברין על כביש 35 11 ק"מ



נקודת סיום



נקודת התחלה

מצפה משואה

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגיגולון: המסלול עביר, ברובו על שבילי עפר רחבים ונוחים.

לקויות ראייה, שמיעה ותקשורת: הכנה למעבר בסמוך לכביש לקראת סוף המקטע.

תיאור המסלול

ממצפה משואה ממשיכים על הסימון השחור עוד כ-150 מ' על כביש אספלט ומגיעים לפיצול שבילים בסימון שחור וירוק. בפיצול פונים שמאלה ועולים על הסימון הירוק, בסימון הירוק הולכים כ-2.5 ק"מ ומגיעים לפיצול שבילים בסימון ירוק וכחול. בפיצול ממשיכים ישר בסימון הירוק ולאחר כ-100 מ' נוספים מגיעים לחורבת צורה. לאחר החורבה ממשיכים בסימון הירוק עוד כ-1.3 ק"מ ומגיעים לפיצול שבילים בסימון ירוק ושביל ישראל בלבד. בפיצול פונים ימינה ועולים על סימון שביל ישראל בלבד, שבו הולכים רק כ-330 מ' ומגיעים לפיצול שבילים שבו חוזרים ללכת על הסימון הירוק. מהחזרה לסימון הירוק הולכים כ-460 מ' ומגיעים לראש תל גודד, שם נמצאות מערות קבורה רבות ותצפית לכיוון מערב. לאחר התצפית מתחילים בירידה בינונית מראש התל, בסימון ירוק, שאורכת כ-780 מ'. בסוף הירידה מגיעים לפיצול שבילים בסימון ירוק ושביל ישראל. בפיצול פונים ימינה ועולים על סימון שביל ישראל בלבד, לאחר פיצול השבילים הולכים כ-910 מ' ומגיעים למעבר בקר להולכי רגל. עוברים את מעבר הבקר וממשיכים בסימון שביל ישראל. לאחר כ-1.7 ק"מ מגיעים לפיצול שבילים בסימון שביל ישראל בלבד ושביל לא מסומן. בפיצול פונים ימינה, כשמשמאל קיבוץ בית גוברין, אך השער האחורי נעול ולכן ממשיכים בתוואי שביל ישראל. לאחר הפנייה ימינה בפיצול, הולכים עוד כ-1.3 ק"מ בסימון שביל ישראל בלבד בתוך פארק בריטניה ובסוף ה-1.3 ק"מ, מגיעים ליציאה מהפארק, לקבר שייח ולכביש אספלט. בהגעה לכביש האספלט פונים שמאלה והולכים לצד הכביש כ-900 מ', כשבדרך משמאל ליד צומת בית גוברין מסעדה ומכולת. מגיעים לצומת בית גוברין. בצומת יורדים מתוואי שביל ישראל בפנייה שמאלה כדי להגיע לסימון היום בקיבוץ בית גוברין. הולכים לצד כביש 35 בזהירות רבה ולאחר כ-400 מ' מהצומת (כשמשמאל האמפיתיאטרון) מגיעים לצומת עם כביש

הגישה לקיבוץ. בצומת פונים שמאלה ולאחר כ-200 מ' נוספים בהליכה על כביש הגישה לקיבוץ מגיעים לשער הקיבוץ, שם מסתיים היום.

מסלול 3: טיול מים אל ים



נחל עמוד, צילום: אורן פלס, מתוך אתר פיקיוויקי

הערה כללית לטיול זה:

בפירוט הימים מופיעות המלצות בכל הנוגע לשימוש בטרקר או בגילגולון עבור חניכים המוגבלים בתנועה. עם זאת, מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים כמפגעים שנגרמו בעקבות מזג האוויר או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.

יום 1: נחל כזיב תחתון - מאנדרטת יד לי"ד ועד חניון גורן



אורך מסלול

13 ק"מ



נקודת סיום

חניון גורן



נקודת התחלה

אנדרטת יד לי"ד

התאמה ללקויות

משתמשים בטרק או בגילגולון: המסלול עביר, יש דרך 4X4, המסומנת בירוק ומקבילה למסלול העובר בתוך הנחל. הנקודה המאתגרת היא העלייה מדרך זו לחניון גורן. השביל עביר, אך מדובר בעלייה קשה גם למיטיבי לכת. המאמץ עם הטרק הוא גדול מאוד, לכן יש לשקול מה מתאים עבור החניכים. במקום זאת, ניתן לאחד את היומיים הראשונים וללכת יום אחד של מסלול המתחיל בעין חרדלית ומסתיים בעין זיו (במקרה כזה, מומלץ להקפיץ ברכב את החניכים המתקשים עד לחניון של עין חרדלית ומשם שיחלו את ההליכה עד לעין זיו). אם רוצים ללכת לצד המים - יש לקחת בחשבון כי מדובר במעברי מים רבים ובהליכה בתוך המים, אשר איננה מאפשרת יציבות רבה. העדיפות במקרה זה היא להליכה בשביל הרכב המקביל לנחל.

לקויות ראייה: יש לשים לב למעברים בתוך הנחל, ישנם הרבה סלעים ואזורי סבך, ועל כן יש גם לקחת בחשבון את הזמנים. ניתן להיעזר ולקצר בדרך 4X4 המקבילה. חובה להצמיד מלווה לחניכים עם לקויות ראייה בעת חציית המים וכן להכין אותם לכך מראש.

לקויות שמיעה: בשל הקרבה למים, יש להכינם מראש ולחשוב איך למנוע הרטבה של מכשיר השמיעה.

תיאור המסלול

המסלול מתחיל בגשר שמעל נחל כזיב, סמוך לשמורת אכזיב. מנקודה זו ועד אזור עבדון אין סימון מסודר, ולכן כדאי להיעזר בסיפור הדרך. בסמוך לשפך הנחל נמצא תל אכזיב. ממשיכים עם נחל כזיב מזרחה כ-100 מ', עד שמגיעים לגשר מסילת הרכבת שעובר מעליו. במקום נמצאת אנדרטת יד לי"ד. מאתר ההנצחה ממשיכים מזרחה בדרך העפר שמדרום לנחל, בין מטעים. לאחר כ-5 ק"מ מגיעה הדרך למפגש עם כביש 70, בסמוך לצומת מנות. מהצומת ממשיכים לאורך הכביש מזרחה לעבר עבדון. לאחר כמה מאות מטרים ישנה פנייה ימינה לעבר מנות, אך אנו נמשיך ללכת עם הכביש השמאלי לעבר עבדון.

לאחר כ-1.5 ק"מ יוצאת מכביש הגישה ליישוב עבדון דרך עפר בסימון שבילים ירוק. נפנה ימינה אל הדרך, ולאחר כ-1.5 ק"מ נוספים נגיע לעין חרדלית, שם נמצאת תחנת שאיבה של מקורות. מעט לאחריה נמצא שער שמונע כניסת רכבים לנחל כזיב. אנו נמשיך עם השביל במעלה נחל כזיב בסימון שבילים ירוק. השביל הירוק עולה בנחל כזיב, תוך שהוא עובר בצמחיית החורש. באזור זה יש צורך להחליף לסנדלים כדי לחצות את הנחל. בדרך נעבור על פני כמה טחנות קמח עתיקות. לאחר כ-5 ק"מ נגיע למפגש שבילים עם שביל אדום העולה שמאלה לפארק גורן. עולים בשביל זה כ-500 מ' (העלייה היא כ-150 מ') ובפארק גורן ישנים בלילה.

אם ממשיכים לעין זיו - המשך תיאור המסלול ביום הבא.

יום 2: נחל כזיב עליון - מחניון גורן לאבירים



אורך מסלול

8 ק"מ



נקודת סיום

אבירים



נקודת התחלה

חניון גורן

התאמה ללקויות:

משתמשים בטרקר או בגילגולון: הדרך היורדת מחניון גורן **מאוד** תלולה ועלולה להוות מעמסה על המלווים, יש לבחון את מידת ההתאמה לחניכים. העלייה לאבירים בסימון השחור לא מתאימה. **יש לוודא שהשער על יד עין זיו פתוח**, ומשם לבצע הקפצה לחניון לילה. כדי לחסוך את העלייה והירידה התלולה מחניון גורן, ניתן לאחד את היומיים הראשונים, וללכת יום אחד של מסלול המתחיל בעין חרדלית ומסתיים בעין זיו. במקרה שהשער סגור - ניתן להתקשר לפקח האזורי של רשות הטבע והגנים ולתאם אתו את פתיחת השער בשל המקרה המיוחד.

לקויות ראייה: יש לשים לב לירידה תלולה, למעברים בתוך הנחל, שם ישנם הרבה סלעים ואזורי סבך ועל כן יש גם לקחת בחשבון את הזמנים. ניתן להיעזר ולקצר בדרך 4X4 המקבילה. לפני הכניסה לניקבה יש להזהיר כי מדובר בהליכה בחושך גמור.

לקויות רגשיות ולקויות תקשורת: חשוב להסביר את מבנה הניקבה טרם הכניסה אליה וכי לא ניתן להסתובב באמצע. מומלץ לחכות שכל החניכים האחרים יכנסו לניקבה ואז להיכנס רק מלווה עם החניך עם המוגבלות כדי לאפשר יציאה בכל רגע.

תיאור המסלול

יש לרדת חזרה מחניון גורן אל הנחל. כאשר מתחברים מחדש עם שביל ההליכה הירוק הולכים כ-3 ק"מ (ממשיכים את ההליכה של היום הראשון לכיוון מזרח) עד שמגיעים לעין טמיר. בחלק הדרומי של הנחל ישנה ניקבה שנחצבה בעבר כדי להגביר את ספיקת המעיין ועומקה 10 מ'. הכניסה אליה צרה, אבל בהמשך מתרחבת. בסוף הניקבה מגיעים למבוי סתום וחוזרים בחזרה לפתח. בשל החושך בתוך הניקבה יש להצטייד בפנס. מעין טמיר נמשיך בנחל כ-2 ק"מ נוספים, עד שנפגוש שביל בסימון שחור, שעולה לכיוון אבירים. השביל מטפס כ-3 ק"מ לכביש הגישה לאבירים. העלייה במסלול השחור לאבירים תלולה וקשה להליכה. בשל כך, ניתנת אפשרות נוספת, אשר אינה קצרה יותר, אך תואי ההליכה בה נוח יותר

אפשרות 2: במקום לעלות במסלול השחור לכיוון אבירים ממשיכים עם השביל הירוק עד עין זיו ומתקן מקורות. בנקודה זו נגמר סימון השבילים הירוק ולפינוי שער נעול. יש לדבר עם הפקח המקומי, ולתאר את מגבלות הקבוצה/החניכים ולבקש שיפתח את השער כדי שהאוטובוס יוכל לאסוף מנקודה זו. אורך המסלול: כ-8 ק"מ.

אפשרות 3: עלייה במסלול הכחול לחניון זיתים ושם להתחבר לדרך המסומנת בסימון שבילים שחור. לפנות בסימון השחור ימינה – לכיוון מזרח, ללכת על הדרך השחורה כמה מאות מטרים, ומעט אחרי שהדרך פונה צפונה, פוגשים סימון שבילים אדום. ממשיכים על הדרך המסומנת בסימון האדום, לכיוון מזרח, זו מגיעה עד אבירים. מחניון זיתים ישנה הליכה של כ-5 ק"מ.

אפשרות לינה: ליד היישוב אבירים ישנו חניון לילה לא מוסדר בצמוד לכביש הגישה ליישוב.



נחל כזיב בין עין זיו לעין טמיר, צילום: יהודית קירשבאום, מתוך אתר פיקיויקי

יום 3: גליל עליון מרכזי - מאבירים לחרבת חומימה



אורך מסלול

19 ק"מ



נקודת סיום

חרבת חומימה (חממה)



נקודת התחלה

אבירים

התאמה ללקויות:

משתמשים בטרקר או בגלגולון: עביר עד הצומת הפונה לאלקוש, הדרך מכילה עליות ומורדות ולכן יש לקחת בחשבון את הזמנים. הדרך הממשיכה מאלקוש לחרבת חממה, הליכה סבוכה, עם סלעים גדולים, לא עביר ולא מומלץ.

לקויות ראייה: יש לשים לב במיוחד במקטע שבין אלקוש לחרבת חממה, הליכה בין סלעים, צמחייה סבוכה ובריכות. כמו כן, המסלול מוצל מאוד, דבר היכול לייצר קושי נוסף. המסלול ארוך ויש להתחשב בחישוב הזמנים ולבחון המשך במקטע זה.

לקויות רגשיות ולקויות תקשורת: ההליכה מאלקוש לחרבת חממה היא בשביל צר בתוך חורש סבוך. יש לערוך לכך הכנה ולוודא כי מצב זה אינו גורם ללחצים מיותרים.

סרבול פיזי: קטע הליכה זה עלול להיות מורכב בשל מעברי הסלעים הרבים וההליכה מאבן לאבן בתוך מסלול צר.

אפשרויות לקיצור המסלול:

אפשרות 1: בצומת הפונה לאלקוש, אורך המסלול כ-10 ק"מ. בהחלט כדאי לשקול פיצול של חלק זה ליומיים, כך שחניכים עם מוגבלות יוכלו לטייל יותר בנחת ולקחת חלק ביום שלם של הטיול עד לאלקוש.

תיאור המסלול

בבוקר למחרת נשוב לנקודה שבה סיימנו את העלייה בשביל השחור. סמוך לנקודה זו יוצא מהכביש שביל עפר בסימון שבילים אדום. השביל מוביל צפונה לגשר אלקוש, לאורך כ-10 ק"מ. אנו נלך בשביל כ-1 ק"מ ונגיע לפנייה ימינה לשביל בסימון ירוק, שפונה מזרחה לכיוון הכפר פסוטה. השביל הירוק סומן רק בשנת 2011 ולכן לא נמצא ברוב מפות סימון השבילים. עם זאת, בטוח ללכת בו.

שימו לב: בסימון הירוק ישנה חסימה מסוכנת של המסלול עם גדר חשמלית מעליה, כדי שהפרות לא יצאו משטח המרעה שלהם. יש להיזהר מהתחשמלות בעת המעבר מעליה ויש להזהיר במיוחד חניכים עם לקויות ראייה או עם מורכבויות רגשיות ותקשורתיות.

במידת הצורך, ניתן להגיע לנקודת החיבור לשביל הירוק בכניסה לפסוטה על ידי הליכה זהירה לצד כביש מספר 8925, המוביל מאבירים לפסוטה.

מהכפר פסוטה השביל חוצה דרומה את כביש הגישה לאבירים, ויורד לעבר נחל זוזית. לאחר כ-1.5 ק"מ השביל חותך מזרחה בדרכי עפר לעבר חורבת מורגות. משם השביל יורד בדרך עפר לכיוון גשר אלקוש.

השביל הירוק עובר מתחת לגשר וממשיך במעלה נחל כזיב. באזור זה נקרא נחל כזיב בערבית נחל חביז. השביל עובר ליד מספר מעיינות, בהם עין רטט, עין טבעת ועין זבול.

מעין זבול ממשיך השביל עוד כ-1 ק"מ, עד שהוא מגיע לעין חותם, המהווה את העליון מבין חמשת מעיינותיו של נחל חביס. תעלה יפה מובילה את המים לבריכה קטנה בעומק של 60 ס"מ, המזרימה את המים לשוקת ומשמשת את עדרי הצאן. ליד השוקת העכשווית נמצאת שוקת עתיקה יותר. המים שלא נעשה בהם שימוש ניגרים לנחל עצמו, שבו צומחת שדרת עצי צפצפה מרשימים ומרהיבים. הצפצפות, הנקראות בערבית "אל-חורה", העניקו לאזור את שמו בערבית. ניתן לראות כי בין הצפצפות למעיין ישנו משטח גדול, שבעבר שימש כנראה לשימושים חקלאיים. אם התמזל מזלכם, תמצאו את המעיין נקי וללא אנשים רבים. זוהי פינת גן עדן של ממש.

מעין חותם ממשיכים בשביל הירוק כמעט 2 ק"מ, עד שמגיעים לדרך עפר/כביש בסימון שבילים שחור. נחצה את הדרך, המחברת בין בית ג'אן לחורפיש, ונעלה כ-3 ק"מ נוספים לעבר חרבת חממה. את העלייה ניתן לעשות הן בנחל נריה בסימון שבילים אדום, או להמשיך בסימון הירוק בנחל מורן. שניהם יפים, ולכן הבחירה בידכם. בסוף העלייה מגיעים לגבולו של בית ספר שדה הר מירון, שסמוך אליו נמצאת [חרבת חממה](#).

אפשרויות לינה: חרבת חומימה, חניון לילה ללא תשלום או לינה בבית ספר שדה הר מירון.

יום 4: הר מירון - מחרבת חומימה ועד חניון הפיתול



אורך מסלול

10 ק"מ



נקודת סיום

חניון הפיתול²



נקודת התחלה

חרבת חומימה

התאמה ללקויות:

משתמשים בטרקר או בגילגולון: לא מומלץ במסלול זה. ניתן לפגוש את הקבוצה בתחילתו של שביל הפסגה וללכת איתם את כל המסלול המעגלי ואז להיפרד מהקבוצה ולפגוש אותה שוב בחניון הפיתול.

לקויות ראייה: התוואי עביר, אך יש לשים לב להליכה בין סלעים גדולים, צמחייה סבוכה ופירים במהלך הדרך. החלק הראשון של המסלול דורש הליכה בסבך צפוף המצמצם עוד יותר את יכולת הראייה. יש להיזהר ולסייע לחניכים במעבר בדרך זו.

סרבול פיזי: ההליכה במרבית הדרך אינה מומלצת משום שנדרשת הליכה רבה על סלעים, בשיפועים לא נוחים. ההליכה בשביל הפסגה אפשרית ונוחה מאוד.

תיאור המסלול

מחרבת חממה מתחילים עלייה לא קלה של כ-2.5 ק"מ לעבר פסגת הר מירון. השביל השחור יוצא מחרבת חממה במסלול יפה, שלרוב מוצל. מחרבת חממה ועד סוף המסלול נצעד למעשה במסלול של שביל ישראל, המסומן בסימון לבן-כחול-כתום.

בסמוך לפסגת ההר נפגוש שביל אדום עם אפשרות לפנות ימינה או שמאלה. אנו ממשיך עם שביל ישראל שמאלה, אל מסלול נוח המקיף את חלקה הצפוני של פסגת הר מירון. בדרך נפגוש שפע תצפיות מרהיבות לנוף הגליל העליון. מפסגת ההר ממשיך שביל ישראל לרדת לכיוון הכנרת. השביל, שצבעו כחול, יוצא מאזור החורשה, שבה שולחנות קק"ל, ליד מגרש החניה של מסלול הפסגה. לאחר כ-0.5 ק"מ מגיע השביל בסמוך לחרבת ב"ק.

² חניון הפיתול נקרא גם חניון מירון, חניון שמע או חניון בר-יוחאי. נמצא צמוד לפיתול הכביש 866, כ-1.5 ק"מ דרומית לצומת מירון.

מאזור חרבת ב"ק יורד השביל, שצבעו מתחלף לירוק, לעבר חרבת זבד. בדרכנו נעבור על פני הוטה: בור או מערה, שנוצרו בעקבות חלחול המים בסלע הגיר.

השביל ממשיך לרדת ועובר בין בוסתני החקלאים של בית ג'אן. בנקודה מסוימת שביל ישראל מתפצל מהשביל הירוק, ואנו נמשיך עם סימון שביל ישראל החולף ליד אנדרטה לזכר חייל צה"ל סלאח קאסם, שנפל בהיתקלות עם מחבלים בדרום לבנון בשנת 1992. לאחר הליכה קצרה נוספת נגיע לעין זבד, שבו יש תצפית צפונה ומערבה. מהמעין נמשיך בסימון שביל ישראל היורד דרך נחל סוד וכיסא אליהו, לעבר חרבת שמע.

חרבת שמע, המזוהה עם הכפר תקוע היהודי מתקופת המשנה, הייתה כפר צפוף שהתפתח מפרבר של היישוב מירון. במקום אפשר לראות את בית הכנסת העתיק שנהרס פעמיים ברעידות אדמה (בשנים 306 ו-418 לספירה), מקוואות, רובעי מלאכה, קברים ואף מאוזוליאום שנמצא מעט מעל בית הכנסת. נקודת עניין נוספת היא כיסא אליהו – סלע בצורת עמוד הבולט בשטח בין חרבת שמע ועין זבד. בסמוך לחרבת שמע נמצא [חניון הפיתול](#) (חניון שמע), על שם הפיתול בכביש 89 שסמוך אליו. בחניון יש ברז מים. הליכה קצרה מהקצה המערבי של החניון בשביל השחור תביא אתכם לקברו של רבי שמעון בר יוחאי.

מקום לינה: חניון הפיתול.

יום 5: נחל עמוד עליון ונחל עמוד תיכון - מחניון הפיתול לכביש 85



אורך מסלול

13 ק"מ



נקודת סיום

כביש 85



נקודת התחלה

חניון הפיתול

אפשרות קיצור המסלול: עלייה תלולה לעין כובס - אורך המסלול כ-7.5 ק"מ.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגלגולון: המסלול לא עביר ולא מומלץ.

לקויות ראייה: התוואי עד בריכות שכווי נח. ההליכה בנחל עמוד אמצעי (מבריכות שכווי לכביש 85) אינה מומלצת, מסלול קשה, המיועד למיטיבי לכת וכולל הרבה מעברים ביתדות. מומלץ במקרה כזה ללכת יחד עם הקבוצה מחניון הפיתול ועד לבריכות שכווי ומשם לעזוב את הקבוצה ולעלות חזרה לחניון נחל עמוד. משם ניתן לערוך הקפצה עד לנקודת המפגש עם הקבוצה בסיום היום. יש לקחת בחשבון, כי העלייה לחניון נחל עמוד תלולה ועלולה לקחת זמן מה. חלקים ממנה צרים יותר ודורשים תמיכת מלווה.

לקויות נפשיות ולקויות תקשורת: בחלקו המרכזי והתחתון של הנחל ישנם מעברים עם יתדות. דבר זה עשוי לעורר חששות/פחדים, יש לבחון את מידת ההתאמה לחניכים ולהכינם לכך מראש.

חניכים עם לקויות שמיעה: ישנה אפשרות לטבול במים במהלך הדרך ולכן יש לחשוב איך מונעים הרטבה של מכשירי השמיעה.

סרבול פיזי: ההליכה עד לעיינות שכווי אפשרית, אך דורשת ליווי של אדם לצידם בשל הליכה על אבנים בדרך לא מסודרת. מעיינות שכווי - ההליכה אינה מומלצת.

הערה כללית: הלינה בסיום יום זה היא בסמוך לכביש ראשי מאוד. יש להכין לכך את החניכים ולוודא שכולם נמצאים כל הזמן. במקרה של חניכים עם לקויות תקשורת או לקויות רגשיות - חשוב לקחת בחשבון שמפגש עם הכביש עלול להוות נקודת משבר ורצון לחזור הביתה. כמו כן, יש רעש במקום.

תיאור המסלול

מחניון הפיתול נמשיך עם הסימון השחור לעבר נחל מירון. הדרך עוברת במעבר מים מתחת לכביש, כדי להימנע מהסיכון שבחציית הכביש הסואן. השביל השחור ממשיך בנחל מירון, בקטע יפה

שבחורף ובאביב זורמים בו מים. לאחר כ-2.5 ק"מ הוא מגיע לעין יקים, שסמוך אליו נמצאת הכניסה לשמורה הטבע נחל עמוד. ההליכה בחלק זה של השמורה היא בתשלום.

בסמוך לעין יקים תפגשו טחנת קמח המופעלת באמצעות כוח המים, אשר פעלה עד לתחילת המאה ה-20. מאזור הטחנה השביל מתפצל וניתן ללכת בצד ימין או שמאל של האפיק, אך לבסוף שני השבילים מגיעים לבריכות שכווי.

נמשיך עם הנחל מזרחה ולאורכו נפגוש בוסתנים יפים, שבעבר השתייכו לערביי הסביבה. הבוסתנים מושקים מתעלות מי הנחל ומבריכות בטון ומתחזקים על ידי אנשי רשות הטבע והגנים. כמו כן, נחלוף על פני המבטשה – בית מלאכה לעיבוד צמר, מלאכה שבה עסקו יהודי צפת.

אחרי כ-1.5 ק"מ מגיעים לבריכות שכווי, מקום המפגש בין שני הנחלים. כאן אפשר לנוח, להתרחץ במים וליהנות מצל עצי הדולב המזרחי הענקיים. מבריכות שכווי ממשיכים דרומה עם הסימון השחור כ-2.5 ק"מ עד למפגש עם שביל כחול, שעולה בעלייה תלולה לעין כובס (עבור חניכים שאינם יכולים להמשיך במסלול נחל עמוד תיכון שהוא מאתגר יותר, ניתן לעלות לעין כובס, ומשם לנסוע לסיור בצפת או לחילופין ליהנות מאזור המעיין).

נחל עמוד אמצעי: אם בוחרים להמשיך במסלול, ממשיכים עם הסימון השחור ושביל ישראל, להמשיך ההליכה בנחל עמוד. בנקודה זו המים הולכים ומתמעטים, והצל מידלדל גם הוא. ההליכה כאן אינה פשוטה והיא עולה ויורדת בין הסלעים לגדת הנחל. כ-1 ק"מ במורד הנחל נפגוש שביל כחול העולה אל מצפה הימים, וכ-200 מ' ממנו נפגוש את עין סתר, שבו ייתכן זרזיף מים קטן. מעין סתר ממשיך השביל מהלך של כ-5 ק"מ על תוואי שביל ישראל, עד למפגש עם כביש 85. יש לשים לב, שממש לפני הכביש השביל עולה שמאלה - מזרחה, בדרך עפר, ומגיע לנקודת חציית הכביש יחד עם הסימון הכחול אשר מגיע מנחל עכברה. בנקודה זו ישנו מפרץ למכוניות ולאוטובוסים. ניתן לישון כאן, ללא חניון מוסדר.

יום 6: נחל עמוד תחתון - מכביש 85 ועד חופי הכנרת



אורך מסלול

5.5 ק"מ



נקודת סיום

כביש 85, מעבר לנחל עמוד תחתון חופי הכנרת



נקודת התחלה

אפשרות לקיצור המסלול: סיום על כביש חוקוק, ליד ה"עמוד", אורך המסלול: 5.5 ק"מ.

התאמה ללקויות:

משתמשים בטרקור או בגיגולון: מכביש 85 עד כביש הגישה לחוקוק 8077 לא מומלץ. ניתן להגיע למקטע של סוף המסלול מכביש הגישה לחוקוק, ליד ה"עמוד" עד חוף הכנרת, דרך העוברת בשביל ג'פים.

לקויות ראייה: המסלול בנחל עמוד תחתון כולל הליכה בין סלעים ומים.

סרבול פיזי: יש לקחת בחשבון כי הדרך עוברת בין סלעים, בתוואי שאיננו נוח להליכה. לא מומלץ לחניכים עם סרבול פיזי. במקרה זה, מומלץ להגיע לכביש הגישה לקיבוץ חוקוק ולחבור לקבוצה.

תיאור המסלול

לאחר חציית מעביר המים, אנו נמצאים רשמית בחלקו התחתון של נחל עמוד. גם ביום זה אנו הולכים לאורך המסלול השחור ושביל ישראל. לאחר כ-3.5 ק"מ נגיע למקום שבו חוצה מוביל המים הארצי את נחל עמוד. חציית הנחל נעשית בסיפון ענק המנצל את חוק הכלים השלובים, כדי להעביר את המים מערבה מבלי לעשות שימוש במשאבות.

בחודשי החורף והאביב ייתכן שהשביל יעבור בסבך יפה, עם מים זורמים שנאלץ לחצות מפעם לפעם. מהסיפון השביל ממשיך מהלך של כ-2 ק"מ עד למפגש עם הכביש המוביל לחוקוק (כביש 8077). בדרך אפשר לראות מספר מערות בגדת הנחל, בהן מערת שובך ומערת העמוד. העמוד שעל שמו הנחל נמצא בסמוך למפגש עם הכביש. לאחר חציית הכביש, ממשיך השביל בדרך עפר המסומנת בסימון שביל ישראל וסימון שחור עוד כ-1.5 ק"מ עד הכניסה לבקעת גינוסר. שם ישנו פיצול שבילים: שביל ישראל ממשיך דרומה, לכיוון היישוב מגדל, ואילו הדרך השחורה ממשיכה מזרחה, חוצה את כביש 90 ומגיעה צפונית לקיבוץ גינוסר. הליכה זו נמשכת כ-2.5 ק"מ.

לינה: ניתן לישון בחוף כרי דשא או בחוף חוקוק - הגעה רגלית אינה בתשלום.

מסלול 4: מקיבוץ דן לנחל דיסון



נחל שניר, צילום איריס לוי, מתוך אתר פיקיוקי

הערות כלליות

1. מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים תלויי מזג אוויר או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.
2. המסלול המוצג כאן מחולק לשלושה מקטעים, כפי שמומלץ, אך יש אפשרות לשנות מעט את נקודות ההתחלה והסיום, בהתאם לנקודות הלינה. מומלץ לבדוק לגבי אפשרויות לינה בקיבוצים ובמושבים הסמוכים, או לעשות בדיקה מוקדמת כדי לוודא שאתרי הלינה האפשריים מתאימים לכמות החניכים שאתם יוצאים איתם לשטח.

יום 1: מקיבוץ דן לכפר גלעדי



אורך מסלול

14 ק"מ



נקודת סיום

הארי השואג - כפר גלעדי



נקודת התחלה

בית אוסישקין, קיבוץ דן

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, למעט המקטע העובר בתוך נחל שניר עצמו (יש בתחילת השמורה, לפני הכניסה לנחל, אזור נגיש לכיסאות גלגלים. חניכים שלא מתאימה להם ההליכה בנחל שניר יכולים לשהות באזור זה ולהצטרף בסוף מקטע זה (בכביש 99). בדרך מנחל דן לשמורת שניר עוברים מעל שער ברזל ששייך לצה"ל. לשם נגישות המסלול יש לבדוק האם קיימת אפשרות שיפתחו את השביל עבור קבוצה שבה יש חניך עם מוגבלות. יתר המסלול נוח. לקראת סוף היום ישנה עלייה קצרה ויחסית מתונה מכביש 90 לאנדרטת האריה השואג.

לקויות ראייה: יש לנקוט אמצעי זהירות במקטע הליכה בנחל שניר, הכולל הליכה בתוך מים, על אבנים חלקות וסבך. יתר המסלול עובר בתוואי נוח.

לקויות תקשורת או בעיות חרדה: יש לערוך הכנה ברורה לגבי אופי המסלול - הליכה בחלקו במים סוחפים, על אבנים מחליקות. חובה להצמיד לחניכים אלה שילך לצידם ליתר ביטחון.

לקויות שמיעה: חשוב להזהיר מראש לגבי האפשרות שמכשיר השמיעה ירטב ולראות האם החניך בוחר להשתמש בו בכל מקרה. בשל רעש המים במסלול, יש לקחת בחשבון שחניכים עם לקויות שמיעה עלולים להתקשות יותר בהבנת הוראות ובשיח.

הערה כללית: המסלול כולל הליכה לצדי כבישים וחצייתם. יש להיערך מראש לפני כל חציית כביש וליידע את הקבוצה על כך לפחות כ-100 מ' טרם המפגש עם הכביש. במקרה של חניכים עם מוגבלויות - חשוב להצמיד איש צוות אשר ילך בקרבם בעת חציית הכביש, כדי למנוע מצבים מסוכנים.

תיאור המסלול

היום מתחיל במוזיאון אוסישקין, שבקיבוץ דן. עוברים בתל דן ובנחל, ממשיכים לשמורת נחל שניר ומשם בהליכה על שביל ישראל כל הדרך עד לאנדרטת האריה השואג בכפר גלעדי.

מתחילים את היום במוזיאון אוסישקין שבקיבוץ דן. מתחברים לסימון שביל ישראל בצדו הצפון-מזרחי של הקיבוץ, ליד פסל סביבתי ופינת ישיבה שבנו ילדי הקיבוץ עבור מטיילי שביל ישראל. יוצאים מהשער האחורי של הקיבוץ ולאחר כ-200 מ' מגיעים לצומת כבישים. פונים שמאלה ולאחר כ-500 מ' יורדים מהכביש בפנייה ימינה לדרך כורכר. ממשיכים כ-700 מ', ובדרך עוברים משמאלנו את תל דן. מהתל העתיק ממשיכים בשביל העוקף את התל, כשבדרך עוברים בשטח מרעה לפרות. לאחר כ-1.7 ק"מ מהתל מגיעים לנחל דן וחוצים אותו. ממשיכים כ-900 מ' נוספים ומגיעים ליציאה מהשמורה, כאן פונים שמאלה ומתחברים לכביש.

ממשיכים על הכביש ובדרך עוברים מעל שער ברזל ששייך לצה"ל (לשם נגישות המסלול יש לבדוק האם ישנה אפשרות שיפתחו את השביל עבור קבוצה שבה יש חניך שאינו יכול לעבור מעל הגדר). לאחר כ-1.4 ק"מ מגיעים לקופות של שמורת הטבע נחל שניר ונכנסים אל השמורה.

פונים שמאלה וממשיכים לאורך נחל שניר. מסלול ההליכה בנחל שניר עובר בתוך המים, אבנים מחליקות, מקטעים צרים וסבך. לאחר כ-1.8 ק"מ מגיעים לשער היציאה מהשמורה ולכביש 99. פונים ימינה וחוצים את נחל שניר על גשר שעובר במקביל לכביש ומגיעים לצומת בכביש. פונים ימינה וממשיכים לצד הכביש לכיוון קיבוץ מעיין ברוך כ-1.5 ק"מ, עד שמגיעים לשער הקיבוץ. פונים שמאלה, ממשיכים בצמוד לקיבוץ ולאחר כ-1.1 ק"מ, כשהקיבוץ כבר מאחורינו, מגיעים לכביש. פונים ימינה וממשיכים בצמוד לכביש, כשבדרך עוברים ליד כפר יובל ומעל נחל עיון.



לאחר כ-2.3 ק"מ מגיעים לצומת בכביש. פונים שמאלה ולאחר כמה עשרות מטרים מגיעים לצומת נוסף, הפעם עם כביש 90 ופונים אליו שמאלה.

ממשיכים לצד הכביש ולאחר כ-160 מ' חוצים אותו בזהירות ימינה ומתחילים בעלייה קלה לכיוון בית הקברות של כפר גלעדי. לאחר

כקילומטר בסימון שביל ישראל מגיעים לבית הקברות ולאנדרטת האריה השואג. ממשיכים כמה עשרות מטרים לכיוון צפון-מערב עד לשער קיבוץ כפר גלעדי, שבו מסתיים היום.

נקודות לינה אפשריות: לינה בתשלום בחורשת טל ובחניון מעין ברוך. ללינה לא מוסדרת - ניתן לבדוק אפשרות לינה בכפר גלעדי. אם מחליטים להאריך את היום אפשר לישון בחניון הגיאולוגי שקרוב לקריית שמונה.

יום 2: מכפר גלעדי למצודת כ"ח (נבי יושע)



אורך מסלול

18 ק"מ



נקודת סיום

מצודת נבי יושע



נקודת התחלה

כפר גלעדי

התאמה ללקויות

משתמשים בטרק או בגילגולון: המסלול עביר ברובו. רוב היום המסלול עובר על דרך רחבה ונוחה. ניתן לוותר על העלייה לשביל הגיאולוגי המסומן כחול (מספר השביל 2052) ולהמשיך על דרך הג'יפים הרחבה סימון שביל ירוק, דרומה. המקטע האחרון, שבו הולכים בנחל קדש, אינו מומלץ. ניתן לאסוף חניכים עם מוגבלות בכביש 886, בעזרת הקפצה קצרה אל מצודת כ"ח.

לקויות ראייה: תוואי ההליכה ברובו נוח, במקטע האחרון, שבו השביל הולך בתוך נחל קדש יש להזהיר מראש, שההליכה היא על אבנים חלקות, בולדרים גדולים וירידות או עליות סלע מורכבות, שבהן יש להצמיד מישהו שיכוון ויתאר את תוואי השטח המורכב. הליכה על דרך ג'יפים - יש להזהיר מראש, כי יש מצב שיעברו ג'יפים, כאשר מתקרב ג'יפ יש לידע את לקוי הראייה.

לקויות תקשורת או בעיות חרדה: לאורך היום יכולים להישמע רעשים חזקים ויש להכין את החניך לפני התקרבות אליהם לכביש ולמחצבת כפר גלעדי הנמצאת בקרבה. במעבר מתחת לרכבל עלול להיות רעש חזק ולא נעים. ההליכה בנחל קדש עלולה להיות מאתגרת למי שלוקה בפחד גבהים - ירידות במפלים יבשים ומדרגות סלע גבוהות. יש להכין את המשתתפים מראש וללוותם. נדרשת עזרה מנטלית ורגשית.

תיאור המסלול

רוב היום נלך על דרכי ג'יפים נוחות בחצי גובה המתלול של רכס רמים (הרי נפתלי). נתחיל את היום באנדרטת האריה השואג, נחזור אל הכביש העולה לכיוון מרגליות, כביש מספר 9977, נחצה את הכביש בצומת הפנייה אל כפר גלעדי והאריה השואג במעבר תת-קרקעי. נמשיך מזרחה מעט בשביל נוח המקביל לכביש. השביל מסודר, עם מדרגות, יורד דרומה לכיוון חצר "תל חי", שבה ניתן לבקר עם תיאור מראש. השביל עובר בגן הפסלים, שבו אמנים מפסלים ומשאירים את יצירותיהם בשטח, זהו סוג של מוזיאון פתוח. אנחנו יורדים ב"שביל הפצועים", שם צעדו פצועי חצר תל חי בדרך לקבלת סיוע רפואי בכפר גלעדי. לאחר כ- 300 מ' שביל ישראל פונה ימינה, מערבה, בחדות וחוזר ומטפס

מעט צפונה ומערבה. השביל ממשיך במגמת עלייה במקביל לכביש 9977. העלייה מתונה ובסופה מגיעים לשלט עץ הנושא את הכיתוב "גן הפסלים". מעט אחר כך מגיע השביל אל לוח הדרכה של שביל ישראל. מכאן יוצאת דרומה דרך נוף יפה וסלולה, המסומנת ירוק, שהייתה במקורה דרך אש, שנועדה לחצוץ בין שטחי היער הנטוע. ממשיכים לעלות וזוכים בתצפית מרשימה ממזרח - קריית שמונה, חלקו הצפוני של עמק החולה ומנגד הרי הגולן והחרמון. השביל ממשיך על גבי דרך הג'יפים הרחבה, עולה ויורד לסירוגין, אך שומר בערך על קו גובה באמצע המסלול.

במרחק כקילומטר מעלינו אפשר לראות את הבתים הקיצוניים של מושב מרגליות שעל הרכס. גם הנוף משתנה מעט. פרט לאלונים אפשר לראות כאן גם אורנים אשר צמרתם נוטה מזרחה. האורנים מסמנים, כי כאן מתחילה ירידה תלולה, אך לא ארוכה. בקצה הירידה – בוסתן קטן עזוב: כמה עצי זית ורימון אחד בין האלונים והאלות. השביל שב ופונה מערבה ומביא אותנו למזלג שבילים. אם עד עכשיו היה השביל עקבי בעניין הזה – בכל מזלג שבילים לקחנו את הימני, המערבי, שמסמן מגמת עלייה, כעת מורים השלטים אחרת: הימני אומר "לתחנות 7,9" והשמאלי מזמין דווקא "לתחנות 5,6". הפעם סימון השביל לוקח דווקא את המסעף השמאלי. המספרים מרמזים לנו שאנחנו קרובים למסלול הגיאולוגי בן 12 התחנות, שמתחיל מפאתי קריית שמונה תחתינו ומגיע כמעט עד מושב מרגליות שמעלינו.

שביל ישראל מתחבר אל סימון השבילים הכחול של המסלול הגיאולוגי ומתחיל לטפס בתלילות לכיוון קיבוץ מנרה. לאחר כמה מאות מטר מתחברים אל דרך ג'יפים לסימון שביל אדום ויורדים איתה דרומה כ-2 ק"מ עד שנחזור אל דרך הנוף המסומנת ירוק. נעבור מתחת לרכבל ומעט ממערב לנו תהיה תחנת עלייה/ירידה של הרכבל.

אם ישנם חניכים המתקשים בהליכה או משתמשים בטרקר/גילגולון ניתן לוותר על העלייה עם השביל הכחול ופשוט להמשיך דרומה עם סימון השביל הירוק עד שניפגש שוב עם שביל ישראל.

ממשיכים כ-3.5 ק"מ דרומה, וכאן נפרד שביל ישראל מהשביל הירוק ועתה הוא מסומן בסימון של שביל ישראל בלבד. לאחר כ-6 ק"מ שביל ישראל מתחבר לסימן שביל כחול ופונה שמאלה, מזרחה. השביל יורד, לאחר כ-200 מ' עובר לסימן שביל אדום ולאחר 200 מ' נוספים הופך השביל לדרך ג'יפים. לאחר כ-2 ק"מ השביל מתחיל לטפס לכיוון מערב אל כביש 886. לצד הכביש השביל מתעקל ונכנס לתוך נחל קדש הסבוך בחורש. ההליכה בנחל מאתגרת והיא על גבי אבנים ומפלונים יבשים. לאחר כ-200 מ' ירידה מגיעים לחיבור עם ערוץ נוסף דרומי מזה שירדנו בו, והשביל ממשיך לטפס לכיוון מצודת כ"ח (נבי יושע). מצודת נבי יושע - על שם הכפר הערבי העזוב שמדרום למצודה. זוהי מצודת טיגרט, שנבנתה בתקופת המנדט הבריטי, במטרה להגן מפני חדירת כוחות ערביים מסוריה

ומלבנון, נקראת היום מצודת כ"ח לזכר 28 הנופלים בקרב על כיבוש המצודה במלחמת העצמאות, במקום קבר אחים ומוזיאון "הרעות" המציג את סיפור הקרב.

נקודות לינה אפשריות

חניון יפתח. ניתן לברר לגבי לינה בתוך קיבוץ יפתח או בשטחי הקיבוץ.

חניון האלות - על כביש 899, כ-ק"מ מערבה מנבי יושע. זהו חניון קק"ל ולכן מומלץ לברר האם קיימות מגבלות כלשהן לגבי שינה במקום.

יום 3: ממצודת ישע לנחל דישון



אורך מסלול

13 ק"מ



נקודת סיום

גשר עלמה, נחל דישון



נקודת התחלה

מצודת נבי יושע

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול נוח ועביר. מדובר ביום טיול ארוך וחשוב לקחת בחשבון את הזמנים. ניתן להיכנס ולצאת מהשטח בחלקים מהמסלול עם רכב שטח על דרכי ג'יפים המסומנות במפה. ישנן עליות וירידות לסירווגין. עלייה תלולה של כ-200 מ' בנחל זמר. מדרום ומזרח לקרן נפתלי - שער נעול, יש לבדוק עם המושב רמות נפתלי אפשרות לפתוח אותו. חלקיו הראשונים של היום על שבילים ולא על דרכי ג'יפים – אבנים ומדרגות סלע עלולות להוות אתגר. הירידה לנחל דישון תלולה. ניתן מראש לוותר על הירידה לנחל ולאסוף חניכים המתקשים עם רכב שטח מתחילת הירידה. אם מטיילים לאחר הגשמים יש לשים לב כי חציית נחל דישון עלולה להיות בעייתית. יש לבדוק זאת לפני היציאה לשטח.

לקויות ראייה: המסלול נוח ברובו, ישנם אזורים מעט יותר סלעיים, שייתכן ויצריכו ליווי יותר צמוד. מעברי בקר - יש להכין מראש ולסייע במידת הצורך.

לקויות תקשורת או בעיות חרדה: עלייה תלולה בנחל זמר עלולה להיות אתגר מנטלי ויש להכין לכך מראש. הירידה אל נחל דישון תלולה, יש להכין את המשתתפים לכך וכדאי להצמיד מלווה. חציית הנחל הזורם עלולה להעלות קשיים, יש להכין לכך חניכים עם חרדות וללוותם.

תיאור המסלול

ממגרש החניה של מצודת כ"ח, כשגבינו אל המצודה, נתקדם דרומה, נעבור את הכביש וליד תחנת האוטובוס נראה את הסימון של שביל ישראל. נעבור בשער הבקר, ונראה מולנו את שרידיו של הכפר הערבי, נבי יושע, שלפי אמונת המוסלמים שם קבור יהושע בן נון ולקברו סגולות ריפוי ופיריון. הכפר נעזב במלחמת העצמאות.

השביל ממשיך בעלייה בחורש, עובר ליד בונקר ישן, ולאחר כק"מ נגיע לשער בקר, נעבור אותו ונגיע לתצפית על עמק החולה והאגמון. לאחר התצפית נעבור עוד מעבר בקר, נצעד עם השביל כק"מ בערך באותו קו גובה, כשמשמאל נראה את עמק החולה ולאחר מכן הסימון יוביל אותנו בירידה לערוץ

של נחל זמר ומשם בעלייה חדה של כ-200 מ' לכיוון הלולים של רמות נפתלי (אי אפשר לפספס את הרעש. בסוף העלייה ישנו עץ גדול מצד שמאל תחתיו אפשר לנוח).

נמשיך עם הסימון לשביל העפר, נפנה בו דרומה, נעבור ליד אחד הכרמים של יקבי רמת הגולן וכשנגיע לצומת שבילי ג'יפים, שביל ישראל יוביל אותנו בעלייה תלולה ישר בתוך החורשה לפסגת קרן נפתלי, שם נמצאים שרידיו של מקדש יווני ושרידים של יישוב יהודי קדום, שאת שרידי המקווה שלו נעבור בדרכינו לפסגה. מתחתינו נקודת תצפית מסודרת אליה מגיעה דרך נוחה לכל רכב. במקרה של שימוש בטרקר/גילגולון ניתן לפנות מזרחה עם דרך הג'יפים הרחבה (דרך לכל רכב),



סימון שביל ירוק (מספר 2080) ולטפס אל התצפית במתינות על גבי שביל נוח. לאחר מכן השביל יורד בתלילות כחצי ק"מ, ניתן לחזור אחורה עם דרך הרכב כ-250 מ' אל צומת עם דרך ג'יפים הממשיכה דרומה ולהתקדם איתה עד שנפגוש שוב, לאחר כ-200 מ' את שביל ישראל, שעוזב את דרך הג'יפים וממשיך מערבה. שביל ישראל מוביל אותנו לכיוון בית האריזה של רמות

נפתלי (המבנה הגדול שנראה מרחוק). נעקוף אותו מימין ובפינה הרחוקה השביל לוקח אותנו ימינה לכיוון הכביש שנראה באופק. נטפס מעל השער שצמוד לצינור (יש לבדוק עם המושב רמות נפתלי אפשרות לפתוח את השער כדי לעבור עם טרקר).

בצומת ה-T נפנה שמאלה ודרומה במגמת ירידה, כ-2 ק"מ שחלקם עוברים ליד מטעי רימונים וכרמים. כשנגיע לצומת נוספת נמשיך בה דרומה עם השביל. נמשיך עוד ק"מ בירידה קלה בדרך עפר ולאחר מכן השביל יתחיל לטפס במתינות. לאחר שנעבור מספר מכלאות בקר, ונעלה כ-ק"מ, השביל פונה ימינה, דרומה, ודרך מעבר בקר ניכנס לשמורת נחל דיסון. נמשיך לטפס בשביל צר עד שנגיע כמעט לשיא הגובה ושם השביל פונה שמאלה ודרום-מערבה. נתחיל ירידה תלולה לנחל דיסון, ירידה קצרה של חצי ק"מ ותלולה מאוד. בסוף הירידה נגיע אל הנחל, שבו עובר שביל (דרך ג'יפים) מסומן אדום. דרך הג'יפים פעילה מאוד בסוף החורף-אביב. נפנה ימינה ונטפס עם סימון השביל האדום במעלה הנחל לכיוון צפון-מערב. לאחר 3 חציות של אפיק הנחל (בחורף הנחל זורם ויש להיערך לחציית נחל בהתאם, ניתן להחליף לסנדלים, לא כדאי להרטיב את הנעליים). לאחר כ-2 ק"מ נגיע לתחנת שאיבה גדולה, שהוקמה על עין אביב. דרך העפר מתחלפת בכביש, נחצה גשרון קטן מעל הנחל (לידו מיכל אשפה ירוק גדול) וכביש צר יוביל אותנו לגשר עלמה, שהוא נקודת הסיום של קטע זה. כאן יסתיים טיולנו.

מסלול 5: סובב מכתש רמון



מכתש רמון, צילום: סוזן כהן גלמן, מתוך אתר פיקיוויקי

הערה כללית

1. טיול מעגלי, סובב מכתש רמון בחמישה ימי הליכה ארוכים, מאתגרים ומבודדים. שביל סובב מכתש רמון הוא שביל חדש וייחודי המחבר מספר שבילים קיימים ביחד עם סימונים חדשים (בצבע לבן, סגול, לבן) לכדי מסלול באורך של כ-130 ק"מ, המקיף את מכתש רמון מכל כיוונו. המסלול מאפשר יציאה עם הכנה מינימלית ואינו דורש הטמנות של מים ומזון (אלא אם קיימת אפשרות כזו). בחלוקה נכונה של הימים, יכולים גם מטיילים שאינם "קרביים" לטייל במסלול זה. עם זאת, עדיין מדובר במסלול מאתגר מאוד. הסימונים לא תמיד טובים, על כן ההליכה במסלול מחייבת שימוש מתמיד במפה. כמו כן, בגלל קושי המסלול, יש לשקול האם/אילו ימים יתאימו עבור חניכים שונים.
2. בפירוט הימים מופיעות המלצות בכל הנוגע לשימוש בטרקר או גילגולון עבור חניכים המוגבלים בתנועה. מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים תלויי מזג אוויר, או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.
3. יש לשים לב, כי היום השני מנחל ניצנה לבורות לוח והיום הרביעי מהר עידו למפער פיטם אינם מומלצים לטרקר או גילגולון, מכיוון שהם עוברים באזורים קשים למעבר ואף מסוכנים.

4. חלק גדול ממסלול הטיול עובר על שבילי ג'יפים. יש להכין לכך חניכים עם מוגבלויות ולקחת בחשבון שחניכים עם לקויות שמיעה יזדקקו למלווה בקרבתם. כמו כן, במקרה של חניכים עם לקויות תקשורת או לקויות נפשיות - מומלץ ליידע בתחילת כל מקטע שבו קיים חשש לנסיעת רכב. כך גם לגבי חניכים עם לקויות ראייה.

יום 1: מחניון הר גמל לחניון לילה נחל ניצנה



אורך מסלול

14.4 ק"מ



נקודת סיום

חניון לילה נחל ניצנה (חניון חדש)



נקודת התחלה

חניון הר גמל (מצפה רמון)
או מרכז המבקרים ע"ש אילן רמון
(מוסיף כ-1 ק"מ)

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר. השביל נוח ורחב, עובר בחלקו על יד מצוק המכתש, ניתן לבחור בנקודות הקיצור.

לקויות ראייה: התוואי נוח, יש לשים לב כשהולכים בקרבת המצוק ובקרבת בור חמת. כמו כן, מדובר בדרך ארוכה יחסית, יש לוודא שקצב ההליכה מאפשר הגעה לנקודת הלינה עוד בשעות האור.

לקויות נפשיות ולקויות תקשורת: חלק מהמסלול הולך בקרבה לשפת המצוק. דבר זה עשוי לעורר חרדות, יש לעשות הכנה מקדימה במידת הצורך.

הערה כללית: יש לנקוט באמצעי זהירות בעת מעבר הכבישים ולערוך הכנה לכך לחניכים עם מוגבלויות.

נקודת יציאה מוקדמת: על כביש 171, ליד בור חמת, כ-12.5 ק"מ מתחילת המסלול. כמו כן, ניתן לקצר את יום ההליכה על ידי התחלתו ממצפה הכוכבים ולא ממרכז המבקרים במצפה רמון.

תיאור המסלול

יוצאים ממרכז המבקרים רמון על סימון שבילים ירוק וסימון של שביל ישראל לכיוון מערב והולכים על טיילת המכתש: ההליכה נוחה והנוף של המכתש לשמאלכם עוצר נשימה.

הסימון הירוק פונה שמאלה ודרומה ויורד אל תוך המכתש ואנחנו ממשיכים על סימון שבילים שחור מערבה.

מולנו הר גמל (נמצא כ-1+ ק"מ מתחילת המסלול), שקיבל את שמו בגלל צורתו המזכירה גמל רובץ, אפשר לעלות לתצפית.

מיד אחרי הר גמל מגיעים לפיצול דרכים, כאשר שביל ישראל ממשיך לכיוון דרום-מערב על שפת המכתש ואילו השביל המסומן שחור ממשיך לצפון-מערב לכיוון בית ספר שדה הר הנגב. השבילים חוזרים ונפגשים ממערב לבסיס הקשר שעל הגבעה, ממערב לבית ספר שדה הר הנגב. השביל השחור, שהופך לאדום ומקיף את בית ספר שדה מצפון הוא שביל נוח ומתאים לטרקר או גילגולון ולכן יש לבחור בו. אם אין שימוש בטרקר או בגילגולון מומלץ לבחור בשביל הדרומי אשר חוצה את בית ספר שדה ונמשך בקרבה למצוק.

אפשרות 1: עם השביל השחור מגיעים לגדר בית ספר שדה, עולים על סימון שבילים אדום לכיוון צפון (מתרחקים מהמכתש) והולכים במקביל אליו עד לכביש הגישה לבית ספר שדה. חוצים אותו וממשיכים ללכת על השלוחה לכיוון צפון-מערב עד שמגיעים לכביש נוסף וחוצים גם אותו. סימון השבילים מתחלף לסימון כחול והשביל חוזר לשפת המכתש.

אפשרות 2: ממשיכים עם שביל ישראל וסימון שבילים כחול. לאחר כ-200 מטר מפיצול השבילים עוזבים את הסימון הכחול, שיורד דרומה אל המכתש וממשיכים עם סימון שבילים אדום עד שנגיע אל השביל הכחול ממערב לבית ספר שדה וממשיכים אתו מערבה.

מגיעים לחורשת קק"ל לאחר כ-3 ק"מ מתחילת המסלול, שם יש גם ברז מים (אם בוחרים לקצר מעט את אורך המסלול ביום הראשון, ניתן להתחיל את ההליכה מחורשה זו). קיימת גישה לרכב מהכביש הפונה אל מצפה הכוכבים.

השביל נוח ורחב בנקודה זו. הוא מתרחק משפת המכתש ואז חוזר אליו ומטפס לנקודת גובה של 924 מ' לתצפית היקפית על האזור (7.6 ק"מ מתחילת המסלול). מהתצפית ממשיך השביל על שפת המכתש, חוצה כעבור כקילומטר סימון שבילים אדום (הממשיך למעלה רמון) וכנס לערוץ נחל חמת (10.6 ק"מ). הולכים בערוץ בקניון קטן ויפה. בערוץ נראה כמה אלות אטלנטיות עתיקות.

לאחר כ-2 ק"מ השביל נפגש עם כביש 171, בבור חמת. הבור נמצא ממש בצמוד לכביש והוא מוגבה כמעין תל קטן. זהו בור עתיק מימי בית ראשון. בשל הקרבה לכביש 171 נקודה זו יכולה לשמש להקפצה עבור חניכים שהליכה במשך יום שלם קשה מידי עבורם.

מכאן עולים על סימון השבילים החדש של סובב מכתש רמון – סימון שבילים סגול והולכים במקביל לכביש שמאלה ומערבה עד לעיקול. בנקודה זו יורד השביל צפונה בערוץ על סימון שבילים סגול ושחור לתוך נחל ניצנה (13.8 ק"מ). הולכים כקילומטר עד לחניון לילה חדש – חניון ניצנה (14.4 ק"מ).

בחניון שלט חדש של הרשות על סובב מכתש רמון ותו לא.

אפשר להיכנס לחניון עם רכב מהכביש.

יום 2: מחניון לילה נחל ניצנה ועד בורות לוץ



אורך מסלול

19.5 ק"מ



נקודת סיום

חניון לילה בורות לוץ



נקודת התחלה

חניון לילה נחל ניצנה

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: מדובר במסלול ארוך ומורכב עבור טרקר, כיוון שהמסלול מתחיל בהליכה על שביל לא נוח, עם אבנים ומדרגות סלע, עלויות תלולות וירידות. בהמשך השביל מגיע למקטע צר על יד מצוק המכתש. ניתן לעשות הקפצה להר רמון עם רכב שטח, לרדת עם הטרקר אל תצפית קרני רמון ומשם להצטרף לקבוצה למקטע האחרון אל חניון הלילה.

לקויות ראייה: המקטע הראשון עד חציית הכביש 171 קצת קשה להליכה על גבי הרבה אבנים, המשך המסלול עובר בתוואי יותר נוח, בחלקו על יד שפת מצוק המכתש. מדובר במסלול ארוך. יש לקחת בחשבון את הזמנים.

לקויות נפשיות ולקויות תקשורת: קרבה לשפת המצוק עשויה לעורר חרדות. יש לקיים הכנה מקדימה.

סרבול פיזי או חוסר יציבות: חלקו הראשון של המסלול מורכב יותר להליכה ולכן מומלץ להתחיל רק לאחר חציית כביש 171.

תיאור המסלול

מהחניון מטפסים עם השביל הסגול בתוך ערוץ. מכאן ההליכה היא בשביל חדש, שמעטים צעדו בו עד כה ולכן תוואי השטח קצת קשה להליכה. ישנם עדיין הרבה אבנים על הדרך. בעלי החיים עדיין לא התרגלו לנוכחות בני אדם ולכן קיים סיכוי גבוה לחזות בהם. השביל עולה ויורד על גבעות קטנות, העליות תלולות אך קצרות והמגמה הכללית מערבה.

כעבור כ-4 ק"מ רואים את הכביש מדרום ומשמאל, הולכים במקביל לכביש עוד כקילומטר, שם פוגשים סימון שבילים אדום שמגיע מצפון ועולים עליו כעבור כ-100 מ'. השביל פונה שמאלה ודרומה ואנחנו מגיעים לנקודת חציית הכביש (נקודה 6 על המפה, כ-10 ק"מ מתחילת המסלול).

מכאן מתחיל קטע נוח יותר להליכה. מיד לאחר חציית הכביש חוברים לסימון שבילים ירוק. השביל חוצה את נחל ניצנה וממשיך דרומה לכיוון המכתש. מגיעים למפגש סימון שבילים ירוק וכחול: השביל הירוק ממשיך דרומה ויורד לקניון הפריזמות. ממשיכים מערבה על הסימון הכחול. כעבור כ-1.5 ק"מ השביל מגיע אל שפת המכתש (כ-14 ק"מ מתחילת המסלול). עולים על סימון שבילים אדום ומתחילים לצעוד מערבה על שפת המכתש.

קטע השביל מכאן ועד להר רמון הוא אחד מקטעי השביל היפים והנעימים ביותר להליכה במסלול כולו. הדרך הולכת על שפת המכתש, לרגלינו אזור המכונה "קרני רמון" ובחזית אפשר להשקיף עד לקצה המערבי ביותר במכתש.

אפשרויות לינה

אלו שבחרו לחנות בחניון הלילה בורות לוח פונים אחרי תצפית קרני רמון ימינה ומערבה, על סימון שבילים שחור. השביל ממשיך במגמת עלייה עד להר רמון, שם עולים שוב על סימון שבילים אדום והולכים מערבה. בשלב זה, גם הסימון האדום וגם הסימון הסגול יובילו אל החניון, אך הסימון האדום נוח וקצר יותר: הולכים על סימון שבילים אדום ופוגשים את הכביש 171, פונים שמאלה ומערבה וממשיכים במקביל אליו עד לפנייה לסימון שבילים ירוק המיועד להולכי רגל (רכבים שרוצים להיכנס לחניון ימשיכו עוד קצת על הכביש ויפנו ימינה על סימון שבילים כחול). הולכים על הסימון הירוק, מימין בוסתן התאנה והבורות שעל שמם נקרא החניון.



עקב חורף בבורות לוח, צילום: אודי שטיינול, מתוך אתר פיקוויקי

יום 3: מבורות לוץ לחניון לילה הר עידו



אורך מסלול

12.5 ק"מ



נקודת סיום

חניון לילה הר עידו



נקודת התחלה

חניון לילה בורות לוץ

הערה: יום זה עובר ברובו בדרכי ג'יפים, על כן, בליווי רכב מתאים ניתן לעשות איסופים לאורך המסלול. יש לשים לב, כי הירידה לכיוון חניון הלילה עלולה להיות בעייתית עבור טרקר או גילגולון.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: רוב היום עובר בדרכי ג'יפים ועל כן המסלול עביר, אך בסוף היום ישנה ירידה תלולה וזרדרתית, העלולה להיות מאתגרת, לכיוון חניון הלילה.

לקויות ראייה: תוואי המסלול ביום זה נוח, ברובו על שבילי ג'יפים. קיימים שני מקטעים, בחלקם צרים, שעוברים בקרבת מצוק (אחרי הר הרמון, וקטע אחרי ערוץ לכיוון הר עידו), המצריכים זהירות יתרה.

לקויות נפשיות: קרבה לשפת המצוק עשויה לעורר חרדות, לכן יש לקיים הכנה מקדימה.

תיאור המסלול

יוצאים מחניון הלילה, כמו שהגענו אליו, על סימון שבילים ירוק עד לכביש 171. חוצים את הכביש, שם הסימון הופך לסגול, יורדים אתו אל תוך הערוץ, עד שמגיעים לאלה אטלנטית גדולה, שם עולים על הגדה המזרחית בחזרה להר רמון (4.5 ק"מ). ניתן גם לחזור בדיוק כמו שבאנו אתמול, על הסימון האדום – אין הרבה הבדל. מהר רמון מתחילים לרדת על שלוחה לכיוון דרום (ימינה) בסימון שבילים אדום. השביל עובר בין עתיקות, יורד מזרחה לערוץ ועולה אל שפת המכתש, שם הוא מתחלף לסימון שבילים סגול ומטפס על כיפה קטנה. ממזרח לנו מצוק המכתש.

השביל לא מגיע לפסגה אלא ממשיך ב-2/3 גובה דרומה ויורד אל מצפה ערוץ (6.5 ק"מ). במצפה תבליט סלע של הנוף, שמסביר מה רואים מהמצפה וכן ספסלי אבן. ממצפה ערוץ ממשיכים כ-1.5 ק"מ מזרחה על סימון שבילים כחול בדרך ג'יפים רחבה עד שמגיעים למפער/מעבר ערוץ (8 ק"מ).

מגיעים לצומת Y כחול-שחור ומיד לאחריו צומת Y נוספת, שם אפשר לבחור אחת משתי אפשרויות:

1. פונים לצפון-מזרח לסימון הסגול שעולה בתלילות מזרחה ב"מעלה הריבסים". הולכים על רמה רחבה, שממנה מצפון אפשר לראות את המכתש ובצידו השני את קרני רמון ואת השביל שעליו הלכנו אתמול. כעבור כ-2.5 ק"מ של הליכה על הרמה מגיעים לקצה ולחיבור שבילים עם שביל אדום שיורד בתלילות. השביל יורד לערוץ ועולה חזרה עד הר עידו (11.4 ק"מ). הסימון אומנם לא עולה להר, אך מומלץ להניח את התיק ולעלות לתצפית 360 מרהיבה (עולים ויורדים באותו השביל). בפיסגה ניתן לראות עמודי אבן (רוג'ומים) גבוהים אף מגובה אדם. מהר עידו יורדים דרומה על השביל האדום עד למפגש עם הנחל המרכזי וסימון שבילים כחול (דרך ג'יפים רחבה). כאן פונים מערבה (ימינה) ומגיעים כעבור כ-1.5 ק"מ לחניון לילה עידו.
2. המשך הליכה על שביל הג'יפים בדרך הכחולה, המגיעה לאחר כ-4 ק"מ לחניון לילה הר עידו.

יום 4: מחניון הר עידו ועד חניון מפער פיטם



אורך מסלול

חניון לילה מפער פיטם (חניון חדש) 16 ק"מ



נקודת סיום



נקודת התחלה

חניון לילה הר עידו

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: מסלול ההליכה ביום זה הוא קשה. הגישה לרכבים לחניון הלילה לא נוחה ואפשרית רק לרכבי שטח. יש להחליט עבור מי מהחניכים, אם בכלל, יום זה מתאים להליכה. שימוש בטרקר או בגילגולון לא עביר ולא מומלץ.

לקויות ראייה: יש לשקול יציאה של חניכים עם לקויות ראייה, בשל המעברים הצרים והתלולים בקרבת המצוק.

לקויות נפשיות: בשל הקרבה הרבה למצוק יש לחשוב האם המסלול מסוכן עבור חניכים נוספים ולנקוט משנה זהירות בקטעי הליכה צרים ותלולים.

תיאור המסלול

חוזרים כחצי ק"מ לנקודת החיבור בין השביל האדום והכחול, ממנה פנינו לחניון הלילה. במפגש עם הסימון הכחול פונים שמאלה ומזרחה וממשיכים ללכת בנחל ערוד על דרך ג'יפים רחבה. כעבור כקילומטר מתפצל הסימון הסגול שמאלה וצפון-מזרח. חוצים את הנחל לגדה הנגדית והולכים במישור רחב ונוח אל המצלעות הדרומיים של המכתש. בחזית לנו במה גבוהה ורחבה. זהו הר עודד. השביל הסגול מטפס דרך נחל ערוד לאוכף מרשים המשמש מעבר הרים אל נחל (כ-6.5 ק"מ). מהאוכף יורדים אל תוך ערוץ, שהוא אחד מיובליו של נחל נקרות. נפגוש את הנחל עוד מספר פעמים נוספות עד ליום הבא.

מגיעים למפגש נחלים ברור שם מומלץ לפנות צפונה לגב עודד אשר מלא במים לאחר הגשמים, על הסימון השחור. זוהי הליכה של כמה מאות מטרים (הגב מלא אחרי גשמים ולאחר מכן מתייבש). אם סוטים לגב עודד, לאחר מכן חוזרים באותה דרך עד לפיצול וממשיכים בערוץ מזרחה. השביל מתחיל לטפס בעלייה שהופכת תלולה, ובסופה מגיעים לתצפית לכיוון דרום (כ-11.5 ק"מ מתחילת היום). מהתצפית אפשר להשקיף על הר הנגב הדרומי. התצפית עצמה ממוקמת על מצלעה המזכירה את חומות ירושלים. ממשיכים בהליכה זהירה על המצלעה עוד כמה עשרות מטרים ואז

השביל יורד אל תוך ערוץ תלול. בתחתית הירידה ממשיכים בערוץ עוד כ-3 ק"מ עד לחניון הלילה מפער פיטם (כ-16 ק"מ).

יום 5: מחניון מפער פיטם ועד חניון נקרות



אורך מסלול

14.5 ק"מ



נקודת סיום

חניון לילה נקרות



נקודת התחלה

חניון לילה מפער פיטם

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול הסגול (סובב מכתש רמון) עובר בתוואי קשה ומאתגר ואינו מומלץ. במקומו, ניתן לבחור באפשרות השנייה, המפורטת בסוף יום טיול זה, אשר עוברת רק בשבילי ג'יפים.

לקויות ראייה: יש לשקול יציאה של חניכים עם לקויות ראייה למסלול הרגיל, בשל התוואי המורכב. **לקויות נפשיות, לקויות תקשורת וסרבול פיזי:** בשל הקרבה למצוק, במקטעים מסוימים, יש לחשוב האם המסלול מסוכן עבורם ולנקוט משנה זהירות בקטעי הליכה צרים ותלולים.

תיאור המסלול

יוצאים מחניון לילה מפער פיטם (אחרי שהשארנו הכול נקי ולא שכחנו כלום). הולכים על סימון שבילים סגול כ-200 מ' עד למפגש עם סימון שבילים אדום. פונים שמאלה וצפונה על סימון שבילים אדום, אשר נמצא במקביל לסימון הסגול. הדרך היא דרך ג'יפים נוחה.

כעבור כ-1.5 ק"מ מגיעים למפער פיטם, אחד מהפתחים שנפערו במצלעות המכתש דרכם התנקז המכתש בעבר. מגיעים לצומת Y אדום-סגול ופונים ימינה ומזרחה לסימון שבילים סגול. במזרח ניתן לראות גבעה בודדת עם סיומת המזכירה פיטם של אתרוג, זהו הר פיטם.

השביל הסגול עולה במתינות ואז בתלילות עד לתצפית – נקודת גובה של 866 מ'. אל התצפית מוביל "שביל שקוף" (סימון שבילים חסר צבע). בשלב זה, עברנו 4.5 ק"מ מתחילת היום. התצפית מרשימה במיוחד על המכתש וסביבותיו. לרגלינו נוף עוצר נשימה של המכתש ובחזית העיר מצפה רמון, אותה עזבנו לפני יומיים.

זהו גם מקום טוב לארוחת בוקר (אם כי יש רוח חזקה).

במזרח אפשר לראות כמה גבעות שטוחות של גיר וצור (שחור-לבן המזכיר שוקולד) וגם רמז לכביש 40.

יורדים מהתצפית בירידה תלולה מאוד עד למישור רחב. הולכים במישור מזרחה עד לגבעות הצור. השביל מטפס על אחת מהם בגבול שבין גבעות הצור (הסלע החום כהה) לבין הגיר (הסלע הלבן) עד שיא גובה ואז יורד במתינות אל מפער שן רמון. ממשיכים ללכת במישור ועוברים מדרום לשן רמון, עד שנפגשים עם סימון שבילים אדום ושביל ישראל.



נחל נקרות, צילום: דרור פייטלסון, מתוך אתר פיקיויקי

ממשיכים עם הסימון האדום על שביל נוח וכבוש היטב (שונה כל כך מהסימון הסגול הטרי), מדרום למצלעות המכתש עד לקיר האמוניטים (12 ק"מ) ועוד כ-100 מ' עד לכביש 40.

במפגש עם הכביש מתחלף הסימון לסימון שבילים שחור, שהולך במקביל לכביש דרומה באזור גבעות קטנות. השביל מגיע אל חניון הלילה נקרות מערב (14 ק"מ).

החניון ממוקם ממש על נחל נקרות באזור מוגן מהרוח וקיימת גישה נוחה לכביש. על כן, זאת גם נקודה טובה לגיחה למצפה רמון לחידוש אספקת מזון, אם רוצים להמשיך את הטיול.

אפשרות נוספת: ללכת לאורך כלל היום במקום על שביל המכתש הסגול, על השביל הכחול, לאורך נחל נקרות. יש לקחת בחשבון, כי זו הליכה על שביל ג'יפים לאורך כל היום.

להליכה במסלול זה: בחניון הלילה מפער פיטם יוצאים על השביל הסגול עד לפגישה עם השביל האדום. בנקודת מפגש השבילים, במקום לפנות שמאלה ולעלות צפונה עם השביל הסגול והאדום, פונים ימינה על השביל האדום ויורדים לכיוון דרום. הולכים בקילומטר על שביל הרכב האדום עד לחיבור שבילים עם השביל הכחול, לאורך נחל נקרות. בנקודת המפגש בין השבילים הכחול והאדום פונים עם השביל הכחול שמאלה לכיוון צפון-מזרח. הולכים על השביל הכחול כ-12.5 ק"מ, עד ההגעה לחניון לילה נקרות. חניון זה הוא חניון מוסדר, יש בו ברז מים, אך אין מתקנים נוספים.

יום 6: מחניון נקרות ועד חניון בארות



אורך מסלול

11.5 ק"מ



נקודת סיום

חניון לילה בארות



נקודת התחלה

חניון לילה נקרות

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המקטע הראשון בין חניון הלילה נקרות לציר הנפט, המסומן שחור, עובר בשביל ג'יפים רחב אך חולי. מציר הנפט, ההליכה בסימון סובב המכתש אינה מומלצת. ניתן לבחור באחת משתי האפשרויות האחרות, המופיעות בתיאור המסלול.

לקויות ראייה: מקטע הליכה על ובין בולדרים בפרסת נקרות. חשוב להכין מראש את המשתתפים בכך שישנו מקטע מאתגר להליכה, דורש תיאור מילולי של הצעדים הבאים ועזרה פיזית ברמת הצורך (יד/כתף/הכוונה פיזית היכן לשים את הרגליים).

תיאור המסלול

יוצאים מחניון לילה נחל נקרות מערבה, חזרה לכיוון הכביש, שם פונים ימינה ודרומה על סימון שבילים סגול והולכים במקביל לכביש בתוך נחל נקרות. כעבור כ-1.5 ק"מ השביל עובר במעביר מים גדול מתחת לכביש 40. סימון השבילים מתחלף לסימון אדום. ממשיכים עליו בהליכה בנחל נקרות הרחב מזרחה להר מרפק.

ההליכה היא על כביש ג'יפים רחב אך חולי. כעבור כ-3 ק"מ נפגשים עם דרך ג'יפים נוספת ועם סימון שבילים שחור. זהו "ציר הנפט" עמו פונים שמאלה וצפונה. בזמן העלייה על ציר הנפט ישנן דרכי הליכה שונות אשר יובילו לחניון בארות. יש לשקול את הדרך המתאימה על פי יכולות החניכים.

אפשרות 1: המשך על תוואי שביל סובב מכתש: עולים ויורדים דרך מפער מרפק אל תוך המכתש. חוצים את נחל מרפק ומיד לאחר מכן פונים ימינה ומזרחה להר סהרונים על סימון שבילים ירוק ושביל ישראל.

הר סהרונים הוא חלק מהצלעות הדרומיות של החלק המזרחי של המכתש. השביל נוח ומשמאלו נשקף החלק המזרחי של המכתש (6 ק"מ). במזלג Y פונים ימינה, דרום-מזרח לסימון שבילים שחור. השביל יורד מהר סהרונים לנחל נקרות, שהפך מנחל רחב ורדוד, כמו שהכרנו אותו עד עכשיו, לקניון מתחתר ועמוק. השביל השחור מביא אותנו לתחתית הנחל, שם הוא נפגש עם סימון שבילים כחול.

פונים ימינה ודרומה וממשיכים על שביל ישראל אל תוך הפרסה המרשימה של נחל נקרות, שקיבלה את השם, "פרסת נקרות". קטע ההליכה הזה הוא הקטע המרשים ביותר של נחל נקרות. הנחל הופך לקניון צר ככל שאנחנו מתקדמים, ובקירותיו נקרות רבות שנתנו לנחל את שמו (9 ק"מ). בקצה קניון הגיר הצר ישנה מערה ונקודה טובה לעצירה. מיד לאחר הקניון הצר הנחל נפתח למפגש נחלים רחב. בצומת Y פונים שמאלה, צפון-מערב לסימון שבילים ירוק. הסימון מתחלף לסימון אדום. השביל מתעקל מערבה ויורד לחאן סהרונים (11 ק"מ).

חאן סהרונים הוא אתר ארכיאולוגי ובו שרידי חאן נבטי, ששימש פונדק לילה לשיירות גמלים שנעו בדרך הבשמים. בסמוך לחאן סהרונים נמצא עין סהרונים. ממשיכים מערבה עם הסימון שבילים הכחול. השביל מתחבר לנחל רמון וכעבור כ-3 ק"מ מגיע לחאן בארות (14 ק"מ).

בחאן יש תחנת מידע, מים זורמים, שירותים, נקודת פינוי זבל וכן אוהלי אירוח בתשלום.

אפשרות 2: הליכה על ציר הנפט עד הגעה לדרך ג'יפים (אף היא מסומנת בסימון ירוק), הפונה ימינה, לכיוון צפון-מזרח. דרך זו היא דרך ג'יפים קשה לטיפוס, אך מקצרת את הדרך ומובילה לחיבור עם דרך ג'יפים אדומה ולמסלול הסגול.

אפשרות 3: המשך הליכה לאורך ציר הנפט עד לחניון בארות. הדרך אף היא קצרה יותר, אם כי גם פחות מעניינת.

אפשרויות לינה

חניון נחל בארות. קיימות במקום גם אפשרויות לינה בתשלום, לאלה הזקוקים ללינה נוחה יותר.

מסלול 6: שביל הגולן



שביל הגולן, צילום: נופר רז, מתוך אתר פיקיויקי

תיאור כללי

כ-120 ק"מ מסומנים בכחול (כנרת) לבן (חרמון) וירוק (גולן) מהחרמון בצפון ועד עין תאופיק בדרום. מוצעת כאן חלוקה מסוימת של הימים, אך על פי יכולות הקבוצה יש להחליט מהן האפשרויות המועדפות הן של מסלולי הטיול והן של מקומות הלינה.

שביל הגולן מחולק ל-15 קטעים באורך משתנה, בין 6 ל-12 ק"מ לקטע בודד ולכל קטע - גישה בשני קצוות עם רכב רגיל.

הערות כלליות לטיול זה

1. בפירוט הימים מופיעות המלצות בכל הנוגע לשימוש בטרקר או בגילגולון עבור חניכים המוגבלים בתנועה. עם זאת, מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים תלויי מזג אוויר, או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול. בנוסף לכך, יש לקחת בחשבון שיותר קשה להתנייד עם הגילגולון באדמה בוצית אחרי גשם.
2. ההליכה בשביל הגולן משלבת חציית כבישים מרובה. יש להיערך מראש לפני כל חציית כביש וליידע את הקבוצה על כך לפחות כ-100 מ' טרם המפגש עם הכביש. במקרים של חניכים עם מוגבלויות - חשוב להצמיד איש צוות אשר ילך בקרבתם בעת חציית הכביש, כדי למנוע מצבים מסוכנים.
3. לקוויות רגשיות/נפשיות/לקוויות תקשורת למיניהן: יש לשים לב ששביל הגולן בכללותו עובר בסמוך לאזורים מגודרים בשל סכנת מוקשים. כמו כן, באזור זה, הגובל עם סוריה, יכולים להישמע ממרחק פיצוצים, ועל כן יש להתייחס לכך ולהכין את המשתתפים מראש.

יום 1: מאתר החרמון ועד יער אודם



אורך מסלול

14 ק"מ



נקודת סיום

יער אודם



נקודת התחלה

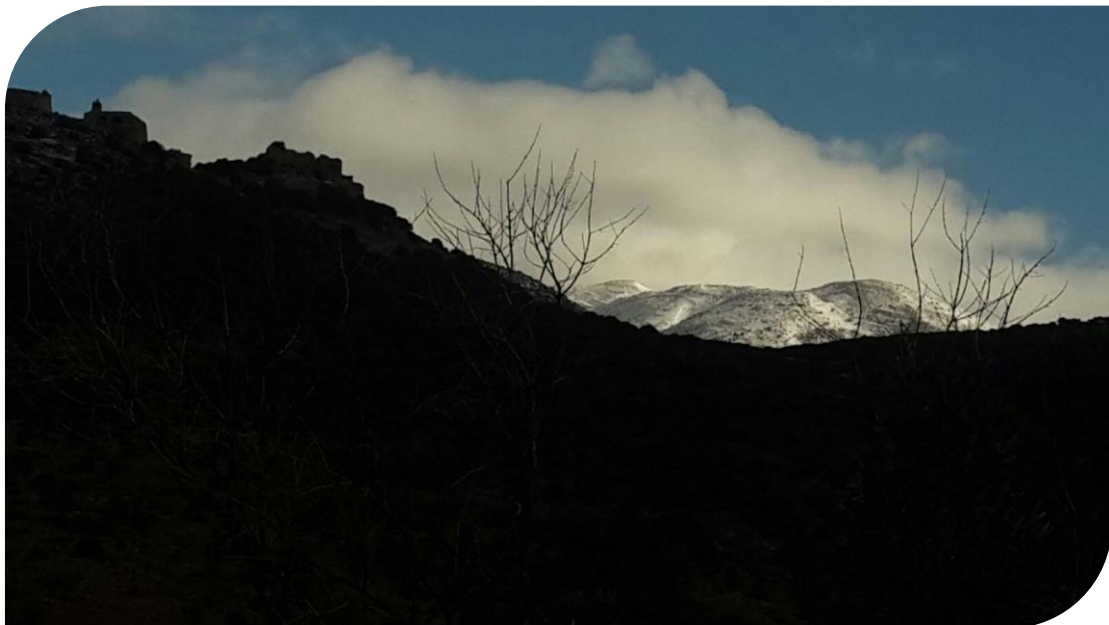
אתר החרמון

אפשרות לקיצור המסלול: התחלת המסלול במגדל שמס, או לחילופין בנמרוד, על פי יכולות הקבוצה. לחילופין, ניתן לסיים את המסלול לאחר כ-7 ק"מ ביישוב נמרוד, ולישון ביער נמרוד.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, אך יש לקחת בחשבון את לוחות הזמנים כיוון שהמסלול ארוך ולכן אנו מציעים לוותר על הירידה התלולה בנחל גובתה ולפגוש את הקבוצה בסיומה. יתר המסלול עובר ברובו בשבילי ג'יפים נוחים. כדי לקצר מקטעים ולעקוף עליות ניתן לעזוב את התוואי של שביל הגולן, וללכת דרך שבילי ג'יפים נוספים, הנמצאים בשטח ומסומנים במפת שבילים. יש לקחת בחשבון שקשה להתנייד עם הגילגולון באדמה בוצית אחרי גשם.

לקויות ראייה: המסלול ברובו עובר בתוואי נוח, אך יש לקחת בחשבון שהירידה יכולה להיות יותר מאתגרת ולארוך יותר זמן. בשל כך, מומלץ לקצר ולפגוש את הקבוצה רק בסיום ההליכה בנחל גובתה.



הר החרמון, צילום: דב איצקוביץ', מרכז להב"ה קרית שמונה, מתוך אתר פיקיוויקי

תיאור המסלול

מכיפות החרמון התחתונות יורד שביל הגולן מזרחה ולאחר כ-300 מ' חובר לשביל ירוק שמגיע מהרכבל העליון של החרמון, במרכז אפיק נחל גובתה - אחד משני הנחלים המרכזיים בצד הישראלי של החרמון. מנקודת המפגש עם השביל הירוק מתחילה ירידה תלולה באפיק נחל גובתה, כשבדרך נחצה את כביש הגישה לאתר החרמון. בחודש אפריל פורח כאן אירוס הגולן, מהפרחים הגדולים והיפים ביותר בישראל.

לאחר כ-2 ק"מ פונה השביל שמאלה (דרומה) ועוזב את נחל גובתה. נמשיך במגמת הירידה, תחילה מתונה יותר ובהמשך תלולה, ולאחר 2 ק"מ נוספים נחצה את כביש הגישה למגדל שמס, הגדול שבכפרי הדרוזים ברמת הגולן ובחרמון, והיישוב הגבוה ביותר בישראל.

מעט לאחר חציית הכביש נגיע לעין פיזל – בריכה קטנה ונחמדה בצד השביל. בשלב זה נכנסים ליער נמרוד – חורשה קטנה ויפה של עצי אורן הסלע, ארזים וקטלבים. לאחר כקילומטר השביל פונה ימינה (דרומה), יוצא מתחומי היער ומתחיל לטפס בכביש לכיוון היישוב נמרוד.

לאחר כ-1.5 ק"מ נגיע אל היישוב הקטן, השוכן בפסגת הר קטע, שבו מתגוררות מספר משפחות המתפרנסות בעיקר מתיירות. במדרון שמצפון ליישוב נמצא מעיין יפה, המכונה עין נמרוד, שניתן להגיע אליו בשביל היוצא מכביש הגישה ליישוב. מנמרוד ממשיך שביל הגולן בדרך עפר בסימון אדום בירידה מהר קטע.

לאחר כקילומטר מגיעים לפיצול שבילים: שביל הגולן וסימון אדום. הדרך האדומה פונה ימינה (מערבה) ויורדת לכיוון כפר עין קיניא, ואילו שביל הגולן ממשיך לכיוון דרום-מזרח, לעבר הכפר מסעדה. אנחנו ממשיכים על שביל הגולן ו-200 מ' אחרי הפיצול נבחין מימין לדרך במבנה גדול – זהו מקאם נבי איליה, מקום לזכרו של אליהו הנביא, הקדוש גם לדרוזים. לפי המסורת, כאן עצר אליהו הנביא למנוחה בצילו של עץ.

לאחר 1.5 ק"מ נוספים נגיע לכניסה לכפר מסעדה, ובאקט סמלי נחצה את נחל סער. מדוע סמלי? כי ברגע זה ממש עברנו מהחרמון לרמת הגולן! נחל סער, שהוא למעשה הגבול הגיאולוגי והגיאוגרפי ביניהם, הוא נחל יפהפה עם זרימת מפלים מרשימה בחורף, שנשפך בסופו לבניאס (נחל חרמון).

מכאן נמשיך עוד כ-500 מ' בתוך מטעים, עד ששביל הגולן פונה בחזות דרומה, ומכאן מתחיל להקיף את ברכת רם ממערב. לאחר 1.5 ק"מ נפגש שביל הגולן עם שביל בסימון ירוק שמגיע ממזרח, וביחד הם ממשיכים דרומה בין מטעיהם של תושבי כפר מסעדה. לאחר מעט יותר מקילומטר נגיע לכביש 98, הכביש המזרחי של רמת הגולן, שאותו כבר חצינו בכניסה למסעדה (ועוד נפגוש בהמשך). הדרך הירוקה מסתיימת כאן, ואילו אנחנו נחצה את הכביש וניכנס לתוך יער אודם.

סימון שביל הגולן לא תמיד ברור בתחומי יער אודם. לכן במקטע זה כדאי לעקוב אחר סיפור הדרך, וכמובן לפקוח עיניים בשטח.

מנקודת החצייה ממשיך שביל הגולן דרומה בין העצים, באופן די מקביל לכביש. חשוב לשים לב לסימון, שלעיתים לא ברור, ובכל מקרה זכרו שצריך להישאר קרובים יחסית לכביש. לאחר כ-500 מ' נגיע לפיצול עם דרך עפר בסימון אדום, שפונה ימינה (מערבה), ניתן לפנות בה ולהתחבר עמה בהמשך לשביל הגולן. כעבור מספר מאות מטרים, או לחילופין להמשיך על שביל הגולן מזרחה, במקביל לכביש, ולעלות אל תל אל קצעה. לשם כך: לאחר כ-200 מ' פונה שביל הגולן ימינה (לדרום-מזרח) ומתחיל בעלייה מתונה בדרך רחבה. לאחר כ-400 מ' השביל פונה ימינה ועוזב את הדרך הרחבה ולאחר כ-100 מ' נוספים נפנה שוב ימינה.

לאחר עלייה קטנה נוספת, מגיעים לפסגתו השטוחה של תל קצעה. ירידה מהתל תפגיש אותנו עם נקודת החיבור עם השביל האדום. זהו גם תחום סיום שמורת הטבע, על כן ניתן לישון בשטח זה (אם כי חשוב לבחון את תנאי מזג האוויר ויכולותיהם של בני הקבוצה השונים, שכן זו שינה בשטח לא מוסדר, שעלולה להיות קשה). לחילופין, בעזרת הקפצה בסוף היום ניתן לישון ביער אודם עצמו, בחניון על יד הג'ובה הגדולה (בחניון ספסלים ומים).

הערות: זהו יום טיול מאתגר, עם ירידות תלולות בתחילת המסלול. מומלץ שחניכים עם מוגבלויות יצטרפו במהלך היום, ללא השתתפות ביום הטיול כולו, לדוגמה, הצטרפות ביישוב נמרוד. לחילופין, לשקול האם כל הקבוצה יכולה להתחיל בנמרוד, או לפצל יום זה ליומיים במידת הצורך.

יום 2: מתל קצעה לבאב אל הווא



אורך מסלול

16 ק"מ



נקודת סיום

באב אל הווא



נקודת התחלה

מרגלות תל קצעה

אפשרויות לקיצור המסלול: סיום מסלול ההליכה באנדרטת פלס"ר 7 (מרחק של כ-7 ק"מ מתחילת המסלול).

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, אך יש לקחת בחשבון את לוח הזמנים כיוון שזהו מסלול ארוך. מומלץ לדלג על המקטע המקיף את הר חרמונית, משום שהוא מצוקי והירידה ממנו תלולה וקשה. כדי לקצר מקטעים ולעקוף עליות ניתן לעזוב את התוואי של שביל הגולן וללכת דרך שבילי ג'יפים נוספים הנמצאים בשטח ומסומנים במפת שבילים.

לקויות ראייה: לשים לב למקטע המקיף את הר חרמונית, שם ישנו מצוק מצד הצפון-מזרחי של השביל, המצריך הכוונה וזהירות! כמו כן, במקום קיימת ירידה תלולה מההר הדורשת הצמדת מלווה לאורך כל הדרך.

לקויות רגשיות/נפשיות: יש להזהיר מראש לפני הגעה למצוק באזור החרמונית ולהצמיד מלווה.

תיאור המסלול

היום מתחיל ביער אודם, באזור החיבור בין הדרך האדומה וסימון שביל הגולן. שביל הגולן פונה יחד עם הדרך האדומה מערבה וממשיך איתה כ-2.5 ק"מ עד למרגלות הר אודם. בקטע זה שביל הגולן עובר שוב בין מטעים, ויש לשים לב לפניות. המטעים פה, ובצפון הגולן בכלל, הם בעיקר מטעי תפוחים ודובדבנים, שהקור באזור עושה להם רק טוב. פריחת הדובדבן באפריל היא מחזה מיוחד לכל הדעות. כאמור, לאחר 2.5 ק"מ מתפצל שביל הגולן מהדרך האדומה, פונה שמאלה (דרומה) ומעפיל לפסגתו של הר אודם (ישנן עליות שונות היכולות להקיף את ההר, יש להחליט האם לנסות ללכת רק על דרכי העפר ולקצר חלקים מסוימים, או לחילופין ללכת על פי תוואי מסלול הגולן בשלמותו - ניתן לראות את סימוני הדרכים במפת סימון השבילים ולהחליט על פי יכולות חברי הקבוצה).

מפסגת הר אודם יורד שביל הגולן דרומה, ורגע לפני הירידה ממנו נוכל להבחין משמאלנו בבור ענקי - זוהי מחצבת סקוריה, שממנה כורים את המחצב המשמש בגינון ובבנייה. ניתן להביט לתוך

המחצבה ולראות את הגוונים השונים שקיבלה הסקוריה הודות למינרלים שהכיל החומר שהתפרץ מהר הגעש.

השביל ממשיך דרומה ומגיע לאזור מישורי המשמש כמרעה לפרות, ולאחר 2 ק"מ פונה בחדות שמאלה (צפון-מזרח), ומכאן ממשיך כ-2 ק"מ נוספים עד לאנדרטת ההנצחה לחיילי פלס"ר 7 של חיל השריון.

אפשרויות לינה

כאן הכשירה המועצה האזורית גולן חניון נוח ומוסדר עם פחים, שולחנות ושטחי לינה מוסדרים (משטחי בטון עליהם ניתן ללון גם כשיש בוך), זוהי נקודה קרובה לכביש 98, וניתן במקרה ויש צורך לקצר את יום ההליכה (כ-7 ק"מ מנקודת תחילת המסלול).

אפשרות נוספת: לינה באלרום, אם יש צורך בלינה מסודרת יותר.

המשך המסלול: מאנדרטת פלס"ר 7 חוצה שביל הגולן את כביש 98 וממשיך מזרחה לאורך כביש הגישה להר חרמונית - הר געש הניצב כעת מולנו (אם רוצים אפשר לטפס להר וליהנות מתצפית יפה). לאחר כ-1.5 ק"מ השביל פונה שמאלה (צפונה), עוזב את כביש הגישה ומתחיל להקיף את ההר מצפון, על קו גובה די אחיד.

לאחר 1.5 ק"מ נוספים מגיעים למדרונו המזרחי של ההר (שממנו נשקף נוף נהדר לרמת הגולן הסורית), והשביל פונה שמאלה (מזרחה) ויורד בדרך תלולה למדי לכביש סלול למחצה, המצוי למרגלות ההר. בהגיעו לכביש פונה השביל ימינה (דרומה) וממשיך אתו כ-800 מ' עד אנדרטת עמק הבכא.

מהאנדרטה יורד השביל כ-500 מ' ומגיע לצומת דרכים מצפון לכרם אלרום. מהצומת ממשיך השביל דרומה. לאחר 700 מ' פונה ימינה (מערבה), ולאחר עוד 400 מ' פונה שמאלה. אחרי כ-400 מ' נוספים נבחין מימיננו בבור מים שמכוסה בשכבת בטון – זהו עין חוואר, שלרוב מלא במים בחורף ובאביב. נמשיך על השביל דרומה, ואחרי כ-1.5 ק"מ נגיע שוב לכביש 98 ונחצה אותו.

אחרי 1.5 ק"מ נוספים נגיע למתחם באב אל הווא – "שער הרחות" בעברית ולנקודת סיום היום שלנו. כאן שכן בעבר כפר של בני הע'סאן, בדואים שהתנצרו. ממערב לכפר נמצאת ברכת בראון - בריכת חורף המאכלסת צמחי מים ייחודיים ונדירים.

ניתן לפצל יום זה ליומיים טיול: יום 1: עד אנדרטת הפלס"ר, יום 2: עד קיבוץ מרום גולן.

אפשרויות לינה: במידת הצורך ניתן לבדוק אפשרות לינה בקיבוץ מרום גולן, אם כי יש לקחת בחשבון שלינה בקיבוץ תאריך את המסלול בכ-2 ק"מ נוספים.

יום 3: מבאב אל הווא לחניון עין זיוון



אורך מסלול

9 ק"מ



נקודת סיום

חניון עין זיוון



נקודת התחלה

באב אל הווא

נקודת קיצור במסלול: הר בנטל - ניתן להגיע עם רכב לפסגת ההר.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר. ממליצים לעלות בעזרת רכב לפסגת הר בנטל. ישנו גם מסלול ג'יפים שעוקף את עליית הר בנטל מצדו המזרחי. יתר המסלול נוח.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח. יש להיערך בהתאמות של תוכן עבור נקודת התצפית בהר בנטל.

לקויות רגשיות, נפשיות ותקשורת: בהר בנטל תעלות קשר מימים עברו, שבהן ניתן ללכת. יש ליידע מראש חניכים עם לקויות רגשיות ולקויות תקשורת לגבי אופי ההליכה בתעלות הקשר ולאפשר להם להישאר בחוץ במידת הצורך.

תיאור המסלול

מבאב אל הווא ממשיך שביל הגולן דרומה, לאורך כביש 959. אחרי 500 מ' הכביש מתעקל בחדות ימינה (מערבה), ואנו נעזוב אותו ונמשיך בשביל הגולן דרומה, כשאנו מקיפים את מאגר בנטל ממערב.

אחרי ק"מ שביל הגולן פונה בחדות שמאלה (דרומה) ומתחיל לטפס להר בנטל יחד עם שביל בסימון אדום בטיפוס תלול. לאחר 1.5 ק"מ נגיע לפסגת הר בנטל ולנוף עוצר הנשימה שנשקף ממנה: מרחבי הגולן האדירים, הסורי והישראלי, נראים מכאן החרמון, ולפי האגדות, ביום טוב רואים גם את הר הדרוזים בקצה הדרומי של סוריה. מפסגת ההר יורד השביל בירידה תלולה (היזהרו): בחורף ובאביב עשוי להיות נאן בוץ חלקלק), שלאורכה נוכל לראות מדרום להר בנטל את אחיו הגדול – הר אביטל, שעל פסגתו בסיס צבאי. לאחר ק"מ נגיע לכביש הגישה לקיבוץ מרום גולן, שאותו נחצה ונמשיך דרומה במקביל לכביש ממערב לו, עד שנגיע לכיכר.

שביל הגולן חוצה את הכיכר וממשיך דרומה ממערב לכביש, שבעת מטפס לכיוון פסגת הר אביטל. באזור קיים פארק יפהפה של עצי אלון תולע ואלון מצוי מרשימים במיוחד. קטע הליכה זה, עד קיבוץ עין זיוון, הוא אחד מהיפים והמיוחדים בשביל.

לאחר 4 ק"מ נגיע לכביש 91, נחצה אותו, נפנה שמאלה (מזרחה) ונמשיך במקביל אליו מדרום לו 400 מ' נוספים, עד שנגיע לחניון עין זיוון. גם כאן הכשירה מועצה אזורית גולן חניון נוח עם פחים, מתחמי לינה וכו'. בחניון ממוקמת גם אנדרטה לחללי גדוד הסיור 134 שנפלו במלחמת יום הכיפורים.

אפשרויות לינה

חניון עין זיוון, הצמוד לקיבוץ עין זיוון, אשר גם בו ניתן לבדוק אפשרויות לינה בתשלום במידת הצורך.



הר בנטל, צילומים: דר' אבישי טייכר, מתוך אתר פיקוויקי

יום 4: מחניון עין זיוון לקיבוץ אלוני הבשן



אורך מסלול

11 ק"מ



נקודת סיום

קיבוץ אלוני הבשן



נקודת התחלה

חניון עין זיוון

נקודת קיצור במסלול: המסלול חוצה את כביש 98 מספר פעמים, או מצוי בקרבתו, עם דרכי עפר המתחברות אליו. אלו יכולות להיות נקודות קיצור במידת הצורך: לצד תל עין זיוון; דרך עפר העולה להר בני רסן; צומת תל חזקה.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרק או בגלגולון: המסלול עביר, ניתן לקצר בעזרת הליכה בשבילי ג'יפים המסומנים במפת סימון שבילים המתחברים לכביש 98.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח. יש להיערך בהתאמות של תוכן עבור נקודות התצפית השונות.

תיאור המסלול

מחניון עין זיוון ממשיך שביל הגולן מזרחה, לאורכו של אזור מפולס ומישורי יחסית – מישור עין זיוון. לאורך הדרך נפגוש טנק ישן שתותחו מכוון מזרחה, ונחצה תעלת נ"ט – תעלות שנחפרו לאורך מזרח הגולן כדי למנוע פלישת טנקים סוריים.

בשלב מסוים נבחין מצפון לנו בשרידיו של כפר עין זיוון, שאנשיו היו בני העם הצ'רקסי שהתגוררו באזור זה בגולן. לאחר 3.5 ק"מ נגיע לכביש 98, נחצה אותו ונפנה ימינה (דרומה). כעת אנו עומדים ממש למרגלות הר בני רסן (תל ע'סאניה), הקרוי על שם בני שבט הע'סאן, שאותם פגשנו בבאב אל הווא. כיום ניצבות בפסגת ההר עשר טורבינות רוח המפיקות חשמל בכוח הרוח, ואליהן פנינו מועדות כרגע.

מנקודת החצייה נמשיך 200 מ' דרומה במקביל לכביש, עד שנגיע לדרך הגישה להר ולטורבינות. נפנה שמאלה (מזרחה) ונלך בדרך הגישה, שלאחר 500 מ' פונה ימינה (דרומה) ומתחילה לעלות לכיוון פסגת ההר. לאחר 1.25 ק"מ נוספים של טיפוס מתון נגיע לפסגת ההר, שהיא גם נקודת התצפית המזרחית ביותר בשביל הגולן! מכאן נשקף נוף מדהים אל החרמון, סוריה ורמת הגולן.

בנוסף, מכאן ניתן לראות כי אנחנו בעצם עומדים על חלקו הצפוני של רכס הרי געש צר וארוך – זהו רכס בשנית, ולאורכו אנחנו עומדים ללכת לכיוון דרום.

מפסגת ההר מתפתל השביל למטה בדרך הרכב שיורדת מהטורבינות לצד הדרומי של ההר. לאחר ק"מ נעזב את הדרך ונמשיך דרומה, ומשמאלנו נוכל לראות את שרידיו של כפר צ'רקסי נוסף – מומסייה. אנו מתחילים בטיפוס מתון לכיוון הר קורטם - הר נוסף בשרשרת הרי הגעש עליה אנו נמצאים כרגע, ולאחר 2 ק"מ נגיע (כמעט) לפסגתו. הטיפוס המתון עובר בתוך יער הפארק הייחודי של רכס בשנית – אחד המקומות היחידים בארץ שבו גדלים אופן טבעי אלון מצוי, אלון התבור ואלון תולע.

לאחר ק"מ נוסף שביל הגולן נפגש עם כביש משובש, מסומן בסימון שבילים ירוק – זהו כביש הגישה למוצב הר חוזק. אנו פונים שמאלה (דרומה) וממשיכים 1.25 קילומטרים לאורך הכביש המשובש, עד ששביל הגולן פונה ימינה (דרומה) ועוזב את הכביש למרגלות הר חוזק.

מכביש הגישה למוצב הר חוזק ממשיך שביל הגולן דרומה, במקביל לשביל רגלי מסומן ירוק, בתוך יער הפארק היפהפה של רכס בשנית. במקטע זה פורחים בחודש אוקטובר שני פרחים נדירים ומרשימים: חלמונית גדולה וסתונית התשבץ.

לאחר 1.5 ק"מ נגיע לדרך רחבה המחברת את מוצב הר חוזק לשער האחורי של מושב אלוני הבשן, היישוב המזרחי ביותר בארץ, ונקודת הסיום של יום טיול זה.

אפשרויות לינה

ניתן לנסות ליצור קשר עם היישוב השיתופי - לבחון אפשרויות לינה בתוך היישוב. כמו כן, ללינה בתשלום, במקרה הצורך, ישנם חדרי אירוח ללינה מוסדרת בתוך היישוב.

בנוסף: מלאכי שביל: ניסים אסבן 052-3689696; אמיר דובדבני 052-8119505; אסף פרלמן

052-5658496 ביישוב אלוני הבשן.

יום 5: מאלוני הבשן לחרבת פרג'



אורך מסלול

15 ק"מ



נקודת סיום

חרבת פרג'



נקודת התחלה

אלוני הבשן

נקודת קיצור במסלול: חרבת חושיינה (כ-9 ק"מ מתחילת המסלול).

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, אך יש לקחת בחשבון זמנים, כיוון שזהו מסלול ארוך.

כדי לקצר, ניתן לסיים את הטיול בחורבת חושיינה.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

מתחילים את היום בדרך המחברת בין הר חוזק לשער האחורי של אלוני הבשן. בנקודה זו חוצה השביל הירוק וממשיך דרומה לכיוון עין ג'ואיזה, בעוד ששביל הגולן פונה שמאלה (מזרחה) והולך על הדרך הרחבה. לאחר 200 מ' פונה השביל ימינה (דרומה), ולאחר 500 מ' נוספים פונה שמאלה (שוב דרומה). מכאן אנו מתחילים בירידה מתונה מרכס בשנית, ולאחר 2 ק"מ נגיע לכביש משובש. אנו פונים שמאלה (מזרחה) והולכים 500 מ' לאורך הכביש, עד שהשביל פונה ימינה (דרומה) ועוזב את הכביש.

כעת אנו הולכים למרגלות תל שעף א-סינדיאן, הר געש נוסף והדרומי ביותר ברכס בשנית. לפי מחקרים, תל געשי זה הוא המקור ל"בזלת הכיסוי" – הבזלת הקדומה ביותר ברמת הגולן, זו שכיסתה את פני השטח לראשונה בתחילת התקופה הגעשית של הרמה. לאחר 4 ק"מ נגיע לכביש 98, נחצה אותו ונמשיך מזרחה.

לאחר 2 ק"מ נגיע לשרידי הכפר חושנייה – כפר צ'רקסי נוסף, שהמיוחד בו הוא מסגד עם צריח מאבני בזלת, שנותר על תילו. המסגד ממוקם ממש על כביש 87, זו יכולה אף היא להיות נקודת לינה במסלול אם רוצים לקצר את יום ההליכה (מקום לינה לא מוסדר) כמו כן, כ-2 ק"מ דרום מערבית לנקודה זו מצוי היישוב קשת, אשר אמנם סוטה מתוואי השביל, אך יכול גם הוא להיות נקודת לינה נוחה.

מחושנייה ממשיך שביל הגולן דרומה, ולאחר 300 מ' פונה בחדות שמאלה (לדרום-מזרח). מימיננו נוכל לראות את תל חושנייה – תל געשי קטן שגם עליו שרידי מבנים, חלק מהכפר חושנייה. למרגלות התל הקטן שוכנת בריכת חורף יפה.



צילום אווירי של תל חושנייה, צילום: זאב שטיין, מיזם שימור מורשת-אתרים מחוץ לערים, מתוך אתר פיקיוויקי

השביל עובר כאן במרחב פתוח ויפה, דל בעצים. באביב תמצאו כאן את הפריחה המדהימה המפורסמת של הגולן. ממערב נראה את מושב קשת, שהוקם תחילה סמוך לקונייטרה, ובהמשך עבר למקום קבע פה.

לאחר 3.5 ק"מ נגיע לגבול המזרחי של שמורת עינות פחם – מקבץ של עשרות מעיינות הנובעים בסביבה, חלקם בתוך תעלות נ"ט ולאחר כ-2 ק"מ נוספים מגיעים לחרבת פרג', שם ניתן לעשות עצירת לינה (מקום לינה לא מוסדר).

לפרטים - [אתר היישוב קשת](#)

יום 6: מחרבת פרג' לחניון דליות



אורך מסלול

11 ק"מ



נקודת סיום

חניון דליות



נקודת התחלה

חרבת פרג'

קיצור המסלול: אום א-דנאניר (כ-2 ק"מ מתחילת המסלול, בקרבת היישוב יונתן). ישנן אפשרויות פינוי רכובות על דרכי העפר, בחלקן ישנו צורך ברכב 4X4.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, אך יש לקחת בחשבון זמנים, כיוון שזהו מסלול ארוך.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

מחרבת פרג' אנו מתחילים בהליכה בכיוון דרום-מערב, ואחרי ק"מ חוצה שביל הגולן כביש צר וישר מאוד – זהו ציר הנפט, כביש שחוצה את רמת הגולן מצפון-מערב לדרום-מזרח, ומסמל תוואי של צינור שבהקמתו העביר נפט מהמפרץ הפרסי לטורקיה ולאירופה דרך רמת הגולן (שהייתה אז סורית). בהמשך הדרך נפגוש פתאום נדנדה, המציינת את מיקום הכפר הסורי הקטן אום א-דנאניר, ששכן כאן בעבר.

הולכים כק"מ עד שמגיעים לכביש צר נוסף. כאן פונה שביל הגולן שמאלה (דרומה) וממשיך על תוואי הכביש, שבהמשך הופך לדרך עפר. לאחר 300 מ' נגיע לתצפית הבונקר – נקודת תצפית מגג של בונקר, שבה נוכל ליהנות מנוף יפה של מרכז הגולן ומושב יונתן הסמוך. בתצפית יש גם ברז מטיילים, שבו תוכלו למלא מים.

לאורך הדרך אנו חוצים את אפיקו העליונים של נחל בזלת, אחד מיובליו הגדולים של נחל דליות, מהגדולים שבנחלי הגולן. לאחר 1.5 ק"מ עוזב השביל את דרך העפר ופונה ימינה (דרום-מערבה), ונכנס לשטח פתוח המשקף בצורה טובה את מרכז הגולן: רמה שטוחה, מעט עצים והמוני פרחים (בעונה).

אחרי 4.5 ק"מ של הליכה בכל היופי הזה נגלית לעינינו הפתעה לא צפויה: גל אבנים ענקי בצורת מעגל שקוטרו כ-150 מ'. זהו רוג'ום אל הירי (גלגל הרפאים בעברית), ועד היום מתחבטים החוקרים בניסיון לפענח מה היה כאן. בלב המעגל האמצעי ניצב גל אבנים גדול, 20 מ' קוטרו, ובלביו חדרון

קטן. ייתכן כי שימש כחלל קבורה למישהו מכובד ועשיר ביותר. סברה נוספת מציעה, כי המעגלים שימשו כמעייין לוח שנה קדום, כיוון שבמעגלים ניתן להבחין בתופעות אסטרונומיות, כגון יום השוויון. כ-800 מ' בהמשך השביל אנו חוצים את אפיק נחל דליות. שם נטועה חורשת אקליפטוסים נחמדה, ומומלץ לעצור כאן להפסקה. ממנה ממשיכים ללכת לכיוון מערב, וכעת ניתן לראות מדרום את מאגר דליות, שאוגר את מי נחל דליות לרווחת תושבי הגולן.

שביל הגולן מקיף את המאגר מצפון, ולאחר 2.5 ק"מ מגיע לכביש 808, הוא "ציר המפלים" – כביש המחבר את מרכז הגולן עם דרום הגולן, ולאורכו מספר מפלים מרשימים. יש לחצות את הכביש ולהמשיך מערבה לאורך אפיקו של נחל דליות. באזור צמחיית נחלים עבותה, ויש לשים לב לסימוני השביל. לאחר 500 מ' הדרך נפגשת בסימון אדום, היוצא מחניון דליות הסמוך והולך לכיוון גמלא (למעוניינים, הליכה של 3 ק"מ לכל כיוון). אנו פונים שמאלה (דרומה) והולכים עם השביל האדום 300 מ' עד לחניון דליות, ובו חניון מוסדר של מועצה אזורית גולן.

חניון דליות הוא חניון גדול, שבו שולחנות פיקניק רבים ופינות מנגל. קק"ל הכשירה בו חניון לילה מיוחד למטיילי שביל הגולן, אם כי זה אינו אתר קמפינג מוסדר.

שלושת ימי הטיול האחרונים הם קשים יותר מימי הטיול שקדמו להם.

יום 7: מחניון נחל דליות לאום אל קנטיר



אורך מסלול

10 ק"מ



נקודת סיום

אום אל קנאטיר



נקודת התחלה

חניון נחל דליות

אפשרות ליציאה מוקדמת מהמסלול: כביש הגישה לנטור.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: לא מומלץ לטייל בנחל סמך.

לקויות ראייה: המסלול בנחל סמך הוא למיטיבי לכת, התוואי בחלקו עובר באזורים מצוקיים ובשבילים צרים. מצריך ליווי צמוד, יש לקחת בחשבון את הזמנים.

עבור חניכים שלא ממשיכים בהליכה בנחל סמך, ניתן לפנות מהסכר של מאגר סמך, בדרך הפונה דרומה (חוצה את נחל סמך) ומתחברת לכביש הגישה ליישוב נטור. כאן יסיימו את היום ויצטרפו לקבוצה בחניון הלילה.

תיאור המסלול

מחניון דליות יוצא שביל הגולן דרומה, ומיד חוצה את כביש 869, היורד מהגולן לכיוון צפון הכנרת. לאחר 500 מ' נגיע לשרידי הכפר מזרעת קונייטרה – כפר קטן שבו השתמשו חקלאי העיר קונייטרה בעונות החורף.

אנו ממשיכים דרומה, ולאחר 1.5 ק"מ נגיע לקצהו הצפוני של מאגר סמך – היושב על אפיקו של נחל סמך, הגדול שבנחלי דרום הגולן. בשלב זה פונה שביל הגולן ימינה (מערבה) ומתחיל להקיף את המאגר מצפון. יש לשים לב – בשנים גשומות עולה מפלס המאגר ומציף את תוואי השביל! יש להקיף את המאגר ולהגיע לקצהו הדרום-מערבי.

לאחר 500 מ' נפנה שמאלה (דרומה) ונטפס לסכר של המאגר, שם ניתן לעיתים לראות דייגים המנסים לשלות דגים מן המאגר (סמך בערבית = דג). לאחר 700 מ' יורד השביל מהסכר וממשיך מערבה, מעל ומצפון לאפיקו של נחל סמך. בשלב זה, ישנה אפשרות להמשיך עם תוואי שביל הגולן, אשר ממשיך ללכת לצידו של נחל סמך ובהמשך לעלות לאום אל קנאטיר; לחילופין, עבור חניכים שמתקשים עם המשך ההליכה, ניתן בנקודה זו לפנות בדרך הפונה דרומה (חוצה את נחל סמך) ומתחברת לכביש הגישה ליישוב נטור. חניכים אלו יוכלו להיפגש עם יתר הקבוצה בחניון הלילה.

אם ממשיכים עם שביל הגולן, לאחר 3 ק"מ פונה השביל דרומה ומתחיל לרדת לכיוון ערוץ הנחל עצמו, בירידה תלולה מעט. לאחר 800 מ' בירידה נגיע לנקודה מעניינת: ראשית, כאן נפגש שביל הגולן עם דרך עפר בסימון שחור, החוצה את אפיק נחל סמך באמצעות גשר בזלת מרשים. הדרך והגשר שימשו את הסורים שהחלו לבנות בגולן בשנת 1964 תוואי להטיית מי מקורות הירדן לאורך כל הרמה. מתחת לגשר ישנה נקודת צל ובריכה מצוינת!

מהגשר ממשיך השביל בדרך הרחבה, פונה שמאלה ומתחיל לטפס לעבר הגדה המזרחית של נחל סמך, שממשיך להעמיק מתחתינו. הטיפוס מתון ונוח, ולאחר 2 ק"מ נראה משמאלנו קיר בזלת לח ושיחים רבים – זהו עין שקודל, מעיין קטן המטפטף ממרכז קיר הסלע. לאורך מקטע שביל זה נוכל לראות, מצד ימין, את התוואי החפור של תעלת ההטיה. 200 מ' בהמשך השביל נגיע לצומת נוסף – שביל הגולן ממשיך מכאן ישר, לאורך דרך רחבה, המסומנת באדום, ואילו הדרך השחורה מתפתלת שמאלה (מזרחה), ומטפסת כמה עשרות מטרים בגובה לעבר הרמה שמעל לנחל סמך. בסוף העלייה נמצא חניון עם פח וברז (עובד לסירוגין, יש לברר לפני היציאה לטיול, האם אכן עובד) – זוהי נקודת הסיום של היום בחניון אום אל קנאטיר.

אום אל קנאטיר נמצא במרחק של כ-2.5 ק"מ מהיישוב נטור, שם נמצאת חוות נטור ומדרשה על-תיכונית.



חיוואי נחשים בגולן, מרכז להבה קרית שמונה, תמונה מאלבום מאיר לוי, מתוך אתר פיקיוקי

יום 8: מאום אל קנטיר לחורשת גבעת יואב



אורך מסלול

15 ק"מ



נקודת סיום

חורשת גבעת יואב



נקודת התחלה

אום אל קנאטיר

נקודת יציאה באמצע המסלול: חציית כביש 789, מצוי כ-9 ק"מ מתחילת המסלול, שם ניתן לאסוף חניכים באמצע המסלול ולהסיעם לגבעת יואב לפגישה עם יתר החניכים בסיומו של היום.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרק או בגילגולון: המקטע הראשון עד כביש 789 **אינו מומלץ**. על אף קיומם של שבילי ג'יפים מדובר בירידה ארוכה עם שיפועים מאוד קשים, שיהוו מעמסה גדולה מידי על המלווים. ניתן להצטרף לחלק השני מכביש 789 עד לחורשת יואב. רוב המסלול עובר בדרך ג'יפים נוחה למעט עלייה קצת מאתגרת אך קצרה לקראת סוף המסלול.

לקויות ראייה: השביל עובר בירידה עם שיפוע מאוד תלול. יש לקחת בחשבון שזהו מסלול ארוך, ולבחון מה מתאים לחניכים. בחודשי החורף והאביב המסלול דורש חציית מים.

תיאור המסלול

מאום אל קנאטיר ממשיך שביל הגולן לדרום-מערב על דרך רחבה בסימון אדום. אנו יורדים כעת בשלוחה בין הנחלים אל-על וסמך, והירידה תלולה מעט ורצופה בפיתולים. לאחר 3 ק"מ נגיע למפגש הנחלים סמך ואל-על, שם נידרש לחצות מים זורמים (לפחות בחורף ובאביב) פעמיים, ובסוף נמצא את עצמנו בגדה הדרומית של נחל סמך, ממנה נטפס למעלה. בנקודה זו נפגשים שני נחלים זורמים. מומלץ לעצור כאן לארוחה קלה בצל העצים ולשכשוך במים הקפואים. מעבר לכך, הנקודה הזו מעניינת, כי היא הנמוכה ביותר בשביל: הגובה כאן הוא מינוס 20 מ' – 1,500 מ' מתחת לגובה ההתחלתי בחרמון.

מכאן מטפס השביל, כאמור, דרומה מהגדה הדרומית של נחל סמך. הטיפוס מתחיל על דרך רחבה בסימון ירוק (שחוצה כאן את נחל סמך), אבל במהרה אנו עוזבים אותה ומתחילים לטפס בשביל תלול וצר יותר - **יש לשים לב, זהו פיצול שקל לפספס!** לאחר 2 ק"מ של טיפוס תלול בהתחלה ומתון בהמשך מגיעים לשרידי הכפר עדיסה – כפר קטן בנוי אבני בזלת.

מעדיסה אנו ממשיכים בהליכה מישורית יותר, בכיוון מערב, לאורך השלוחה שמעל נחל סמך. לאחר 800 מ' נגיע למעיין קטן בשם עין א-סוויקטה, שבו נראה גוש צמחייה צפוף ואולי זרזיף מים ופרות. השביל ממשיך בקו גובה די אחיד לאורך השלוחה היפה. לאחר 3 ק"מ אנו מגיעים לכביש 789 וחוצים אותו, בסמוך לאפיק נחל קטן, שחוצה גם הוא את הכביש, בשם נחל תאנה. מחציית כביש 789 בנחל תאנה ממשיך שביל הגולן לאורך הכביש 150 מטר, ולאחר מכן פונה ימינה (מערבה) ועולה על דרך רחבה בסימון אדום. זוהי דרך יפה, שהולכת על קו גובה אחיד לאורך השלוחה שמעל נחל סמך, שבאן כבר הופך להיות קניון גדול ומרשים ביותר.

לאחר ק"מ נראה שביל קטן שמתפצל ימינה, המוביל לחורשה הממוקמת בשלוחה מתחתינו. זהו עין תפוז, מעיין קטן הנובע בתוך חורשת אקליפטוסים – מקום נחמד לסטות אליו לעצירה. לאחר קילומטר נוסף נראה מתחתינו חורשה נוספת, המעידה על מעיין קטן נוסף, עין עוייניש. 250 מטר נוספים, ומתגלה לפנינו הכנרת. מכאן מתעקל השביל שמאלה (דרומה) והולך על השלוחה היורדת מדרום רמת הגולן ישירות לכנרת.

לאחר 400 מ' נראה שביל קטן עולה מהדרך שלנו שמאלה (מזרחה) במעלה המדרון. שביל זה מגיע לאחר כמה עשרות מטרים אל מצפה אופיר – נקודת תצפית יפה, נגישה לכל רכב, לזכרו של אופיר שעל ממושב גבעת יואב הסמוך, שנפטר בגיל 16. בנקודת הפיצול פורח מדי שנה בסוף פברואר-תחילת מרס מרבד תורמוסים מרשים במיוחד, שצובע בסגול חזק את הירוק שמסביב.

לאחר 1.5 ק"מ נוספים נגיע לפיצול עם שביל רגלי בסימון כחול, המגיע ממצפה אופיר, ומשתלב עם הדרך האדומה שאנחנו עליה. ממשיכים ללכת על הדרך המשולבת, ולאחר 100 מ' פונה שביל הגולן שמאלה (מזרחה) ומתחיל לטפס לכיוון הבמה העליונה של רמת הגולן. בנקודה זו מומלץ להמשיך בדרך המשולבת 300 מ' ולהגיע לביר א-שכום (בני יהודה הישנה), שרידי כפר בדואי שבו הוקמה בשלהי המאה ה-19 מושבה יהודית שלא שרדה. אם הלכתם לביר א-שכום, לאחר מכן נחזור לנקודת הפיצול. משם עולים עם שביל הגולן, ולאחר ק"מ בעלייה מתונה מגיעים לבמה של רמת הגולן, ממנה נשקף נוף יפה לכנרת. נמשיך בשביל מזרחה ולאחר 500 מ' נגיע לחורשת גבעת יואב – חורשת אקליפטוסים נחמדה, בסמוך למושב גבעת יואב, שבה חניון לילה מוסדר.

חניון גבעת יואב: הכניסה מתאימה להולכי רגל ולרכב שטח בלבד. הכניסה לרכב דרך שער היציאה המערבי של גבעת יואב. אין בחניון מים זורמים והוא מסוג "חניון שלט", חניון חסר תשתיות. חניון לילה ללא תשלום.

הערה: זהו יום הליכה מאתגר, לעומת חלקיו האמצעיים של שביל הגולן ויש לקחת זאת בחשבון בהתאם ליכולות המוזכרים.

יום 9: מחורשת גבעת יואב ועד למבוא חמה



אורך מסלול

16 ק"מ



נקודת סיום

מבוא חמה



נקודת התחלה

חורשת גבעת יואב

נקודת יציאה באמצע המסלול: ניתן לקצר את המסלול ולישון באמפי גולן (אורך המסלול עד נקודה זו 7 ק"מ).

התאמה ללקויות

משתמשים בטרק או בגילגולון: עביר, למעט המקטע העובר **בנחל מיצר שאינו מומלץ** בשל השיפועים שלו. ניתן להצטרף שוב, בסוף מקטע זה בחיבור של שביל הגולן עם הכביש המסומן אדום.
לקויות ראייה: מקטע נחל מיצר כולל בתוכו שיפועים חדים ומעברים צרים, יש לבחון את מידת התאמתו לחניכים.



חיפושיות, צילום מוחמד מוסא שהואן, מתוך אתר פיקיויקי



חרדון מצוי על סלעי בזלת, צילום חן גרציאני-מרז

תיאור המסלול

מחורשת גבעת יואב ממשיך שביל הגולן דרומה, ולאחר 600 מ' נצמד לקו המצוק של במת רמת הגולן. ממקטע דרך זה נשקף לנו נוף מרהיב לכנרת. לאחר קילומטר של הליכה לאורך המצוק פונה השביל שמאלה (מזרחה) ומתרחק ממנו.

לאחר 500 מ' נגיע למקבץ לולים השייך למושב נאות גולן הסמוך, ממנו נמשיך דרומה, ולאחר קילומטר נוסף, שבמהלכו נחצה אפיק נחל קטן, נגיע למקבץ לולים נוסף. אנו מקיפים את הלולים ממערב, ומתחילים בירידה לכיוון הנחל הגדול שמדרום לנו – הוא נחל עין גב.

נחל עין גב אינו גדול או ארוך במיוחד בהשוואה לנחל סמך או לנחל דליות, אך יופיו לא יסולא בפז. תחילתו בעין פיק היפהפה, הנמצא מספר קילומטרים ממערב לנו, וסופו בכנרת, בתחומי קיבוץ עין גב. לאחר 1.5 ק"מ נגיע לאפיק הנחל וממנו נמשיך דרומה ונתחיל לטפס במתינות, כשמסביבנו עצי זית רבים, חלקם עתיקים!

לאחר 700 מ' מתעקל השביל בחדות שמאלה (דרומה), כשמאחורינו נוכל להבחין בגבעה קטנה – זהו תל סורג, המזוהה עם העיר המקראית אפק, שעל שמה נקרא קיבוץ אפיק הסמוך, וגם הכפר הסורי פיק ששכן במקום לפניו. לאחר 500 מ' ועיקול נוסף נגיע לכביש הגישה לסוסיתא – עיר רומית היושבת על גבעה שטוחה וצופה על הכנרת. אם מחליטים לסטות ולהיכנס אליה יש לקחת בחשבון שישנה הליכה של 3 ק"מ לכיוון.

שביל הגולן פונה שמאלה (מזרחה) והולך על הכביש (מסומן באדום) 300 מ', ואז פונה ימינה (דרומה) ומטפס במעלה השלוחה. לאחר 700 מ' נפגש השביל על כביש 98, פונה שמאלה (מזרחה) והולך 300 מ' במקביל לכביש – עד להגעה לאתר אמפי גולן, אם רוצים לקצר את יום הטיול ניתן לסיים כאן (אורך המסלול - 7 ק"מ).

חניון אמפי גולן: חניון לילה על שביל הגולן ובסמוך לאמפי גולן. הגישה למקום נוחה להולכי רגל ולכל סוגי כלי הרכב. אין בחניון מים זורמים והוא מסוג "חניון שלט", שהוא חניון חסר תשתיות. יתרונו של החניון הוא סמיכותו לכביש ראשי.

מאמפי גולן יוצא שביל הגולן דרומה וחוצה את כביש 98. לאחר 1.5 ק"מ של ירידה תלולה יחסית אנו מתחברים לאפיקו של ואדי ברברה, יובלו העיקרי של נחל מיצר, ולאחר 500 מ' נוספים נמצא את עצמנו מעל אפיקו של נחל מיצר עצמו, המגיע ממזרח. מעלינו, באזור אמפי גולן, קיים "המיצר" – האזור הצר ביותר ברמת רמת הגולן, ועל שמו נקרא הנחל שבו אנו נמצאים כעת. לאחר 2 ק"מ אנו נפגשים עם דרך שחוצה את אפיק הנחל, ומכאן שביל הגולן פונה ימינה (מערבה) ומטפס עם הדרך, שמסומנת אדום, מהאפיק. מנקודת הפיצול אפשר להמשיך לאורך אפיק הנחל, תחילה בדרך הרחבה

ובהמשך בשביל רגלי (שניהם מסומנים כחול), מרחק 1.5 ק"מ, עד שנגיע לתצפית על מפל נחל מיצר. המפל הינו ייחודי בעיקר בשל צבע הסלע שלו – אם התרגלנו לשחור של הבזלת, פתאום אנו חאים לבן של קירטון. מנקודת הפיצול עולה שביל הגולן, כאמור, לאורך הדרך בסימון אדום, ולאחר עלייה מתונה של 2.5 ק"מ נגיע למישור. הדרך האדומה פונה ימינה (מערבה), ואילו אנו נמשיך דרומה, לאורך המצוק מעל נחל מיצר.

לאחר 2 ק"מ עוזב השביל את קו המצוק ופונה מערבה לתוך המישור השטוח המיוחד, המכונה "ארץ האלונים" (ארד אל בלוטה). מישור זה הוא החלק הדרומי ביותר בבמה של רמת הגולן, הוא מוקף בכל עבריו במצוקים תלולים לכיוון נחל מיצר, הירמוך, נחל עין גב והכנרת, ומאופיין בשכבת אדמה עבה המאפשרת גידולים חקלאיים. נחצה את המישור לכיוון מערב בין מטעי אפרסקים, ולאחר 1.5 ק"מ נגיע לכביש 98 ולקיבוץ מבוא חמה – הדרומי ביותר ברמת הגולן.

אין מקום לינה מוסדר במבוא חמה, ניתן לנסות לתאם עם הקיבוץ. אפשרות נוספת היא לישון ביום זה באמפי גולן וביום למחרת להמשיך עד סיום מסלול שביל הגולן בעין תאופיק.

הערה: זהו יום הליכה מאתגר, לעומת חלקיו האמצעיים של שביל הגולן ויש לקחת זאת בחשבון בהתאם ליכולות המזדרכים.

יום 10: סיום שביל הגולן - מקיבוץ מבוא חמה ועד לעין תאופיק



אורך מסלול

6 ק"מ



נקודת סיום

עין תאופיק



נקודת התחלה

קיבוץ מבוא חמה

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, ברובו בדרכי ג'יפים.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

מהכניסה לקיבוץ מבוא חמה ממשיך שביל הגולן דרומה לאורך כביש 98, ולאחר 500 מ' פונה ימינה (מערבה) לכיוון בית העלמין של הקיבוץ. לאחר 300 מ' נגיע לשפת המצוק של רמת הגולן לנוף נהדר לכנרת. אנו פונים שמאלה (דרומה), ומתחילים ללכת לאורך קו המצוק.

לאחר 400 מ' נגיע להר נמרון – אתר קפיצה לחובבי ספורט האקסטרים של מצנחי הרחיפה. אנו ממשיכים דרומה, ולאחר 400 מ' נוספים תתחבר אלינו דרך רחבה, מסומנת ירוק, המגיעה ממזרח – וכעת שביל הגולן הולך ביחד איתה דרומה.

לאורך הדרך נוכל לראות שרידים למוצבים סוריים שהשקיפו מן הרמה אל עבר העמק. לאחר 2 ק"מ של הליכה על שפת המצוק נגיע לעיקול בכביש 98, וגם השביל שלנו מתעקל כאן ימינה (צפונה) ומתחיל לרדת מהבמה של רמת הגולן, לאורך חורשת אורנים.

לאחר 2 ק"מ בירידה נגיע לצומת דרכים: הדרך הירוקה פונה כאן ימינה (מערבה) ומתחילה בירידה של 5 ק"מ לעבר קיבוץ האון וחוף הכנרת. זוהי דרך עתיקה המכונה דרב אל חווארנה, ועד לתקופת המנדט ובניית כביש 98, העולה מחמת גדר, הייתה זו הדרך העיקרית לטפס לדרום רמת הגולן. שביל הגולן פונה שמאלה (מזרחה) ומטפס מעט, ולאחר 500 מ' מגיע לעין תאופיק – מעיין קטן ונחמד ובו תעלות מים ותצפית יפה דרומה אל בקעת הירדן וממלכת ירדן. גם כאן תמצאו חניון לילה מוסדר, אשר יוכל להיות גם הסימן לסיום המסלול.

מסלול 7: שביל סובב כנרת



תיאור כללי:

שביל סובב כנרת הוא מסלול הליכה באורך של 65 ק"מ, המקיף את הכנרת כולה. חלקים רבים מהשביל מתאימים גם לרכיבת אופניים. השביל התחיל את דרכו כדי ליצור מסלול טיול אטרקטיבי ולמנוע את המצב המעוות שבו חופי הכנרת והשטחים הציבוריים סביב הכנרת סגורים בפני הציבור בגדרות ובמכשולים.

הערות כלליות לטיול זה

1. בפירוט הימים מופיעים המלצות בכל הנוגע לשימוש בטרק או בגילגולון עבור חניכים המוגבלים בתנועה. עם זאת, מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים תלויי מזג אוויר או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.
2. הסימון במסלול זה לעיתים "נעלם", יש לעקוב אחר המפה ואחר סיפור הדרך לעיל.
3. הערה כללית לחניכים עם לקויות תקשורת ולקויות רגשיות: בעונות ובתקופות מסוימות חופי הכנרת עמוסים מאוד וההליכה בהם עלולה להוות חוויה לא נעימה ועמוסה מאוד. יש לבחור את תקופת הטיול כך שתמנע מצבים של חוסר שקט ומתח אצל חניכים אלה.
4. ההליכה באזור זה עלולה להיות חמה מאוד בעונות מסוימות. יש להיערך עם כמות מים מספקת ולערוך עצירות רבות בצל. במקרה של חניכים עם מורכבויות פיזיות ובריאותיות - יש לראות איך לקצר עבורם את המסלול ולפקוח עין בכל שלב בדרך.
5. המסלול משלב אפשרויות שונות של כניסה למים. במקרה של חניכים עם לקויות שמיעה יש לוודא שמכשיר השמיעה לא נרטב. כך גם לגבי חניכים עם כיסאות גלגלים ממונעים.
6. שביל סובב כנרת מלא ביציאות ובכניסות כך שניתן להחליט לקצר או להאריך את כל אחד מהימים בהתאם לצורכי החניכים וליכולותיהם.

יום 1: מבית ירח לחוף הדקל



אורך מסלול

14 ק"מ



נקודת סיום

חוף הדקל - חוף פתוח,
אינו נגיש לכיסאות גלגלים



נקודת התחלה

ברחבת העפר שמחוץ
לתיכון בית ירח

קיצור מסלול: ניתן לקצר את אורך המסלול על פי הצורך, שכן ישנן נקודות רבות שבהן אפשר לקצר.

נקודות פינוי מהמסלול: בשל קרבה לסביבה מיושבת, נקודות הפינוי הן רבות.

התאמות ללקויות

משתמשים בטרקר או גילגולון: המסלול עביר, יש אפשרות לקצר וללכת עד החניה הרחבה לפני מרחצאות חמי טבריה.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

מנקודת החניה ברחבת העפר שמחוץ לבית הספר בית ירח, ממשיכים ללכת דרומה ונכנסים לחוף ירדן-כנרת. הסימון הראשון של שביל סובב כנרת נמצא בחוף ירדן-כנרת ומסומן על סלע שנמצא כ-70 מ' ישר מהכניסה לחוף.

מכאן צועדים כ-20 מ' לכיוון צפון ופונים ימינה, ממשיכים על דרך רחבה בתוך החניון, מיד עוברים סימון על ארון חשמל, מעל הסימון בראש הגבעה חלק מהאתר הארכיאולוגי תל בית ירח. ממשיכים על דרך העפר עוד כ-100 מ' ומגיעים לשער. אם השער סגור, יש להודיע לרשות הכנרת, ובכל מקרה ניתן לעקוף את השער מימין ולהמשיך לצעוד על השביל.

אחרי השער אנו בתחום הימייה של משרד החינוך בבית ירח, צועדים צמוד למחסנים של הימייה. בצד השני של הרחבה יש לוח מודעות של שביל סובב כנרת. מאחוריו גדר, עוברים אותה מימין ועוזבים את הימייה, יורדים כמה מדרגות ומתחברים לשביל מסודר.

צועדים בשביל המסודר, בין שיחי המלוח, עצי האשל והאקליפטוסים. אחרי כ-250 מ' עוברים לדרך אספלט ולצמחיית בוסתן. ממשיכים בשביל האספלט הברור עוד כחמש דקות ומגיעים לשני עמודים

החוסמים את הדרך לכלי רכב. ניתן להחליט לבקר בתל בית ירח הנמצא למעלה או בבית הקברות של כנרת.

אחרי העמודים ממשיכים בשביל האספלט הימני וצועדים בצמוד לבית הקברות של כנרת. בסיום ההליכה הסמוכה לבית הקברות יש סימון על המעקה ממול, עוקפים מימין ונכנסים לשביל פרוץ בין קנים ואשלים. אחרי עוד כ-100 מ' ישנו סימון המורה לנו ימינה ואנו מתקרבים לכנרת ומיד פונים שמאלה וצועדים בחוף שלדג. חוצים את הרחבה הגדולה ומהעבר השני יש סימון סמוך לאשלים. מיד אחרי האשלים אנחנו בחוף שמשמש את שייטי זבולון כנרת, בית פרטי וחוף לצופי הכנרת. מעברו השני של השטח הפתוח, נצמדים מלמטה למעקה של צופי כנרת ובסופם פונים שמאלה ונכנסים שוב לשטח פרוץ בין אשלים וקנים. צועדים בין השיחים, שומעים את הרכבים שנוסעים על כביש 90 ומידי פעם רואים מכיוון מערב את בתי המושבה כנרת. אחרי כ-250 מ' בשביל הפרוץ, השביל עובר לשטחים החקלאיים של בני המושבה כנרת. צועדים בצד המזרחי של חלקות התמרים, כאשר המגמה היא לצעוד על הקו שצמוד לחלקות החקלאיות ממזרח. מידי פעם נתקלים במבנה חקלאי או בפינת מרגוע שהקימו אנשי המקום.

אחרי כ-300 מ' בשטחים החקלאיים מגיעים לבית המוטור של המושב, משאבה ששימשה את החקלאות באזור עוד משנת 1913. גם בהמשך, אחרי בית המשאבה, מגמת ההליכה ממשיכה בין שטחי החקלאות ובעיקר תמרים לבין פינות חמד. בסוף השטחים החקלאיים אנו מגיעים לחוף מסודר ומטופח, זהו חוף צינברי, ממשיכים בדרך המרכזית הסלולה של החוף, ניתן ללכת גם בתוך המים או בסמוך להם.



בית המוטור, צילום: ד"ר אבישי טייכר, מתוך אתר פיקיוויקי

כעת נמצאים ברצועת חופים: צינברי – ברניקי – שקמים, שאורכה קרוב ל-4 ק"מ. לאחר 1.3 ק"מ על הדרך הראשית, נראה מבנה ישן שנצבע על ידי תלמידי בית ספר מטבריה, שעסק בפעילות התנדבות בשביל סובב כנרת. לאחר כ-300 מ' מגיעים לשער של חוף ברניקי, לאחר קצת יותר מ-2 ק"מ מגיעים לקצה של חוף שקמים. בקצה החוף יש מדרגות המעלות לכיוון כביש 90. ממשיכים עוד כ-200 מ' ועוברים בדרך את הכניסה לחוף הנפרד. מיד לאחריו יש רחבת חניה לפני מרחצאות חמי טבריה (זוהי נקודת סיום אפשרית למסלול לאחר 7.5 ק"מ).

ממגרש החניה, שבין החוף הנפרד לחוף מעיינות חמי טבריה, צועדים צפונה ונצמדים לגדר של חמי טבריה, פונים ימינה והולכים בין הכנרת לבין הגדר. על השביל יש סלעים שעליהם פסיפסים שהם פרי טיפוח של ילדי בתי הספר של טבריה.

לאחר כמה מטרים מגיעים לחוף מעגן סירות. בחוף יש פס צהוב במגרש החניה. שביל סובב כינרת הולך כאן ממזרח לפס הצהוב ואז בחלק העליון מצד שמאל של מעקה הבטיחות בחוף קוקו האט. בסוף החוף גדר ושער. אם השער סגור ניתן להקיף אותו מימין ולהמשיך בדרך הראשית של מעגן הסירות בצד השני. בסוף המעגן השביל יורד במדרגות לחוף הים בשטח השיפוט של טבריה. כעת עולים על המדרכה והולכים צמוד לגדר של חוף גנים (רוב חופי טבריה סגורים לקהל שצויד בשביל סובב כנרת).

מיד אחרי חוף גנים צועדים צמוד לגדר של כפר הנופש סירונית ואז חוף גיא. ממשיכים לצעוד על המדרכה, עוברים גם את המרכז הימי של טבריה ואת מלון רימונים. מיד לאחר המלון יש רחבת חניה גדולה, פה יש נקודת גישה לחוף ציבורי ומהצד השני של החניון גרם מדרגות שמוביל לעוד רחבת חניה סמוך למלון לאונרדו.

ברחבת החניה, סמוך למלון, פונים ימינה לפני המלון ונכנסים לטיילת של טבריה, מצד ימין פסל סביבתי אינטראקטיבי של מקורות ועוד גופים, המודד את מפלס הכנרת. ממשיכים על הטיילת: מסגד עתיק, כנסיות, מלונות צליינים ובתי כמסת בעיר העתיקה מדגישים את אופייה ההיסטורי והרב-תרבותי דתי של העיר.

בסוף הטיילת מגיעים לפסל ספינת האם של האמנית אילנה גור. פונים שמאלה ועולים עלייה קלה בין פסלים אמנותיים סביבתיים. בסוף שדרת הפסלים פונים ימינה על המדרכה והולכים בין המלון הסקוטי לבין החוף שלו. לאחר מכן צועדים צמוד לחוף הלידו. עוברים את חוף מנחם לגברים ואז ליד מלון לאונרדו, חוף התכלת ומלון רון. לאחר מלון רון נצמדים לכביש לקטע קצר ומגיעים לדרך עפר, שם נמצא חוף הדקל שהוא חוף פתוח, שבו ניתן לישון.

[מידע על חוף הדקל](#)

יום 2: מחוף הדקל לחוף אמנון



אורך מסלול

16 ק"מ



נקודת סיום

חוף אמנון



נקודת התחלה

חוף הדקל

נקודות פינוי מהמסלול: קיבוץ גינוסר, חוף חוקוק.

התאמות ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר מחוף הדקל עד ימק"א. מימק"א לא מומלץ להמשיך, ישנם הרבה סלעים וחציית מים.

לקויות ראייה: יש לקחת בחשבון הליכה בין סלעים וחציית מים, ולחשב זמנים בהתאם.

תיאור המסלול

מרחבת החניה שבין חוף הדקל לגרין ביץ' יורדים לחוף וצועדים קרוב לחוף לכיוון צפון. חוצים את הגרין ביץ' ואז את חוף הבורה בורה ועוברים לחוף של ימק"א.

צועדים על קו החוף בין ימק"א והכנסייה הרוסית לבין האגם. זהו קטע מלא מעיינות, שחלקם נובעים בשטחים הפרטיים אבל אפשר ליהנות מהזרימה שלהם לכיוון האגם. לאחר הכנסייה הרוסית חוצים את נחל רקת וממשיכים צמוד לחומה בחלק התחתון שלה: צמוד לקו הגבול בין חלקות פרטיות לשטח הציבורי. בצדן הצפוני של החלקות הפרטיות מגיעים לשער פתוח, סוגרים אותו אחריכם וממשיכים לפי הסימון לצעוד צפונה. עוברים קבוצת מבנים עתיקים, שאחריהם יש סימון המוביל קרוב יותר לחוף.

בהמשך, לפי הסימון, עולים על גשרון קטן ונצמדים למתקן של מקורות, עוברים צמוד אליו ממזרח ונצמדים למשהו הנראה כמו מעקה בטון, זהו המוביל המלוח. צועדים על דרך עפר ברורה צמוד למוביל המלוח לנופי הכנרת והגולן בשמורת סלע הנמלה.

בסוף דרך העפר שער נעול ומצד ימין על מדרגת בטון סימון שביל סובב כנרת. עוברים את מדרגת הבטון לחוף מגדלה. חוצים את החוף ונצמדים למעקה של האתר הארכיאולוגי נוצרי, מגדלא, שיש סברה כי היה ביתה של מריה מגדלנה. צועדים צמוד לאתר וניתן להתרשם מהחפירה הארכיאולוגית ומהכנסייה במקום.

בהמשך השביל מגיעים לחוף ארבל של מגדל ומיד אחריו חוצים את נחל ארבל וצועדים צמוד למתקן שאיבה, על פי סימון השביל. ממשיכים צמוד לגדר מעגן סירות של מגדל ומועדון ים כנרת. בהמשך צועדים צמוד לחלקה פרטית שבסופה ישנה דרך רחבה בין סבך. חוצים את הסבך כמה עשרות מטרים ורואים מצד שמאל את וילה מלצ'ט.



צילום רוני קניגסברג, מתוך אתר פיקיוקי



חיים וייצמן (במרכז) בוילה מלצ'ט

בסוף הגדר של הווילה פונים שמאלה ומיד ימינה וממשיכים על דרך ברורה ורחבה. כעת צועדים שוב על קו גבול בין חלקות פרטיות וחקלאיות לבין שטח ציבורי. אחרי כמה עשרות מטרים עוברים שדרת פיקוסים יפה על גשרון מעל נחל נון, מיד לאחר מכן ממשיכים לצעוד סמוך לשתי מסעדות שמשרתות בעיקר צליינים. בהמשך הדרך עוברים עוד וילה, זוהי וילה סמואל. מיד אחריה שוב עוברים בסבך יפה ורגוע בדרך רחבה וברורה. ממשיכים בדרך כמה מאות מטרים ומתחילים לראות את המבנים של בית הארחה גינוסר. מגיעים לאפיק נחל, זהו נחל צלמון, כדי לחצות אותו ממשיכים לפי הסימון 50 מ' בטיילת ברורה, במעלה הנחל יש גשרון קטן.

חוצים את הגשרון (הנמצא בשטח כפר הנופש גינוסר: מכאן ועד היציאה הצפונית מקיבוץ גינוסר אין סימונים), פונים ימינה והולכים לכיוון החוף, אחרי 50 מ' פונים שמאלה ומזהים בהמשך הדרך מבנה מרשים, זהו בית יגאל אלון. מקיפים את המבנה בצד מזרח על מדשאה ירוקה אשר בסופה פסל סביבתי. ממשיכים בכיוון הפסל הסביבתי ומיד אחריו יש שער נמוך ופונים בו ימינה. כעת צועדים בין הבתים של קיבוץ גינוסר לבין הים. בקצה הצפוני של הקיבוץ, ישנו מעגן הסירות של הקיבוץ. ממשיכים על דרך האספלט, פונים ימינה וצועדים צמוד לגדר של בית הקברות של הקיבוץ ממערב אשר בקצהו עוד מעגן סירות. נצמדים לגדר של מעגן הסירות מבחוץ וצועדים צפונה. בסוף המעגן סימון של שביל סובב כנרת בולט על סלע יוביל אותנו לגבעת תצפית עם פסיפסים. מקום מומלץ לתצפית ולמנוחה.

בהמשך פונים ימינה ומיד שמאלה ומקיפים מתקן שאיבה, כל זה על פי הסימון שבילים. לאחר מתקן השאיבה עוברים עוד בוסתן קטן, שבו סימון השביל מוביל אותנו צפונה. בהמשך משמאל, ניתן לראות את המבנים של "בית בכפר" דיור מוגן לאנשי הגיל השלישי.

ממשיכים לפי הסימון, נכנסים לסבך בדרך רחבה ומיד חוצים את נחל עמוד. אחרי חציית נחל עמוד נפגשים עם סימון שחור, שהוא סיום מסלול נחל עמוד. אנו פונים שמאלה וצועדים בדרך רחבה עוד כ-100 מ', חוצים שוב שדרת פיקוסים קטנה, אחריה לפי הסימון נצמדים לגדר ומקיפים ממזרח, זהו שטח פרטי של קיבוץ עמיעד, בהמשכו שטח אגף הדייג של משרד החקלאות. מדלגים בין סלעים קטע קצר ואז שוב חורשת פיקוסים יפיפיה צמוד לגדר אגף הדייג. בסוף הגדר של אגף הדייג השביל יוביל לחוף חוקוק דרום. צועדים על המדרכה לחלק הצפוני של החוף, כעת נצמדים לגדר של אכסניית כרי דשא ועוברים לחוף חוקוק צפון, שם ניתן ללון ללא תשלום, אם רוצים לקצר את המסלול (אורך ההליכה מתחילת המסלול עד נקודה זו: כ-9 ק"מ).

[מידע על חוף חוקוק](#)

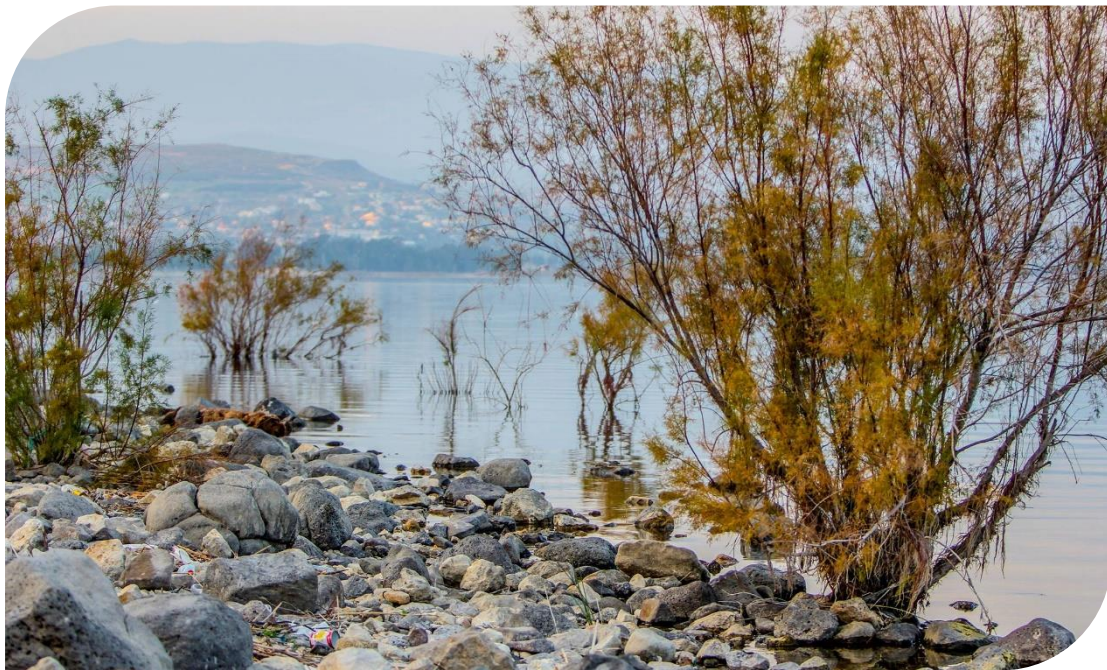
אם בוחרים להמשיך את המסלול (אורכו עוד בערך 7 ק"מ), פונים לחלק הצפוני של החוף, צועדים בצמוד לגדר של אתר ספיר לכיוון צפון עד הכניסה לאתר (אליו יש להחליט האם בוחרים להיכנס - בתיאום מראש, או לא). עוברים את הכניסה לאתר וממשיכים צמוד לגדר מבחוץ לאורך השביל. בשטח נראים סימוניו של שביל ישר. ממשיכים מעלה צמוד לגדר ולראש הגבעה לכיוון תל כנרת. בנקודה הגבוהה ביותר של השביל, על הגבעה, מזהים שביל רחב וממשיכים לצעוד בו. הוא מוביל אותנו לכביש הגישה לפילגרהאוס. השביל לא נכנס לפילגרהאוס, אלא ממשיך לכיוון מזרח לצד הכביש. לאחר כ-300 מ' חוצים את כביש הגישה לכנסיית הלחם והדגים בטבחה וממשיכים לצעוד צמוד לחומה החיצונית עוד כ-250 מ'. עוברים גם את הכניסה לבכורת פטרוס ולאחר כ-100 מ' ישנן מדרגות מצד ימין. מיד בסופן של המדרגות יש סימון של שביל סובב כנרת, המפנה שמאלה. אם ממשיכים ישר אחרי כעוד 100 מ' מגיעים למפל הנסתר.

אנו ממשיכים שמאלה עם סימון השבילים. לאחר כ-75 מ' מגיעים למטע זיתים, פונים ימינה והולכים דרומית למטע. אחרי כמה עשרות מטרים עוזבים את המטע וממשיכים על דרך עפר ברורה הובילה לעוד מטע זיתים. שוב פונים ימינה וצועדים בין המטע לבין הכנרת.

צועדים כמה עשרות מטרים ואז פונים ימינה ללשון יבשתית נהדרת, השביל מוביל אליה והחוצה וממשיכים צמוד למטע הזיתים. שוב פונים ימינה וצועדים צמוד למצוק לכיוון מבנה אבן ישן, שהוא בית משאבות פעיל.

ממשיכים עם סימון השביל סובב כנרת. משמאל גידולי מנגו מימין נוף כנרת. השביל מוביל למעבר מוצל מתחת לעצי שיזף ואחרי כ-100 מ' מגיעים ולפינת עצירה מוסדרת של רשות הטבע והגנים. בתוך הגן יש לעקוב אחרי הסימון היטב, בצד השני של הגן השביל ממשיך ונצמד לגידולי מנגו, צועדים בשולי הגידולים לצד הכנרת ואחרי כ-75 מ' מגיעים לדרך לבנה. פונים שם שמאלה, עולים עלייה קלה הצמודה לגדר ומגיעים לכביש הגישה לכפר נחום הפרנציסקני. אלו הרוצים לבקר באתר יפנו ימינה, אלו הרוצים להמשיך על השביל יפנו שמאלה, יצאו עד הצומת ויפנו ימינה על טיילת הבשורה. בטיילת הבשורה צועדים בערך קילומטר עד הכניסה לגן לאומי כפר נחום. לאחר מכן פוגשים את שביל סובב כנרת על הציר המרכזי שלפני המזח ופונים שמאלה ומזרחה. כעת צועדים על דרך סלולה, עוברים שער מנע לבקר וממשיכים על הדרך הסלולה. אחרי 150 מ' הדרך כבר לא סלולה אך ברורה מספיק, צועדים בנוף פתוח על דרך מסודרת בנוף שיזף, אשל, קנה וסוף. בקצה הדרך מגיעים לחוף אמנון, שם ניתן לישון.

[מידע על חוף אמנון](#)



צילום; מוחמד אבוריא, מתוך אתר פיקיוויקי

יום 3: מחוף אמנון ועד חוף כינר



אורך מסלול

11 ק"מ



נקודת סיום

חוף כינר



נקודת התחלה

מפרץ חוף אמנון.

נקודות פינוי מהמסלול: גשר אריק, יציאה מקוצרת דרך הזאבי/המג'רסה.

התאמות ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול ברובו מתאים לנסיעת ג'יפים, אך גם דורש הליכה קצרה במים, העבירות תלויה בעונה, צריך לברר את מצב גובה המים.

לקויות ראייה: המסלול ברובו בתוואי נוח, יש הליכה במים.

תיאור המסלול

בחוף אמנון, השביל חוצה את החוף וממשיך מצידו השני, הדרך ברורה ומסודרת והנוף פתוח. אחרי כ-500 מ', ביציאה מהחוף, ישנה אפשרות לצאת שמאלה למעקף על מסלול לבן לגבעה סמוכה ולעין עייש. אלו הממשיכים על השביל יפנו ימינה ויקיפו את חורבת עייש. בסוף ההקפה הקצרה השביל חוזר לדרך רחבה ומסודרת מאוד, עוד כמה מאות מטרים מצד שמאל ישנה שוב דרך לבנה, המוליכה לתצפית על עין יצר ומשם צריך לשוב בחזרה לשביל.

ההמשך על השביל ברור. הדרך ברמת פיתוח טובה כחלק ממדיניות רשות הכנרת וזהו גם הקטע הראשון שהוכרז בשביל סובב כנרת. השביל מתעקל ימינה, מתרחק מהכביש ומתעקל שוב שמאלה. עוברים מחסום לרכבים, עוברים ליד גשר אריק המקורי והשביל מוליך אותנו אל הכביש.

בצד הצפון-מזרחי של גשר אריק יורדים לשטח לכיוון הכנרת. צועדים על סימון שבילים אדום (1568), לאחר כ-200 מ' פונים שמאלה לסימון שבילים ירוק וצועדים בדרך רחבה וברורה. הדרך צמודה לשמורת טבע "הבטחה", שמקיפה את שפכי הנחלים של הירדן והגולן לכנרת.

ממשיכים על הדרך הירוקה לכיוון מזרח, צועדים כשהשמורה מימין ושטחי חקלאות, בעיקר של מנגו משמאל. אחרי כמה מאות מטרים נצמדים ללגונה של אחד היובלים וממשיכים על הסימון הירוק בין השמורה לחקלאות.

בהמשך מגיעים לחורשת אקליפטוסים קטנה ובסופה פנייה חדה שמאלה. בגלל תנאי השטח ונסיעות הג'יפים הסימון לא תמיד ברור וכדאי להיות מרוכזים. אחרי הפנייה שמאלה ממשיכים צמוד לערוץ קצר, פונים בקצהו ימינה ממשיכים ישר עוד כ-300 מ'. פונים שמאלה ואנחנו שוב במגמה שבין השמורה לחקלאות על דרך ירוקה.

בהמשך הדרך שטחי החקלאות משמאל תוחמים בוגנוויליות, לאחר כמה עשרות מטרים מימין סבך קנים ומיד אחריו פניה ימינה וחצייה של ערוץ נחל זורם בגובה 30 ס"מ - הזאכי, שפך נחל משושים היורד ממרכז וממערב רמת הגולן. אחרי עוד 100 מ' חצייה נוספת, הפעם של נחל יהודייה המזרחי יותר (חציות הערוצים מחייבים הירטבות בגובה כפות הרגליים).

אחרי החצייה נפרדים מהסימון הירוק ופונים ימינה עם סימון של שביל סובב כנרת. שוב נוף פתוח, מנגו משמאל, קנים ואקליפטוסים מימין. כעת צועדים עם סימון שביל סובב כנרת בלבד, עוד כ-500 מ' השביל מתעקל שמאלה בחדות ובהמשך עיקול ימינה. כעת צועדים בדרך ברורה מאוד עם גדר התוחמת את החקלאות משמאל ואת השמורה מימין. ממשיכים לצעוד בדרך מתפתלת וברורה, אך חשוב לשים לב, לאחר כקילומטר ישנה פנייה חדה ימינה לכיוון מטע תמרים. שוב פנייה חדה ימינה ועוברים מימין למטע ומשמאל לשמורה. השביל מתעקל סביב המטע וכעת המגמה מזרחה. המגמה ממשיכה וחשוב להיצמד לגבול השמורה כל הזמן.

בהמשך הדרך אקליפטוס ענק ובקצהו פנייה חדה ימינה והיצמדות לגדר. ממשיכים בין השמורה למטעים ובהמשך מגיעים לחורשת זיתים קטנה, שומעים מפה את כפוף המים של המג'רסה, שפך הדליות. אפשר לחצות בתוך המים ואפשר על שורת סלעים מימין. אחרי החצייה ניתן לפנות שמאלה ולהמשיך עד מבואת המג'רסה, לשם קיצור המסלול.

להמשך המסלול: פונים ימינה על פי הסימון והולכים צמוד למטע זיתים הנמצא משמאל. צועדים צמוד למטע זיתים ובהמשך סימון ברור ימינה לכיוון השמורה. עוברים מעבר בקר ונצמדים לצינור שאיבה, הולכים עם הצינור עוד 200 מ', עומדים מול מבנה, עוברים עוד שער בקר ומיד לאחרי סימון על עמוד חשמל יפנה שמאלה. כעת שוב צועדים בדרך פתוחה וברורה בגבול שמורת הטבע.

לאחר כ-500 מ' עוברים שוב מתקן שאיבה וממשיכים ישר. המגמה נמשכת אחרי מתקן השאיבה ולאחר כקילומטר ניתן לראות את מלון נופש כינר. נכנסים לבוסתן שפותח על ידי תלמידים מהאזור, בקצהו אנדרטת גוליבר וחוף כינר וזהו סיום המסלול.

[מידע על חוף כינר](#). אם רוצים לישון [בחוף דוגה](#) יש לברר קודם לכן שהוא אינו תחת שיפוצים.

יום 4: מחוף כינר ועד חוף סוסיתא



אורך מסלול

10 ק"מ



נקודת סיום

חוף סוסיתא



נקודת התחלה

חוף כינר

נקודות פינוי מהמסלול: לאורך החופים המצויים לאורך המסלול.

התאמות ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

לקויות רגשיות ונפשיות: המקטע האחרון במסלול חלוקים-סוסיתא עובר על יד אזור בסכנת מיקוש, יש להכין מראש ולנקוט אמצעי זהירות.

תיאור המסלול



יוצאים מחוף כינר, השביל עובר ברובו דרך חופי רחצה בסמוך לקו המים העליון, השביל מסודר וברור. לאורך המסלול ישנם חופי רחצה פרטיים לצד חופי רחצה מוסדרים, בהם החופים דוגה, דוגית, גולן וצאלון (כל אחד מהחופים הללו יכול להיות

נקודה לסיום המסלול אם יש צורך לקצר את יום ההליכה).

מדרום לחוף צאלון השביל עובר בשמורת הטבע נחל סמך ובחוף האשלים (דיימונד) והלגונה של נחל סמך. השביל ממשיך בשמורה עד למקבץ החופים כורסי-לבנון-חלוקים. מדרום לחוף חלוקים השביל עובר שוב בקטע טבעי, מתחת למצפה נוקייב, שהיה עד לשחרור הגולן מוצב של הצבא הסורי. מכאן נגיע לחופים גופרה וסוסיתא. סמוך לחוף גופרה ישנו המעיין עין גופרה, שבו נובעים מים תרמומינרליים חמים. חוף סוסיתא ישמש כמקום הלינה.

[מידע על חוף סוסיתא](#)

יום 5: מחוף סוסיתא עד חוף דגניה



אורך מסלול

14 ק"מ



נקודת סיום

חוף דגניה



נקודת התחלה

חוף סוסיתא

אפשרות לקיצור המסלול: קיבוץ האון (לאחר 8 ק"מ), וככלל בחופים לאורכם עוברים במהלך הדרך. **אתרי עניין סמוכים לשביל:** סוסיתא, הטייסים הטורקים, חופי רחצה לאורך הדרך.

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגלגולון: המקטע בין סוסיתא לקיבוץ האון עביר. המקטע בין קיבוץ האון עד מעגן אינו עביר ולא מומלץ משום שהדרך בוצית, ויש הליכה בסבך קנים, בשביל צר ובמדרגות. **לקויות ראייה:** יש לקחת בחשבון הליכה בתוך סבך ולחשב זמנים בהתאם.

תיאור המסלול

המסלול מתחיל בצומת הכניסה לחוף סוסיתא, סימון שבילים כחול ההולך לאורך נחל עין גב יוביל לכיוון מערב ולשביל סובב כנרת (אם ישנים בחוף סוסיתא, ניתן להתחיל משביל סובב כנרת, ליד שפך נחל עין גב). כשנפגשים עם סימון השביל (סובב כנרת) פונים שמאלה וחוצים את נחל עין גב היבש (במקרה שהוא זורם יש גשרון 50 מ' מזרחה), עולים על דרך סלולה בצד השני הנחל וממשיכים על הדרך הסלולה. חוצים את חוף הימייה ומהצד השני של הדרך להורדת הסירות נצמד לגדר והולכים בצדה המערבי, קרוב לכנרת. לאחר כ-50 מ' נכנסים למעגן התיירותי בקיבוץ עין גב.

צועדים בטיילת המעגן, מקיפים נגרייה מכיוון מזרח ונצמדים שוב לטיילת הצופה לכנרת. משום שצועדים בתוך שטח הקיבוץ יש צורך לקחת זאת בחשבון בשמירה על פרטיות חיי התושבים: לצעוד על הסלעים התוחמים את הגינות הפרטיות עם הכנרת. כאשר מגיעים לקצה הקיבוץ ישנה גדר שאליה יש להיצמד מצדה הדרומי (החיצוני לקיבוץ) ולעלות עמה לכיוון מזרח עד הגעה לדרך ברורה הצמודה למטעי בננות מרושתות. פונים ימינה ודרומה וממשיכים על הדרך צמוד לרשתות הבננות. בקצה המטעים מחסום רכב. ממשיכים מהצד השני, הפעם צמוד למטעי תמרים צעירים.

בקצה המטע פונים ימינה ומיד שמאלה וצועדים על הגבול בין כפר הנופש עין גב לכנרת. גם בקטע זה יש לכבד את פרטיות הנופשים. מהצד השני של החוף, בהמשך כפר הנופש, הולכים בחלק הפנימי של הכפר על טרסה תחתונה וצועדים עד קצה כפר הנופש. בהמשך רצוי לרדת לדרך שמתחת לטרסה הצמודה לחוף ולצעוד צמוד למעקה האבן מהצד החיצוני של כפר הנופש.

הולכים לאורך המעקה ומגיעים עד דרך סלולה שבה פונים ימינה לכיוון דרום. הדרך נצמדת לכביש, ממערב הכנרת וממזרח הגולן, ממשיכים על הדרך הסלולה ועוברים מבנה מימין, עוברים את חוף שיטים הפתוח וממשיכים על אותה דרך.

בהמשך מתקן של מקורות. עוברים לדרך עפר, גם היא ברורה וצמודה לכביש שממנה מגיעים לחניה של חוף רותם שיזף. ממשיכים על דרך העפר שמתחמת בקנה, עוד כמה עשרות מטרים, עולים על דרך סלולה ומיד פונים ימינה ושמאלה, שוב לדרך עפר שמתרחקת מהכביש, ממזרח הגולן וממערב הכנרת. צועדים בשטחי בריכות הדגים ההיסטוריות של קיבוץ האון שכבר לא קיימות, שטחי חקלאות מתחדשים באזור.

בהמשך הדרך יש לשים לב, שסימון השביל ייקח ימינה ומיד שמאלה ומקיף מבנה משאבה ישן ונטוש. תוואי הדרך דומה אבל כעת הוא חסום על ידי צמחיית מים משני הכיוונים. הדרך נוחה ופסטורלית, צועדים בין אקליפטוסים, קנים, סוף, מלוח ועוד.

השביל מוביל לחורשת אקליפטוס שממנה יוצאים לתוך שטח קיבוץ האון. יוצאים מהצד השני של הקיבוץ ונכנסים לתוך כפר הנופש האון. השביל ברור ומסומן היטב. ביציאה מהצד השני של כפר הנופש נתקלים באבני בטון בצורת קונס. ניתן לסיים כאן אם יש צורך לקצר את המסלול. אם בוחרים לקצר את המסלול, בקטע זה עוברים להליכה קלה על סימון שחור לכיוון מזרח, דרך זו תוביל לתחנת הדלק.

אם רוצים להמשיך במסלול, ממשיכים ללכת דרומה על הדרך הרחבה. עוד 75 מ', דרך האספלט מסתיימת, וישנו מחסום המונע גישה לרכב לכיוון החוף. ממשיכים ישר על דרך עפר, עוד כ-250 מ' ומגיעים לאקליפטוס ומתחיתו ספסל בטון. ממשיכים ישר ונכנסים לקטע סבוך וקצר, אחרי עוד 200 מ' הליכה עולים עלייה קטנה מצד שמאל וכעת צועדים מעל הסבך כ-50 מ' ומיד יורדים אליו שוב. ההליכה בסבך מהנה ומוצללת, בחורף היא עלולה להיות בוצית, אך מתנדבי השביל עמלו רבות על מנת שהקנים, הפטל והאשלים לא יפריעו לצועדים.

אחרי עוד 500 מ' בסבך מגיעים לזולה רוח, אחת מנקודות העצירה לשהייה בטבע ולמנוחה על מבנה נטוש וישן ששוקם לצורך כך.

ממשיכים בסבך המהנה, וכעת בין הסבך ריבוי עצי תאנה מרשימים. כעת יש מקומות צרים להליכה ומידי פעם עליות וירידות קטנות שעלולות להחליק.

ההליכה מהנה ומוצלחת, אחרי 250 מ' השביל הופך להיות צר ועובר בתוך מנהרת קנים ובסופם עלייה קלה, שאחריה נמצאים ליד בית האריזה של קיבוץ מעגן. פונים ימינה, הולכים 75 מ', מדלגים על משאבת המים לחקלאות באזור. סימון השביל, הנמצא סמוך לתחילת מטעי הבננות, מוריד שוב ימינה ויורדים במדרגות שוב לתוך סבך, אחרי 50 מ' פינת מנוחה לצידנו.

ממשיכים ישר ומיד נכנסים לסבך בין קנים ואשלים 300 מ' בדרך זו ושוב נכנסים למנהרת קנים שנמצאת מעל נביעה ועלולה להיות בוצית. בסופה עלייה קלה לכיוון מעלה, משמאל בתי קיבוץ מעגן וכעת צועדים שוב בסבך, בין הקיבוץ לימה. סבך הקנים עלול להיות נמוך כעת ולהקשות על ההליכה, אך הוא קצר ובסופו נצמדים לגדר קיבוץ מעגן, ממשיכים צמוד לגדר עוד כמה מטרים ונכנסים לקיבוץ דרך השער. מכאן ניתן להמשיך על שביל אבן לכיוון האובליסק של פרץ גולדשטיין. תוך כדי סיור בקיבוץ ממשיכים לצעוד לכיוון השער הראשי.

לאחר שיוצאים מהשער הראשי פונים ימינה על המדרכה, עוברים תחנת אוטובוס ולאחר מכן ארון חשמל. אחרי 75 מ' יש פנייה ימינה חזרה לשביל סובב כנרת. נכנסים בשביל, עולים כמה מדרגות ומיד מגיעים לפינת זולה נוספת, הפינה המקסימה הזו עם הנוף המרהיב זכתה לכינוי "גבעת המכללה" או "גבעת הפסיפסים".

ניתן לנוח וליהנות מהפסיפסים ואז להמשיך בשביל, ירידה קצרה ונצמדים למעקה מתכת של מכללת כנרת ובהמשך לסבך. בסוף הסבך הקצר מצויים בצמוד לאמפי פארק בית גבריאל וצועדים על סלעי בזלת גדולים. לאחר 50 מ' של צעידיה על סלעי הבזלת נצמדים לגדר המאולתרת של בית גבריאל ועולים למעלה, בסוף העלייה יש ירידה קלה למחלקת האומנויות של המכללה וסמוך לשם הסימון יוביל תוך חוף צמח, זהו אתר נופש בתשלום, על כן יש לצעוד רק על סימון השבילים. חוצים חורשת פיקוסים יפה ולאחריה עוקפים את הברכות מימין וממשיכים על השביל שבין האתר לימה.

לאחר שחוצים את הפארק, סימון השביל יפנה שמאלה ויש לצעוד צמוד למבנה המועצה האזורית עמק הירדן. בסוף המבנה פונים שמאלה וימינה וממשיכים לצעוד ברחבת החניה של המועצה. בקצה החניה מגיעים לגדר ומקיפים מימין את מרכז השיטור של האזור. מהצד השני מתחברים לטיילת מטופחת עם פינות ישיבה מוצלות ומסודרות. בסוף הטיילת ממשיכים עם המדרכה 100 מ' ונכנסים בשער המוביל למוצא הירדן הדרומי מהכנרת ולסיום המסלול בחוף המכונה חוף דגניה וצמוד לדגניה א'.

מסלול 8: שביל רמות מנשה



רמות מנשה, צילום: אודי שטיינול, מתוך אתר פיקיויקי

הערות כלליות לטיול זה

1. מומלץ לערוך הכנת מסלול בסמוך למועד היציאה לשטח, כדי לוודא שאין שינויים בלתי צפויים תלויי מזג אוויר, או מפגעים אחרים שעלולים להגביל את המעבר במסלול.
2. חלק גדול מהמסלול עובר על שבילי ג'יפים. חשוב לוודא, כי חניכים עם לקויות רגשיות/לקויות שמיעה/לקויות תקשורת מודעים לכך. כמו כן, יש להקפיד הקפדה יתרה אם משולבים חניכים כאלה בקבוצה.
3. החלוקה המוצעת פה לארבעה קטעים אינה מחייבת. אפשר לחלק את השביל לקטעים קצרים/ארוכים יותר, על פי אופי ויכולות הקבוצה. ריבוי היישובים באזור והעובדה שניתן לעשות קמפינג כמעט בכל מקום מאפשרים חלוקה לקטעי הליכה. כמו כן, בשל התוואי הנוח יחסית ברובו, זהו אזור שבו ניתן לשלב ניווטים אשר יורדים מסימון השבילים.

יום 1: מיער עופר לרמות מנשה



אורך מסלול

18 ק"מ



נקודת סיום

קיבוץ רמות מנשה



נקודת התחלה

מושב עופר

התאמות ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, אך מדובר ביום טיול ארוך, וחשוב לקחת בחשבון את הזמנים. ניתן לקצר ולהתחיל במושב בת שלמה. בנוסף לכך, ישנם דרכי ג'יפים נוספים בשטח המסומנות במפת סימון שבילים. ניתן לבחור בהן כדי לקצר עליות ומקטעים נוספים. לא מומלץ לעשות את המסלול בסמוך לעונת הגשמים, כיוון שהאזור נהיה בוצי ומקשה על המעבר בו. בעונת החורף ייתכן ויהיה צורך בחציית מים זורמים בנחלים.

לקויות ראייה: המסלול בדרך נוחה, ברובה בשבילי ג'יפים. ישנם אזורים מעט יותר סלעיים, שייתכן ויצריכו ליווי יותר צמוד.

תיאור המסלול

מסלול בדרגת קושי קלה עד בינונית. המסלול מתחיל בקרבת השער הדרומי ליישוב עופר. העונה המומלצת להליכה במסלול היא באביב - מרס ואפריל. ניתן לבצע את המסלול בתקופה חמה יותר בשל התוואי שעובר בחלקו בחורש, המצל על המטייל. בחורף ייתכן שהמטייל יאלץ לחצות מים הזורמים בנחלים. הסימון בקטע זה טוב למדי, למעט נקודות בודדות שבהן הצמחייה כיסתה אותן.

מדרך הגישה ליישוב המסלול מוביל ליישוב בת שלמה. דרך זו, במקביל לסימון שביל רמת מנשה, מסומנת בסימון שבילים אדום. לאחר הליכה קצרה על דרך עפר, עוזבים את דרך העפר והשביל יורד לעבר החורש. ההליכה על דרך זרועה באבנים בתחילת המסלול. המסלול מגיע לרכס אך מסומן בשוליו.

השביל עובר בשער ברזל ולאחריו במגמת ירידה לעבר ערוצון, עם חצייתו המסלול במגמת עלייה בחורש ים-תיכוני. בסוף החורש השביל נכנס למושבה בת שלמה, וחוצה אותה לכל אורכה. בסמוך לשער מצויה "חנוניה" ניתן להצטייד במצרכים להמשך הטיול (כ-5 ק"מ).

השביל חוצה את כביש מס' 70 ואת חלקה הדרומי של המושבה בת שלמה. המושבה הוקמה בימי הברון רוטשילד. מומלץ להציץ לתוך בית הכנסת הישן. בעזרת נשים היה בימי הבריטים סליק נשק

של ההגנה. השביל ממשיך במגמת ירידה לעבר נחל דליה. הדרך ממשיכה עם הסימון האדום במקביל לשביל רמות מנשה (כתום). בתום הירידה חוצים שני מעברים אירים, אשר בחורף עלולים להיות מוצפים. בהמשך השביל מגיע לפארק אלונה ולצומת דרכים, שבה השביל האדום נפגש עם שביל כחול ושביל ירוק. שביל רמות מנשה עוזב בשלב זה את הסימון האדום, ועולה לתוך החורש עם סימון שבילים כחול. הדרך הולכת לכיוון דרום-מערב. עם היציאה מהחורש השביל מפיל מעלה על דרך ג'יפים נוחה אך חשופה (סימון שבילים אדום). לאחר כמה מאות מטרים המסלול חוזר לחורש על סימון השבילים הכתום והדרך נוחה ומוצלת ונמשכת במגמת עלייה. לאחר כ-2 ק"מ מגיעים לשיא הגובה. מנקודה זו השביל במגמת ירידה, הולכים על השביל הכתום, חוצים צומת דרכים שבה עוברים שבילי ג'יפים בסימון אדום, ירוק ושחור. שם גם מצויה פינה נוחה למנוחה, עם ספסל.

הערה: בזכות ריבוי הדרכים המצוי באזור זה, על פי יכולות וצורכי הקבוצה ניתן להחליט האם העלייה להר חורשן מתאימה או לא. אם אינה מתאימה ניתן לבחור בדרך חלופית, אשר אינה עולה לפסגת ההר ומתחברת בצומת זה.

מצומת זה ממשיכים על השביל הכתום, לאחר כ-3.5 ק"מ השביל נפגש עם סימון שביל ירוק. פונים עמו שמאלה לכיוון צפון-מזרח. כעבור כמה מאות מטרים מגיעים למזלג עם הסימון הכחול, שבו פונים בדרך הימנית. ממשיכים על הדרך על פי הסימון הכתום, וחוצים את כביש 6. כ-200 מ' לאחר החצייה מגיעים לעין חדווה. השביל ממשיך על דרך עפר נוחה וברורה, שאינה מסומנת בחלקה ועד לצומת T. פנייה ימינה מובילה לעין סוקר, הפנייה שמאלה היא המשך הדרך. ההליכה נמשכת על דרך עפר נוחה. חוצים מספר מעברי בקר. בהמשך השביל פונה שמאלה, הליכה קצרה ומגיעים לעין מחוללים. מעיין הנמצא בינות לעצי תות גדולים, מקום מומלץ לעצירה. מעיין מחוללים נמשיך לנקודת הליכה. נעזב את השביל המסומן ונפנה ימינה (צפונה) ונלך לאורך הגדר של הקיבוץ המתעקלת ימינה, עד שנגיע לנקודה שבה חורשת אורנים נעימה ומוצלת (בקרבה למטע אבוקדו נטוש). שם נחנה ללילה. נקודה זו נמצאת כ-4 ק"מ מקיבוץ רמות מנשה, שם ניתן לבדוק אפשרויות לינה במידת הצורך. הגעה אליו היא על ידי המשך הליכה על השביל הכתום, ועלייה בשביל הכחול ולאחר מכן הליכה על השביל השחור לקיבוץ רמות מנשה.

יום 2: מרמות מנשה למשמר העמק



אורך מסלול

19 ק"מ



נקודת סיום

קיבוץ משמר העמק



נקודת התחלה

קיבוץ רמות מנשה

התאמות ללקויות

משתמשים בטרק או בגלגולון: המסלול עד קיבוץ הזורע, עביר, אך מדובר ביום טיול ארוך, וחשוב לקחת בחשבון את הזמנים וכן שהמקטע בין קיבוץ הזורע לקיבוץ משמר העמק כרוך בהליכה יותר מאתגרת. חניכים ששלב זה של היום קשה להם יכולים לקצר ולפגוש את הקבוצה בנקודת סיום היום.

לקויות ראייה: המסלול עובר בדרך נוחה, ברובה שבילי ג'יפים.

לקויות רגשיות ולקויות תקשורת: במהלך המסלול ישנה חצייה של כביש ראשי. חשוב להקפיד לעצור את הקבוצה לפחות כ-100 מ' לפני הכביש ולהעביר הוראות בטיחות. במקרה של חניכים עם מוגבלויות יש להצמיד מלווה לפני חציית הכביש.

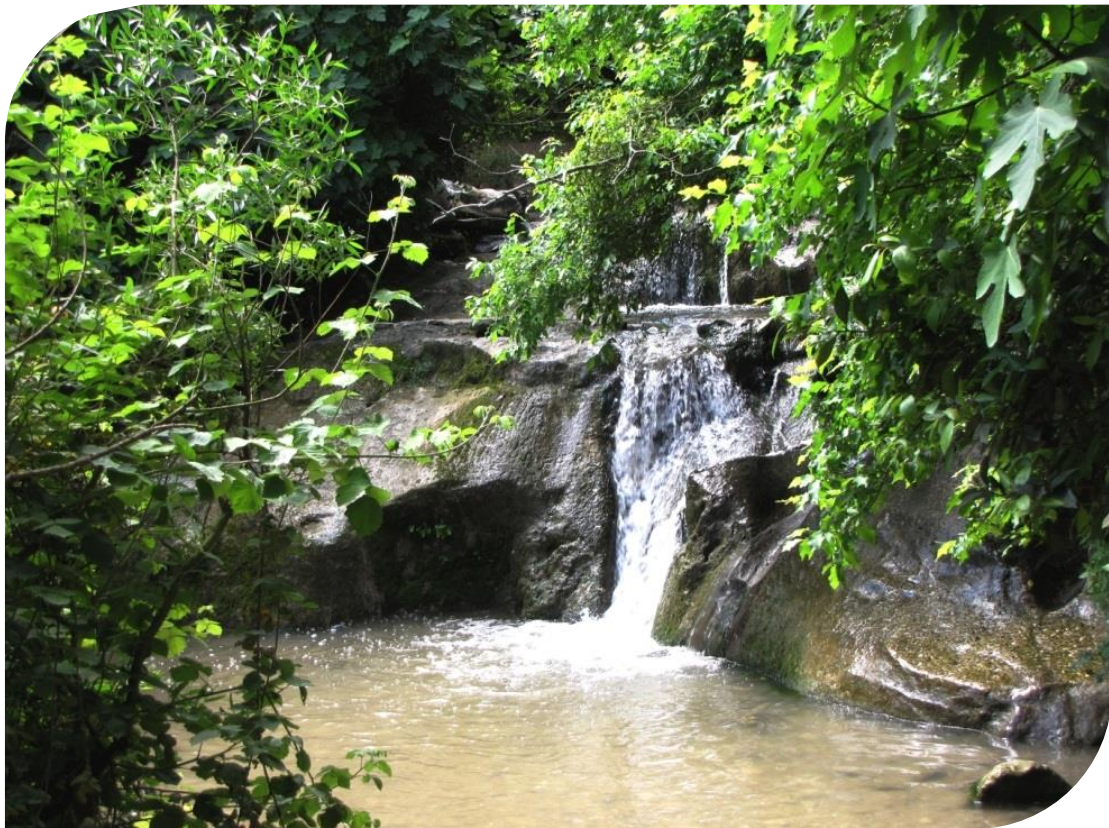
תיאור המסלול

מקיבוץ רמות מנשה יורדים חזרה לשביל הכתום, אשר הולך לכיוון צפון-מזרח יחד עם סימון שבילים כחול. הולכים לאורך נחל שלף, עד הגעה לכביש 672, כק"מ דרומית לצומת רמת השופט. כאשר נפגשים עם הכביש פונים שמאלה והולכים צפונה, על טיילת לצד הכביש עד הצומת ומתחם המועצה האזורית.

מהמועצה האזורית יורדים בסימון הכתום לעמק של נחל השופט. השביל פונה ימינה, לכיוון מזרח, אך סטייה מעט מערבה לתוך הסבך תוביל למעיינות שבהם ניתן לעשות עצירה קרירה. אם סוטים מהשביל למעיין, לאחר העצירה חוזרים לנקודת פיצול הדרכים וממשיכים עם הדרך האדומה-כתומה עוד 2 ק"מ עד שמגיעים לצומת דרכים כחול-אדום המסלול ממשיך בצמוד לדרך האדומה ולאורך נחל השופט, אך יש אפשרות לסטות לדרך הכחולה ולהיכנס לעמק השלום לעצירה ולמילוי מים.

עם הדרך האדומה ממשיכים לאורך נחל השופט, עד פיצול שבילים, שבו נמשיך עם הסימון הכתום לצד הנחל ונתחבר למסלול נחל השופט הנגיש (פנייה שמאלה עם השביל האדום תוביל לחניון החרובים).

ממשיכים ללכת לצד נחל השופט, עוברים את מערת הגמל והשביל ממשיך מזרחה ומעפיל לעבר הרכס. משם על דרך העפר ממשיך השביל בכיוון צפון ובמגמת עלייה. בהמשך חוצה השביל את קיבוץ הזרע, ועוזב אותו באזור חוות הסוסים. לאחר מכן, השביל יורד לעבר האזור התפעולי של בריכות הדגים ומבצע פנייה חדה דרומה. המשך ההליכה על כביש שירות קטן, בינות לעצי שיטה מכחילה ועצי תאנה, עד הכניסה ליער גחר. משום שאזור זה אינו מוגדר כשמורת טבע ניתן לישון בשטח היער. לחילופין, ניתן להמשיך עם השביל עוד כ-5 ק"מ עד משמר העמק ולבדוק אפשרויות לינה בשטח הקיבוץ, יש לקחת בחשבון כי זהו קטע הליכה מאתגר יותר. חניכים ששלב זה של היום קשה להם יכולים לפגוש את הקבוצה בנקודת סיום היום - ביער גחר, או בקיבוץ משמר העמק, על פי החלטת הקבוצה.



נחל שופט, צילום: אדיר-מתן אוזן, מתוך אתר פיקיוקי

יום 3: ממשמר העמק אל מאגר נחל רז



אורך מסלול

15 ק"מ



נקודת סיום

נחל רז



נקודת התחלה

קיבוץ משמר העמק

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגיגולון: המסלול עביר, ישנה עלייה תלולה בתחילת המסלול וירידה תלולה בהמשכו. רוב המסלול עובר בשבילי ג'יפים.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

לפני שער הקיבוץ השביל פונה לעבר החורש. זהו קטע הליכה יפה ומרשים ביותר. השביל עוזב את דרך העפר ומעפיל בתלילות שמאלה. בחלוף כ-1 ק"מ נראה סוכה מימין ובה ריצפת פסיפס של כנסייה מהתקופה הביזנטית. השביל ממשיך בתוך החורש ויוצא ממנו לדרך עפר. בהמשך השביל פונה ימינה כאשר משמאל נראית האנדרטה לבני הקיבוצים. מומלץ לעזוב את השביל ולבקר באנדרטה ובתצפית המרהיבה הניבטת ממנה.

לאחר חזרה לשביל, השביל ממשיך על דרך עפר עד שהוא חוצה מעבר בקר ונכנס לחורש. היציאה מהחורש היא דרך עפר ופיצול דרכים, והשביל ממשיך עם סימון שבילים כתום. מנקודה זו מתחילה עלייה תלולה ביותר המשתרעת על פני כ-200 מטר. הדרך ממשיכה על דרכי עפר ובתוך חורש עד למעבר מטיילים. לאחריו השביל מסומן על דרך עפר נוחה, מגמתה ירידה, ומשמאל נראה מאגר מים. ממשיכים ללכת על הדרך המסומנת בכתום, עד שנפגשים עם כביש 267. בכביש פונים שמאלה, לכיוון דרום, לאחר כמה מאות מטרים סימון השבילים חוצה את הכביש והשביל המסומן ממשיך לכיוון דרום-מערב. כ-1.5 ק"מ אחרי חציית הכביש מגיעים למאגר רז, שם ניתן להעביר את הלילה.

כמו כן, ניתן לבדוק אפשרויות לינה בקיבוץ גלעד ובקיבוץ דליה במידת הצורך.

יום 4 ואחרון: ממאגר רז לבנימינה



אורך מסלול

16 ק"מ



נקודת סיום

בנימינה



נקודת התחלה

מאגר רז

התאמה ללקויות

משתמשים בטרקר או בגילגולון: המסלול עביר, המסלול חוצה נחלים, בחורף יש לבדוק שהמעברים אינם מוצפים וניתנים לחצייה.

לקויות ראייה: המסלול עובר בתוואי נוח.

תיאור המסלול

קטע בדרגת קושי קלה, מרביתו מסומן על דרכי עפר נוחות להליכה, אך חשופות לשמש. תוואי השביל בחלק משמעותי עובר בסמוך או בצמוד לנחל תנינים, אך המרווח בין סימן לסימן הוא מאות מטרים רבים. המסלול חוצה נחלים, בחורף יש לבדוק שהמעברים אינם מוצפים וניתנים לחצייה.

ממאגר רז השביל הולך על דרך עפר נוחה וחוצה את אחד מיובליו של נחל תנינים לצד בית משאבות של מקורות. משם השביל יורד דרומה וחוצה את כביש הגישה לקיבוץ גלעד, ולאחר הליכה של כ-300 מ' לצד הכביש השביל יורד דרומה. הדרך ממשיכה על דרך עפר נוחה ורחבה בתוך יער פארק ועד הגיעו בסמוך לעין נילי. עין נילי היא בריכת מים זורמים ומתוחזקת הנמצאת בתוך חורשת איקליפטוסים. מקום מומלץ לחניה. כדי להגיע למעיין, יש לעזוב את השביל ולפנות במזלג השבילים בזרועו השמאלית וללכת מרחק הליכה קצרצר. ליד עין נילי השביל פונה מערבה וההליכה בקטע זה היא לצד נחל נילי. המשך המסלול חוצה את כביש 6 ובהמשך את יער אלונה, עד לבית העלמין של אלונה. מבית העלמין חוצים את הכביש ופונים ימינה, הליכה קצרה והשביל עובר בצמוד לסכר שעל נחל תנינים. בחלוף כקילומטר מגיעים לעין אביאל. בקטע זה ועד לחוות הסוסים הנמצאת בסמוך למחצבת בנימינה מרווחי הסימון הם מאות מטרים רבים!

השביל חוצה מחסום לכלי רכב, ממשיך בצמוד לגדת הנחל ועד לחצייתו על גשרון בפנייה שמאלה, ממשיך במקביל לגדתו הדרומית, חולף ליד חוות הסוסים, ולאחריה פונה דרומה וחוצה את השדה, עד התחברותו עם דרך העפר המובילה לכביש מס' 652, החולף בסמוך למחצבת בנימינה.

[מפה ממוחשבת עם תוואי המסלול](#)