



המתנדבים שהשתתפו בקורסים מדגישים... (כי) הידיעה שאינם לבד, שיש להם אל מי לפנות ועם מי להתייעץ, מגבירה את המוטיבציה להמשיך בפעילות ולעזור לעצמם ולאחרים... כי ההתנדבות לא רק עוזרת לאחרים אלא גם מעניקה להם כוחות ותחושה של שייכות



כסיסה שרתון הידואי ולדוקינסון, מרצה בכיף הסדנה להעצמת ארגוני חולים



סדנה להעצמת ארגוני חולים

**קבוצה לעזרה עצמית היא קבוצת אזרחים בעלי מכה משותף אחד, אשר חברה מגדירים את צרכיהם, קובעים מטרות וסדרי עדיפות ופועלים באופן עצמאי ואוטונומי. חברי הקבוצה מקבלים על עצמם אחריות מלאה להפעלתה ולקידום מטרותיה, על מנת לשפר את איכות חייהם**

ותמיכה ולהפעלתו: הגדרת מטרות הקו, תיעוד פניות, בניית מאגר מידע והכשרה למתנדבים העובדים לקו.

**הרצאות לאנשי מקצוע מתחום הבריאות להכרות עם נישת העזרה העצמית** מטרתן לעודד רופאים, אחיות, עובדים סוציאליים ואחרים הנמצאים במגע עם חולים, להמריץ את החולים להשתמש בעזרה עצמית כמשאב בתהליך ההתמודדות עם המחלה. **סדנה להעצמת ארגוני חולים** מקנה ל-15 ארגוני חולים כלים מעשיים להשגת יעדיהם. במסגרת הסדנה, אנשי מקצוע מומחים בתחום מרצים לסגל הבכיר של ארגוני החולים ומאמנים אותו במגוון משאים: תקשורת, גיוס כספים, שיווק חברתי והתנהגות עסקית.

המתנדבים שהשתתפו בקורסים מדגישים את תחושת הביטחון שרכשו ואת החוויה המשמעותית של תחושות ההתחלקות והתמיכה. הידיעה שאינם לבד, שיש להם אל מי לפנות ועם מי להתייעץ, מגבירה את המוטיבציה להמשיך בפעילות ולעזור לעצמם ולאחרים. המתנדבים מגלים שוב ושוב כי ההתנדבות לא רק עוזרת לאחרים אלא גם מעניקה להם כוחות ותחושה של שייכות.

הפרויקט האמור תרם במישורן להקמתם של קבוצות לעזרה עצמית בתחום הבריאות, בהקמת קווי טלפון למידע ולתמיכה ולחיזוקן של קבוצות ושל קווים טלפוניים קיימים. תרומת הפרויקט היא לא רק ל-71 החולים שהשתתפו בקורסים, אלא גם ל-240 חולים ובני משפחותיהם המשתתפים בקבוצות ולעשרות הצפויים להיעזר בקבוצות הנמצאות בתהליכי גיבוש. התרומה היא גם למאות הרבות של החולים שיעזרו בקווים הטלפוניים למידע ולתמיכה שיפעילו ארגוני החולים.

בין הקבוצות והארגונים שהשתתפו בפרויקט: חיצי (חולי צהבת), אמין (מיאלומה נפוצה), משיי (משפחות ילדים המתמודדים עם גיון שרירים), נקול (נכדי שמיעה), נאמין (אירוע מוחי), ענבר (מחלת ראומטיות), עמדא (אלצהיימר ודמנציה), עמותת יוהרת המוח, בני-זוכ תומכים בחולי סרטן, קבוצה למתמודדים עם תסמונת הכאב הכרוני, קבוצה למתמודדים עם סרדנות כפייתית