

# הכשרת עמיתים מלווים לליווי מתמודד חדש



מפגש 1

3 באפריל 2024

# למה כדאי למתמודד חדש לקבל ליווי?

מתמודדים שלקחו חלק בתהליך, מעידים כי:

- ✓ "הליווי עודד אותי מאוד וסייע לי רבות במידע וידע רלוונטי"
- ✓ "קיבלתי כלים משמעותיים שסייעו לי ביצירת שיגרת חיים פעילה ומגוונת"
- ✓ "המלווה סייע לי לקבל את המחלה וללמוד לחיות איתה"
- ✓ "היתה לי כתובת לכל שאלה, הרגשתי שמבינים אותי ורוצים לסייע לי"
- ✓ "למדתי לבקש ולקבל עזרה"
- ✓ "הבנתי שיש חיים לצד הפרקינסון"



# התפקיד שלי כעמית מלווה דומה ל... / לא דומה ל...

מרפא  
בעיסוק

דיאטנית

רופא

חבר

מורה דרך

מנטור

אח בוגר

עו"ד

עו"ס

רב

פסיכולוג

מאמן כושר

## עמית מלווה - הגדרת תפקיד

- ✔ לתמוך במאובחנים חדשים, באמצעות הקניית ידע על חיים לצד הפרקינסון.
  - ✔ להאיר ולתת דוגמא אישית על חשיבות הניהול העצמי של המחלה.
  - ✔ להכיר למתמודד החדש את העמותה ולעודד את המאובחנים החדשים להשתלב בפעילות העמותה.
  - ✔ להוות השראה, אוזן קשבת ועמית לדרך עבור המאובחנים החדשים.
  - ✔ לטעת אופטימיות בקרב המאובחנים החדשים: "אני יותר מהמחלה שלי",
- "יש חיים לצד הפרקינסון"

# ליווי מתמודד חדש – מטרת הליווי

1. יצירת מרחב מאפשר, מכיל ונטול שיפוט, שיהווה כתובת להתייעצות ושיח בנוגע לניהול והתמודדות עם המחלה, עבור מתמודדים חדשים, מתוך ניסיונם של ותיקים.
2. "חבר טלפוני" - כתובת לשוחח כשאתה זקוק לאוזן קשבת
3. מתן ידע וכלים בידי החניך לניהול המחלה (איך לנהל, מה לעשות..)
4. לטעת אופטימיות – אפשר לייצר איכות חיים ואיך לעשות זאת
5. חיבור לפעילות העמותה

## מיקוד התהליך:

"ניהול המחלה", ההתמודדות הראשונית איתה, קבלת והשלמה עם הפרקינסון,  
"הוצאת הפרקינסון מהארון" וכדומה



חונך טוב שהיה לי

# ליווי מתמודד חדש – מסגרת הליווי

☑ תהליך ליווי קצר וגמיש, בן חודשיים עד שלושה.

☑ התאמה לצרכי ומאפייני המתמודד החדש והעמית המלווה.

☑ בתחילת הקשר, שני מפגשים (רצוי פרונטליים), בשבועיים הראשונים לקשר,

ובהמשך פרונטלי או מרחוק עפ"י הרצון והצורך.



# ציפיות... לא רק בכריות

**מה אני מצפה...**

**מתהליך ההכשרה** ♥

**מהקבוצה** ♥

**מעצמי** ♥



**אז!**

**אחרי שהבנו את הגדרת תפקיד העמית  
המלווה ותיאמנו ציפיות באשר לתהליך,**

**רגע לפני שניפרד, בחרו **מילה אחת** שמתארת**

**איך אתם מרגישים או חושבים.**

לְמַאֲוִבְחֵן הַחֲדָשׁ בְּאַהֲבָה וּבְחֵינֹרָה / ורדה טל

"ואל תִּשְׁכַּח: לְעוֹלָם אַל תִּצְעַד לְבַד. בְּחַר בְּתַמִּיכָה.

הָאֲנָשִׁים נְהַדְרִים, וְיִהְיוּ שָׁם בְּשִׁבְלְךָ"

