

# עזר 1: דף חשיבה

## מחברים את הנקודות

### דף חשיבה

העלו רעיונות לפעולות אקטיביסטיות בנושא הנבחר בכמה שיותר זירות (שלוש לפחות).

דרכי פעולה	
	זירת ההשתתפות החקיקתית
	זירת ההשתתפות הפוליטית
	זירת ההשתתפות ההתנדבותית- יזמית
	זירת ההשתתפות הקהילתית
	זירת ההשתתפות הצרכנית
	זירת ההשתתפות התרבותית
	זירת ההשתתפות החומרית
	זירת ההשתתפות המקצועית

# עזר 2: דפי מכ"מ מיפוי אישי

# אקטיביזם – מיפוי אישי

## שלב 1 - בחני את עצמך – מיפוי אישי

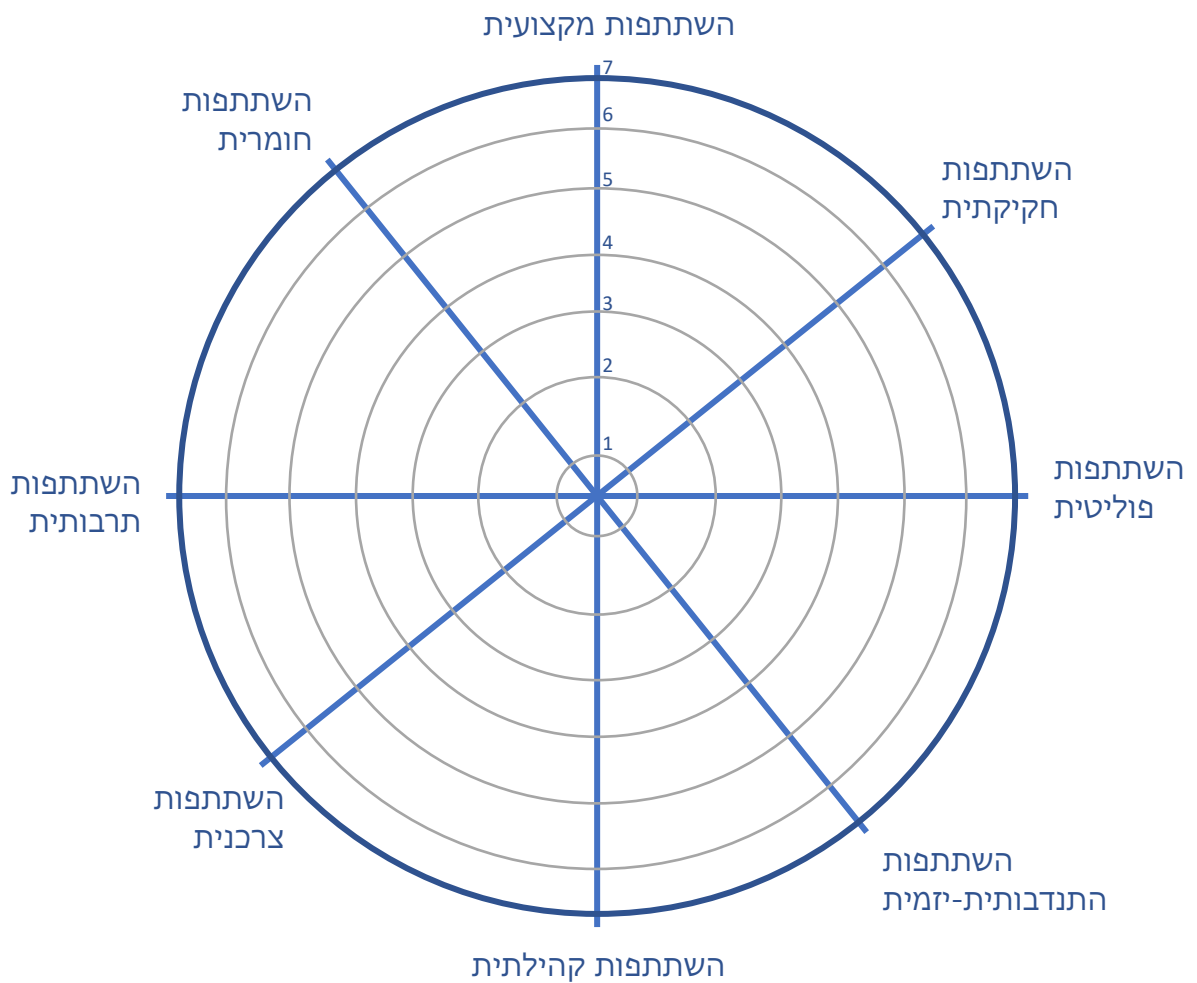
בעמוד הבא מצורף "מכ"מ המיפוי האישי" עליו מצוינות 8 זירות האקטיביזם.

- **תני לעצמך ציון** בכל אחת מהזירות, המשקף את מידת המעורבות והפעילות שלך בזירה (7 מציון מאוד פעילה ו-1 מציון בכלל לא פעילה):
- בצבע **כחול** סמני עד כמה את מכירה ומתמצאת בזירה זו ובדרכי הפעולה בה.
- בצבע **אדום** סמני באיזו מידה היית רוצה להיות פעילה פעילה בזירה זו.
- **העבירי קו** בין המיקומים שסימנת (ציונים נמוכים – האזור הקרוב למרכז המכ"מ, ציונים גבוהים – האזור הקרוב לשולי המעגל החיצוני של המכ"מ).

## שלב 2- "הדרך שלי" – כיווני פעולה לחיזוק האקטיביזם האישי

- **בחרי את שלוש הזירות** החשובות ביותר בעיניך.
- **בחני את המצב** בזירות אלו: היכן כדאי לחזק את הידע ו/או הרצון האישי?

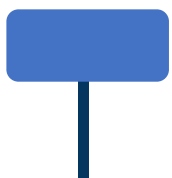
# אקטיביזם - מיפוי אישי



# עזר 3: שמונה שלטי זירה



הדפיסי לפני המפגש את שלטי הזירה והכיני העתקים בהתאם למספר הקבוצות שאת צופה לתרגיל זה (2-4). במידת האפשר ניתן להדביק מקלות בתחתית כל זירה מודפסת כך שניתן יהיו להניפן כשלטים.









# עזר 4: קטע "הרצים על פנינו" מאת פרנץ קפקא



# עזר 5: קלפי ערכים

# סבאיא אלח'יר (צעירות הטוב)

ארגון מפעיל:  
החברה למתנ"סים,  
מרכז קהילתי אבו סנאן  
המקום בו אנו פועלות:  
אבו סנאן, המתנ"ס הקהילתי  
ליצירת קשר:  
אמל מוסא, 0525696949,  
amal.gadban.89@gmail.com

ערך מנחה:

**נתינה**

קהילה בשבילי היא:

**נתינה, שייכות, העצמה,  
גאווה, שותפות (כולנו יד אחת)  
עזרה לאחר.**

נושאים שאנו מקדמות:

**שיפור חזות ישוב, נתינה לכלל  
ובפרט לנזקקים**



משרד המערכה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
וחינוך הציבורי לישראל



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז לניהול התנדבות



ציונות בראש  
الصبايا اول

מנדר גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מרכז גאנדיר

קרנות  
תמיכה חינוכית





# אימהות אומניה

ארגון מפעיל:  
אזרחים בונים קהילה, ומרכז  
צעירים "התחנה", לוד

המקום בו אנו פועלות:  
לוד, מתנ"ס קהילתי שכונת  
הרכבת

ליצירת קשר:  
רנא מחארב, 054-3218131

ערך מנחה:

תרומה לחברה

קהילה בשבילי היא:

התפתחות אישית וחברתית, נתינה,  
השפעה, חיזוק הביטחון העצמי, שינוי,  
מודעות ותקווה.

נושאים שאנו מקדמות:

פעילויות לילדים ללא מסכים, שירותים  
לאימהות וילדים בחברה הערבית בעיר  
לוד, יוזמות שונות בשכונה לקהילה שלנו.



מפגש הנבוכה הרווחה  
והשיחיים החברתיים  
וחסן הכרטיז לשראד





صبايا أمنية



# צעירות אומניה

ארגון מפעיל:  
אזרחים בונים קהילה, ומרכז  
צעירים "התחנה", לוד  
המקום בו אנו פועלות:  
לוד

ליצירת קשר:  
רנא מחארב, 054-3218131

ערך מנחה:  
חברות

קהילה בשבילי היא:  
גילוי הביטחון הפנימי והרחבתו, ניתוק  
מרעשי העולם, הרגשת ביטחון יחד,  
שייכות, תקווה למחר טוב יותר.

נושאים שאנו מקדמות:  
מרחב שיח ולמידה לנשים ערביות בעיר,  
אפשרות למימוש פוטנציאל אישי וחברתי,  
יזמות שונות בעיר לקהילה שלנו.



משרד המעבודה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
ותחום הבריאות לילדים



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת להתנדבות ישראלית



צ'ירות בראש  
الصيايا أو

גנדר  
GANDYR  
גנדר  
GANDYR FOUNDATION

קדננות  
תנועת הקדננות  
הישראלית



# חברות בקהילה

ארגון מפעיל:

מנהל קהילתי אשכולות

המקום בו אנו פועלות:

שכונת שמואל הנביא, ירושלים,

מנהל קהילתי אשכולות

פרטי התקשרות:

אסתי טייכמאן, e7648424@gmail.com

ערך מנחה:

שותפות

הקהילה בשבילי היא:

הבית השני שלי, שחרור והנאה,  
חדר בריחה, העצמה אישית, קבלה  
ושאיפות לשינויים חברתיים.

נושאים שאנו מקדמות:

ליל שישי - מרחב בטוח לצעירות  
מהשכונה בליל שישי.



משרד המעבודה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
וחינוך חברתי לירושלם



הרשת להתנדבות ישראלית  
המרכז ליישום תוכנית התנדבות



ציונות בראש  
الصبايا اول

מנדל גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מכון מנדל גאנדיר

קרנות  
תנועות הנוער  
הישראלית



# חודודק אלסמא בית גאן

ארגון מפעיל:  
עמותת "מרכז מעשה"  
המקום בו אנו פועלות:  
בית גאן, מרכז קהילתי  
ליצירת קשר:  
חנין אסמעיל  
hanins@maase.org.il

ערך:  
עוצמה

קהילה בשבילי היא:  
ביטוי עצמי והגשמה עצמית,  
שייכות למשהו גדול יותר.

נושאים שאנו מקדמות:  
כל תחום המגדר והפמיניזם.



משרד המערכה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
וחינוך הבריטי לילדים



הרשת להתנדבות ישראלית  
המרכז לניהול טנדריים ופרוייקטים



צורות בראש  
الصيايا أو

גנדר  
GANDYR  
גן גנדר  
GANDYR FOUNDATION

קדננות  
תנועת הקדננות  
הישראלית



# קהילת צעירות משנות עולם, דימונה

ארגון מפעיל:

עמותת יחדיו

המקום בו אנו פועלות:

מרכז הצעירים דימונה

ליצירת קשר:

מירב ויקי 052-7788992,

meirav@yachdav.org.il

ערך מנחה:

**בית**

קהילה בשבילי היא:

מקום שבו אני מרגישה הכי בטוחה מבחינה אישית וחברתית. הצורך שלנו בשינוי יחד עם תעצומות נפש אשר משפיעות על הקהילה והעיר כולה.

נושאים שאנו מקדמות:

עזרה לקשישים, תרבות בעיר, שיח מכבד ומעצים על נושאים חשובים ורלוונטים לנו הצעירות.



משרד הנוער והעבודה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
ותחום הבריאות לילדים



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז הלאומי לניהול התנדבות



צ'ירות בראש  
الصبايا اور  
The Young Leaders

גנדר  
GANDYR  
גנדר  
GANDYR FOUNDATION  
מרכז גנדר

קרנות  
תנועות הנוער  
הישראלית





# חודודק אלסמא, חורפיש

ארגון מפעיל:

עמותת "מרכז מעשה"

המקום בו אנו פועלות:

חורפיש, מרכז קהילתי

ליצירת קשר:

חנין אסמעיל

hanins@maase.org.il

ערך נבחר:

שייכות

קהילה בשבילי היא:

בית חם אליו אנו שייכות, ודרכו אנו  
רוכשות כלים ומפתחות תמונת עתיד.

נושאים שאנו מקדמות:

בעלי צרכים מיוחדים בשיתוף פעולה עם  
מע"ש (מפעל עבודה שיקומי לבעלי צרכים  
מיוחדים). יוזמות קהילתיות ביישוב לנשים,  
ולכלל התושבים בחגים.



משרד הבריאות והרווחה  
והשירותים החברתיים  
חנין חרזי לישראל



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז הלאומי לניהול תנדבות



צורות בראש  
الصيايا اور  
www.volunteering.org.il

מנדיר גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מנדיר גאנדיר - מרכז התנדבות

קדננות  
תנועת הנשים  
הישראלית



# קהילת האקטיביסטיות, חיפה

ארגון מפעיל:

החצר הנשית בשותפות  
עם עמותת מקום

המקום בו אנו פועלות:  
החצר הנשית, שכונת הדר, חיפה

ליצירת קשר:  
החצר הנשית חיפה,  
04-625-1919

ערך נבחר:

דרך

קהילה בשבילי היא:

משפחה, מקום בטוח, רשת ביטחון,  
מקום להשמיע ולהקשיב, עוגן.

נושאים שאנו מקדמות:

הצלת מזון, הובלת אירועים קהילתיים  
בשכונה שלנו בנושאים שמעניינים אותנו



משרד הנוער והשירותים החברתיים  
וחינוך חב"ד לישראל



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת הישראלית להתנדבות



צרות בראש  
الصياح أو

GANDY  
פנדי גנדי  
GANDY FOUNDATION  
מרכז פנדי גנדי לתמיכה ופיתוח קהילות

קרנות  
תמיכת המוסד  
הישראלי



# צעירות משנות עולם, ירוחם

ארגון מפעיל:  
עמותת יחדיו

המקום בו אנו פועלות:  
מרכז הצעירים ירוחם

ליצירת קשר:  
יערית לובל אשוש 050-8667199,  
yaar.adv@gmail.com

ערך מנחה:  
שינוי

קהילה בשבילי היא:  
מקום שבו העוצמות הפנימיות שלנו  
נפגשות עם שינוי שמשפיע על כלל  
הקהילה במרחב

נושאים שאנו מקדמות:  
שיח על פריפריה ומרכז, מגדר, תחבורה  
ציבורית בירוחם, תרבות ופנאי בישוב



משרד העבודה הרווחה  
והשיקום החברתיים  
ותחום חירולי לישראל



הרשת להתנדבות ישראלית  
המרכז לשיקום החברתיים



צרות בראש  
الصيايا أو

גנדר  
GANDYR FOUNDATION  
ג'ן גנדר

קדננות  
תנועת הנשים  
הירוקה

change  
climate

change  
climate  
change  
change  
climate  
change

change climate change



#chan  
#chan  
#chan

change

change



# קהילת המנטורינג, נצרת

ארגון מפעיל:

תכנית המנטורינג אוניברסיטת  
תל אביב.

המקום אנו פועלות:

מועדון העיר העתיקה של נצרת.

ליצירת קשר:

נורהאן זגאירה 0548840566  
Norhanzaghairy4@gmail.com

ערך מנחה:

סולידריות

קהילה בשבילי היא:

מרחב השתייכות חשוב ומשמעותי לצעירות  
בחברה הערבית להכלה, התפתחות,  
העצמה אישית והזדמנות לעשייה חברתית.

נושאים שאנו מקדמות:

דיוק והתאמה של תהליכי עבודה של עובדות  
סוציאליות שפועלות עם צעירות במסגרות שונות,  
שינוי סטיגמות כלפי האוכלוסייה הלהט"בית בחברה  
הערבית, תיווך בין החברה המסורתית והשמרנית  
לבין השאיכות והחלומות שלנו הצעירות.



משרד המערכה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
וחינוך הבריטי לנעורים



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז לניהול תרומות



צורות בראש  
الصيايا أو

מנדל גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מכון מנדל גאנדיר

קרנות  
תמיכה חינוכית  
המרכז לניהול תרומות





# אקטיביסטיות TLV

ארגון מפעיל:  
תכנית המנטורינג,  
אוניברסיטת ת"א

המקום בו אנו פועלות:  
מגדל אלקטרה, תל אביב.

ליצירת קשר:  
ירדן שקד, 052-8781195,  
yardensha24@gmail.com

ערך מנחה:

## עשייה למען האחר

קהילה בשבילי היא:  
רוגע, התפרקות, ביטוי אישי וחברתי,  
הקשבה, עשייה למען האחר, העצמה  
נשית, אמונה לשינוי ותקווה, אהבה ועזרה.

נושאים שאנו מקדמות:  
זכויות נשים, בריאות הנפש, פוסט טראומה,  
גזענות, זנות, הומלסים, כמניזם, צדק ושוויון.



משרד המערכה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
ותחום חברתי לילומד



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת להתנדבות ישראלית



צרות בראש  
الصيايا أو

מנדל גאנדר  
GANDYR FOUNDATION  
מנדל גאנדר

קדננות  
תנועת הקדננות  
הישראלית

עשייה למען האמה

קדושת אקטביסטיות

אדל



# אקטיביסטיות עצבניות

ארגון מפעיל:  
עמותת מקום

המקום בו אנו פועלות:  
רמת גן.

ליצירת קשר:  
רוני ארדיטי 052-5584110  
roniarditi@gmail.com

ערך מנחה:

**עוצמה נשית**

קהילה בשבילי היא:  
מקום בו הכוח שלנו גדל, לניסיון החיים שלנו יש משמעות וביחד יש לנו יכולת השפעה.

נושאים שאנו מקדמות:  
קידום זכויות ופערי מדיניות הקשורים לזכויות של חיילים בודדים (חסרי עורף משפחתי), פרויקט "אלה"- יצירת פלטפורמה שתאפשר שמירה ויצירת קשר בין אחים המתגוררים בהשמות חוץ ביתיות, מעורבות במציאות החברתית הקיימת בהקשר להשמות חוץ ביתיות וחיים כצעירות חסרות עורף משפחתי.



משרד הביטחון והצבא  
והשירותים החברתיים  
ותחום הבריאות לישואר



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז הלאומי לניהול התנדבות



ציונות בראש  
الصبايا اول

גנדר  
GANDYR FOUNDATION  
ת"ת גנדר

קורנות  
תנועת הנשים  
הישראלית



# קהילת צעירות תכנית המנטורינג בנתניה

ארגון מפעיל:

תכנית המנטורינג –  
אוניברסיטת תל אביב

המקום בו אנו פועלות:  
המכללה האקדמית לחברה  
ואמנויות בעיר נתניה

ליצירת קשר:

לילך שוורץ 054-5251186  
lilach@asa.ac.il

ערך מנחה:  
אמון

קהילה בשבילי היא:

מרחב השתייכות משמעותי לצעירות להתפתחות  
והעצמה אישית, והזדמנות לעשייה חברתית כמקור  
לצמיחה אישית.

נושאים שאנו מקדמות:

תהליך לשינוי עמדות בקרב אנשי חינוך וטיפול הבאים  
במגע עם נערות וצעירות -כיצד ראוי ונכון לתת מענה  
מותאם ומכבד לצעירות. תופעת האלימות ברשת –  
מענים ודרכי מניעה, מודל היופי הרווח בקרב צעירות  
ונשים – דיון והתבוננות ביקורתית, שיח על מודלים  
חלופיים ודימוי עצמי חיובי.



משרד המעבודה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
ותחום הכרטיז לישראל



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת להתנדבות ישראלית



צעירות בראש  
الصبايا اول

מנדור  
GANDYR FOUNDATION  
מנדור

קהילות  
התנדבות



# קהילת צעירות עכו

ארגון מפעיל:  
החברה למתנסים,  
מנהל קהילתי עכו

מקום מפגש:  
מנהל קהילתי עכו העתיקה

פרטי התקשרות:  
ג'מילה ראייס, 052-7461989,  
gigi2508@hotmail.co.il

ערך מנחה:

**יוזמה**

הקהילה בהקמה,  
שלב איתור וגיוס צעירות



מפגש העבודה הרווחה  
והשיקום החברתיים  
חוגן חברתי לשראד



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת להתנדבות ישראלית



צירות בראש  
الصيايا أو

גנדר  
GANDYR FOUNDATION  
ג'ן גנדר

קדננות  
תנועת הלחיים  
הישראלית







# עלמות משנות עולמות

ארגון מפעיל:  
עמותת עלם

המקום בו אנו פועלות:  
מרכז צעירים, ירושלים

פרטי התקשרות:  
פייסבוק:

"עלמות משנות עולמות"

מייל: [kehilajer@elem.org.il](mailto:kehilajer@elem.org.il)

ערך מנחה:  
משמעות

קהילה בשבילי היא:

מרחב ליצור בו משמעות, עבור עצמי  
ועבור החברה כולה

נושאים שאנו מקדמות:

שיוויון מגדרי, מאבק באלימות נגד נשים  
ובפרט אלימות מינית, שינוי השיח לגבי  
מוגבלות נפשית, שיפור היחס והמענים  
לנוער וצעירים בסיכון



משרד הנוער והצעודה הרווחה  
והשירותים החברתיים  
ותחום הבריאות לילדים



הרשות להתנדבות ישראלית  
המרכז הלאומי לניהול התנדבות



ציונות בראש  
الصبايا أو  
الصبايا

גנדר  
GANDYR  
GANDYR FOUNDATION  
מכון גנדר  
מרכז המחקר והחינוך לגנדר

קדננות  
מרכז המחקר והחינוך לגנדר



# קהילת האקטיביסטיות של עלם תל אביב

ארגון מפעיל:  
עמותת עלם

המקום בו אנו פועלות:  
תל אביב

יצירת קשר:  
לולו אופיר  
lulu.ofir@elem.org.il

ערך נבחר:

## ערבות הדדית

קהילה בשבילי היא:

קבוצת א.נשים שהתגבשה מתוך רצון ליזום ולממש רעיונות חדשים, כדי לחולל שינויים ולהגשים מטרות משותפות.

נושאים מרכזיים שאנו רוצות לקדם:

נראות של א.נשים שקופים מול הממסד (למשל: חינוך מיוחד, חסרי ישע וכו'), שיפור תחום בריאות הנפש, הרחבת הקהילה והנושאים שנלמדים בה, קידום מעמד האישה ושיויון מגדרי, פעילות למניעת אלימות כלפי נשים, קידום פרויקטים חברתיים ושותפויות בתוך עלם.



מפגש הנבחרת הרווחה  
והשירותים החברתיים  
וחסן הכרטיז לישראל



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת להתנדבות ישראלית



ציונות בראש  
الصبايا أو

פנדר גאנדור  
GANDYR FOUNDATION  
פנדר גאנדור

קרנות  
קרנות



# "צעירות בדרך"

ארגון מפעיל:  
הפלטפורמה,

מרכז הצעירים רחובות

המקום בו אנחנו פועלות:  
הפלטפורמה,

מרכז צעירים רחובות

ליצירת קשר:

מעין שמעיה אדר

054-3102738

ערך מנחה:

הקשבה

קהילה בשבילי היא:

מקום חברתי של קבלה, מקום  
לפתוח אופקים וללמוד אחת  
מהשניה, מרחב של עוצמה נשית

הנושאים שאנו רוצות לקדם:

קבלת השונה וסובלנות, העצמה נשית



משרד העבודה הרווחה  
והשיקום החברתיים  
ותחום הבריאות לילדים



הרשת להתנדבות ישראלית  
הרשת הישראלית לניהול מטרות חברתיות



ציונות בראש  
الصيايا اول

מנדל גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מנדל גאנדיר

קדננות  
התנועה הילדית



# מועדון בנות

ערך מנחה:

**אמון**

קהילה בשבילי היא:

**מקום לשיתוף והתייעצות,  
יצירת קשרים וחברות**

נושאים שאנו מקדמות:

**סטיגמה כלפי אנשים עם  
צרכים מיוחדים**

ארגון מפעיל:

**הפלטפורמה,**

**מרכז הצעירים רחובות**

המקום בו אנחנו פועלות:

**הפלטפורמה,**

**מרכז צעירים רחובות**

ליצירת קשר:

**מעין שמעיה אדר**

**054-3102738**



משרד הבריאות הרווחה  
והשיקום החברתיים  
ותנועת הצעירים לישראל



הרשות להתנדבות ישראלית



צורות בראש  
الصيايا أو

מנדיר גאנדיר  
GANDYR FOUNDATION  
מנדיר גאנדיר

קדננות  
תנועת הצעירים

