

מפתח הלב בשגרת הקורונה

ידידות בבידוד פעילות למרחב הקולי לכיתות ה-ח



פתיחה

חשובנה על אנשים בסביבתכם שחולים או על כאלה שנמצאים בבידוד.

- מי הם? האם הם בני משפחה/חברות/אחר?
- האם יצרתם איתם קשר לאחרונה? באיזו דרך?
- מה תוכלנה לעשות כדי להפחית את תחושת הבדידות שלהם בלי לסכן את עצמכם?

הקראת הסיפור: "דירה למכירה" / קובי לוי (מצ"ב בסוף הקובץ)



שלב א' - אישי

חשובנה:

- מה תוכלנה לעשות כדי להפחית את תחושת הבדידות של אנשים חולים או שנמצאים בבידוד?
- באילו דרכים תוכלנה ליצור איתם קשר?
- במה תוכלנה לסייע להם?



שלב ב' - שיתוף

- שתפנה את אחד ההורים במחשבותיכם אודות הגשת סיוע למבודדים או חולים.
- בדוקנה עם ההורים אפשרויות להגשת סיוע או עזרה למבודדים או חולים.

הצעות לפעולות שונות להגשת עזרה:

להתקשר, לבקר דרך החלון, לכתוב מכתב, לצייר ציור, לשלוח הקלטה שלכם, לערוך להם קניות, לאפות להם עוגה, להשאיל להם משחקים, ספרים וכד'.



שלב ג' - סיכום ויישום

באמצעות פעולות פשוטות ניתן להפחית את תחושת הבדידות של אנשים חולים, בודדים ומבודדים.



פעלנה להפחתת תחושת הבדידות של מבודדים/חולים באחת הדרכים עליהן החלטתן עם ההורים.

- האם ידוע לכן כיצד התקבלה העזרה שלכם?
- כיצד הרגשתן לאחר הגשת העזרה?

מאמץ

החומרים פותחו
על ידי צוות מדריכות
לחינוך חברתי-ערכי
במחוז החרדי:

אהובה רענן,
חיה קטרי,
עליזה קירזון,
שושי כץ

בשיתוף
מרכז פסגה חרדי
ירושלים.