

אדם צומח

בטאון בנושא גינון טיפולי // גליון 22, מרץ 2012



בשיתוף עם:
משרד החקלאות ופיתוח הכפר
שרות ההדרכה והמקצוע
אגף פרחים והנדסת הצומח
תחום הנדסת הצומח וגנים בוטנים



עמותת לקידום מקצוע הגינון
הטיפולי בישראל (ע"ר)
ת.ד. 3401, רמת השרון 47133.
www.g-t.org.il



אדם צומח

גליון 22, מרץ 2012

אדם צומח, עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי
בישראל (ע"ר), ת.ד. 3401, רמת השרון, 47133
בשיתוף עם משרד החקלאות ופיתוח הכפר, שירות
ההדרכה והמקצוע, תחום הנדסת הצומח וגנים בוטניים
מערכת: אביגיל מרקמן, זהבה אברפז.
צילומי שער וגב הבטאון: מנדיקן



03 הקמת גינה טיפולית, אנדריי חונטר / **05** "גן עדן... זה פשוט גן עדן" - בצנצנת הירקות הכבושים,
מורן חן / **08** מסיק זיתים משותף בדגניה א', מורן חן / **09** גינה טיפולית "בבית החם": מועדון לנערים
בפתח תקווה, שולי ביתן ויעל צדוק / **14** גינון טיפולי למטרות אבחון, גדי טל / **16** הגינון בבית הספר
'צוהר לטוהר' מהלכה למעשה, דינה כהן בן-עמי / **19** מחזוריות העונות בגינה הטיפולית, זהבה אברפז
/ **30** גינה טיפולית כגינה מקיימת, אביגיל הלר / **33** סיור למרכז גראבסקי במגדל העמק, רונית זקס
וניצה דהן / **35** רשמי סיורים במרכזי גינון טיפולי בארה"ב, אורית כשר / **38** הגינה הקהילתית כגינה
טיפולית, יוסי בן שחר / **39** פעילויות עם עצים בגינה הטיפולית, ישראל גלון

דבר העורכת:

קוראים יקרים,
ביטאון "אדם צומח" 22, יוצא הפעם בשיתוף
עם שירות ההדרכה והמקצוע (שה"מ) במשרד
החקלאות ופיתוח הכפר. לעמותה שלנו יש קשר
פורה עם מדריכי שה"מ בבית דגן. אנו שמחים
לפרסם בביטאון את מאמריהם של אביגיל הלר,
יוסי בן-שחר וישראל גלון. את "הקמת גינה
טיפולית" כתב אנדריי חונטר, ממייסדי הגינון
הטיפולי בגני רמת הנדיב. במאמרו הוא מציג
לנו את גישתו רבת הפנים לתחום (פורסם בעבר
בביטאון 17 המקוון). מורן חן מביאה תיאורי

בגינה הטיפולית בבית הספר, במחזוריות העונות.
לפניכם גם רשמים משני סיורים: האחד, ב'מרכז
גראבסקי' במגדל העמק, שם הגינון מאפשר ביטוי
אישי לבעלי מגבלות גופניות קשות (רונית זקס
וניצה דהן), והשני בארה"ב: אורית כשר בקרה
בשני מרכזים עם גינון טיפולי, במסגרת כנס בו
השתתפה ומאפשרת לנו הצצה, לנעשה במקצוע
שלנו בעולם.

באיחולי קריאה מהנה ומלמדת,
אביגיל מרקמן

מקרה על תרומת הגינון לזקנים בדגניה א'. פרויקט
להקמת גינה טיפולית עם בני נוער בסיכון, הוא
נושא המאמר של שולי ביתן ויעל צדוק (מתוך
מידעו"ס 58). גדי טל מאיר פן נוסף של העבודה
עם נוער בסיכון, בו הגינון משמש ככלי איבחוני.
(ראה גם ביטאון 20 המקוון). 'צוהר לטוהר' הוא
בית ספר לחינוך מיוחד, שלמד להכיר ולהעריך
את תרומת הגינון לילדים. דינה כהן בן-עמי מספרת
על מעורבותה בקידום תחום זה בביה"ס. (הופיע
גם בביטאון 21 המקוון). זהבה אברפז חולקת עם
הקוראים את ניסיונה הרב, בעבודה עם ילדים

הקמת גינה טיפולית

טיפול באמנות

טיפולים באמצעות אמנות (ציור, מוסיקה, תנועה, גינות) עושים שימוש במאפיינים מעולם המשחק. המטפל נדרש לנתק עצמו מהתרחשויות היום-יום, וליצור מצבים מוגנים חדשים עם חוקים חדשים, שמאפשרים לו לחוות, להרגיש ולהתנהג באופן שלא מתאפשר לו בחיי היום-יום הרגילים.

מי לא זוכר טיולים רגליים במדבר, משחקים על חוף הים, שכשוך במים צלולים, קטיפת פרחים מהגינה או מהשדרה, הקמת מדורה במחנה, או יציאה לפיקניק ביער?

זכרונות אלה מלמדים אותנו שהיציאה לטבע פותחת בפנינו אפשרויות רבות למשחק. הטבע

נותן לנו את המרחב ואת האפשרויות להתנסות בחוויות ייחודיות. אין אנו עומדים דוממים כאשר אנו חווים חוויות אלו; מרביתן נחוות על ידינו באופן לא מודע. באמצעות המשחק והעשייה אנו הופכים אותן לחלק בלתי נפרד מהחשיבה שלנו ומעצמינו.

הגינה

לכל אחד רעיון משלו לגבי גינות. גינות מקיף את כל מה שקשור בגן ובטבע: שילוב צפרדעים בבריכה, חקר הקרקע, קטיפת פרחים ליצירת סידור פרחים, התבוננות בפרפרים בגינת פרפרים, צפייה בציפורים בגינת ציפורים, בניית בתי קינן, שתילת גינה פראית, יצירת שביל אבנים טבעיות, גידול דלועים, גידול צמחים ייחודיים בחממה קטנה, בניית אקוריום. גבולות המושג גינות רחבים מאוד. תחת מושג זה ניתן לכלול כל פעילות עם צמחים (ולעיתים גם פעילות עם בעלי חיים), החל בפעילות מיקרוסקופית זעירה ועד לאדריכלות גוף בסדרי גודל גדולים, עם כל החומרים והכלים הדרושים. כפי שהגינה עצמה תחומה, כך בגינות אנו מייצרים ומקדישים חלקים שונים מהטבע לפעילות ייחודית, ולמעשה, "מגדירים" את הטבע.

משחק

באמצעות משחק, הילד מגלה את עולמו הפנימי ואת העולם בו הוא חי, חווה עולמות אלה ומתקשר עמם. הילד איננו משחק כדי ללמוד, אלא לשם ההנאה. למשחק מהות ומשמעות משלו. הפועל היוצא של המשחק, או מטרתו אינם הסיבה בגללה משחק הילד.



יהיה מוגן מפני העולם החיצוני התובעני. אנחנו מנסים ליצור "מקום חופשי", בו איש לא אומר למטופל מה לעשות, והוא רשאי לנהוג כראות עיניו, בתוך מסגרת האפשרויות שעומדות בפניו ובפני המטפל, וחוקי המקום בו מתרחש הטיפול (לוחות זמנים, וכו'). הידע של המטפל מעניק למטופל מרחב התנסות ותחושת ביטחון. הגינה לא צריכה

להיות גינה פתוחה לגמרי, כך שהטיפול לא יהיה גלוי לעיני כל. על המטפל לחוש את רצונו של המטופל, ולדחוק עצמו אל מחוץ למצב הטיפולי. על המטפל לשם לב שהוא איננו משליך את צרכיו שלו על המטופל, למשל על ידי תיאור האופן בו הוא היה נוהג במצבים מסויימים, או האופן בו הוא חושב שגינת המטופל צריכה להראות. על הטיפול להשרות ביטחון במטופל, אבל עליו להיות גם מושך ומעורר עניין. החלל בו מתרחש הטיפול צריך להיות כזה שימשוך את המטופל לקחת חלק בפעילויות רבות ושונות, כך שהמטופל יבחר בפעילות המתאימה לו. על המטפל ליצור את המצב הטיפולי, לקבוע את תנאי הטיפול, ולתמוך במטופל, כך שהמטופל יוכל לקחת חלק בכל הפעילויות שמעניינות אותו, תחת הדרכתו של המטפל ותוך שמירה על רמת הריגוש הנכונה.

באופן מסורתי, גינות נקשר עם עבודה וטיפול. בגינות קיימים פנים וחוק, והוא מספק הזדמנויות לפעילות גופנית פעילה (חפירה, שתילה, השקיה, ועוד) ולפעילות גופנית פסיכית (צפייה בציפורים, בנמלים, בצפרדעים; ישיבה לצד בריכה). הגינות חושף אותנו לחומרים חיים ולחומרים מתים. חומרים חיים אשר גדלים בדרכם

הם, עם אפשרות להתערבות: צמיחה, פריחה, חולי, בריאות, גידול בתנאי חושך, משיכה לאור, הזדקקות למרחב, דוחק. חומר חי פועל בריזמית כגורם תומך וכגורם מעכב, וכך משמש ככלי טיפולי יעיל להשלכה רגשית והזדהות.

הסביבה שלנו, והחומרים הכלולים בה, מושכים

המטפל באמנות קובע את החוקים והגבולות, ויוצר את התנאים הדרושים למשחק. הוא עושה זאת עבור אנשים, שמסיבה זו או אחרת מצויים במערכת יחסים דיסהרמונית עם סביבתם.

טיפול בגינות

טיפול בגינות הוא נסיון ליצור מקום בו המטופל

צמחים ירוקי-עד, פטריות, צמחי בר, ירקות, טכניקות גידול שונות כמו הנבטה, ייחורים ועוד.

התנסות בטקסטרות שונות: ריח, מרקם של עלים, פעילות ברגליים יחפות או בכפות ידיים חשופות, בבוץ, במים קרים, עם עלים, בחול, בגשם, בערפל, בסערה.

מיקום הגינה הטיפולית

באופן אידיאלי, הגינה תחולק לארבעה חלקים:

חלק פנימי

חלל פנימי ובו שולחנות עבודה, מקומות שיוקצו לעבודות נקיות, מקומות בהם ניתן להתלכלך, מקומות בהם ניתן לחפש ולמצוא חומרים. מקומות אחסון לצמחים וחומרים חיים. ארונות שיכילו חומרים זעירים, אקוריומים, מים, מצרכים וכלים לבישול, ומחסן כלים עם כל הכלים הנדרשים.

חלל חיצוני

כאן יוקצה מקום עבור כל מטופל, בו יוכל לשתול את הגינה האישית שלו. כמו גם מקום לגינה האישית של המטפל (גינה זו תשמש אותו בהליך הטיפולי). בנוסף, יוקצו מקומות לאזור לא-מפותח, בו ניתן לערוך נסיונות סוללי דרך; לחללים פתוחים וסגורים; למחסן כלים שיכיל כלים ובגדי עבודה; לחממה; ולמקום לקומפוסט, חול, אבנים, עץ, וחומרי בניין אחרים.

חממה

מקום לגינה פנימית, שולחנות גידול, מים, אור, חימום בחורף, פינת אשפה.

טבע

טבע פראי, חורש, בורות מים, ועוד. לא קיימת "גינה טיפולית סטנדרטית". אופי הגינה תלוי באוכלוסיית המטופלים, במוסד, בדמיונו של המטפל, במרחב העומד לרשות הגינה ובמצב הכלכלי. מה שאפשרי יהיה לעולם מעניין יותר ומאתגר יותר ממה שאינו אפשרי. אבל זוהי, לעניות דעתי, הגינה הטיפולית האידיאלית, בה ארבעת החלקים הנזכרים מעלה קשורים זה בזה ויוצרים אותה יחדיו.

הכרת הטבע: האנטומיה של צמחים, מעקב אחר תהליך גדילתם והתפתחותם של צמחים, חקר מזג האוויר, השפעת חילופי העונות על הגינה, חקר ציפורים.

סידורי פרחים: טכניקות מסורתיות, טכניקות עצמאיות, קולאז'ים.

פעילויות בניה: יצירת פסלים של חיות באמצעות צמחים מטפסים, קליעת צמחים, בניית בית על עץ, הקמת פרגולה, שביל, קיר, בריכת דגים, מפל מים, הכנת אדניות לצמחים.



אוכל, מיצים: הכנת ארוחה מירקות שגדלו בגינה, הכנת יין וריבות, אכילת ירקות בר, ריקחת קרמים קוסמיטיים ותמיסות צבע.

חיות: עכבישים, חלזונות, גן חיות לחיות יבשה קטנות, אקוריוס, גידול פרפרים, תולעים, בניית בתי קינן לציפורים, התקנת מתקנים להאכלת ציפורים, הדברה ביולוגית של מזיקים.

גידול: צמחי צל, צמחי גינה, צמחים חד-שנתיים,

אותנו. צמח זעיר ועדין מושך אותנו באופן שונה מורד עם קוצים, כפי שתפוח עץ מושך אותנו באופן שונה מקטטוס. סכין גיוס מושך אותנו באופן שונה מעיפרון חד. על המטפל באמנות ליצור סביבה עשירה בחומרים, בכלים ובאווירה, אשר ישמשו אותו ואת המטופל בפעילויות השונות.

האופן בו מסודר חלל הטיפול, הכלים, החומרים, האופן בו מאורגנים הדברים, מגוון הצמחים - לכל אלה משמעות רבה עבור מערך הטיפול. מגוון הוא עיקרון חשוב מאוד. ללא מגוון עשיר של חומרים וכלים המושכים את העין, יהיה

קשה מאוד להגשים ולספק את צרכי המטופלים (פרט למטופלים כאוטיים, אשר במקרה שלהם פחות הוא יותר). לכל מטופל צרכים משלו, ובאחריות המטפל ליצור מערך טיפולי שיספק את צרכיו של כל מטופל ומטופל.

אופיה של הגינה הטיפולית

על מנת להשרות תחושת ביטחון, על הגינה להיות תחומה בגדר (עם עדיפות לגדר טבעית). גינה שבה קיימים חללים פתוחים לצד חללים סגורים מאפשרת למטופל לבחור האם להיראות או לא. המילה גינה משמעותה מקום בו הכל צומח ופורח, מקום בו יצרו אנשים עולם פורח וירוק. הגיון הטיפולי לא מסתיים בגדר הגינה הטיפולית, אלא ממשיך מעבר לגדר: אם ברצוני לרקוח קרם ידיים מפרחי קלנדולה, אני יכול לקטוף פרחי בר הגדלים בשדה. הציפור או הפרפר שאני פוגש בגן, מצויים גם מחוץ לגבולות הגינה. מהעגבניות שגידלתי בגינה אני יכול להכין סלט עם פסטו עשוי בזיליקום, ועבור צמח מטפס אני יכול להקים פרגולה עשויה מעץ. בגיון באים לידי ביטוי אלמנטים רבים מתחום הביולוגיה, הבישול, עבודות יד, בניין ומלאכה.

את הפעילויות הנערכות בגן ניתן לארגן לפי קטגוריות:

גיון פנימי וחיצוני: אקוריוס, חממה, אדניות, עציצים, גינות קטנות הכוללות פעילויות בניה - בניית שביל, פרגולה, התקנת בריכה, וכו'.

מחקר ביולוגי נסיוני: השפעת מים ואור על צמיחה, חקר מחלות, הכנת קוטלי מזיקים טבעיים, התערבות מכנית בצמיחה.

"גן עדן... זה פשוט גן עדן" - בצנצנת הירקות הכבושים

תיאורי מקרה של מטופלים בבית סיעודי

תיאור כללי של המפגשים בגינן בבית הסיעודי

הגינן הטיפולי בבית הסיעודי מתקיים כשנה וחצי, כמפגש קבוצתי דו-שבועי של שעה. רוב המפגשים נערכים סביב שולחן במרכז הבית. הקבוצה מאוד הטרוגנית: חבריה ברמות תפקוד שונות, ממקומות שונים בארץ, ועלו מתפוצות שונות. בפעילות משתתפות 5-6 מטופלות קבועות. נראה כי הן נהנות ומחכות למפגשים אם כי קשה ליצור איתן שיחה זורמת. שתי מטופלות נוספות מצטרפות בצורה חלקית ולרוב הן פסיביות (אחת מהן היא ש. עליה נרחיב בהמשך). חבריה נוספים שיושבים לעיתים ליד השולחן שותפים בעיקר דרך הרחה, טעימה והקשבה. לאחרונה הגיע משתתף חדש בעל ליקוי ראייה חמור. צוות העובדים בבית מאוד מפרגן לפעילות ומסייע כמה שיכול הן בתחזוקה שוטפת של הצמחייה והן במהלך הפעילות (עבודה פיזית עם המטופלים, הבעת עניין בנעשה, הקשבה לשיחות ועוד).

"אני נהנית רק להקשיב" תיאור המקרה

ש. בת 80 +. מתגוררת בבית סיעודי כשנתיים. היא הגיעה לבית על רקע חוסר יכולת לתפקד בבית בגלל ירידה פיזית ומנטאלית. שמיעתה לקויה מאוד. מסוגלת לאכול בעצמה עם עזרה, מקבלת טיפול תרופתי. בני משפחתה מבקרים אותה לעיתים קרובות. היא מזהה אותם.

במפגשים, נוסף לפעילות גננית הכוללת עבודה עם צמחים ואדמה, אני מגישה למטופלות חומרים שונים ומעודדת מיומנויות כגון: מישוש, הרחה, טעימה, למולל, להדביק, לצייר, לערבב, שיחה, שמיעה של מוזיקה ועוד. הכוונה לאפשר לכולן לחוות חוויות מתוך מקום בריא עם כבוד למקום

הרגשי בו כל אחת נמצאת. ש. יושבה בחברתנו כאשר הצוות הסיעודי הושיב אותה. השתתפה בכמחצית מהמפגשים, לרוב נמנמה תוך כדי ישיבה, לא דברה הרבה, חייכה כשדברתי אליה ואמרה שהיא נהנית להקשיב. לעיתים דיברה בלי קשר ממשי לשיחה. ציינה שאינה שומעת

זו פעילות שתוצאותיה הממשיות גם מגוונות ומעשירות את הארוחות ובעיקר, נותנת לחברי הבית תחושות שותפות, יכולת והנאה

טוב. במקרים רבים היא ישנה על ספה באותו המרחב. בפעילות עצמה, לא הרימה ידיים לגעת בחומרים שלפניה. באדמה סירבה בכלל לגעת. לעיתים הייתי יושבת לידה ומציעה לה להרגיש, לגעת, להריח (מקרב לאפה צמחים להרחח). ורוב התגובות היו של חיוך והנהון עם הראש. לפעמים הצעתי לה עבודות פשוטות, עם הסבר של שלב אחד. לעיתים רחוקות היא אכן שיתפה פעולה בצורה מאוד איטית ולדקות ספורות, לא תמיד לפי ההנחיה שלי. קרה שפעלה גם באופן לא הגיוני (לפי תפיסה נורמטיבית). כמו לשתול את השתיל הפוך. במקרה יחיד, כחודש לפני הפעילות עליה אדבר בהרחבה, היא ציירה עם צבעי מים מפתח ומנעול. זו הייתה הפעם הראשונה בה פגשתי אצל אצל יוזמה שהייתה לה תוצאה ברורה. לאחר שנה וחצי, קיימתי לראשונה מפגש סביב הכנת ירקות כבושים עם תבלינים שונים, בצנצנות זכוכית. אני נוהגת לעשות שימוש רב בהכנת מאכלים המבוססים על ירקות. חלקם מגודלים

על ידינו וחלקם נמצאים בסביבה הקרובה בהתאם לעונה. המטופלים אוהבים זאת ומפגינים אקטיביות ועניין רב בפעילות הכוללת הכנת מזון.

פעילות הכבישה נבחרה מכמה טעמים:

- הצעה של מנהלת הבית הסיעודי.
- הפעילות מורכבת מכמה שלבים שדורשים הבנה ויכולת מוטורית שונה ומאפשרת שיתופי פעולה ועניין. (לדוגמא: חיתוך ירק קשה עם סכין, לעומת הכנסת המלפפונים לצנצנת כפעולה מכאנית, או הרחה בלבד של התבלינים).
- מאפשרת למטופלים הקשישים ביצוע משימות רלוונטיות לחייהם בבית הסיעודי: זו פעילות שתוצאותיה הממשיות גם מגוונות ומעשירות את הארוחות ובעיקר נותנת לחברי הבית תחושות שותפות, יכולת והנאה.
- הפעילות מעודדת חידוד חושים משמעותיים ובריאים אצל המטופלים: הרחה (ריח השמיר למשל מאוד חזק), טעימה (ניתן לטעום תוך כדי) ומישוש (אפשרי גם למטופלים עם ליקוי ראייה חמור, יד שבורה וכד').
- רוב המטופלות הן נשים, ובשיחות קודמות עלה נושא הבישול לבני המשפחה. חלקן ציינו קושי רגשי הנובע מכך שכעת אינן יכולות לבשל ולהכין מטעמים כפי שעשו בעבר. הנחתי שרובן התנסו בעבר בהחמצה וכבישה של ירקות שונים ושיערת כי החוויה המחודשת תעלה בהן זיכרונות (חיוביים או שליליים).

"זה זיכרונות נעימים"

מבנה הפעילות

תכנתי פעילות המשכית לשני מפגשים, שבסופם יתקבל תוצר אסתטי וטעים שמעורר גאווה אצל המטופלים.



האקטיביות אצל אמו ואף אמר שמזמן לא ראה אותה כל כך צלולה, ברורה וממוקדת.

את המפגש הבא הקדשנו להתבוננות בצנצנות ולאחר מכן לפתיחה ולטעימה. מראה הצנצנות, הריחות וזכר החוויה המשותפת יצרו שוב שיחה ערה שאינה אופיינית. רק לאחר כ-10 דקות פתחתי את הצנצנות והנחתי את התוצרת על צלחות שקושטו בעלי רוקט מגינתנו. כל משתתפת קיבלה צלחת לטעימה. התגובות היו נלהבות. ש. אמרה שהשיניים שלה לא מאפשרות לה לאכול. מנהלת הבית שכנעה אותה לנסות, לאחר שהמלפפון שכבשה נחתך לחתיכות קטנות המותאמות ליכולת האכילה שלה. היא לעסה אותו ארוכות, בהנאה גדולה ועם חיוך גדול, מתבוננת לצדדים כאילו רוצה לשתף את כולם בטעם ובחוויה.

ש. אמרה משפטים קצרים, בעלי משמעות ברורה ותואמת: "טעם מרענן", "מעורר תיאבון", "זה זיכרונות נעימים", "גן עדן... זה פשוט גן עדן". ניתן היה לראות שבלוטות הטעם בפיה כמו התעוררו לחיים והפיקו ממנה תגובות נדירות של הנאה. חשוב להוסיף שבהמשך, אחרי מפגש נוסף של גינון, היא סיפרה לבנה בטלפון: "השתתפתי היום בגינון ושתלנו פרחים". זו הייתה פעם ראשונה שמשמש בחרה לגעת באדמה, הבינה את הפעולות

הצנצנות. להפתעתי היא הנהנה בחיוב, והחלה לעבור: במשך חצי שעה היא מלאה מספר צנצנות, הביעה דעתה כיצד היא רוצה לתבל וניהלה שיחה לאורך כל הפעילות. בצורה עניינית ומתאימה לנושא. בעיקר ניתן היה לראות על פניה עד כמה היא נהנית, היא גם ציינה זאת בעצמה. לדבריה, היא הייתה מחמיצה מלפפונים במשך שנים ונהנתה לראות על אדן החלון את

בערב, המשיכה לדבר על הזיכרונות שעלו בעקבות הפעילות ועל החוויה עצמה. בנה ציין כי שמע פרטים על עברה שכבר שנים לא דברה עליהם

הצנצנות. בשלב זה החלה לשתף את הקבוצה בחלקים מסיפור חייה. היא סיפרה שלפני עלייתה ארצה מרוסיה היא עבדה בחיתוך כרוב ותיארה את דרך תיבולו. מאוחר יותר ש. סיפרה גם לבנה (שמבקר אצלה באופן קבוע) על הפעילות. בערב, המשיכה לדבר על הזיכרונות שעלו בעקבות הפעילות ועל החוויה עצמה. בנה ציין כי שמע פרטים על עברה שכבר שנים לא דברה עליהם. הצוות סיפר שהבן התרגש עד דמעות לנוכח

פעילות הפתיחה נעשתה באופן הבא:

הראיתי את הצנצנות והירקות תוך הצגת השאלה מה לדעתן אנחנו הולכים לעשות. התעוררה שיחה ערה על זיכרונות מהעבר. על האופן בו כל אחת שמרה את הצנצנות, אלו ירקות כבשה, מי מבני המשפחה אהב או לא אהב. נוכחנו שיש שוני בתבלינים ובטעמים בתפוצות השונות. ניתן היה לחוש שפעילות זו מדברת אל לבן באופן מיוחד.

מהלך העבודה:

עבודת ההכנה התחלקה בין הנשים בהתאם ליכולות ולרצונות האישיים. חיתוך מלפפונים (עם סכין ומזלג), חיתוך גזרים (למטפלות חזקות יותר), חיתוך כרוב (שהינו רך יותר), קילוף שום וקיצוץ והתחלת מיון ובחירה של ירקות, עשבי תבלין וכדומה. השלב הבא היה בחירת צנצנת וסידור החומרים: שכבות של ירקות, ותבלינים: פלפל שחור/אנגלי, עלי דפנה, שום, קורנית, שמיר. לבסוף שכבה של עלי גפן. והוספת מים עם מלח ביחס של 1 כפית 1 כוס מים. יכולתי לזהות פעולות של עזרה הדדית ביניהן בהעברת מוצרים, כוסות וכדומה. תוך כדי הפעילות התנהלה שיחה ערה באווירה שמחה ונלהבת יותר, בהשוואה למפגשים קודמים. אחת המטפלות אף ציינה זאת בעצמה בסוף המפגש. בדומה לעבר, הצעתי לש. להשתתף בביצוע פעולה פשוטה וברורה: לשים מלפפונים בתוך



"איזה ריחות", "שום הוא מאוד בריא", "ההונגרים הם הכובשים בכל אירופה". בשלב זה יכולתי לראות שעניו פתוחות והוא מפנה דבריו אלי. בסוף הפעילות אמרתי לו, שהיום ויתרתי לו אבל עוד כמה מפגשים אני בטוחה שהוא גם יחתוך. כשאחד המטפלים שאל אותו האם עבר. צ. ענה: "תשאל את הבנות".

המסקנה העיקרית שלי מסיפורי מקרה אלה היא, שיש ביכולתנו כמטפלים למצוא את "המפתח" הנכון לעולמו האישי של המטופל. עלינו לנסות, לגוון, להיפתח ולהתפתח ולהאמין כי הדבר אפשרי. ■

מורן חן: למדה במכללת תמר, עובדת בגינות טיפוליות במסגרות שונות עם ילדים ונוער לקוי למידה רב בעיתיים, וקשישים תשושים. נכתב בסיוע מיכל שרון: מנהלת הבית הסינודי בקיבוץ דגניה א'. ומירב נבות: עובדת סוציאלית בבית הסינודי.

שאלה. בתחילת הפעילות הצעתי שכל אחד יבחר איזה ירק הוא רוצה לחתוך. כשפניתי אליו אמר שאינו יכול משום שאינו רואה. הצעתי לו שאני אשים הכול לפניו והוא יחתוך בעזרת המימוש, אך צ. חזר וטען שאינו יכול.

בזמן הפעילות התחלתי לשאול בעצתי: "האם אפשר לשים כורכום?" או "איזה עוד ירק מתאים?" צ. ענה בעיניים עצומות אך לראשונה הרים מעט את הראש

בזמן הפעילות התחלתי לשאול בעצתי: "האם אפשר לשים כורכום?" או "איזה עוד ירק מתאים?". צ. ענה בעיניים עצומות אך לראשונה הרים מעט את הראש. המשכתי להתייעץ איתו בקול רם. ו צ. ענה יותר ויותר באריכות ואף הוסיף פרטים ביוזמתו. לקראת הסיום אמר משפטים כמו:

שנדרשו, ואף שאלה שאלות המעידות על הבנה ועניין. הצוות המקצועי ואני רואים כי יש שיפור יחסי במצבה של ש. ומניחים שהגיגון הטיפולי מאפשר לחלק מהיכולות הפיזיות והרגשיות לבוא לידי ביטוי.

"ההונגרים הם הכובשים בכל אירופה"

לאחר הניסיון החיובי וההנאה שחברי הבית הפיקו מהמטעמים שעשו במו ידיהם, ובעקבות תגובות מבני המשפחה ששמעו מהקשישים על העשייה (דבר המשקף את גאווה), החלטתי לחזור על הפעילות ולגוון אותה עם ירקות נוספים. הייתה סיבה נוספת לחזור על הפעילות: מטופל חדש הגיע להשתכן בבית הסינודי. הוא סובל מעיוורון והקליטה שלו הייתה מלווה משברים בהם הביע לא פעם את רצונו "להשתחרר" או לנסוע לחו"ל - פעולות שכיום אינו מסוגל להן. בשיחה עם מנהלת הבית נאמר לי ש צ. היה טבח במקצועו. כמו כן ידעתי שמוצאו מהונגריה. צ. ישב במספר מפגשים קטן לפני כן, לרוב שתק, ראשו היה שמוט למטה ועיניו עצומות. הוא דיבר רק כאשר הפניתי אליו

מסיק זיתים משותף בדגניה א'

תחושת השמן שנשאר על הידיים ואפילו הצבע השחור, גרמו לרגש גאווה וחברי הבית השוו ביניהן את כפות הידיים. לאחר מכן, הזיתים הושרו במים למשך מספר ימים, להוצאת המריחות. במפגש הבא נותר לנו למלא בקבוקים בזיתים ולהוסיף תבלינים שונים, חלקם בהמלצת החברים שנהגו לכבוש זיתים בצעירותם. הריחות, הזיכרונות, המגע, העבודה של השחלת הזיתים לבקבוקים והמאמץ שנדרש לשם כך, גרמו לסיפוק רב: "עשיתי את ההתעמלות להיום". לסיום, מעשה שסופר על יעל גורדון, חלוצה, בתו של א.ד. גורדון, שעבדה בשדה ובמטע עד גיל מבוגר.

וכך היה הדבר:

"למסיק זיתים גויסו תלמידים... ויעל גורדון, בת 75 אז, עבדה איתם. הילדים כמנהגם, לא הקפידו והשאירו זיתים על צמרות העצים. יעל לא יכלה לוותר אפילו על זית אחד, טיפסה בעצמה ומסקה עד הזית האחרון. כשפנתה לרדת, נפלה ושברה את זרועה. כשנשאלה על ידי הרופא כיצד זה קרה לה, השיבה: "טיפסתי על העצים ונפלתי". הרופא בתדהמה: "את!!". יעל בתמימות: "מה אתה מתפלא כל כך? הזיתים בצמרת!".

(מתוך: 'טעם ראשונים') ■

צחקה כאשר הוא הכריז: "רק לי מותר לשים לסבתא שלי".

כשהתמלאו הכלים, נפרדנו מהילדים בתמונה קבוצתית. ניכר על פני המשתתפים כי הפעילות גרמה אושר ושמחה לכול. נשארנו עוד מספר דקות, לבחון במה ייחודי הזית לאדם וכיצד כל חלק וחלק ממנו ניתן לשימוש. קראנו מהתנ"ך

ניכר על פניהם של חברי הבית עד כמה הם נרגשים מהמפגש עם הילדים... יפה היה לראות כיצד שני הדורות נהנים מעשייה משותפת אמיתית

(בראשית, ח', 11) על עלה הזית שהביאה היונה לנוח לבשר כי "קלו המים מעל הארץ" והשקט והשלווה חזרו לעולם. לכן הפך הזית סמל לשלום (נושא שמעסיק את המטופלים, ועולה הרבה פעמים בשיחות שאנו מקיימים, בעיקר בחגים: הכמיהה לשקט, לשלום בארץ, לשלום בית ולשלום בין חברי הבית הסיעודי). כשחזרנו לבית הסיעודי טרחנו על חריצת הזיתים.

בקיבוץ דגניה א', הקיבוץ הראשון בארץ ובעולם, הוקם בית לותיקי המשק שזקוקים לטיפול סיעודי. כיום משתכנים בו גם הורים או סבים סיעודיים של חברי קיבוץ ומבוגרים נוספים מחוץ למשק. כמעט שנתיים, חברי הבית מתכנסים פעמיים בשבוע, לשעה למפגש של גינון טיפולי בהנחיית המפגש מתקיים בתוך הבית ולעיתים, כשמזג האוויר מאפשר זאת (בעיקר כשלא חם מידי) יושבים, עובדים ויוצרים סביב שולחן בחוץ. בימים מיוחדים, מטיילים בקיבוץ לאחד משני המוזיאונים שנמצאים בו (מוזיאון לטבע 'בית גורדון' ע"ש א.ד. גורדון, ומוזיאון המוקדש לראשית הקיבוץ). כל יציאה מאורגנת כזאת דורשת ליווי של צוות גדול, אבל מעוררת עניין רב בקרב חברי הבית. אנחנו למדים זאת משיחות שמתקיימות לאחר מכן עם בני משפחותיהם.

השנה, התארגנו לצאת למסיק זיתים לקראת ערב ראש השנה. ישנה בקיבוץ שדרה יפה של זיתים שהגיעו לגודל המתאים. חברי הבית הסיעודי הובאו למקום על כסאות גלגלים וקולנועיות, כשכל חבר נושא עימו על ברכיו כלי קיבול גדול וריק. מן העבר השני, הגיעו ילדי הגן עם הצוות החינוכי בשירה "בשנה הבאה נשב על המרפסת...". ניכר היה על פניהם של חברי הבית עד כמה הם נרגשים מהמפגש עם הילדים ומהמטרה שלפנינו. בשנה זו אף הונהג מנהג חדש, לקיים בצוותא קבלות שבת של ילדי הגן וחברי הבית הסיעודי, כך שזה לא היה המפגש הראשון ביניהם. יפה היה לראות כיצד שני הדורות נהנים מעשייה משותפת אמיתית.

בעת המסיק, צוות הגן וצוות הבית הסיעודי מסקו את הזיתים בידיהם והעבירו אותם אל הכובעים הצבעוניים, החולצות הקטנות או הידיים העדינות של הילדים ואלה רצו מאושרים למלא את הכלים, שהחזיקו קשישים.

אחת הקשישות, בת לראשוני הקיבוץ - שכיום היא דמנטית, מכונסת בתוך עולמה הפנימי וכמעט אינה מגיבה למציאות סביבה - אמרה בהתרגשות, למראה אחד הילדים שרץ אליה ובידיו חופן זיתים: "הנה, הוא בא!".

קשישה אחרת, שיש לה נין בקרב הילדים,



גינה טיפולית "בבית החם" - מועדון לנערים בסיכון בפתח תקווה

- שיתוף לקוחות כערך וכמטרה לצמצום הוונדליזם.
- חיזוק נושא האחריות.
- חיזוק נושא ההתמדה.
- בניית ערך השותפות והעבודה כצוות/קבוצה.
- שינוי עמדות ודעות קדומות לגבי בחירת מקצוע.
- הגדלת הרפרטואר לניצול שעות הפנאי.
- מודעות והקניית ערכים לטיפול הסביבה.
- שיפור החזות החיצונית של "הבית".
- רכישת ידע וכלים בתחום הגינון.
- הכרת צמחים.
- בניית מודל לעבודה עם אוכלוסיית היעד.
- ההתערבות תהיה מודולארית, כאשר בכל שנה נציב את המטרות המתאימות לפי שלבי ההתפתחות בתהליך, את היעדים האופרטיביים ואת מדדי הערכה.

שיתוף לקוחות

שיתוף מוגדר בספרות כפעולה שנעשית ביוזמת המשתתפים - אנשי המקצוע ומקבלי ההחלטות. השיתוף מתבטא בעירוב של האוכלוסייה בקבלת החלטות הנוגעות לחייהם האישיים, או בהחלטות לגבי הקהילה, כשהיוזמה והאחריות נמצאים בידי איש המקצוע המשתף (צ'רצ'מן וסדן, 2003).

היעדים

בשנה הראשונה, 2009: גינון החזית הקדמית ע"י שתילת צמחי נוי וצמחי תבלין.
בשנה השנייה, 2010: גינון בחצר האחורית עם ערוגות ירקות וקביעת יעד לשנה השלישית.

דרכי פעולה

1. שלב ראשון החל בחודש נובמבר ואופייני בפעולות לוגיסטיות:
שיתות הכנה ביני ובין יעל הכוללות תכנון, קביעת מטרות ודרכי פעולה וקבלת אישור ולגיטימציה מהדרג הניהולי. בדיקת מסגרת תקציבית לתוכנית, רכישת כלי העבודה הנדרשים, הכנת מחסן לכלים והתקנת תאורה חיצונית מסביב למועדון.

רקע

הגינה הטיפולית הוקמה בחצר מועדון "הבית החם" לנערים במצוקה. "הבית" ממוקם במבנה ששימש בעבר גן ילדים, כך שהוא מוקף בחצר. בחזית הבית יש רצועות של שטח אדמה: מימין יש רצועה של 10+1.5 מטר ומשמאל רצועה של 15+1.5 מטר. מאחור יש חצר גדולה. חצר המועדון הייתה מוזנחת, לא מטופחת ולאורח הנכנס למקום הייתה הרגשה שהמקום אינו מאויש. המקום פועל: 5 פעמים בשבוע עם שתי קבוצות גיל, בני 13+ ובני 15+.

כחידאדם: 2 עו"סות (כל עו"ס אחראית לקבוצת גיל אחת והפעילות של הקבוצות מתקיימת בימים נפרדים), 2 מדריכות, אם בית ומתנדבים. במקום יש פעילויות מגוונות ומוגשת ארוחת ערב. התוכנית הופעלה בשיתוף עם עו"ס יעל צדוק, אחראית קבוצת הבוגרים, אשר יזמה את כניסת התוכנית למועדון. יחד גיבשו את מטרות התוכנית ואת הערכותיה.

הסיבות ליזומה

- הצורך בטיפול החיצוני של ה"בית", שהוא גם צורך שביטאו הנערים בעבר בפני העו"ס.
- שיתוף לקוחות: הרצון לשותף את הנערים בטיפול המקום ששייך להם, כדי שילמדו להשקיע למען עצמם ולהכחיד את הדפוס הפסיבי של "המגיע לי", שהוא דפוס המאפיין תרבות של עוני ודפוס הנרכש בבית.
- ע"י התפיסה של שיתוף לקוחות, תתפתח הרגשת שייכות למקום ויהיה חשוב לנערים לשמור על פרי עמלם.
- פיתוח ערכים על פי גישות הכוחות ועל פי גישת התק"ח = תרבות קבוצתית חיובית.

מטרות ההתערבות

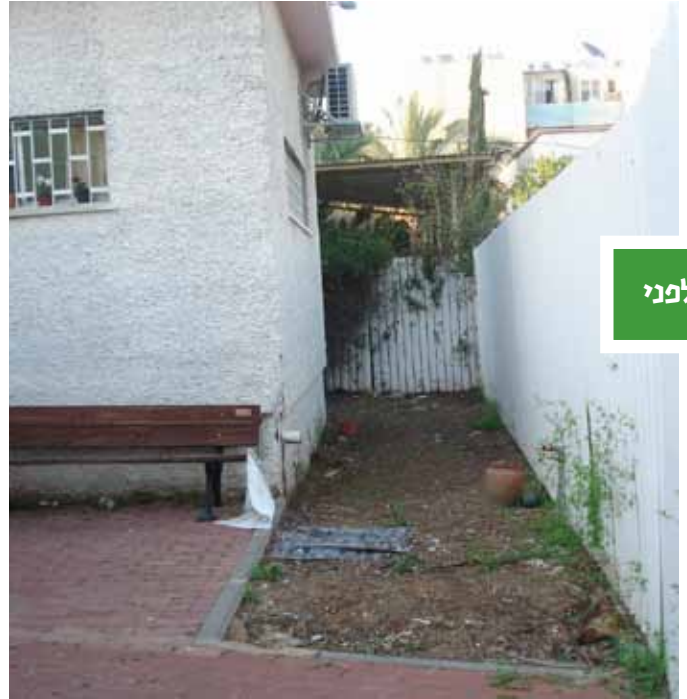
- העלאת הדימוי והערך העצמי של אוכלוסיית היעד, כפרטים וכקבוצה.
- פעילות הרגעתית להפגת מתחים.

קבוצה חברתית היא התארגנות של אנשים שמקיימים ביניהם יחסי גומלין יציבים. קבוצה אינה אוסף של אנשים מקריים שהתאספו יחד. התפתחותה של קבוצה תלויה בכך שיש לחברי הקבוצה מאפיינים משותפים ההופכים אותם לכאלה. מאפייני הקבוצה יכולים לכלול: מטרות משותפות, תלות הדדית, נורמות (תרבותיות או אחרות) משותפות או זיהוי קבוצתי. זיהוי קבוצתי פירושו, שהקבוצה רואה עצמה ככזו, וכי לחברי הקבוצה יש זהות והרגשת שייכות לקבוצה.

שרר (1984) מדבר על חשיבות ההשתייכות לקבוצה עבור נוער מתבגר ובעייתי. במאמר מוזכרת שיטת התק"ח = תרבות קבוצתית חיובית. השיטה מתבססת על שיטת אק"מ (אינטראקציה קבוצתית מודרכת) הכוללת אסטרטגיה מקיפה לטיפול בצעירים בעייתיים במסגרות קבוצתיות. מטרתה של שיטה זו היא לפתח תרבות חיובית בקבוצה. חוג הגינון הטיפולי יכול ליצור הזדמנות לפתח תרבות קבוצתית חיובית.

התערבות על פי מודל הסביבה הטיפולית

המונח סביבה טיפולית (Therapeutic milieu) התפתח בשנות השלושים של המאה הקודמת במטרה לתאר מסגרות, אשר התפיסה הטיפולית שרווחה בהן הייתה כי המערכת עצמה היא הכלי הטיפולי המרכזי (הטב, Abrams, 1969; Zimmerman, 1994; 1997). תפיסה טיפולית זו רואה בצוות הרב מקצועי הבא במגע יומיומי עם המטופלים, דמויות טיפוליות משמעותיות למטופלים, כאשר האינטראקציה בין הצוות הרב מקצועי למטופלים מהווה את ההתערבות הטיפולית של המסגרת (Lobis; Redl, 1966, 1994). כהן (1989) סבור כי סביבה טיפולית משמשת עבור המטופלים מעין "מרחב טיפולי", שמטרתו להיות "סביבה מכילה". כלומר, סביבה האמורה להכיל בתוכה אכפתיות, רגישות ותקווה, לצד כבוד לגבולות בין אישיים.



ב. הברות וראיונות אישיים למעוניינים ותחילת חוזה אישי: בסיום השיחה הקבוצתית סיכמנו, כי מי שמעוניין ירשם לשיחה אישית איתי, להברות ובדיקה יותר מפורטת של הכוונות של התוכנית. תלינו מועדים לראיונות ונרשמו 6 נערים. לראיון נכנסו 4. אחד לא הגיע ואחר שהגיע התחרט ולא נכנס לראיון.

ג. שיחה משותפת שלנו עם חברי החוג, לחוזה סופי: בשיחה זו ברכנו את חברי החוג וכל נער קיבל עציץ של Luky Bambok, כאות הערכה על הצטרפותו לחוג ועל נכונותו להשקיע בטיפול המועדון. המתנה מאד ריגשה אותם.

ואחריות. אנו ראינו באמירות אלה גם testing אלינו - עד כמה אנחנו אכן מאמינות בהם.

בשיחה, הבענו אמון בהם ואמונה מוחלטת בהצלחת התוכנית והתחברנו לרצון שלהם להפוך את המקום לגן עדן, כמנבא הצלחה בבחינת "אין דבר העומד בפני הרצון".

מעורבות כל אנשי צוות המועדון בתוכנית: מתוך התפיסה של מודל הסביבה הטיפולית, כבר בשלב זה כל צוות המועדון היה שותף בתוכנית. הצוות כלל עו"ס, מדריכה, אם בית ומתנדבים ותוכנית הפכה להיות תוכנית של המועדון.

2. שלב שני אופייני בהברות עם חברי המועדון ובדיקת עמדות ראשוניות:

א. שיחה קבוצתית: בשיחה שקיימנו הצגנו את הרעיון. הנערים היו נבוכים ואמביוולנטיים לגבי יישום הרעיון ולגבי האמונה בעצמם. אחד הדגשים היה נושא האחריות והקבלנו זאת לאחריות להבאת ילדים לעולם. מחד הם אמרו שהמקום מוזנח וצריך לטפח ומאידך הם הביעו דעות, שאין סיכוי שהתוכנית תצליח כי "כולם כאן מופרעים ולא יצא מכאן כלום". אמירות אלה הצביעו על דימוי עצמי נמוך והגשמת התיוג והמיצוב החברתי שלהם בעיני החברה. כמו כן, אלה היו אמירות של חשש להיכנס למחויבות



- העלאת מורל הקבוצה, והחשיבות של אמירת היגדים חיוביים בחיי היום יום.
- **לאפשר לקחת צמחים הביתה:** ולשתול.
- **פינת הקטטוס:** אחד הנערים שהיה חבר בקבוצת הגינון הראשונה, הביע את אהבתו לקטטוסים. כך נוצרה פינה של קטטוסים על אדן החלון, שאנחנו עוקבים אחר גידילתם.
- **מבחינת איתור שותפים ובעלי עניין:** מצאנו כי כל הגופים אליהם פנינו אכן התלהבו והאמינו בתוכנית. זכינו לשיתוף פעולה מצוין ומלא עם מנהל החווה החקלאית, האגרונומית העובדת בחווה החקלאית כמורה ומנהל המשתלה אצלו קנינו ומידי פעם תרם צמחים. הגופים הנ"ל רואים חשיבות רבה בהקניית ערכי החינוך הסביבתי והעצמת הנערים והתוכנית נוגעת להם. מנהל החווה שביקר במקום אמר, שלא הרבה מצליחים להתמיד בתוכנית מסוג זה.
- **מבחינת המערכת הטיפולית:** תוכנית הגינון הטיפולי הפכה להיות חלק בלתי נפרד מחיי המועדון. כל הצוות הנהדר חדרור אמונה ומוטיבציה, שמהווה מודל לנערים.

מבחינת המטרות שהצבנו בעבודה עם הנערים

התהליך אותו עשינו עם הנערים היה מורכב אך מוצלח. השיות המקדימות עם הנערים נבעו מתוך התפיסה של שיתוף הלקוחות, תפיסה האומרת כי לקוחות שישתתפו משלב הקמת תוכנית בכל שלבי תהליך החשיבה, ירגישו שייכות ואכפתיות ויהיה להם אינטרס לשמור על התוצאות. הקדשת זמן לבניית החווה הקבוצתית והאישי גם הוכיח את עצמו.

בשיחת הערכה מעצבת שקיימנו ביוני 2009

העלנו לדיון את השאלה של המטרה השלישית: שיתוף לקוחות כערך וכמטרה לצמצום הוונדליזם.

החיים - דבר המקביל לבני אדם. יש קבלה מוחלטת את הנערים, ללא ביקורת אם מישו לא לוקח חלק פעיל אלא לומד מתוך החוויה באופן "סביל". למדתי שיש תנועה ורובם, באופן זה או אחר, עושים משהו בשלבים שונים של הגינון.

- **תליית לוח:** הלוח של הגינון משמש לתליית תמונות, הסברים, סיכום שבועי ותכנון. בשבועות הראשונים הלוח נתלש. הקפדנו להחזיר אותו ולהעביר להם את התחושה שאנחנו לא מתייחסים מהם. כיום, כבר חודשים רבים שלא נתלש.
- **שילוט לפרחים:** ליד כל שתיל שנשתל, מיד הושם שלט עם השם. בצורה כזו השגנו את המטרה של הכרת צמחים. ואכן, יש נערים שקוראים לצמח בשמו. זה גורם לי תמיד סיפוק.
- **רתימת כל צוות המועדון לעבודה במודלנינג:** התפיסה שלי היא יצירת סביבה טיפולית, כי כל אחד מהעובדים במקום הוא תחנה טיפולית. ואכן, אם הבית מאד מעורבת. בהתלהבות היא מביאה קישוטים ופסלונים לגינה, מסייעת, מטפחת ומשמשת מודלנינג. כך הדבר עם מתנדב שנמצא במקום, עובד איתנו ומדברן אותם לעשייה. מדריכת המועדון מאד מעורבת, משמשת מודלנינג ומשתמשת בגינון ככלי ליצור עבודת צוות, אחריות ושותפות. כמו כן, עו"ס המועדון שעובדת ומתלכדת איתנו ובעלה של אם הבית אשר מסייע בחלקים הטכניים. השיטה הוכיחה את עצמה. כיום כל אנשי המועדון מרגישים שהגינה היא שלהם. ההשתתפות והמעורבות הם בכל הרמות.
- **תמונות:** אני מצלמת אותם לעיתים ותולה את התמונות. הנערים שמחים לראות ומצפים לצילומים נוספים.
- **תליית שילוט חיצוני:** שילוט כמו "את הגשם תן רק בעיתו..." המחשבה שזה טוב היא הן מבחינת הטמעת האהבה לטבע והן מבחינת

3. שלב שלישי נעשה במקביל לשלב השני ואופייני באיתור שותפויות חוץ-ארגוניות ורתימת לתוכנית.

התפיסה הייתה לבדוק מי הם הגופים העוסקים בתחום זה בקהילה. גישת הנכסים אומרת, שיש להכיר את הנכסים / המשאבים של הקהילה כדי לדעת להשתמש ולהיעזר בהם, להשגת מטרות התוכנית. על פי גישת בעלי העניין זיהיתי מי הם בעלי העניין אשר יכולים להיות לנו שותפים לנושא. יצרתי קשר עם מנהלי אגפים רלוונטיים בעירייה, מנהל החווה החקלאית, אגרונומית העוסקת בגינון טיפולי. איתרתי משתלה לקניית שתילים, משתלה שתסכים גם לאמץ אותנו ולייעץ.

שיטת התערבות ותוצאות

בניית קבוצת גינון: בתחילת הדרך החוג מנה 4 נערים וכך התנהלנו במפגשים הראשונים כמו חוג. לאחר מספר שבועות שינינו את הגישה והפכנו זאת לחוג של כולם. חדר המועדון נסגר ופעילות המחשבים הושבתה וכל הקבוצה יצאה החוצה לסייע. השיקולים להפוך זאת לחוג של המועדון נבעו מתוך הניסיון. חלק מהנערים לא הרגישו שזה שייך להם, לא שמרו על הגינה, זרקו בדלי סיגריות וכדומה.

נוספה העובדה, ש-2 מתוך 4 הנערים הושעו לחדש מהמועדון ואחד הנערים החל לעבוד אחה"צ. סגירת המועדון לכל פעילות בשעות הגינון והפיכת כל החברים שותפים הוכחה כטובה, היות וכולם מרגישים שהם שותפים. הלכלוך בחצר פחת. שיתוף הנערים כמפחית וונדליזם הוכח כטוב. אני מקפידה לא להכריח אלא לסקרן את הנערים לקחת חלק. אותי מספק אף אם חלקם יושבים על הספסל ממול וצופים כיצד אני מדגימה הכנת ייחורים, או זריעה, או מבקשת מי מוכן לאסוף את הזרעים של הפרחים העונתיים לשמירה לשנה הבאה. תוך כדי כך מדברים בינינו על המשכיות



ולחשור את הידע, זה מעלה את הדימוי של המקום, מרגישים יותר שייכים למקום שזה שלנו, כשעובדים קשה כיף לראות תוצאות". בסה"כ מסכימים שהמטרות הן חשובות.

המדריכה לימור: "האווירה היא שמשוה קורה פה, החזות השתפרה, האווירה השתפרה. יש כאן משהו עמוק יותר. הדימוי העצמי עולה. הנערים אומרים "אנחנו עשינו, השקענו" ומקבלים מחמאות. זה דבר שאפשר לראות את התוצאות שלו". לימור מבליטה נקודה מעניינת: היא חושבת שהעבודה בגינה חושפת את הרכות של הנערים. רואה פחות ונדליות. בתהליך העבודה עולים נושאים מהחיים. רואה בנושא ההתמדה של פעם בשבוע חשיבות רבה: למרות שקשה עושים. האחריות, שכל פעם מישוהו אחר משקה. נהנית לראות שהם למדו שמות של צמחים. סגירת הפעילות האחרת בשעת עבודת הגינון תורמת מאד לעבודת צוות, כל אחד עושה משהו. לימור מדגישה את מודלניג של הצוות. הצוות עובד יחד עם הנערים כמרכיב מאד חשוב להצלחת התוכנית

אם הבית בטי מוסיפה היבט נוסף להצלחה: לדעתה, היחסים איתי כמטפלת בגינון הם המניע לפעולתם. ההפעלה של הגינון נעשית תוך כבוד גדול לנערים. הכבוד שרוחשים להם, הסבלנות, הקבלה המוחלטת אותם, ללא תנאים וללא ביקורת גורמת להם לכבד ולפעמים הם עובדים כי לא נעים להם. לפעמים הם קמים רק ל 5 דקות וממשיכים.

השינויים שבטי רואה באווירה במועדון: למדו להסתכל על הסביבה, דבר שלא היה קיים בעבר. מעריכים יותר את מה שצומח. זה סוג של פעילות הרגעתית טובה ומסייעת להם לצאת משיגרה. הערכתה של יעל העו"ס מצורפת בהרחבה בסוף הדו"ח.

צמח גורם לכמה מהנערים לקרוא להם בשם. רכישת ידע בתחום הגינון: לומדים מה זה קומפוסט, איך עושים ייחורים, מה זה פרחים עונתיים ומהם רב שנתיים, זריעה ונביטה, השקיה, ערוגה, למדו להכיר כלי עבודה וכיו"ב.

החזות של המועדון השתפרה: בזכות התוכנית הותקנה תאורה מסביב למועדון. לפני כן הכל היה חשוך ומוזנח.

ארוחה עם תפריט מגידולי הגינה: פעמים במשך התוכנית, חגגנו בארוחה חגיגת שהתבססה על גידולי גינת עשבי התיבול: רוזמרין, בזיליקום, נענע וכו'. המטרה היתה להפוך את הקשר עם הגינה למשהו ממשי ולחזק את הקשר בין הגינה לשגרה: אנחנו מטפחים גינה ומשתמשים במצרכים.

קריאת שם לתוכנית: בחשיבה משותפת עם הנערים הוחלט על שם לתוכנית. ביקשנו מהנערים הצעות לשמות ובתהליך שארך 3 שבועות נבחר השם "איך צומח פרח - כך צומח ילד". השם נכתב מעל ללוח.

מטרות אלו יהיו מטופלות כל העת. אנו מקפידים לתת חזיון חיוביים, לא להיות ביקורתיים כלפי הנערים שלא עובדים ולקבל אותם כפי שהם, אך מנסים כל שבוע לרתום אותם לפעילות מסוימת. המודלניג של אנשי הצוות שמטפל גם בגינה מאד חשוב ומשפיע, מקרב אותם לעשייה ומגביר את הרגשת השייכות.

בהערכה נוספת שנעשתה באוקטובר 2009

נשאלה השאלה לגבי המטרות שהוצבו ומה התוצאות החשובות שהושגו? **דברי הנערים:** "הגינה חשובה כדי שתהיה אוירה יפה, תעסוקה לנערים במקום, חשוב ללמוד

מדוע היה חשוב לשתף אותם בגינון? האם לא היה כראי לקחת גנן שיעשה את העבודה והאם זה מוריד ונדרלים? התשובה הייתה חד משמעית: ככל שאנחנו שותפים ועובדים קשה אנחנו רואים תוצאות. זה כיף ויותר שומרים כי זה המקום שלנו. אנו רואים כי המטרה של העלאת הערך העצמי והדימוי העצמי שלהם מתחיל להיות מושג. הם לא האמינו ש"המופרעים" (לפי דבריהם בשיחה הראשונה) ישתפו פעולה והמציאות היא, שהם מקבלים מחמאות על הגינה וחזיון מכל האורחים ומאיתנו.

בשיחת ההערכה הם אמרו ש"כיף לראות ירוק בעיניים. הכול נקי וסבבה".

שאלת האחראיות ושיתוף הפעולה עולה לא פעם בשיחות, תוך כדי עבודה. ברור להם יותר ויותר כי האחראיות שלהם היא לטפל בצמח שקיבל מהם חיים כמו ילד שמקבל חיים מהוריו. יש נערים שמכריזים כי אין סיכוי שהם יתלכלכו בגינה, אבל מידי פעם מסייעים בעבודות "נקיות" כמו גירוף, השקיה וכו'. ניתן לראות שינוי מהתנהגות חברתית פחות מתחברת, למודעות למה שקורה בסביבתם ורצון להיות שותפים ושייכים.

לגבי האחראיות והוונדליזם: ניתן לראות שינוי בשמירה על הניקיון וגם בנושא הלוח והתמונות. בתחילת הפעילות הלוח נתלש מספר פעמים ותמונות שלהם הושחתו. התעקשנו לתלות שוב את הלוח ולתלות את התמונות, כל הנערים הצטלמו ותמונותיהם של כל הנערים נתלו - גם כאלה שלא אוהבים לגן - כדי שירגישו שותפים ושייכים.

עלתה שאלה לגבי עבודה פיזית: זו הייתה הזדמנות לדבר קצת על מקצועות נשים וגברים. מבחינת הכרת שמות של צמחים: השילוט ליד כל

לקראת סיום שנת 2009, היער של השנה הראשונה הושג.

העבודה עם הנערים, אשר חווים דחייה וכשלון ונמצאים בשוליים של החברה, אינה פשוטה ולעיתים מתסכלת.

יש לזכור שהנערים מגיעים למועדון כשהם מקולחים, לבושים ומבושמים וקשה להם להתלכלך.

עם כל המתואר לעיל, מדובר בנערים אשר מתקשים לשבת ולנהל שיחה בקבוצה.

אותם נערים יעשו הכל כדי לקבל הכרה וחיוזוק לקיומם והם עושים זאת, לעיתים, בדרכים שליליות.

החוויה שמקנה להם העבודה בגינה - כאשר הם שותפים בחשיבה, בתכנון ובעשייה הקבוצתית שתוצאותיה נראות לעין - גורמת ללכידות, לגאווה יחידה ומחזירה אותם למרכז הנורמטיבי של העשייה החברתית.

הלמידה מתוך החוויה והשפעת האינטראקציה הקבוצתית על ההתפתחות המוסרית של הנערים מביאה לתרבות חיובית. האינטראקציה המודרכת שנוצרת ביני לביןם, בלי שאשפוט אותם לגבי כמות ההשקעה. האינטראקציה החדשה שנוצרת בינם לבין הטבע וההקבלה למחזורי חיי האדם, מפתחת את האחריות ומעצימה ברמה האישית, הקבוצתית והמוסריות. (כמו ניצול מי המזגן להשקיה).

מודל העבודה שנבנה הוא יצירת סביבה טיפולית מערכתית. במודל זה כל עובדי המועדון משתתפים פעילים בתוכנית, כל אחד הוא תחנה טיפולית. הצלחת התוכנית היא הצלחת כל הצוות המסור, המטפל ומאמין בנערים.

אין ספק כי מודל זה ועבודה על פי הערך של קבלה והגבלה - קבלתם כמו שהם והצבת גבולות והכוונתם - יביאו להישגים נוספים.

סיכום של יעל

מאז פתיחתו של הבית עלה הצורך בטיפול הגינה שהייתה מאוד מוזנחת, עובדה שהשפיעה על האווירה בבית כולו ועל אי ניצול הגינה לצרכי הנערים. הנערים העדיפו בעבר לשבת רק בתוך המבנה והייתה הרגשה של צפיפות ומחנק.

כיום, בזכות הגינה המטופחת ושילוב של ספסלים, אותם בנו הנערים גם כן לבד בפרויקט הפיסול, נוהגים בכל הזדמנויות לשבת גם בחצר. הייתה חשיבה לשלב בין הצורך של הגינות והטיפול לבין הפעלה ושיתוף הנערים לשם הצגת צורך זה. המטרות בגינות הטיפול לא קשורות בהכרח רק לגינון עצמו, אלא שדרך הגינון משיגים בדרך מטרות נוספות. עם קבוצת הבוגרים בבית החם, חלקם עם בעיות התנהגות קשות ועם מנטאליות של דורשנות. היה ברור שלא יהיה פשוט לגייס אותם לפרויקט שידרוש מהם נתינה, מאמץ

ללא תגמול אישי מידי, עבודה רבה בלי לקבל כסף ועוד.

בעצם כל העבודה המשמעותית, מעבר לגינה המקסימה, היא בהתייחסות לרגשות הנערים בשלבים מסוימים ועיבוד רגשות אלו עם פרטים או בשיחות קבוצתיות. אין ספק שאחת הדרכים למדוד את הצלחת הגינון הטיפולי היא בהצלחה הנראית לעין, שמתבטאת בגינה הפורחת ובעיצוב הכדים הגדולים הפורחים. אין כמעט מי שלא מבטא התפעלות מהיופי והאסתטיקה של המקום שעד לפני מספר חודשים היה מוזנח.

באמצעות הגינון נוצר עם הנערים קשר בלתי אמצעי וכל נער מקבל התייחסות אישית בהתאם לצרכיו. מתפתחות שיחות אישיות מאוד משמעותיות עם הנערים, תוך כדי העבודה בגינה. שולי מהווה דמות הזדהות חיובית בעיני הנערים ומודל של גמישות בתפקידים שנתפשים בעיניהם רק גבריים או רק נשיים. בקבוצה התפתחה תרבות חיובית, שמתבטאת במתן כבוד למי ששותף - להבדיל מרגשות של קינאה שבלטו בתחילה. לא היה מקרה אחד שהשתמשו בכלי הגינון ככלי מלחמה (דבר שלא מובן מאליו).

כמעט בכל פגישה היו נערים שהחליטו שלא מתאים להם "להתלכלך היום" כל אחד מסיבותיו, האמיתיות או פשוט התנגדות, שמבטאת קונפליקט בין התעסקות בפעילות נורמטיבית, שקשורה לאלטרואיזם ברמה של נתינה למסגרת בה שוהים, לבין הימנעות מהשתתפות בפעילות כל כך נורמטיבית.

חשתי לעיתים אי נוחות מסוימת אצל מי שבחרו שלא לעבוד בגינה וחלקם במשך הפעילות קמו ונטלו חלק וניתן היה לראות שהמצפון עבד בכיוון חיובי.

הפרויקט השרה אנרגיות חיוביות ויוזמה על סביבתם.

נקודה חשובה נוספת היא החזרה למשהו שורשי בעבודת האדמה, להבדיל מהתעסקות במחשבים. הדור כיום עסוק בשיבה מול המחשב, ולכן יש משהו יותר מסמלי שכשמתחיל הגינון כולם מחוץ לבית בגינה ועוזבים את המחשבים. למרות שבהתחלה התרעמו על כך, בהמשך בתהליך של השנה למדו ליהנות מעבודת האדמה וההתחברות אליה ומהתוצאות המדהימות הנראות לעיני כל. הנערים קיבלו הרבה חיוזקים חיוביים, דבר שתרם להמשך תפקודם.

לסיכום: הגינון הטיפולי כצורת עבודה, מוביל - מעבר לגינה יפה ומטופחת - לפריצת דרך מצינית לפיתוח ערכים חיוביים ונורמטיביים, במיוחד אצל אוכלוסיות בסיכון. דרך זה ניתן להגיע לשיחות במפגשים סביב נושאים שונים.

מאוד חשוב לשמר את ההצלחה ושתהיה המשכיות לפרויקט נפלא זה.

רשימת מקורות:

אורינגי-כהן, א. (2008). הקשר בין אינטליגנציה רגשית וסגנונות התקשורת לבין תגובות רגשיות ויכולת אמפטית בהתמודדות במצבי לחץ. עבודה לתואר דוקטור לפילוסופיה, ביה"ס לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בר אילן, רמת גן.

הטב, י. (1997). הטיפול המערכתי. מתוך: ש. טיאנו (עורך). פסיכיאטריה של הילד והמתבגר (403-414). הוצאת דיונון, תל אביב.

צ'רצ'מן, א., סדן, א. (2003). השתתפות - הדרך שלך להשפיע. הקיבוץ המאוחד.

שרר, מ. (1984). השפעת אינטראקציה קבוצתית על ההתפתחות המוסרית של נערים ונערות במצוקה. חברה ורווחה, כרך ו', יוני.

Abroms, G.M.(1969). Defining milieu therapy. Archives of General Psychiatry, 21, 513- 560

Lobis, R.A.(1994). Therapeutics 4: Milieu and behavior therapies, in: K.R. Robinson (Ed). Manual of Clinical and Adolescent Psychiatry (pp. 167-186). Washington DC. American Psychiatric Press.

Redl, F.(1966). When We Deal With Children. New York: The Free Press.

Zimmerman, D.P.(1994). Bruno Bettelheim; the Mysterious other. Historical reflections on the treatment of childhood psychosis. Psychoanalytic Review, 81(3). 413-450.

המאמר התפרסם לראשונה במידעו"ס 58, נובמבר 2010.

גינון טיפולי למטרות אבחון

את מה שהוא עשה. בגינון, הנערים מפעילים כלי עיבוד כמו מכסחת וחרמש מכאני ואני בודק את היכולת הטכנית שלהם. נבחנת גם היכולת להשקות לפי ההוראות ולא להפוך את ההשקיה למשחק במים. נדרשת עבודה רציפה מאוכלוסייה,

חלק בעבודה הדורשת שיתוף פעולה, היכולת לבצע מטלות כלשונן ולבצע מטלות קשות ללא תגמול מיידי: בסדנאות האחרות, הנער מבצע מטלה כמו בניית שולחן ואחר כך הוא מקבל אותו ואילו בגינון הוא מגרף או מעשב ולא מקבל

אני עובד כבר 18 שנה במעון האבחוני "נווה חורש" ורוצה לספר איך אני משתמש בתחום הגינון הטיפולי לצורכי דו"חות אבחון של בני נוער, לקראת ועדות השמה.

"נווה חורש" נמצא בחדרה. הוא היה בעבר מקום הכשרה של 'הקיבוץ הדתי'. שם למדו איך להיות בקיבוץ ובהתאם לכך עיצבו את צורתו ואופיו. המקום שייך לחסות הנוער. מגיעים אליו נערים, בצו של בית משפט לנוער או דרך קציני מבחן - אחרי עבירות קלות החוזרות על עצמן או בגלל עבירות מין - לצורכי הסתכלות ואבחון. לאחר 70 ימים (בעבר 90) "נווה חורש" ממליץ לבית המשפט על המשך הטיפול. ברוב המקרים בית המשפט מקבל את ההמלצות. יש לציין ש 20% מהנערים מגיעים מ"כלא אופק" (בית כלא לנוער).

ההמלצות שלנו כוללות אפשרויות אלה:

1. אין יכולת לטפל, שפירושו כלא.
2. מעון נעול.
3. מעון פתוח.
4. מעון מיוחד לטיפול בבעיות מוגדרות, כמו נפגעי סמים ועברייני מין.
5. הוסטלים.
6. פנימיות רגילות.
7. חזרה לקהילה בהשגחת קצין מבחן (כשליש מהנערים חוזרים לקהילה).

בזמן שהותם במעון, עוברים הנערים בדיקות ואבחונים שונים, כולל רפואיים. לדוגמא: הגיע נער בן 17, שנחשב על סף פיגור: לא קורא וכותב. בבדיקות הסתבר שהנער קצר ראיה וזקוק למשקפיים. יש בדיקות פסיכולוגיות ואם צריך גם תרופות פסיכיאטריות שונות. בודקים איזה עיסוק מתאים לנער, את היכולת הלימודית שלו, לאיזה ביתה הוא מתאים וכן את ההתנהגות שלו.

כאן אני נכנס: בזכות הכלי שיש לי ביד, אני מאבחן חלק מהסוגיות והיכולות:

יכולת של הנער להסתדר בקבוצה, לעבוד במקום שאין בו גבולות ברורים (כמו קירות ודלת). לקחת



ולכן חשבתי, שמגיע לו לעבוד על מכסחת דשא (הפעלת כלים מכאניים אצל בני הנוער האלה נחשבת לשיא והם כל הזמן מבקשים להפעיל כלים). כשהנער כיסה, ראה אותו מנהל המעון ואמר לי שהוא עובד מאוד יפה ובקש, שאתן לו לעבוד עם המכונה כל הזמן. הנער, שהסתבר שהוא לקוי למידה, סבל מדימוי עצמי נמוך. מעצם זה שהפכו אותו למפעיל מכונות הוא קיבל ביטחון, החליט ללמוד לקרוא והצליח. בהמשך, הוא חזר לביתו והלך ללמוד מקצוע בבית ספר מקצועי. (במקום לשוטט ברחוב ולבצע פשעים קטנים).

היה אצלי גם נער, שלא הכיר את הוריו וגדל במשפחת אומנה. הוא חש מקופח וברח מהמשפחה, התגלגל ברחוב והיה גונב כדי לאכול. נער זה חש צורך לבדוק מבוגרים ובחר בי. קיבלתי שתילוני בצל לגן הירק. כשהבצל היה בערך בגובה 10 ס"מ הוא שאל אותי: "מה יקרה אם אקטוף בצל ואוכל אותו?". עניתי, שלא יקרה כלום והטעם יהיה טעם של בצל. אז הוא שאל אם יקבל עונש. עניתי: "בטח שלא". אבל אם אקטוף יותר מבצל אחד? עניתי: "חבל, כי הם יכולים לגדול יותר, אבל לא אתן לך עונש". התוצאה הייתה, שהנער תלש את כל הערוגה. הוא חש צורך לבדוק את יכולת ההכלה שלי. בהמשך הוא הועבר להוסטל בקריית גת ואיני יודע מה קרה איתו מאז.

לסיום יש לי עוד סיפור אופטימי:

היה לנו במעון נער שבא מהישוב בו אני גר. הוא היה פרוץ וחסר גבולות. מתיקו האישי ידעתי, שהנער הכה את אביו לאחר שהאחרון פגע באימו. הנער עישן מכלי סמים (בנג) לידי כפרובוקציה, ונשלח לביתו עם תנאי שעל כל עבירה נוספת הוא יישלח לבית הסוהר.

שנתיים או שלוש לאחר מכן, נסעתי לאסוף מהצומת את בתי, שהייתה אז חילת. היא שאלה אם אני יכול לקחת חייל שמשרת איתה בבסיס. כשעלה לרכב הוא אמר: "רק במכונית של גנן יש ריח כזה" ואז הסתבר, שמדובר באותו נער, שהשתקם.

כנראה שהייתה במעון הייתה טראומה עבורו וגרמה אצלו לשינוי.

הכותב דינו מטפל בעזרת גינון ב"נווה חורש". בוגר מחזור שני של לימודי גינון טיפולי ב'סמינר הקיבוצים'.

לפני הכלא. רובם יוצאים בפעם הראשונה מהבית והם מפוחדים. כשהנערים יורדים מהניידת ופותרים להם את האזיקים, עיניהם רואות מקום שנראה כמו קיבוץ: דשאים, פרחים, פינות ישיבה וצל, דבר שמקטין מעט את הפחד ואת ההתנגדות. כשהם רואים נערים שלווים מכסחים דשא או משקים בצינור, אז פחות רוצים לבצע את הדחף הראשוני וזה לנסות לברוח.

המקום משתרע על שטח רחב שרובו חורשות. ישנם כחמישה דונם מגוננים, מטע קטן של אגוזי פקאן, בוסתן עם עצי פרי שונים ומשתלה. אני משתדל לתת לכל נער עציץ מהמשתלה, כמתנה לאימו. הם מבקשים. גם אם הם זורקים אותו אחר כך, חשוב להם לקבל משהו שנותן להם תחושת התייחסות.

בעבר היו לנו חממה וגן ירק. הפסקנו לטפל בהם בגלל המחסור במים בישראל.

מ־18 השנים שאני עובד במעון יש לי אין סוף זיכרונות, מה גם שהאוכלוסייה מתחלפת כל הזמן.

הרי שני סיפורים:

הגיע אלי נער שבא ממשפחה נורמטיבית. בגיל 15 וחצי עדיין לא ידע לקרוא ולכתוב. הנער תפקד מאוד יפה בשיעורי החקלאות והגינות

שמעולם לא עבדה ולא עמדה בהתחייבויות. כל יציאה שלי עם הנערים לשטח, מתחשבת בעובדה שרובם לא עסקו מעולם בחקלאות, או בגינון או בשיעורי טבע. היא מלווה בהסברים, כולל שימוש בחושים: אני נותן להם להריח, לחוש ולטעום צמחים מעניינים. למשל כשאני נתקל בצמח השומר ונותן להם לטעום אותו, יש נערים ששתו משקאות חריפים ומזהים אותו עם טעם משקה העראק.

המפגש עם הטבע - לרובם כאמור זאת הפעם הראשונה - מוציא מהנערים זיכרונות ורגשות, כולל שליליים, כמו למשל רצון להתאבד. אני מזהה זאת, כשנער שואל אותי אם יש במעון צמחים רעילים וכמה צריך לאכול כדי שזה ישפיע.

לאחר כ־40 יום, יש לנער הערכה ראשונית בוועדה ואני מכין דו"ח, שנקרא "דו"ח חצי תקופה". לקראת סיום התקופה, אני מכין דו"ח מסכם. העובדת הסוציאלית של הנער מקבלת את כל הדו"חות, מסכמת אותם ומגישה לוועדה. יש לציין, שהדו"ח של הגינון חשוב מאוד להכנת התסקיר.

לגינות הטיפולי ישנה חשיבות נוספת והיא קשורה באופי המקום. יש לזכור, שרוב הנערים נמצאים בקטע הכי קשה בחייהם! הם בתחנה האחרונה



הגיגיון בבית הספר 'צוהר לטוהר' מהלכה למעשה

**בְּרַךְ עָלֵינוּ ה' אֱלֹהֵינוּ אֶת הַשָּׁנָה הַזֹּאת וְאֶת כָּל מִינֵי תְבוּאָתָהּ לְטוֹבָה. (בְּקִיץ): וְתֵן בְּרָכָה (בְּחֹרֶף): וְתֵן טַל וּמָטָר לְבְרָכָה
עַל פְּנֵי הָאֲדָמָה וְשִׁבְעֵנוּ מְטוֹבָה (נ"א): "מְטוֹבָךְ".
וּבְרַךְ שְׁנֵתָנוּ כְּשָׁנִים הַטּוֹבוֹת לְבְרָכָה.**

וברמות של פיגור בינוני-עמוק, נמצאים בכיתה בנים ובנות ביחד ואילו התלמידים היותר בוגרים לומדים בכיתות נפרדות. בכל כיתה יש בין שמונה לעשרה תלמידים. בית הספר, בניהולה של הגברת מרים וייסבלום, שואף לקדם את תלמידיו ברוח חידושי החינוך המיוחד, עם פיתוח תוכניות והתאמות חדשניות - כולל ליווי רפואי ופארה-רפואי - תוך קיום ההלכות. לגבי נושאים שנויים במחלוקת, מתקיימת התייעצות עם רב הקהילה והוא הפוסק.

המטרה המרכזית של העבודה בגינה, הינה לאפשר לתלמידים להתנסות בעבודת אדמה חקלאית וללמוד הלכות רלוונטיות לגינה [חפציבה אונגר, על-פי ספר החינוך].

● **לא לזרוע כלאי זרעים ולא להרכיב אילן בשום מקום בארץ,** "שך לא תזרע כלאי" ויקרא.

הרתי, שוכן בקצה העירייה רכסים. הוא עבר למשכנו החדש והמותאם לפני כשש שנים. בהזדמנות זו, הוקצה שטח לגינה סביבו נטענו בוסתן עצים, הכולל עצים מחמשת המינים ועצי פרי הד. כמו כן, אנו מטפחים בערוגות גידולי חורף וקיץ: ירקות ופרחים. כשקר, אנו מתכנסים בחממה. התלמידים מערבבים קומפוסט באדמה, זורעים, מנביטים, מעתיקים לעציצים, ומכינים אבזרי השקיה לעציצים. בחזית נמצאת רחבה, שעליה הוקמה סככת גפנים ובה אנו מתכנסים בתחילת ובסוף השיעור.

תלמידי בית הספר מאופיינים בפיגור קלי-בינוני ותסמונת דאון. רובם יגיעו לתפקוד עצמאי (הליכה, לבוש וניקיון, רמת דיבור/תקשורת). בית הספר נותן מענה לתלמידים דתיים מאזור הצפון, אשר מגיעים בהסעות (עכו, צפת, חצור, דישון, מגדל העמק, חיפה ועוד). בגילאים הצעירים

חלף קצת זמן עד שהבנתי, שמילות השיר של צוות הווי הנדסה קרבית, אשר מזדמזמות בראשי בעת עבודתי, לקוחות מתוך 'ברכת השנים': ברכה אשר נאמרת מדי בוקר על ידי תלמידי בית הספר "צוהר לטוהר" במסגרת 'תפילת שמונה עשרה'. בתהליך שנמשך עד היום, אני לומדת ומנסה להקנות לתלמידי, הלכה למעשה, כלים לעבודת האדמה כפי שזו מופיעה במקורות, יחד עם הפן המעשי של שמירת הסביבה, על פי הכתוב: "... ויקח אלקים את האדם ויניחם בגן עדן לעבדה ולשמרה." (בראשית ב' טו).

בראשית הכתבה אספר קצת אודות בית הספר והעבודה בגינה ואילו בהמשך אציג פרויקט, שמתקיים זו השנה הראשונה ומאפשר לנו לקלוט תלמידים נוספים לעבודה בגינה.

בית ספר "צוהר לטוהר" לחינוך מיוחד במגור





השקיה במשפך. בסיום המפגש, שותים תה צמחים ותלמיד שמעוניין למוזג לעצמו ולשותות לרוויה, צריך לבקש. הפעילות מתרחשת אחת לשבוע, ביום שני, בשיתוף פעולה מלא עם המחנכת וצוות הסייעות.

מה נחשב בעינינו להצלחות: ש. א. הגיע לכיסאו מרצונו בתחילת השיעור. י. הצביע בלוח התקשורת המוצמד לשולחן על תמונת המשפך. יו. מילא עציץ עד הקצה באדמה. ר. ראתה שאין מים במשפך והלכה למלאו בברז. בכיתה הוכן לוח קיר, עליו מוצגות תמונות וכתובות בשפת סמלים ובצדדיו תלויים שני עציצים. יו. אשר ידוע בחיבתו המנוגדת לפרק/לטפה, נבחר ראשון כאחראי על ההשקיה.

המשך פרויקט העציצים של כתת נחמי מתרחש בחממה ובגינה ונעשה על ידי הכיתות האחרות. לצורך הגידול רכשנו עגלה, עליה מועמסים העציצים בדרכם מהגינה לכיתה ובחזרה. התלמידים אוהבים להסיע את העגלה והיא מעוררת שמחה במסדרונות בית הספר.

כיתת אסתי

הכיתה מונה שמונה תלמידות, אשר מאופיינות בבעיות תקשורת קלות ובפיגור קל ובינוני. הן מגיעות לעבודה בגינה פעם בשבוע, בימי רביעי. בתחילת השיעור, כל תלמידה בוחרת באחת מתוך שלוש אפשרויות: טיפול בעציצים, עבודה בגינה והכנת משקה חם בחורף או משקה קר בקיץ. ישנה סייעת קבועה, אשר עובדת עם אלה שבחרו

עם השנים גדל מספר התלמידים בבית הספר ונוספו לו כיתות עם תלמידים, המאופיינים בבעיות תקשורת קשות ופיגור קשה. בניסיון לתת להם מענה, פתחנו השנה בתוכנית גינון אשר מאפשרת התנסות בהתאם ליכולות התלמידים. לראשונה, מתקיים בבית הספר שיעור גינון בכיתה, אשר כולל לימוד עבודה: הכנה של עציץ עם צמח סוקולנטי וטיפול בו (בהשפעת הדסנה של אביגיל מרקמן "הישרדות בתנאי ריאליטי" שהתקיימה ברמת הנדיב 2010). הפרויקט מתחיל בכיתה והמשכו מתרחש בחממה ובגינה, כל כיתת תלמידים תורמת את חלקה, לפי יכולתה, להשלמת הפרויקט. שם הפרויקט הוא כשם הכיתה שבה מתחיל התהליך.

פרויקט העציצים של כיתת נחמי

כיתת נחמי, מונה שבעה תלמידים, מתוכם שני תלמידי C.P., וחמישה תלמידים קלי רגליים, אשר מאופיינים בבעיות תקשורת מורכבות, והסח דעת גדול. לאחר מספר התנסויות, בשיתוף פעולה עם נחמי המחנכת, בחרנו לעבוד בכיתה, היות שהעבודה בגינה הייתה מלווה בחוסר יכולת להתמקד. הוכנו לוחות תקשורת אשר בעזרתם מתנהל המפגש. בצד ההתנסות בעבודה והגדרה מטרה, לעודד תלמידים להשתתף ביוזמתם. תלמיד שרוצה להשתתף, צריך לבקש זאת במילים או בעזרת לוח תקשורת. בשלב הבא בחרנו לשים דגש על רצף פעילויות, בהן התלמיד צריך להיות ממוקד מבט בעבודתו: מילוי אדמה בעציץ עד הקצה, שתילת ייחור של צמח סוקולנט,

י"ט, 19. הקב"ה ברא את עולמו בחכמתו ותבונתו ובשלמות ועשה רצוה על כל מין ומין להיות עשה פרותיו למינהו.

- **לא להקדים תרומות ומעשרות זה לזה,** "מלאכת ודמעתך לא תאחר", שמות כ"ב, 28. כשעושין דברים על סדרם לא יגיע לערוב וטעות.
- **לא לאכול ערלה, והם פירות העץ בשלוש השנים הראשונות לנטיעתו,** "שלוש שנים יהיה לכם ערלים לא יאכל" ויקרא, י"ט, 23. הקב"ה רצה שהאדם יתעורר להלל את הקב"ה במבחר פרותיו, ולכן צווה שנחכה עם אכילתם 3 שנים כדי שנתאוה לאכילת הפרות.
- **לשמוט את הקרקעות ולהפקיר כל מזה שתוציא הארץ בשנה השביעית,** "בחריש ובקציר תשבות", שמות ל"ד, 21. "השביעית תשמטנה ונטשתה", שמות כ"ג, 11. כדי לקבוע בליבנו שה' ברא עולם בשישה ימים ונח בשביעי. וכן לקנות מידת הוותנות של נתינה בלי תמורה וכן מידת הביטחון של הפקרת השדה לשנה שלמה.

בין לבין התלמידים עוקבים אחרי שינויי מזג האוויר, התאמת התפילה לעונה, ציפיית החקלאי לגשם, והתלות שבין הגשמים לפוריות הגינה. כמו כן, באוכלונו מפירות הגינה לומדים התלמידים מהניסיון האם לברך "...בורא פרי העץ" או "... בורא פרי האדמה" על הפרי שנקטף. בשנים האחרונות התחלנו להתנסות בטיפוח בדגש אקולוגי, לפי תפיסת הפרמאקאלצ'ר: משתמשים בחיפוי, זבל ירוק, רוטציה בגידולים, טיפול משולב במזיקים ועוד.



לסיכום

השנה הכנסנו שני חידושים: למידת גינון בבית ושתילה עם טיפול בצמחים סוקולנטים. האם בפרויקט העציצים של כיתת נחמי, הושגו המטרות שהצבנו? האם כל תלמיד תורם כפי יכולתו? האם תלמידי כיתת נחמי יצליחו להתמקד ברצף הפעילויות של הכנת העציץ? האם משתפרות יכולות הדיאלוג בין התלמידים, בכיתות אסתי והרב גורן? האם הסייעות לומדות לא לעשות את העבודה במקום התלמידים? לפי הרגשתי, אנחנו בדרך והיא כשלעצמה מעוררת עניין ושמחה.

קצת על תהליך העבודה שלי:

התאמת הפעילות ליכולת התלמידים, מתבססת על הברות וניסיון. לא פעם אני מגלה שהמטרות שהצבתי גבוהות ויש להתאימן לרמת התלמידים. כך גם אני לומדת תוך כדי התקדמות. שיתוף פעולה עם צוות הכיתה הוא דבר הכרחי ודורש הרבה תיאום. לכל כיתה צוות סייעות שונה, אותו יש להנחות איך להפעיל את התלמידים. מצאתי, שמתן אחריות לסייעת על פעילות מסוימת מאפשר לה להתמחות בה ואני פנויה להפעיל קבוצת תלמידים נוספת. הדיאלוג עם הצוות נותן לי הזדמנות ללמוד רעיונות חדשים ומאוד מקרב את הצוות לנושא.

קונפליקטים (איך אפשר בלי):

ביני לבין הצוות:

- איך ללמד את התלמידים לעבוד מבלי לעשות עבורם את העבודה?
- האם ללוות באופן צמוד את התלמידים או לאפשר להם להיות יותר עצמאיים?

ביני לבין התלמידים:

- מה לעשות כשרוצים לבחור בעבודה (למשל גיזום), שאינה מוצעת כאפשרות?
- איך לאחוז בכלי ולעבוד בו? למשל: משפך.
- מה לא עושים בגינה?

בין התלמידים:

- איך להתחלק לצוותי פעילות?
- איזה תפקיד בצוות מקבל כל אחד?

לטפל בעציצים: הן ממשיכות בשתילת הייחורים, משקות ועוקבות אחר התפתחות הצמחים. אני וסייעת נוספת, מלוות את התלמידות האחרות בגינה ובהכנת המשקה. בסיום השיעור אנו יושבות במעגל, כל תלמידה מספרת מה היא עשתה, הסייעות ואני אומרות דבר שבח למי שעבדה טוב ואנו מקנחות בשתיית תה צמחים או לימונדה.

מה נחשב בעינינו להצלחות: ב. לקחה את המשפך מהארון, הלכה לבזר ומלאה מים, ר. השקתה את הצמחים במשפך, א. שתלה את הייחור בכיוון הנכון. הסייעת מדריכה את התלמידות. הבחירה בעבודה בתחילת המפגש והדיווח בסופו, מלווים בדיון בין התלמידות: לעיתים הן צריכות לבחור וגם לוותר לחברה.

כיתת הרב גורן

הכיתה מונה עשרה תלמידים בחורים, אשר מאופיינים בפיגור קל ובינוני. הם מגיעים לעבודה בגינה פעם בשבוע, בימי רביעי. בתחילת השיעור, כל תלמיד בוחר באחת האפשרויות, בדגש על עבודות פיזיות או עבודות הדורשות מחשבה ו/או התמדה, כמו: טיפול בעצים, גיזום ודישון. דילול ירקות, עישוב סלקטיבי. כאשר יורד גשם, מכינים אביזרי השקיה בחממה – לטובת פרויקט העציצים. גם כאן, מכינים משקה חם בחורף וקר בקיץ וסיום השיעור דומה לסיום בכיתת אסתי. **מה נחשב בעינינו להצלחות:** א. ו. ל. הרכיבו אביזר השקיה לבד. הסייעת הדריכה את התלמידים. בכונתנו להשלים את מערכת ההשקיה ולסדר את העציצים לנוי, על אדני החלונות הגובלים בגינה.

מחזוריות עונות השנה בגינה הלימודית

הסביבה משתנה לפי עונות השנה ולפי המחזוריות בטבע - ובטבע האדם: מחזוריות יומית, עונתית ושנתית.

הקמת גינה לימודית משלבת סביבת לימוד חוץ-כיתתית פתוחה, מרגיעה וידידותית. גינה כזו היא חלק משמעותי ומשלים לתכנית הלימודים הבית-ספרית.

סביבת הגן מעודדת טיפוח רגש אחריות אישית לסביבה, דאגה לצומח ולחי ופיתוח יכולת התבוננות והבחנה. הכוח שיש בגידול צמחים: זרע נובט, ניצנים הופכים פרחים, פירות מבשילים - מעצים ומחזק את התלמידים. כל תגלית מעוררת שאלות ומהווה הזדמנות ללמוד, להתבונן ולגלות תוך התנסות, לערוך תצפית,

צילום, מעקב, תיעוד, הערכה. תהליך הלמידה מעניין ומהנה והתלמיד מעורב בו. למידה חוץ-כיתתית מעצימה את חווית הלמידה ומאפשרת מרחב להתפתחות אישית.

לוח שנתי בגינה לפי חודשים -

חודש אלול - ספטמבר

תיאור החודש: חום ויובש מקבלים את התלמידים, הימים מתקצרים והסתיו מתקרב יחד עם החצבים וחבצלות החוף. בבואנו לגינה נפגוש גינה ריקה ויבשה עם שרידי צמחים יבשים משנה שעברה. בתחילת העבודה נקיים את טקס פתיחת המים בו נפתח בצורה חגיגית את ההשקיה בגינה ונריח את ריח האדמה הרטובה. בקרוב הכול יפרח ... נושא החודש: עליית כיתה והתחלת שנה חדשה עם הרבה תקוות לצמיחה וגדילה.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
	תכנון הגינה מדידת השטח	יכולת תכנון התמצאות בסביבה	תכנון	נייר סקיצה, גלגלת מטר, צבעים
	הכרות והתנסות בכלי עבודה	שימוש נכון בכלי עבודה תוך שמירה על כללי הזהירות	כלי עבודה בגינה	כלי עבודה
	איסוף זרעים בחצר בית הספר ובשדה הבור. מיון זרעים והנבטה למעקב.	מיון זרעים לפי גודל	הפצת זרעים	
	איסוף וגירוף שאריות הצמחים מהשנה שעברה לערימת הקומפוסט הקמת ערוגות הצנעת קומפוסט, (5 ק"ג למ"ר)	ארגון סדר פעולות	קומפוסט	כלי עבודה, חומרים בהתאם לצורת הערוגה קומפוסט
	טקס פתיחת המים ופריסת מערכת השקיה	תכנון ופרישת מערכת השקיה	מערכת השקיה תכנון השקיה	צינורות טפטוף, מחברים, מהדקים ממתכת
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות בחצר עונתית	החצב וחבצלת החוף פורחים ומבשרים את הסתיו.		סוף הקיץ	
מעקב ותצפית	פעילות להכרת החצר והסביבה: הגדרה וסימון של חלקת בור בגינה ובקרבת בית הספר, למעקב לאורך השנה. יצירת מסגרת דרכה נעקוב אחר חלקת הבור בגינה ובשדה	תיעוד בצילום, ציור ורישום	חלקת בור לעומת גינה תרבותית	קרטונים להכנת המסגרת, מספרים, מצלמה, דפים וצבעים
רעיון החודש	תכנון הגינה ויצירת דגם דו מימד או תלת מימד. עבודה בקבוצות.	בניית דגם	תכנון	דגם הגינה - חומרים לבניית דגם: חומר, פלסטלינה, קרטון, ענפים, דבק, צבעים...

חודש תשרי - אוקטובר

תיאור החודש: הימים מתקצרים, הלילות קרירים ונעימים, ביום עדיין חם.

עצי הזית עמוסי פרי לקראת המסיק. קטיפת הרימונים וגידול התמרים בעיצומם. בחודש זה חל ראש השנה העברי, יום הכיפורים וחג סוכות - חג האסיף. נושא החודש: חגי תשרי, ראש השנה וחג האסיף.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	זריעת ירקות חורף בערוגות.		התנאים הדרושים לצמח	זרעי ירקות - צנונית, גזר, ראשד, בצל ירוק, שומר, סלק, אפונה
	זריעת פרחים בערוגות ייצוגיות.	זריעה	זרע	זרעי פרחי חורף: ציפורן חתול, כובע נזיר, אפונה ריחנית
	יצירה: הכנת שלטים לערוגות.			
גינת תבלינים	הכנת גינת תבלינים במיכלים: הכנת תערובת שתילה - כבול, טוף, קומפוסט, מילוי המיכלים שתילת תבלינים במיכלים ובערוגה	הכנת תערובת שתילה	גידול במיכלים תבלינים	מיכלים ועציצים לשתילה, כבול, טוף, קומפוסט (אפשר תערובת שתילה מוכנה) שתילי התבלינים: מרווה רפואית, בן אזוב, שיבה, אורגנו, קורנית, רוזמרין, מרווה
	יצירה: הכנת שילוט לגינה.			
	נבטים מתחילים להציץ בשדה עצי הרימון התמרים והזיתים, עמוסי פרי, בשדרות בחצרות ובמטעים.		הכרת נבטים	
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות בחצר עונתית בחצר	יצירה, ראש השנה: הכנת כרטיסי ברכה לשנה טובה ופורייה מחומרים טבעיים	גזירה והדבקה	איגרת שנה טובה	עלים, פרות, זרעים, ענפים, דבק, מספריים, קרטון ממוחזר
	חג סוכות - חג אסיף: קטיפת / אסיף פירות - ענבים, רימון, תמר, תאנה חזית. כבישת זיתים ודריכת ענבים לתירוש	מלאכות קדומות	מסיק, בציר, גדיד כבישה, דריכה וגת ארבעת המינים: אתרוג, הדס, לולב וערבה	כבישה: זיתים, צננות, מלח, חומץ דריכה: ענבים, גיגיות, בקבוקים
	יצירה: הכנת תוויות לאסיף			





חודש חשון - נובמבר

תיאור החודש: תחילת החורף, הימים מתקצרים, הלילות מתקררים וגשמים ראשונים מגביטים את צמחי הבר. הנחילאלי הגיע לגינתו ומעל ראשו להקות של ציפורים נודדות לכיוון אפריקה החמה. נושא החודש: ירקות חורף, פרחי חורף.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	שתילת ירקות חורף בערוגות השתילים: כרוב לבן וסגול, כרובית וברוקולי, חסות מינים שונים, קולרבי, סלרי, סלק עלים, שומר. שתילת פרחי חורף: אמנון ותמר, לוע ארי, גודטיה	שתילה	שתילה שתיל כיחידת ריבוי	כפות שתילה, שתילי פרחים, כלי עבודה וציוד להכנת שלטים
	זריעת פרחי חורף – כובע נזיר, כרוב נוי, לאורך הגדר, אפונה ריחנית, חוטמית דלפיניום, תורמוס.	זריעה		זרעי הפרחים, דקר, כלי עבודה וציוד להכנת שלטים
	גידול תפוח אדמה בצמיגים בקומות			זרעי תפוחי אדמה, צמיגים, כלי עבודה וציוד להכנת שלטים
	שתילת תות שדה בעמודים או בעציצים מוגבהים.			שתילי תות שדה, עמודים או מיכלים
	אני והערוגה שלי: הכנת ערוגה אישית. תכנון ובניית הערוגה, חיבור טפטפות	תכנון ערוגה אישית		
גינת תבלינים	יצירה: הכנת שלטים ייחודיים לגינה ולערוגה האישית			
	זריעת עשבי תבלין במיכלים או בערוגה	זריעה	התנאים להתפתחות הזרע	זרעים: פטרוזיליה, כוסברה, שמיר, עירית, בצל, ריחן, גרגיר ורוקט. ציוד לשילוט
	הגינה מוריקה, שורות של נבטים אשר חלקם מחכים לדילול, השתילים נקלטים ומתחילים להתפתח.	דילול	דילול	צילום ותיעוד התחלת הצמיחה בגינה, הכנת טבלת מעקב צמיחה.
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	שלכת, איסוף עלי שלכת	הכנת טבלת מעקב	שלכת	
	רקפות בר: זורעים במגשים או כוסיות זרעים ששמרנו משנה שעברה		מזרע לפקעת	זרעי רקפות בר, כוסיות, תערובת שתילה
רעיון החודש	במקום שיש פינת חי - הכנת אדניות או ערוגה עם כובע נזיר, חסה, חרדל, לקטיף והאכלת החיות.			
	יצירה: הכנת מקל גשם לעידוד בוא הגשם			גילי נייר, סיכות תפירה, אורז, חומרי קישוט, זרעים ושתילים

חודש כסלו - דצמבר

תיאור החודש: חורף, גשם, בימי שמש נעים להיות בגינה. החסה, החרדל והכרוב ממלאים את הערוגות, הפרחים מתחילים לפרוח לפי הקצב של כל מין, ראשון ציפורני חתול, ובהמשך אמנון ותמר. העצים הנשירים בתרדמה. נושא החודש: מחזור חיי הצמח.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
	הכנת "שדה חיטה" זריעת החיטה.	זריעה	החיטה, מחזוריות שנתית, מהזרע לקמח.	זרעי חיטה
	צמחי בצל ופקעות: הטמנת בצלים ופקעות בערוגות ובמיכלים: רקפות בר, כלניות, נוריות, נרקיסים, נץ חלב, יקינטון.	הטמנה	בצל, פקעות הטמנה	בצלים ופקעות
	זריעת ערוגות פרחי בר - תערובת זרעים של פרג, קחווון, דגנית, ציפורנית מצרית, תורמוס. יצירה: שילוט השטח המשך ערוגה אישית: בחירת שתילים ושתילתם.		פרחי בר, פרחי תרבות	זרעי פרחי בר
	קטיף ראשון: חסה, צנונית	בחירה שתילה	אני והערוגה שלי	
	הכנת חליטות מצמחי הנענע, הלואיזה, הלימונית, המרווה.	קטיף צמחי תבלין	הכרת חלקי הצמח ותפקידיהם	שתילים, כך שתילה
גינת תבלינים	הכרת פרחי הבר בסביבה ושמירת חלקת בר בחצר.	תצפית	פרחי בר, פרחים מוגנים	
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	שולית חורף	שימוש במגדלת ובינוקולר	בעלי חיים בשולית	מגדלת, בינוקולר, צלחות פטרי
מעקב ותצפית	סיור נביטה בשדה הבור, שימוש במסגרת התצפית מתחילת השנה.	מעקב והשוואה	נביטה	מסגרות לתצפית, ציוד לתיעוד.
רעיון החודש	הכנת עציץ של נרקיסים הביתה.		כיוון השתילה, שתילה נכונה בבצלים	בצלי נרקיסים, תערובת שתילה ועציצים
	הכנת לוח הגינה/ יומן / עיתון קיר בית ספרי לשיתוף בית הספר בנעשה בגינה		לוח קיר תמונות וחומרי יצירה	



חודש טבת - ינואר

תיאור החודש: אנחנו בעיצומו של החורף ובימים קרים אנו נשארים בכיתה. זו הזדמנות ללמוד ולאסוף מידע ממקורות שונים, להכין כרטיסי צמח, עיתון הגינה, שיתוף התלמידים במידע. נושא החודש: תחזוקה בגן: גיזום, עישוב, דישון, הדליה וחיפוי קרקע.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	קלטור, עישוב, גיזום דילול, דישון, הדליה.	גיזום, עישוב, קלטור והדליה	גיזום, דישון, עישוב, הדליה וקלטור	כלי עבודה
	חיפוי קרקע	חיפוי	חיפוי: הגנה על הקרקע, שמירת לחות, שמירת טמפרטורה, עידוד פעילות בקטריות חיידקים ושלשולים	חומרי חיפוי
	שתילת חסה -מחזור נוסף			שתילי חסה
	הכנת סלט מירקות חורף - חסות שונות, כרוב, כרובית, צנונית, תוספת עלים - עלי ביבי, פטרוזיליה, שמיר, כוסברה	זיהוי, קטיף, שטיפה, קילוף, חיתוך, ערבוב, תיבול	הכרת ירקות - החלק הנאכל	סכינים, קרש חיתוך, קערה, כלי אוכל, מלח, לימון ושמן זית
	יצירה בימי הגשם: הכנת קישוטים לגינה מחומרי טבע, מווייליס, שבשבות רוח.			
גינת תבלינים	חליטה מצמחי תבלין, לבנדר, מרווה, המשך מחודש קודם	זיהוי, קטיף	חליטות וערכן הבריאותי	ציוד להכנת חליטה
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	אסיף עלי שלכת	עבודה עם עלים, מיחוי, צביעה, הדבקה	שלכת	דבק, צבעים
מעקב ותצפית	תצפית על שלשולים, עצים בשלכת		תצפית	כלי חפירה
רעיון החודש	יצירה: הכנת דחליל מגרוטאות	פיסול מחומרים בשימוש חוזר	דחליל, שימוש חוזר, הרתעה	מקל, גרוטאות, דבק, בגדים ישנים
	הכנת עציץ אישי לט"ו בשבט הביתה: זריעה, שתיל קטן או ייחור מושרש			עציץ לכל ילד, תערובת, זרע, ייחור

חודש שבט - פברואר

תיאור החודש: שיא החורף, השקד הראשון לפרוח, צמחי הבצל והפקעת פורחים בטבע ובגינה. בחודש הזה נחגוג את ראש השנה לאילנות. נושא החודש: ט"ו בשבט חג האילנות, לומדים ומכירים את העצים בגן, בסביבה ובמטעים.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	השרשת ייחורי עצים נשירים- תאנה, גפן, רימון, תות.	ייחור	ייחור מעוצה	כלים, תערובת שתילה, ייחורי עצים נשירים, הורמון השרשה.
	דישון ועישוב	הבחנה בין דמות ורקע בעישוב	הבחנה בין רצוי ושאינו רצוי לנו	
	הכנת מרק ירקות: קטיף גזר, כולרבי, צנון, לפת, סלק. את שאריות הצמחים מעבירים לערמת הקומפוסט.		ירקות שורש למאכל	סיר, תבלינים וירקות הגינה, כלי אוכל
גינת תבלינים	חורף - חליטות צמחים. יצירה: הכנת שקיות תה עם תווית		חליטה	
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	תצפית בפריחת השקד	תצפית והמשך מעקב	התעוררות מתרדמה וחנטה	
מעקב ותצפית	מתלהבים מהגיאופיטים הפורחים, תצפית בעצים בסביבה: הכנת תעודת זהות לעץ, הכנת מצגת או מגדיר לעצים בגן.	הכנת תעודת זהות לעץ, הגדרת עצים		מצלמה, דפים, ומחשב
רעיון החודש	הכנת אירוע ט"ו בשבט. לוקחים הביתה את העציץ שהוכן לט"ו בשבט		ט"ו בשבט	
	יצירה: הכנת עץ משאלות		משאלה	ענפים גדולים, הכנת עלים וכלי כתיבה

חודש אדר - מורץ

תיאור החודש: יום השוויון ה'21 במרץ, בו אורך היום והלילה שווים. מעתה הימים מתארכים, בגינה יש יותר שעות אור, השמש מחממת את הקרקע ואנו נהנים מאביב פורח.

זה הזמן לסיום ירקות החורף בגינה והכנת הגינה לשתילת ירקות הקיץ.

נושא החודש: הגינה האקולוגית.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
	דישון, עישוב, הדליה		עקרונות הגינה האקולוגית	
	קטיף ירקות החורף		מזון בריא, ירקות	
	הכנת גינת קיץ: פינוי הערוגות, דישון בקומפוסט. החלפת ירקות חורף לירקות קיץ זורעים שעועית, חומס	החלפת שתילים בערוגה עונתית	ההבדל בין ירקות חורף וקיץ	קומפוסט וכלי עבודה זרעים
	שתילת צמחים מושכי פרפרים וציפורים	תצפית על פרפרים וציפורים	צמחים מושכי פרפרים וציפורים	שתילים: בודליאה, פיגם, אשחר. מגדירי פרפרים וציפורים.
	ריבוי צמחי בית: פותוס, יהודי נודד	קטיף צמחי אם והכנת ייחורים	צמחי אם צמחי בית	כלים, תערובת שתילה, הורמון השרשה
גינת תבלינים	הכנת ייחורי תבלינים: נענע, רוזמרין, מרווה, אורגנו.		ריבוי על ידי ייחורים	כלים, תערובת שתילה, ייחורי תבלינים, הורמון השרשה.
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	פריחה בגן ובסביבה	הגדרת פרחים, שימוש במגדיר פרחים	הפרח: האבקה, חנטה, הפרייה	מגדירי פרחים
מעקב ותצפית	ניטור מזיקים ומחלות וטיפול בהתאם: תליית מלכודות צהובות, ריסוס במי סבון להגנה מכנימות	הכנת חומרי הדברה אקולוגיים	בע"ח מזיקים ומועילים בגינה	מלכודות צהובות, זכוכית מגדלת, סבון אקולוגי, בקבוק תרסיס
רעיון החודש	פורים: צמחים מתחפשים: דבורנית, גזר קיפח		חיקוי ומשיכת מאביקים	תמונות ודוגמאות



חודש ניסן - אפריל

תיאור החודש: חודש האביב הגיע והפריחה בטבע בשיאה. שדות צבעוניים של חרציות צהובות, צמחי חרדל ופרגים אדומים. הפרפרים נראים בכל מקום, הציפורים בונות קינים והשמחה רבה. העצים מתעוררים - כליל החורש סגול, המטעים פורחים, והגפנים לובשים עלים רעננים. בחודש זה חל חג הפסח - חג האביב. חשוב לשים לב להשקיית הגינה במהלך החופשה. נושא החודש: האביב בגינה, האבקה והפריה

פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
הכנת גינת קיץ ושתילת ירקות קיץ לפני חופשת פסח. שותלים בערוגות המוכנות עגבניות, עגבניות שרי, מלפפונים, פלפלים, חצילים, מלון, אבטיח, קישוא.	שתילה	ירקות קיץ	שתילים וכלי עבודה
זריעה ושתילה של פרחי קיץ: ציניות, טגטס, וינקה	זריעה	פרחי קיץ	זרעים ושתילים
הכנת ייחורים קלי השרשה: ירקה, סוקולנטים, קולאוס		ריבוי וגטטיבי	כלים, תערובת שתילה, ייחורים
יצירה: הכנת שילוט לגינה ולעציצים			
נשתול את התבלינים אוהבי החום. המשך שתילה: נענע, מליסה, לואיזה, עשב לימון		הכרת צמחי תבלין ושימושיהם	שתילים
המשך הכנת ייחורי צמחי תבלין			
פריחה בגינה ובסביבה		פרחי בר ופרחי תרבות	
הגדרת פרחים. יצירה: הכנת מגדיר פרחים אישי/ כיתתי	הגדרת פרחים	הגדרת פרחים	מגדיר, דפים וכלי כתיבה
פרפרים בגינה - זנב סנונית, לבנין הכרוב	צילום ומעקב	חרקים מועילים ומזיקים בגינה. גלגולם של פרפרים: ביצה, זחל, גולם, פרפר	מגדיר פרפרים
זריעת תירס וחמניות בערוגה ובמיכל			זרעי תירס, חמניות
הכנת מתקני האכלה לציפורים שחוזרות מנדידתן		מתקן האכלה	גרוטאות שונות, חומרי טבע ומזון מתאים

חודש אייר - מאי

תיאור החודש: הימים ארוכים, החום מטפס כל יום לגבהים חדשים, גן הירק מניב שפע של ירקות. הפריחה של פרחי הקיץ מתחילה. נושא החודש: קיץ בגינה - שפע של ירקות קיץ, תבלינים ופרחים.

פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
נשתול פרחי הקיץ: טגטס, ציניות, קוסמוס, וינקה, גרניום, רגלה גדולה, פטוניה, בושמת			
חיסכון במים: אוספים מי מזגנים ומשקים איתם. יצירה: הכנת מזלף מבקבוקי פלסטיק	חיסכון במים		משפך, טפטפות, מיכל לאיסוף מים לשימוש בגינה
יצירה: ייבוש פרחים מהגינה והסביבה. בהמשך, הכנת יצירה מהפרחים המיובשים	ייבוש פרחים		עיתונים, ספרים, מכבש, פרחים
הכנת מוצרים מצמחי התבלין		מצמח למוצר	
הפריחה בטבע מתחלפת - החרציות הצהובות נובלות, הקוצים עולים	המשך מעקב, שימוש במסגרת	קיץ ופרחי קיץ	מסגרות מעקב ואמצעי תיעוד
החמנית והתירס, מדידה וטבלת מעקב	מדידה ורישום בטבלה	קצב צמיחה	סרט מידה, טבלה
טוואי המש: גידול ומעקב אחר שלבי הגלגול	מיומנויות חקר	גלגול: ביצה, זחל, גולם, פרפר	ביצי טוואי המש, עלי תות
פרחי הקיץ - זרים יפים בכל פינה בגן, מפרחי הקיץ בגינה			

חודש סיוון - יוני

תיאור החודש: חג השבועות, קציר החיטה, השדות זהובים.
זה החודש האחרון לגינה עד תחילתה של שנה חדשה. סיום הגינה והפרידה לקראת חופשת הקיץ.
סיום מחזור גידול של צמחים חד שנתיים, איסוף זרעים ושמידתם לשנה הבאה, להתחלה חדשה.
בסוף השנה נסגור את המים בטקס חגיגי - הילדים יוצאים לחופשה - הילדים נחים בקיץ החם, הארמה נחה גם.
נושא החודש: חג השבועות ושבעת המינים.
פרידה מהגינה וטקס סגירת המים.

פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	קציר	החיטה הקמח הלחם שבעת המינים	מגל, אבן ריחיים, מכתש ועלי, סאג', קערה, קמח ומלח
איסוף זרעים לשנה הבאה: אפונה ריחנית, כובע נזיר, תורמוס, דלפיניום, פרג.			שקיות נייר או קופסאות לאיסוף זרעים, רישום תוויות
סיום הגינה והעברת כל הצמחים לערימת הקומפוסט		קומפוסט פרידה מהגינה טקס סגירת המים	
גינת תבלינים	ייבוש תבלינים		שקיות בד טול לעלי חליטה
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	קציר בשדות החיטה, חבילות חציר	סיום מחזור חיטה והכנה למחזור חדש	
מעקב ותצפית	עלי צמחי הבצל והפקעת התייבשו. הוצאת בצלים ופקעות ואחסון לשנה הבאה	תרדמת בצלים ופקעות	כלי אחסון וכלי עבודה
רעיון החודש	ראש של חמנית - מזון בריא ומזמין ציפורים	הזמנת ציפורים ותחנות האכלה	
הכנת בובת תירס מעלי התירס			



חודש תמוז - יולי

תיאור החודש: החום הגדול. ערוגות הירק ממשיכות להגיב, פרחי הקיץ ממשיכים לפרוח ומסביב בשדות עולים קוצים. נושא החודש: קיטנה בגינה - במקומות בהם נמשכת הפעילות בחופש הגדול ממשיכים לקטוף ירקות קיץ, ועושים פעילויות קרירות בימי החום הגדול.

מה עושים בגינה	פעילות בגינה ובחצר	מיומנויות	מושגים ותהליכים	חומרים
מה עושים בגינה	המשך איסוף זרעים, סיום הגינה והעברת כל החומר הצמחי לערימת הקומפוסט		פרידה מהגינה, טקס סגירת המים	
גינת תבלינים	קוביות קרח בטעמים או קרטיב לימונענע: כותשים עלי נענע, לואיזה, מליסה ועשב לימון, מוסיפים סוכר, מסננים ומקפאים. מתרעננים ומלקקים בחוץ בשיא החום			
מה רואים בגינה ומסביב - התרחשות עונתית בחצר	הכל יבש. צמחי הבר בסביבה מתייבשים			
מעקב ותצפית	חלזונות מטפסים על הקוצים לתרדמת קיץ			
רעיון החודש	פעילות אבטיח, קרטיב אבטיח, ענבים קפואים			
	בניית טאבון מבוך ומקש			
			אדמת חרסית, קש, מסגרות עץ לבניית לבנים, קערות לערבוב	



חודש אב - אוגוסט

תיאור החודש: החופש הגדול הגיע, החום רב, הכל יבש, הילדים נחים והגינה נחה ורק החצבים מתחילים להתכונן להודיע על הסתיו המתקרב. נושא החודש: הצוות מתכנן את הפעילויות לשנה החדשה.

מנוחה לגינה ולאדם

טקס סגירת המים וטקס פתיחת המים
בסוף כל שנה, אנו מקיימים טקס חגיגי בו נפרדים מהגינה וסוגרים את המים, בדיעה שהצמחים יקמלו והגינה שפרחה והניבה יכולים עד לרגע זה, תתייבש. בתחילת השנה הבאה התלמידים יחזרו לבית הספר, נקיים טקס פתיחת המים ונתחיל מהתחלה לברוא עולם ירוק, צומח ומצמיח. כמו בטבע סביבנו, בקיץ הכל יבש, האדמה נחה ובתחילת השנה התלמידים עולים כיתה, חולמים חלומות ויוצרים סביבה ירוקה.

תכנון הגינה

כמות האור והחום משפיעים על מהירות הנביטה וקצב הצמיחה. השמש מספקת אנרגיית אור וחום לצמח. באמצעותה חלים תהליכי הפוטוסינתזה, נשימה, קליטת חומרי מזון ומים והפיכתם לסוכרים, המספקים אנרגיה לבניית התאים ולתהליך הצמיחה. לכן, יש לבחור את המקום המואר ביותר, שאינו מוצל על ידי בנינים או עצים.

כל תהליך הקמת הגינה צריך להיעשות יחד עם התלמידים, שיהיו שותפים לכל תהליך קבלת ההחלטות, להצבת המטרות, לבדיקת המגבלות ומציאת הרעיונות לביצוע.

תהליך העבודה יכול להיות מתוכנן לגמרי או להיווצר באופן ספונטני. לפעמים התפתחות העבודה תוביל לדבר עצמו.

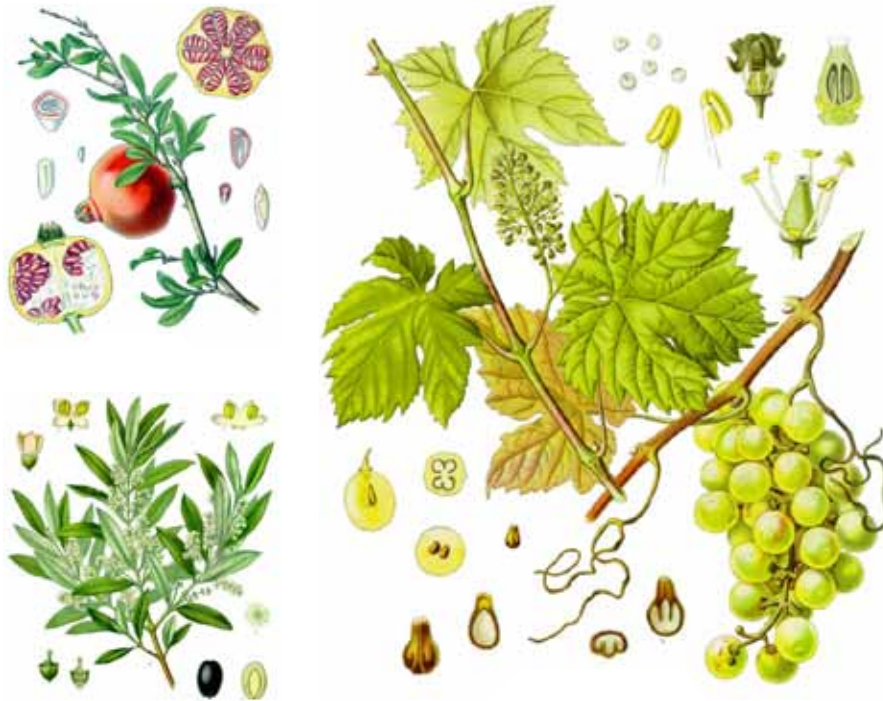
תכנון השטח ועיצוב הגינה:

שרטוט על נייר סקיצה של שטח הגינה בקנה מידה 1:100. תכנון הערוגות על המפה, שביל גישה לגינה, קביעת גודל, צורה ומיקום הערוגות, יצירת שבילים בין הערוגות.

חלוקת השטח לערוגות ושבילים יוצרת את האופי של הגינה. הכניסה לגן - שביל הגישה לגינה - יוצר את מסלול הוריימה. שבילים המחברים בנוחיות בין הערוגות ואיזור ההתכנסות, שבילי גישה נוחים לטיפול בערוגות.

אזורים בגן

- **תיחום הגינה:** שיחים ועצי פרי תוחמים את



- **מחסן לכלי עבודה:** ארון לשמירת זרעים, חומרים מורשים לטיפול בצמחים, חומרים מן הטבע לעבודות יצירה.
- **כלי עבודה:** מעדרים, את חפירה, קילשון, מגרפות, מגרפות עלים, מקלטר, מכסחת, כפות שתילה, דקר שתילה, מזמרות, מזלף, כפפות, מריצה.
- מקום לתערובת אדמה, לעציצים ומגשים ריקים.

הכנת הקרקע

הקרקע צריכה להיות מנוקת היטב, ללא עשבים רב שנתיים כמו גומא הפקעים (סידה) וללא שאריות בנייה.

יש לדשן את הקרקע דישון אורגני - קומפוסט, כופטיגן, דשן אורגני גרגרי. אפשר לשלב דישון כימי איטי תמס.

הפיכת הקרקע בעזרת קלשון והוצאת העשבים: במידה והשטח משובש בעשבים יש לחזור על הפעולה פעם נוספת, להשקות, לחכות לצמיחת עשבים ולעקור אותם. בדרך זו ניתן להתגבר על רוב העשבים. הפיכת הקרקע פעם נוספת בעזרת קלשון, פיזור קומפוסט, גירוף.

סוגי קרקע

קרקע קלה: ניקוז רב, אוורור טוב, לא עשירה במרכיבים אורגניים. נדרשת העשרה על ידי חומרים אורגניים כגון דומוס או קומפוסט, לשיפור ספיחה של מים וחומרי הזנה.

קרקע כבדה: ניקוז לקוי, אוורור לקוי, עשירה בחומרים אורגניים. נדרשת העשרה על ידי חומרים

הגינה. עצי פרי קטנים כמו פיג'ויה, פיטנגו, תפוז סיני. שיחים כמו בודליאה, אסקלפיאס, ורבנה, למשיכת פרפרים וציפורים.

- **מקום להתכנס ולעבוד:** פרגולה או סככת צל או סוכת גפנים. שולחן וספסלים לעבודה.
- מקום מוצל, רשת צל, סככה, סוכת גפנים ויסמינים, או סוכת פסיפלורה.
- פינת ישיבה לתצפית והתבוננות.
- **עצים בגן:** עצי צל ועצי פרי. במידה ויש אפשרות לשתול עצים, עדיף לבחור עצים משבעת המינים ומארבעת המינים, להעמקת הקשר לצמחיית הארץ, לחגים וללמידה.
- **שדה בור:** חלקה לשמירת אזור של צמחי בר. אפשר להוסיף ולהעשיר את "שדה הבור" ולזרוע זרעי בר של קחון, פרג, ציפורנית מצרית, תורמוס. תצפית בשדה הבור תמחיש את שינויי עונת השנה בטבע.
- צמחי תבלין בערוגות ובמיכלים.
- **ערוגות ירקות:** ערוגות ישרות עם שבילים ישרים ביניהן או ערוגות עגולות או בעלות צורות אמורפיות. נגישות נוחה לטיפול בצמחים.
- **ערוגות פרחים:** פרחי עונה, פרחי בצל ופקעת. ערוגות אישיות.
- **גידול במיכלים:** גידול בעמודים, גידול בארגונים, גידול בעציצים.
- בריכת ציפורים.
- **ערימות קומפוסט:** בחירת מקום נוח להכנת קומפוסט, הבאת כל החומר האורגני מהגינה ומהמטבח לערימה ודאגה להרטבת הקומפוסט.

- תרומות הקומפוסט לאדמה:**
- מוסיף חומר אורגני ומעשיר את האדמה במיקרואורגניזמים מועילים.
 - משפר את הפוריות והצמיחה.
 - מדכא מחלות, מרחיק חרקים.
 - מגביר את כושר אחיזת המים.
 - מפחית או מבטל את הצורך בדשנים כימיים.
 - ממתן את הטמפרטורה בקרקע.

- תהליך בנית הערמה:**
- הנחת ענפים על הקרקע, עליהם מתחילה הערימה:
- הוספת כל שאריות החומר האורגני מהגינה, מהחצר, מהמטבח, ממגמת כלכלת בית אפשר להוסיף קליפות ביצים, שאריות קפה ותה, כל חומר אורגני כמו אפר מדורות, נייר עיתון, נייר.
 - הקומפוסט זקוק גם לתוספת אדמה, שתספק מקור לאורגניזמים המפרקים.
 - מדי פעם מוסיפים עלים יבשים, חומר יבש כמו ענפים דקים
 - משקים כדי שהערמה תהיה רטובה, אך לא רטובה מדי
 - בעזרת קלשון מערבבים מדי פעם את הערמה

אספקת מים סדירה גם בימי חופשות, חג ושבט. בימי הקיץ החמים משקים כל יום. בחורף אפשר להשקות פעם ביומיים, בימי גשם אין צורך להשקות. גידול במיכלים משקים כל יום גם בחורף, בקיץ - פעמיים ביום.

חיסכון במים:
איסוף מי גשמים והשקיה בעזרת מזלפים.
איסוף מי מזגנים והשקיה של הצמחים במיכלים.

קומפוסט
הקומפוסט הוא דשן אורגני הנוצר מפירוק ארובי של שאריות חומר אורגני.
ערמות הקומפוסט היא חלק אינטגרלי של הגן, הקומפוסט קשור לכל הפעילות בגן. כל החומר האורגני: עשבים, עודפי צמחים, שאריות, חלקי גזם, צמחים אשר מוחלפים בסיום העונה - כולם יאספו לערמת הקומפוסט. כעבור כחצי שנה הופכת הערמה לדשן אורגני המטיב את הקרקע. וכך, תהליך טבעי ופשוט ממחזר את החומר האורגני בגן ומוסיף חיים לקרקע.
עשיית הקומפוסט מרגילה את התלמידים לשמור על הסביבה.

אורגניים כגון קומפוסט או הומוס, לשיפור האוויר בקרקע ומניעת היסדקויות.
בקרקעות כבדות מומלץ ליצור "גדודיות": הגבהת הערוגות כדי לשפר את אוויר הקרקע.

חיפוי קרקע
חיפוי קרקע משפר את מרקם הקרקע, שומר על הלחות, משפר את התהליכים המתרחשים בקרקע.
חומרי חיפוי קרקע: רסק גזם ענפים, עלים יבשים, חלוקי נחל, טוף.
חיפוי ירוק: חיפוי של עשבים, עלים, שאריות צמחים.

השקיה
פריסת מערכת טפטוף לאורך הערוגה והרטבת הקרקע.

מערכת השקיה:
מערכת השקיה ממוחשבת עם טפטפות מתאימות לערוגות ולמיכלים. השקייה כל יום או יומיים בהתאם למחירות התיבשות הקרקע.
קל ופשוט וחינוכי להצלחה, לחבר מחשב ברו לצינור טפטוף וכך כל שתיל בגינת הגן יקבל את מנת המים היומית. שיטת הטפטוף יעילה וחסכונית ומבטיחה

רשימת צמחים לגינה הלימודית

צמחי תבלין	ירקות חורף		ירקות קיץ		גידול פרחים מזרעים		פרחי עונה משתילים	
	שתילים	זרעים	שתילים	זרעים	פרחי בר חורפיים	פרחי תרבות		פרחי קיץ
						חורף	קיץ	
לבנדר	כרוב	פטרזיליה	עגבניה	תירס	קחון	כובע נזיר	קוסמוס	אמנון ותמר
עשב לימון	עלי מנגולד	כוסברה	מלפפון	ריחן	חרצית	אפונה ריחנית	חמניות	לוע ארי
לואיזה	חסות למינן	ראשד	פלפל	אבטיח	ציפורנית מצרית	דלפניום	ציניות	גודטיה
אורגנו	סלרי עלים	עלי בייבי	חציל	דלעת	כרמלית	תורמוס	טגטס	פטוניה כלאיים
תימין		שמיר	מלון		פרג	חוטמית זיפנית	בושמת	בושמת
רוזמרין			אבטיח		תורמוס	סלסלי כסף		סיגל אוסטרלי
שיבה	כרובית	צנונית	קישוא			ציפורן חתול		
נענע	ארטישוק	סלק						
זוטה לבנה	ברוקולי	גזר						
מרווה רפואית		צנון						
ריחן		לבית						
פטרזיליה	תפוח אדמה	כולרבי						
כוסברה		אפונה ירוקה						
שמיר	בצל ירוק	שעועית						
ראשד	שום הגינה	לוביה						

גינה טיפולית כגינה מקיימת

קרקע

במידה ומוסיפים קרקע לגן יש לשאוף לשימוש בקרקע מקומית או בקרקע בעלת אופי מקומי. ערבוב קרקעות עלול לגרום ליצירת קרקעות אטומות ולבעיות מתמשכות בהשקיה. קרקעות אטומות עלולות להיווצר גם מעיבוד קרקע רטובה והידוקה. עיבוד שכזה בעייתי יותר ככל שהקרקע חרסיתית יותר (קרקע "כבדה"). במטרה לטייב את הקרקע, החומר הצמחי שייאסף בגן ימוחזר להכנת קומפוסט או ישמש

גינות העונה לצרכי הדור הנוכחי מבלי לפגוע במשאבים שיעמדו לרשות הדורות הבאים, כאשר המטרה היא גינה המקיימת את עצמה

כחומר חיפוי. ניתן גם לעשות שימוש בצמחים מקבעי חנקן ממשפחת הפרפרניים ועוד. עדיף להימנע משימוש בדשנים כימיים ואם כן, רק לצורך פיתרון של בעיות נקודתיות (כגון מחסור בברזל). במקרה והגן נמצא באזור משובע, מוצע לדרג את השטח (טרסות). לחפותו, ליצור אפיקי ניקוז לזרימת המים ולשתול צמחים מייצבי קרקע, דוגמת רוזמרין רפואי.

יצירת תשתיות בגן

כאמור, ניתן אולי למחזר חומרים שכבר קיימים בשטח או כאלו שהובאו ממקומות אחרים. אנשי הגינה הקהילתית במוזיאון הטבע בירושלים עושים שימוש ברהיטים שקבלו מהמנהל הקהילתי בירושלים ומבית מלון, שהחליפו את רהיטיהם. ספסל באותו הגן נבנה יחד עם ילדים מצמיגים משומשים ומבוץ. כמובן שיש לתת את הדעת לכך שהחומרים שיעשה בהם שימוש יהיו חומרים ידידותיים לסביבה (שאינם רעילים).

בגינות טיפוליות, הגינות משמש כאמצעי ליישום הטיפול, ואינו מהווה את המטרה העיקרית. יחד עם זאת, יש חשיבות לכך שעבודת הגינות תבוצע בהצלחה, אם כדי שלא תיגרם עגמת נפש למי שמגן, ואם כדי שניתן יהיה לבצע היטב את הטיפול באמצעות כלי זה.

בשנים האחרונות, גברה המודעות בקרב אנשי מקצוע בתחום לחשיבותו של הגינות בריקוימא: למשמעויות של גרימת נזק לסביבה ולחיוניות הרבה של שימור הקיים, למענו ולמען הדורות הבאים. על המטפל לכון את העובדים בגן לעבוד באופן מקיים, שכן המטפלים אינם אנשי מקצוע ולא תמיד הם מודעים להשפעות, שעלולות להיגרם לסביבה ולאדם בגין עבודה לא נכונה. ההגדרה הפורמאלית של גינות בריקוימא היא "גינות העונה לצרכי הדור הנוכחי מבלי לפגוע במשאבים שיעמדו לרשות הדורות הבאים", כאשר המטרה היא להגיע לגינה המקיימת את עצמה, במינימום התערבות לטווח ארוך או בפגיעה מזערית בסביבה. ובכן כיצד עושים זאת?

איתור ערכים בגינה

לפני שמקיימים את הגינה הטיפולית, כדאי לבחון אם קיימים באזור בו היא מתוכננת להיות או בסביבתה, ערכים שכדאי לשמר או לעשות בהם שימוש. לדוגמה עץ בוגר, שלולית חורף, קן של צופיות וכו'. ערכים שכאלו יכולים להשתלב בגינה.

הקמה

כאשר ניתן לנו שטח לצורך הקמת גינת טיפולית, לא תמיד הוא ערוך ומוכן לעבודה. במידה והוא זקוק לסיקול או שקיימים בו חומרי פסולת, ננסה לבדוק אם ניתן לעשות בהם שימוש חוזר. אבנים יכולות לשמש לתיחום ערוגות או לבניית "טרסות". חומרים אחרים יכולים אולי לשמש לעבודות יצירה. דוגמה לשימוש כזה מהווה "עץ משאלות" עליו תלויים מובילים מדיסקים ישנים, עליהם נרשמות בקשות ומשאלות.

בחירת צמחים לשתילה

הצמחים בגן ייבחרו בראש ובראשונה לפי הצרכים הטיפוליים. בכל מקרה, יש להקפיד ללמוד את תכונותיהם ודרישותיהם, לבחור צמחים המתאימים לתנאי הסביבה ולשתול אותם במרווחי שתילה נכונים (בהתאם לגודלם הסופי). אם ישנה גמישות בבחירת הצמחים והגן גדול דיו, **רצוי לאפשר גיוון רב ככל האפשר בצורות חיים:** שהגן יכיל עצים, שיחים, מטפסים, עשבוניים, צמחי בצל ופקעת, חדרשתיים וכדומה. וכן, **מגוון מינים וזנים:** כלומר ערוגות המבוססות על שפע מיני צמחים.

בכל מקרה יש לתכנן את הגינה על פי הצרכים. ניתן לשלב (אם יש אפשרות לכך) שטח קטן של מדשאה, לשיבה ומשחק.

כך נחשף לשונות רבה בעולם הצומח (ניתן להשוות זאת לשונות בין אנשים) וכך ייוצר גם גן מעניין שימשוך אליו מבקרים אנושיים ובעלי חיים.

במידה והגינה גדולה מספיק ניתן לשפר בה את תנאי האקלים באמצעות עצים מצלים או צמחים שמטפסים על סוכה. (יש לשקול שתילת עצים נשירים שיתנו צל בקיץ ויאפשרו חשיפה לשמש בחורף).

חלק מן הצמחים יהיו רב-שימושיים (עצי בוסתן וצמחי מאכל, צמחי תבלין, צמחי ריח, פרחי קטיפה וכולי).

חשיבות רבה יש לשתילה של **צמחים לאחזקה נמוכה**. אלו מתאפיינים במספר תכונות:

- **צמחים חסכניים במים:** בארצנו בה המים מהווים משאב חסר, ניתן לקיים גנים פורחים גם עם צמחים שדרישות המים שלהם נמוכות. רשימה של כ-500 צמחים חסכניים במים קיימת באתר משרד החקלאות.
- **עמידות למחלות ומוזיקים:** צמחים הרגישים למחלות ומוזיקים עלולים להתנוון או לחילופין יאלצו את העובדים בגן לעשות שימוש בחומרים שעלולים להיות רעילים לסביבה ולאדם.

● **שתילת הצמח הנכון במקום הנכון מבחינת התאמתו לתנאי סביבה תמנע גם היא את התנוונותו ותפחית את רגישותו לפגעים:** למשל, מרות גרג הזקוקה לשמש מלאה שתישתל בצל, תתנוון. עודפי השקיה יגרמו לנגיעות על ידי פגעים (חילדון בסנטולינה ננסית) התנוונות (מרווה משולשת) ולשבירות בעצים (ינבוט לבן).

● **צמחים שאינם זקוקים לגיזומים רבים:** דוגמת הדס מצוי או פיטוספורוס יפני. לעיתים אנו מתפתים לשותל צמחים הגדלים מהר כגון אוג חרוק, לעיתים בגלל שפריחתם שובה את ליבנו, דוגמת עקולית משרישה או זני בוגנווילאה. לאחר מכן, אנו נאלצים "להלחם" בצמיחתם ולגזמם שוב ושוב (או להחליפם).

● **צמחים שאינם פולשים:** לאחרונה פנתה אלי גננית שנשבתה ביופיו של הכנפון הזהוב (ורביזנה זהובה) ובקשה לשותל בקיבוצה, שבעמק יזרעאל. למרות סגולותיו הגנניות הזהרותי אותה מפני שתילתו, שכן צמח חד-שנתי זה יוצר עד 350 זרעים לתפוחת בכל שנה, הוא עלול להתפשט בגנה ללא שליטה ולפלוש גם לשטחים שמעבר לו. צמח זה דוחק צמחי בר מקומיים, משתלט על בית-גידולם ורעיל ליונקים.

● **שימוש מושכל בצמחים העלולים להוות מטרד במקומות מסוימים:** רעילים (מיני חד-מאבק), אלרגניים (זני דשא), קוצניים (חלבלוב קוצני), בעלי שורשים תוקפניים (פיקוס בנימינה). יחד עם זאת, יש לקחת את נושא המטרדים בפרופורציה. אנחנו חיים עם צמחים המאופיינים במטרדים שונים שנים רבות. לרוב, שתילת הצמח המתאים במקום הנכון, תמנע התבטאות של המטרד הפוטנציאלי.

הצמחים יכולים לאפשר לנו להרגיש עונתיות ותקופות שונות, שהצמחים (ואנו בני האדם) עוברים ולהדגים עבורנו תופעות מעניינות. מובן, שצמחים חד-שנתיים או דו-שנתיים יכולים להרגיש מחזור חיים שלם בזמן קצר יחסית, אך גם עצים ושיחים יכולים להרגיש זאת: צבעי הנשייה של כליל החורש, התרדמה אליה הוא נכנס, הלבלוב, הופעת הפרחים (האכילים) על הגזע ויצירת הפרי, מאפשרים לנו התבוננות בחילופי עונות וגם בתהליכים שונים. מיני תות מאופיינים בתכונות דומות ונוסף גם הפרי הטעים ומשיכת בעלי חיים (וחלי טוואי המשי).

שימוש בצמחייה המהווה מוקד משיכה לבעלי חיים

אחד המאפיינים של גן בר-קיימא הוא היותו סביבה תומכת לקיום חיים ומשיכת בעלי חיים. בבלדה על יואל משה סלומון (שנכתבה ע"י יורם טהר-לב ושלום חנוך) והמבוססת על אירועים

שהתרחשו, מציין הרופא מאזארקי: "אם ציפורים אינן נראות, המוות פה מולך". הציפורים אכן זקוקות לסביבה נטולת רעלים. איני יודעת אם צדק הרופא בייחסו את העלמות הציפורים לתנאי סביבה, שאינם מתאימים לאנשים. לעומת זאת, פרפרים מהווים ביראינדקטורים לזיהום אוויר. משיכת בעלי חיים לגן מאפשרת כאמור להעשיר את המגוון הביולוגי, ליצור מקורות עניין נוספים, חיבור לטבע, האבקת פרחים ובהמשך יצירת פירות וזרעים.

לשמחתנו, קיים היום מידע זמין לגבי משיכת בעלי חיים שונים לגן. למשל, פרפרים רבים נמשכים בין השאר לפרחי צוף סגולים, לבנים וצהובים. הם פעילים בימי שמש, והמינים הטריטוריאליים

לשילוב צמחי בר בגן בר-קיימא משמעות ערכית: הם מהווים חלק מהקשר לארץ ישראל ולנופיה ויכולים לחבר את המשתמשים בגינה לטבע הסובב

שביניהם מעדיפים אזורים פתוחים. אם נרצה למשוך פרפרים לגן, ניצור בין השאר שבילים רחבים או רחבה פתוחה, נמנע מהצללה ונשתול צמחים דוגמת לנטנה עדינה, מיני אוזביון, פיגם מצוי, וידליה תלת-אונתית, עדעד קנרי וליפיה זוחלת.

לציפורים דרישות שונות: הן תימשכנה לגנים בהם יהיה מזון מגוון מתאים לאורך כל השנה (חרקים, צוף, אבקה, פירות, זרעים), מקור למי שתייה ומקום לרחצה ושכשוך, מחסה (מגוון גבהים בצמחייה, שיחים סבוכים) ומקום לקינון (כגון עצים). הציפורים נמשכות למשל לצמחים בעלי פירות אדומים (ננדינה תרבותית) או כחולים (הדס מצוי). לצמחים צופניים (מיני אלון, כן-אלון קטן-פרחים), לפרחים למאכל (קנה הודית) ועוד. דבורים ממינים שונים הלוטות אחרי צוף ואבקה, נמשכות בין השאר לפרחים ממשפחת השפתניים (שלהבית מצויה), ההרסיים (מיני איקליפטוס) ועוד.

חיפושיות מנצלות מגוון רחב של מקורות מזון. רוב המינים ניזונים מצמחים ואוכלים עלים, גבעולים, שורשים, פרחים וכמובן פירות. החיפושית החביבה עלי מכולן היא 'פרחית אביגיל' הניזונה מגרגרי אבקה של צמחים, ולעתים גם חלקים מעלי הכותרת של פרחי הלוטם השעיר, החרצית העטורה ועוד.

ניתן למשוך לגן הנוי גם קיפודים, צבים, לטאות, חגבים, שפיריות, נמלים ועוד. שוב מודגשת

חשיבות הגיוון בצמחים לעושר של בתי גידול ולסביבה התומכת במגוון בעלי חיים. הגינה הטיפולית בת-הקיימא עשויה להכיל גם מרכיבים נוספים התורמים להעשרת המגוון הביולוגי: צברי סלעים או אבנים, לדוגמא, יכולים לשמש מקום מסתור למיני לטאות וחרדונים.

שימוש בצמחי בר ארץ-ישראלים: לשילוב צמחי בר בגן בר-קיימא משמעות ערכית: הם מהווים חלק מהקשר לארץ ישראל ולנופיה, ויכולים לחבר את המשתמשים בגינה לטבע הסובב. רבים מהמצדדים בשימוש בצמחי בר סבורים, כי אם הם צמחים מקומיים המותאמים לתנאי הארץ, אחזקתם בגן הנוי תהיה קלה. הדבר אינו בהכרח נכון. התנאים בגן הנוי ובגינה הטיפולית שונים מתנאי הסביבה. שילוב צמחי בר בגינה הטיפולית - כמו השימוש בכל צמח תרבותי - דורש הכרה מיטבית של תכונותיהם האגר-טכניות ובחירה במקומות מתאימים בגן. לצמחי בר יש יתרון בגן לא מושקה. ניתן ליצור בעזרתם מוקדי צבע מתחלפים לאורך עונות השנה (בקץ ובסתיו יהיו אלה צלפים וחצבים). תכונה נוספת, שמשמעותית לשילוב צמחי בר בגן הנוי היא התאמתם לבעלי החיים רבים וביניהם מיני פרפרים: הפיגם המצוי לדוגמא, מהווה את הפונדקאי העיקרי של זנב הסנונית הנאה.

פירות תכונות גנניות של צמחי בר שונים מפורטים בחוברת צמחי בר בגן הנוי (גרסמן והלר 2006).

מים והשקיה

חיסכון במים יתאפשר באמצעות תכנון נכון של הגן ומרכיביו. ניתן לקיים גינה המכילה גם צמחים הזקוקים להרבה מים, אך אלו יישתלו בכמות מועטה. יש לשלב דומם במידה ראויה וכן חיפויים והצללה, שיפחיתו התאדות. מרבית צמחי הגן יהיו צמחים מעוטי השקיה או "חסכניים במים", כאשר קבוצות צמחים שלהן דרישות השקיה דומות תישתלנה על אותו קו השקיה. נקייד גם להשתמש באמצעים אגר-טכניים דוגמת: הכנה נכונה של הקרקע וטיובה (הוספת קומפוסט משפרת את תאחיזת המים). הקפדה על מניעת עשביה, שימוש בחיפויים. השקיה יעילה מותאמת לאזור ולצמחים בגינה, באמצעות תכנון ותפעול נכון של המערכת ההשקיה וחישוב כמויות מים מדויקות (לוח הפעלה).

יש להתייחס לנתוני האזור בו מתוכננת ההשקיה (שיפועים, רוחות, גנדלים וכדומה) ולהיות מודעים לכך ששיטות שונות של השקיה משפיעות על חיסכון במים. השקיה בצינור בזבזנית מאוד מבחינת המים ואינה מומלצת, מכיוון שקשה לשלוט על כמות המים.

בגינות קטנות נוהגים לעשות לעיתים שימוש במתזים: יעילות ההשקיה במתזים הנפוצים אינה גבוהה. בד"כ נדרשת תדירות השקיה גבוהה יותר

בפרקי זמן קצרים, כך שנוצרת מערכת שורשים מצומצמת שאינה מעמיקה. יעילותם פוחתת עוד יותר כאשר יש רוח. המתנים חשופים יחסית לוונדליזם. לעיתים קיימת גלישת השקיה לאזורים לא רצויים ולכן גידול בכמות העשבים.

טפטוף עילי היא השיטה המומלצת ביותר להשקיה בגינה הטיפולית. בשיטה זו ההשקיה ממוקדת ומאפשרת מתן מנת מים בהתאם לגידול. יעילותה גבוהה (93%-95%) ואין פיזור מים על שטח נרחב כפי שקורה בהמטרה או התזה. ההשקיה אינה מושפעת מרוחות (כך שנמנע בזבוז מיותר) וישנו צמצום בכמות העשבייה, מכיוון שהשטח המושקה מוגבל.

עם זאת, עלינו להיות מודעים לכך שמערכת טפטוף רגישה לסתימות, לוונדליזם, לפגיעת בע"ח דוגמת נקרים או מכרסמים וכן ישנו קושי באחזקה הצנרת מתחת לשיחיות.

יש שיטות השקיה נוספות. המעוניינים להרחיב את הידע בנושא זה יפנו למאמרי "ישראל עוברת משחור לירוק" (2008, 2009).

במידה והגינה גדולה דיה, כדאי לבחון אם ניתן לשמר מים בגן ולהחדירם לקרקע, למשל באמצעות עיצוב טופוגרפי, או תוך שימוש באמצעים ובחומרים המאפשרים החדרת מים (למשל ריצוף מחלחל או חיפוי).

מי מרובים ומוזנים ניתן לאסוף ולהפנות אותם לאזורים מחלחלים בגן. שימוש במים מושבים יעשה אך ורק בהתאם להנחיות משרד הבריאות.

חיפוי

לחיפוי בחומרים אורגניים יתרונות רבים: הוא משפר את רטיבות הקרקע ומאפשר חיסכון במים (גם בגלל הפחתת כמות העשבים). כמו כן ובהתאמה נמנעת היסדקות הקרקע ויש פחות התאדות. כתוצאה מכך ישנה לחות רבה יותר באזור בית השורשים.

השימוש בחיפוי גם מונע סחף של קרקעות שונות. תוצאה זו מתקבלת גם בשיפועי מדרון שונים (עד 25%).

חיפוי אורגני שמתפרק גורם עם הזמן לעלייה בתכולת החומר האורגני בקרקע. הוא מפחית את טמפרטורת הקרקע ומשפר מדדי צמיחה, פריחה והישרדות.

השימוש בחיפוי אמנם מפחית בצבוץ של עשבים שוטים אך לא מונע אותו לחלוטין (בעיקר את זו של עשבים רבי-שנתיים). כדי למנוע בצבוץ של עשבים, נוהגים גננים לעשות שימוש בשתי שכבות חיפוי מחומרים שונים.

לחיפוי אורגני יכולים להיות גם חסרונות: מי גשם או מי השקיה העוברים דרך חיפוי אורגני כגון קומפוסט או רסק גזם עץ נספחים לחומר

החיפוי ("מס הרטבה"). כמות המים המגיעה אל הקרקע פוחתה. אגב, שבבי עץ סופחים פחות מהמים העוברים דרכם לעומת קומפוסט.

יש לוודא שהחומר האורגני אינו מכיל זרעים, גורמי מחלה לאדם או לצמח וחומרים רעילים או מעכבי צימוח (למשל שוש קרח). במקרה שיש חשש לקיום אחד מהמרכיבים הנ"ל, יש להעביר את החיפוי קומפוסטציה לפני השימוש בו.

לעיתים מתפתחים גופי פרי של פטריות על גבי חיפוי אורגני (לדוגמה על גבי חיפוי מרסק עצי איקליפטוס) דבר הגורם לפגיעה במראה האסתטי. חיפוי יכול לגרום להמלחת הקרקע (קומפוסט משאירות צמחים, זבל בע"ח או מאשפה ביתית) או למחסור בחנקן אותו צורכים מיקרואורגניזמים

במידה והגינה גדולה דיה, כדאי לבחון אם ניתן לשמר את המים בגן ולהחדירם לקרקע, למשל באמצעות עיצוב טופוגרפי

מפרקים (נסורת או קש). הוא יכול להתלקח (קש) או לשמש כבית גידול למכרסמים (קש) ובאזורי קרה הוא עלול "לכלוא את האוויר החם" יש צורך לחדש את החומר האורגני מדי כמה עונות (מחיר ועבודה).

החומרים האורגניים המשמשים לחיפוי נחלקים לשתי קבוצות:

קבוצה ראשונה מכילה חומרים שמתפרקים בקלות כגון: קש, חציר, קומפוסט, עלים וזבלים. הקבוצה שנייה מורכבת מחומרים יציבים יחסית, דוגמת קליפות עצים, עלים מחטניים, רסק גזם עץ, קליפות אגוז מקוצצות, נסורת, קלחי תירס מקוצצים ורשתות מסיבי קוקוס.

גינה ללא רעלים

בגינות רבות יש שימוש רב מדי בדשנים כימיים ובחומרי הדברה, המזהמים את הסביבה ואת מי התהום. בגינה המקיימת נעדיף לטייב את הקרקע עם קומפוסט ובמידת הצורך לעשות שימוש בדשנים אורגניים. השימוש בחומרים להדברת עשבים ופגעים יהיה מינימאלי ומסויג. אם אכן תעשה בחירה מושכלת של צמחים העמידים לפגעים, המכסים את השטח היטב וכך מונעים תחרות עם עשבים, אם יושם חיפוי והצמחים יישתלו במקום המתאים להם מבחינת תנאי סביבה - יש להניח שמידת הופעת הפגעים תפחת. יש לתת עדיפות למניעה, לבקרה ולא להדברה. במקרה שמופעים פגעים, תינתן עדיפות להדברה בשיטות ידידותיות לסביבה.

רשימת ספרות:

אבן-אור צחי. 1998. גינה אורגנית בשיטת עשה זאת בעצמך. גן ונוף נ"ג, ג.
אבישי מיכאל. על פרחים גנים וציפורים. גן ונוף, נ"ד, ד.

אדלר אורי. 2006. הנוי והגישה האורגנית - האם ידורו יחיד? גן ונוף, ס"א, ג'

אילן שלמה. 1991. הגן הפורה. הוצאת המחבר.
בנימיני דובי (2009) גינת הפרפרים בישראל.

הוצאת המחבר ו-4 די מיקרורוביטיקס בע"מ
גרמון יואב ואביגיל הלר. 2006. צמחי בר בגן הנוי.

חוברת בהוצאת משרד החקלאות ופיתוח הכפר
והגן הבוטני האוניברסיטאי בגבעת-רם ירושלים.

הלר אביגיל. 2009. חיפוי קרקע בגן הנוי.
חלק א - עולם הפרח, גיליון אפריל-מאי, עמודים

56-59

חלק ב - עולם הפרח, גיליון יוני-אוגוסט, עמודים

58-61

חלק ג - עולם הפרח, גיליון אוקטובר - נובמבר

עמודים 58-61

חלק ד - עולם הפרח, גיליון דצמבר 2009 - ינואר

2010 עמודים 54-57

הלר אביגיל. 2009. ישראל עוברת משחור לירוק
או דרכים לחיסכון במים בגן הנוי. חלק א - עולם

הפרח, גיליון דצמבר 2008 - ינואר 2009.
חלק ב - עולם הפרח, גיליון פברואר 2009 -מרץ

2009

הלר אביגיל. 2008. צמחי בר בגן הנוי.
חלק א - עולם הפרח, גיליון אפריל-מאי 2008

חלק ב - עולם הפרח, גיליון יוני-יולי 2008
המשרד להגנת הסביבה. 2005. בשביל הטבע -

בעיר, ציפורים בסביבה הקרובה. חוברת הדרכה
ודיסק לחובבי הטבע בעיר.

יער נגה. 1991. ציפורים, חיות וגינות אחרות. גן

ונוף, מ"ו, י"א.
פאוקר רן. 2007. עשרת הדברות לגן אקולוגי. גן

ונוף ס"ב, ו.
קסלסי דלית. 1999. נציגי הטבע בגן. גן ונוף, נ"ד, ד.

שושני רוזיטל. 2006. ברכת מים בגן-עדן לטבע.
גן ונוף, ס"א, א

שפיר יותם. 2002. שיפור פוריות הקרקע. גן ונוף,
נ"ז, ג.

שפיר יותם. 2002. שילובי צמחים. גן ונוף, נ"ז, ד.

אתרים באינטרנט:

אתרי משרד החקלאות:

www.moag.gov.il

www.shaham.moag.gov.il

אתר המרכז לטיפוח ציפורי הבר בחצר הבית:

www.yardbirds.org.il

ובתוכו סקר צמחים מושכי ציפורים:

http://www.yardbirds.org.il/plant/Plant%20new%20tab.htm

בית גראבסקי, מגדל העמק

סיכום סיוור גינון טיפולי

"מרכז שיקום גראבסקי" הינו הוסטל המנוהל על ידי חב"ד ופועל בפיקוח אגף השיקום של משרד הרווחה. ההוסטל מיועד למגורי נכים סיעודיים ומתמחה בטיפול בדיירים בעלי נכות פיזית קשה, בחולי 'טרשת נפוצה' ובחולים עם מחלות נוירולוגיות דומות. בהוסטל פועל גם 'מרכז יום' חמישה ימים בשבוע. הגינון הטיפולי הינו חלק ממערכת מגוונת של תראפיות וטיפולים, אשר מוצעים למשתתפים. כל מטופל נמצא בגינה בין שעה לשעתיים בשבוע, על פי מערכת השעות והיכולות שלו. חשוב לציין, שעל אף שמדובר בבית חב"ד, המקום פתוח לאנשים עם צרכים מיוחדים באשר הם.

דיירים בעלי מוגבלויות קשות עד קשות מאוד הם הנשכרים האמיתיים מהגינה בבית גראבסקי במגדל העמק. מדובר במבנה תלת קומתי המשרת כאמור אוכלוסייה, הגרה במקום או מגיעה אליו מישוברים בסביבה. בקומה אחת מתחת לקומת הכניסה, מתרחשת עשייה מגוונת בעלת אוריינטציה לגינון:

מרפסת מקורה וסגורה בחלונות גדולים מאפשרת מקום התכנסות ועבודה בתנאים מבוקרים (בימי חורף ואף בימי הקיץ). יש שולחן עבודה מותאם לגובה כסא הגלגלים, משטח עבודה ארוך ליד הכיור, ופינת כלי עבודה. ראינו אנשים יושבים אל השולחן ועסוקים במילוי טוף במיכלים שקופים ובטמינת בצלי יקינתון. עבודה אישית, הנעשית בקבוצה קטנה של 3-4 אנשים. יופי של פעילות לימים קרירים.

חיבור המבנה אל הגינה חשוב לפחות כמו הגשת החצר כולה לצרכי הדיירים. הגינה, פרי תכנון של משרד אדריכלים לגר אלחנתי, מקיפה את החלק הצפוני של המבנה ומנצלת את הנוף הפתוח. הגן מתוכנן לשהייה פאסיבית ואקטיבית: עם אלמנטים מים גדול מפכה במרכז, שביל היקפי מעגלי, ונקודת תצפית לעבר העמק. לטובת האוכלוסייה המיוחדת, השבילים רחבים וספסלים

נדיבי מקום מפוזרים לאורכם ומתחת לפרגולה. החפצים לגן יכולים לבחור כרצונם במספר אמצעי הגשה:

1. אדניות קבועות המאפשרות עמידה לצידן, השענות ועבודה בגובה המותן.
2. אדניות קבועות על רגל המאפשרות כניסה של כסאות גלגלים מתחתן וגינון בישיבה.
3. אדניות על גלגלים המאפשרות גמישות במקומות הגינון: באזורי שמש או צל, במבנה או מחוצה לו. גמישות שווה זהב כאשר מדובר באוכלוסייה רגישה.

אחת מהאדניות, למעשה ערוגות אישיות על גלגלים, שבתה את עינינו: היא עוצבה כגן מיניאטורי עם סוקולנטים ושבילים מחלוקי נחל. דפדת מנוילנת הוצמדה אל דופן האדנית ובה מידע בוטני על הצמחייה הנבחרת. התברר שערוגה זו הוקמה על ידי מטופל בעל יכולת מוטורית ומילולית מוגבלת ביותר ועם זאת, בעל יכולת קוגניטיבית גבוהה. יחד עם המטפלת הוא בחר את הצמחים ואת העיצוב הרצוי לו והנחה אותה בתנועות מינימאליות, לסייע במה שלא יכול לבצע בעצמו. התרגשנו מהסיפור ומן ההצלחה להגיע לתוצר כה יפה למרות מורכבות המגבלה. החברים מגיעים לגינון הטיפולי על פי רצונם, פעם בשבוע לשעה עד שעה וחצי. למרכז היום מגיעים אנשים שיש להם פתרון מגורים אחר, חלקם בעלי יכולת תפקודית גבוהה יותר. אחד מהם סיפר באהבה רבה על תרומת הגינון הטיפולי לתחושת ההצלחה ולהתפתחותו המקצועית. כיצד, בעקבות התמחות זו הוא ממשיך בעבודה הגנתית בחצר ביתו, מצליח לגדל עצי דקל ואף מתפרנס ממכירתם. בעיניים בורקות אמר שהוא חש כאדם מועיל ויצרני.

כלי הגינון בהם משתמשים במקום הם קלי משקל, עם ידיות מותאמות. כפות עם מנוף הוזמנו מאנגליה. הכלים של גרדניה מתאימים משום שניתן לחבר אליהם ידיות באורכים משתנים. צינור ההשקיה הוא קפיץ.

על הגינון הטיפולי מנצחת בנעימות דבורה לוי*, הבונה את הפעילות בהתאם לעונות השנה ולחגים. עזרה מתקבלת מבנות שירות לאומי ויש גיבוי מלא מהרב המופקד על הבית.

* דבורה לוי - בוגרת גינון טיפולי בסמינר הקיבוצים, בעלת תעודת גנן וניסיון בהקמה וניהול משתלה.

חוות התבלינים:

בחלקו השני של הסיוור הגענו אל חוות התבלינים שבבית לחם הגלילית. המשתתפים העלו את מטעמיהם על השולחן והחוזה תרמה פירות יבשים, חלבה מסוגים שונים ותערובות תה מחממות גוף ונפש, כקינחים לאוכל הפשוט והבריא.

אבי ציטרשפילר, תבלינאי ועשונאי (הרבליסט), ממייסדי חוות התבלינים, הרצה בפנינו אודות נפלאות צמחי התבלין והמרפא. הייתה הרגמה בפועל של ריסוק זרעים, תערובות עלים ושמן והפקת תבלין המשמש להורדת רמת הכולסטרול בדם. כתבלינאי, הרבה אבי לתבל את סיפוריו בהומור, שניות ומידע אודות הצמחים, שנחל ממשפחתו.

נפרדנו ובאמתחתנו זרעי תבלינים למאכל ותכניות לעתיד, לנסות לזרוע תבלינים בחלקה הטיפולית ולהזמין את מטופלינו להעלות מוזיקרונם, דרך הריח והטעם, סיפורים אודות אורחות חייהם ומנהגי ביתם.

רונית זקס - תכנון נוף וצמחייה

sacksbr@zahav.net.il

טלפון: 04-6396626, נייד 054-4639662



רשמי סיורים במרכזי גינון טיפולי בארצות הברית

באוקטובר 2011 נערך באשוויל, בצפון קרוליינה הכנס ה-39 של הארגון האמריקאי לגינון טיפולי. נשלחתי לכנס על ידי מקום עבודתי - גני רמת הנדיב.

נושא הכנס היה:

The Role of Horticultural Therapy in the Therapeutic Community

הוא נמשך שלושה ימים והשתתפו בו כ-170 איש. היום הראשון הוקדש לסיור במרכזים בהם פועל פרויקט של גינון טיפולי. בימים הבאים היו הרצאות שעסקו בנושא תפקיד הגינון הטיפולי בקהילה הטיפולית. חלק מן ההרצאות נערכו במליאה ועסקו בקהילה הטיפולית. הרצאות אחרות נערכו במקביל. היו שלוש הרצאות בנושאים שונים. כל אחד בחר באיזה מהשלוש לקחת חלק.

בכתבה זו בחרתי לתאר את הסיורים המקדימים. במהלכם בקרנו במרכז - Bullington Center ובמרכז - The CooperRiis Healing Community

הדרך אל המרכזים הללו לוותה בנוף עוצר הנשימה של הסתיו במדינת צפון קרוליינה: הנוף התאפיין בצבעי השלכת הססגוניים של היערות העצומים סביב. עונה נהדרת לבקר בה! שמש הסתיו החמימה הנעימה לגוף ולנפש וכך היופי שנשקף סביב, העצים את חווית הסיור. יצאנו באוטובוס הצהוב המסורתי, הסקולבאס, חבורת נשים (כן, גם שם רוב המשתתפים בכנס היו נשים) שמחות על המפגש, החברותא והיום הצפוי לנו.

Bullington Center

מרכז בילינגטון, הינו גן פתוח, ששם לעצמו כיעד לשמש מרכז גינון חינוכי והשראתי עבור נוער, מבוגרים והקהילה כולה. במרכזו של המקום נמצא בית בודד בלב יער, שבעבר שימש אדם עירי. במותו הוא הוריש את המקום למועצת העירה הסמוכה, שתשתמש בו לצורכי הקהילה. לפני כ-12 שנה הוקם במקום המרכז החינוכי אליו

מגיעות כמאה קבוצות מבתי ספר באזור. הפעילות היא אחת לשבוע, עם דגש על הכשרה לעבודה. 'החינוך המיוחד' שמגיע למרכז מקבל דגש טיפולי. המקום מחולק לכמה אזורים: ישנה גינה נגישה בעלת ערוגות מוגבהות ומעבר נוח ביניהן, המאפשרת עבודה עם כסאות גלגלים, יש פרגולה גדולה בסגנון מזרחי, יש חממה, ישנו אזור עבור הגינות הקבוצתיות, אזור גינת תבלינים הנגישה אף היא, וישנה גם הסביבה הטבעית העוטפת את הגן ביערות סבוכים, צבעונים ומגינים.

תאור העבודה הטיפולית במקום:

קיימות כמה דרכים בהן הצוות עובד עם הנערים המגיעים למרכז. אחת הדרכים ליצירת מפגש עם הכוח הפנימי של הנוער, נעשה על ידי גידול כריזנטמות. גידול נעשה בחממה מיוחדת. הן

חברי הקבוצה שהקימה את הגינה בנושא אסון התאומים, תיארו מפגש ראשון עבורם עם אבל ועצב. זה היה המקום הראשון והיחיד עד כה להעלות נושאים אלו

מעוצבות על ידי קיטום ניצנים והשאת 3 ראשי תפוחת בלבד. הם נתמכים במוט ברזל בעל חישוק בקצהו. החישוק מאפשר תמיכה לצמח. מראהו הסופי של הצמח אחר מהמראה המוכר לנו. זהו הצמח גבה קומה וממנו יוצאים כשלושה פרחים גדולים. המנהג האמריקאי הוא לערוך תחרויות מיוחדות עבור מגדלי הכריזנטמות. ישנם קריטריונים שונים להשתתפות בתחרות. אחת הנערות, שגילתה כשרון ואהבה מיוחדת לתחום, קיבלה את פנינו ותיארה את התהליך שעברה במרכז: איך דרך גידול וטיפוח הכריזנטמות היא גילתה את הכוח שבה. היא תיארה את ההתנגדות הראשונית שהייתה לה כלפי המגע עם הצמח ועם

האדמה ואיך במקביל הייתה לה רתיעה מעצמה. עוד סיפרה איך נפתחה לתחום גידול הכריזנטמות והתאהבה בו ובמקביל, היא התפתחה עם קבלת ה'אני' שלה וחיוזק הביטחון העצמי. אותה נערה יצגה את המרכז בתחרות חשובה וכתה באחד המקומות הראשונים.

פרויקט נוסף מעניין שנערך במקום, מיועד לנוער בסיכון:

בני הנוער מגיעים מארבעה בתי ספר באזור. כל קבוצה המייצגת את בית ספרה מקבלת גינה בגודל 3 מטר על מטר. לאורך השנה, הקבוצה מתכננת ומקימה גינה שתעביר מסר מסוים. תכנון הגינה כולל שרטוט שלה על פלקט, איסוף חומר בוטני על הצמחים שיהיו בה, תמחור עלויות, זריעה וריבוי הצמחים שישתלו בגינה, עיבוד הקרקע ושתילה. בסיום הם עורכים תחרות נושאת פרסים, בנוכחות ראש העיר ומכובדים נוספים. המדריכים המובילים את התוכנית הזו סיפרו, שהם רואים איך לקחת חלק בתחרות וייצוג בית הספר בנוכחות ראש העיר, היא בעלת חשיבות גבוהה עבור הנערים. איך היא מעלה עבורם את המוטיבציה לקחת חלק בתוכנית במשך השנה. השתתפות בתוכנית זו, המשלבת לימוד והתנסות בשלבי תכנון וביצוע גנני, מפגישה את הנערים עם מסוגלות והצלחה.

הנושאים שהנערים הציגו בגינה הקבוצתית שלהם כללו: גינה לזכר אסון התאומים, הגינה המעוצבת מול הגינה הטבעית, גינה של אי טרופי וגינה בצורת עכביש.

ניכר שלכל אחת מהקבוצות היה עניין ונושא משלה. כל קבוצה עברה תהליך בתקופה בה עסקה בפרויקט ובסופו של התהליך הייתה גאוה על התוצר. חברי הקבוצה שהקימה את הגינה בנושא אסון התאומים, תיארו מפגש ראשון עבורם עם אבל ועצב. זה היה המקום הראשון והיחיד עד כה להעלות נושאים אלו: נושאים חשובים שלא יכלו לדבר עליהם בשום מקום אחר. הקבוצה העלתה קושי נוסף שחבריה התלבטו לגביו. גינה היא מטבעה שמחה, אך



של האדם. עוד סיפר על הדיירים החדשים, המגיעים ונפגשים לראשונה עם האפשרויות שהגינה מציעה עבורם: האוויר הפתוח, הטבע סביב, התחושה המספקת שאני גידלתי את מה שאני וחברי אוכלים. הדיירים מגיעים לחמש שעות עבודה, במסגרת פיתוח כישורי חיים. השילוב בקבוצת העבודה בגינת הירק הוא לפי בחירת הדייר. עבודה זו מאפשרת למטופלים התקדמות למטרה של הכשרה לחיים. ההגעה היום יומית לעבודה, ההתגברות על קשיים שעולים, ההכשרה המקצועית - כל אלו ועוד, מכינים את האדם ליציאה לחיים מחוץ למרכז. התפיסה שהוצגה בקופררייס הינה חדשנית ושווה, לעומת המרכזים האחרים שמתנהלים בארה"ב בתחום מחלות הנפש. המרכז מציג הצלחות בהחזרת מטופלים למעגל החיים הנורמטיבי. התמיכה של המקום כקהילה, מביאה לדעת אנשי המרכז להצלחת הריפוי. המארחים הדגישו את חשיבותה של הגינה ואת כוח הריפוי שגלום בה. אפשר לומר, שהגינה בקופררייס היא המרכז לריפוי: המקום לא היה יכול להצליח ללא הגינה שבו.

לסיכום:

שמחתי מאוד שגני רמת הנדיב שלחו אותי להשתתף בכנס. משתתפי הכנס קבלו את פני בצורה מאוד חמה. ההתעניינות במה שקורה בתחום זה בישראל הייתה רבה. שמחתי לספר ולערוך. מה שבאמת גיליתי הוא, שלמרות שתחום הגינון הטיפולי אצלנו עדיין צעיר, אנחנו עושים כאן עבודה נהדרת!

הירקות יחד עזר לה בריפוי. הקהילה הייתה עבורה כוח מרפא. היום היא נקייה מסמים, גרה באופן עצמאי ובדרך להוציא תואר אקדמי.

הגינה:

הגינה משמשת לגידול כל הירקות עבור המטבח. הגידול הוא אורגני, כחלק מהתפיסה ההוליסטית של המקום. האדם מקבל מזון נקי מרעלים. את המקום מנהל ויל החוואי. ויל הוא אדם עם גישה מאוד טיפולית, גם לצמחים אך בעיקר לדיירים. אומנם הוא לא הוכשר כמטפל, אך היכולת שלו משמשות את הצוות לקידום מטרות טיפוליות, עבור הדיירים הנמצאים בקבוצת העבודה בגינה. שטח הגינה הוא כ־3 דונם. היא בנויה ערוגות ערוגות. ויל החוואי מספר על הקושי הראשוני שהיה לדיירים להתמצא במרחב הגינה. כשהיה מבקש לגשת לערוגת החסה הדיירים היו מגיעים לצנון. שילוט פשוט של כל חלקה בצבע מסוים ושל כל ערוגה במספר, הפך את המקום לנגיש עבור הדיירים ויצר אצלם תחושת מסוגלות ועצמאות. הערוגות, לפי תפיסתו של ויל, צריכות להיות מזמינות. לכן הוא בחר לשתול בין צמחי הערוגה פרחים, המגדילים את צבעוניות הגינה, אף שלעיתים אין להם שימוש במטבח. ויל מאמין, שכאשר יפה מסביב האדם ישמח לבוא למקום. אם נשאלת השאלה "מה בא קודם, הגינה או האדם?" לדוגמא, צריך להביא את הירקות לארוחת הבוקר אך הדייר המסוים זקוק כעת להתייחסות, ויל החוואי מיד עונה שהאדם הוא במרכז. הוא יכול לזכור פעמים רבות שעמד במצבים כאלה ותמיד שם ראשונה את טובתו

הדגש בביקורינו היה כמובן על הגינה.

תאור המקום:

מדשאות אין סופיות, ערוץ נחל עובר בסמוך ומרחוק נראה היער, בצבעי שלכת הסתיו הצפון קרוליינים המדהימים. בתים ספורים פזורים סביב לרחבת הדשא ובסביבה אין שום ישוב. התחושה היא נינוחות פסטורלית.

פגשנו את אחד המטפלים במקום והוא הציג את המרכז בשמו הנפוץ "הניסים על 108" (כביש 108 המוביל למקום שמחולל ניסים). זוהי קהילה טיפולית. הצוות שעובד במקום אינו לובש מדים או תג שם. אין הבדל ניכר לעין בין מטפל ומטופל. העבודה בסדנאות, אם במטבח או בגינה, נעשית יחד. ההתארגנות היא קהילתית. הצוות עם המשפחות, רובו גר במקום.

קיים ליווי מקצועי: פגישות של קבוצות טיפוליות ופגישות טיפוליות אישיות נערכות אחת לשבוע. ישנם תמריצים, כגון צמיד בצבע המעיד על התקדמות מסוימת, יש תפקידים אחראים הניתנים לדיירים עם התקדמותם.

אחרי פרק זמן של בין חודשיים לשנתיים, הדייר עובר לשלב שני - דירה בקהילה בליווי מדריך צמוד. שלב שלישי יהיה מעבר לדירה עצמאית, בליווי מדריך שאינו צמוד. שלב רביעי הוא יציאה לחיים עצמאיים, עם ליווי של מטפלים מהמרכז. פגשנו את קרולין, דיירת שהשתקמה. קרולין סיפרה, שמגיל 8 עברה ממוסד למוסד. היא אובחנה עם תסמונת אספרגר, כאישיות גבולית ובנרקומנית. בהגיעה לקופררייס הייתה ללא תקווה. לדבריה, אחת הנקודות הבולטות שאיתה יצאה מקופררייס היא לקיחת הכוח לידיה. גידול

הגינה הקהילתית כגינה טיפולית

המונחים גינה וקהילה לא תמיד מתחברים להם יחדיו. הגינה במרחב הציבורי מטופחת לרוב ע"י הרשות (העירונית ו/או הכפרית) ובמרחב הפרטי על ידי בעליה.

המונח גינון טיפולי גם הוא לרוב לא נקשר למרחב הציבורי ולכלל הקהילה, ולרוב מתבצע במרחב מוסדי מול קהל יעד בעל אפיונים ברורים (קשישים, נוער במצוקה וכו').

החיבור בין גינה לקהילה הפך בשנים האחרונות יותר ויותר רווח. תופעת הגינות הקהילתיות קיימת בשכבות סוציו-אקונומיות מדרגות שונות. החל משכונות מצוקה, ועד לשכונות בהן מתגוררת אוכלוסייה אמידה. אין מודל אחיד של הגינות. חלקן מוקמות בשטחים ציבוריים וחלקן בשטחים ציבוריים פרטיים. גודלן בד"כ נע בין עשרות מטרים ועד מספר דונמים, כאשר בדרך כלל הן מוקמות ומתוחזקות ע"י אוכלוסייה שגרה בסמיכות למקום.

92% מאוכלוסיית הארץ מתגוררת באזורים אורבאניים והצורך במרחב ירוק הפך ליותר ויותר קריטי. הגינה הקהילתית, מספקת צרכים נוספים הקושרים אדם לסביבה כגון: חזרה לעבודת אדמה וגידול צמחי תבלין ומאכל, כאשר הדגש הוא על ואספקת תוצרת טרייה ונקייה מרעלים. גינה קהילתית גם עוזרת לשפר את מראה השכונה וסביבת המגורים.

מעבר לתפקודים החקלאיים והגננים והצורך בסביבה ירוקה. לגינה הקהילתית תפקידים חברתיים משמעותיים. תחושת הניכור, שקיימת במקומות רבים, כאשר איש איש לנפשו ולמחשבו, יוצרת צורך לחיבור משותף בין אנשי הקהילה וליצירת חברויות וקשרים של ממש (ולא רשימת חברים בפיסבוק).

הגינה הקהילתית מאפשרת גם העצמה והגשמה עצמית ובכך, למרות שאינה מוגדרת באופן רשמי כגינה טיפולית, היא מתפקדת ככזאת.

באחת מערי ישראל הוקמה גינה קהילתית בשכונת עולים, בה מרבית הגברים מצאו עצמם מובטלים

ואילו הנשים משמשות כמפרנסות עיקריות. בנוסף לכך, הדור הצעיר שחלקו מורכב מילידי הארץ, הטמיע את החיים המודרניים והתפקיד המסורתי של הגברים כ"ראש המשפחה" נפגע. העבודה בגינה הקהילתית, מאפשרת לתושבי אותה שכונה להביא הביתה תוצרת חקלאית ולקראת חג הפסח, אף תרמו העובדים בגן ירקות שונים לתושבי שכונות מצוקה.

העבודה בגינה מאפשרת העצמה של אותם

העבודה בגינה הקהילתית אולי לא מוגדרת כטיפולית, אבל אם נפרוט את העשייה בגינה לגורמים, נגלה שכל אחד מבאי הגן "מטופל" באיזה שהיא דרך

תושבים ויצירת קשר חברתי. הגינה הוסיפה תכנים חדשים לחייהם ובמקום לשבת כל אדם בביתו, הם מקיימים אירועים משותפים, למשל בחגים, וכן פעילויות משותפות, אם בחוגי יצירה, מוזיקה, סדנאות בתחומים שונים, שוק קהילתי, והיריעה עוד רחבה.

אם חד הורית השותפה באחת מהגינות הקהילתיות ספרה לי, כי סופי שבוע תמיד היו עבורה סיוט, שכן היא הרגישה בודדה ו"כלואה" בביתה. מפגשי קבלת שבת והאינטראקציה עם השכנים שחררו אותה מבדידותה, ואפשרו לה חיי חברה וקהילה.

חלק מהגינות הקהילתיות נותנות מענה לקבוצות חלשות יותר באוכלוסייה, כמו קשישים ונכים. בגינות אלו שולבו שולחנות שתילה מוגבהים, דרכי גישה ברחבי הגן לכיסאות גלגלים (ועגלות תינוקות) ועוד.

בגינות אחרות קיים גם גינון טיפולי באופן מובנה. בגינה אחת מגיעה כל שבוע קבוצה של חוסים לעבודה ובגינה אחרת, מגיעים מטופלים עם

מטפליהם באופן פרטי. שילוב אוכלוסיות חלשות יחסית ואוכלוסיות הנזקקות לתרפיה, בגינה הקהילתית, מאפשרת גם לתושבי המקום ולילדיהם להכיר אוכלוסיות שונות ויצירת אינטגרציה.

הגינה הקהילתית נבנית על רקע עבודת האדמה, אך ה"תירוץ" של עבודת האדמה נותן מקום להכניס תכנים רבים ושונים, שהעבודה המשותפת וההתקבצות מאפשרים.

הגמול שמתקבל מהגינה הקהילתית לא ניתן דווקא רק לאנשים בעלי צרכים מיוחדים. העבודה בגינה הקהילתית אולי לא מוגדרת כטיפולית, אבל אם נפרוט את העשייה בגינה לגורמים, נגלה שכל אחד מבאי הגן "מטופל" באיזה שהיא דרך.

עצם השדייה בגינה מהווה מקום מפלט מטרדות היום יום. העבודה בגינה מרגיעה את הנפש אצל כל אחד מאיתנו, בלי קשר לגיל ולמצוקה.

היוזמה להקמת ואחזקת גינות קהילתיות נובע מהצורך להטיב עם חיינו, וכל אחד מסיבותיו הוא. לפי הבנתי, הגינון הטיפולי והגינה הקהילתית כרוכים זה בזה, ורק צריך למצוא את הדרך לשלב בפעילויות הגינה הקהילתית את הגינון הטיפולי. וכפי שאמר תושב באחת הגינות הקהילתיות: "גינה קהילתית - זה קהילה הבונה גן, וגן הבונה קהילה" (מקור הציטוט - אלאור לוי).

משרד החקלאות ופיתוח הכפר מקדם בשנים האחרונות נושאים, שמטרתם לדאוג לרווחת כלל תושבי המדינה. המשרד מקדם את נושא הגנים הבוטנים כמקומות, שמאפשרים את הרחבת השטחים הירוקים לתושבים, וכמקומות המאפשרים בילוי איכותי בשעות פנאי. קיימת הכוונה מקצועית וחוקתית של המשרד לגבי הטיפול בעצים וההגנה עליהם, ולאחרונה עלה על סדר היום גם נושא התמיכה בגינות הקהילתיות. נושא, שבנוסף לתועלות שכבר הוזכרו מאפשר גם את החיבור של תושבי הערים לערכים של חקלאות ולגננות. אני מאד מקווה שהמודעות לחשיבות הגינון הטיפולי תגבר וכי המשרד יסייע גם בקידום נושא חשוב זה.

פעילויות עם עצים בגינה הטיפולית

הגנת האילנות בארצנו

העץ הינו הגורם המשמעותי ביותר בנוף ובסביבה, השפעתו חשובה לשנים רבות אסטטית וסביבתית ובהעלאת ערך הסביבה. העץ מקשט את סביבתו במופעי עלווה, שלכת, פריחה ופרי, שלד ענפים. בנוסף הוא מהווה אלמנט בולט בנוף ובעל מופעים עונתיים.

לעץ תרומה משמעותית לסביבה. העץ משפיע לטובה על הקטנת טמפרטורה ועומס חום, קולט מזהמים, פולט חמצן וקולט דו פחמנית (CO₂).

בימים אלו, שכל העולם עוסק בהקטנת התחממות כדור הארץ ובהקטנת הזיהום בפחמן דו חמצני יש חשיבות רבה לשמירה על עצים ותיקים וגדולים והגנה עליהם. עצים גדולים תורמים לאיכות הסביבה לאין ערוך מעשרות עצים צעירים ולכן חשוב להגן ולשמור עליהם.

הגינה הטיפולית הינה מקום משמעותי ביותר לטפל, ללמוד, לשווק, לחנך ולהעריך את חשיבות העצים וההגנה עליהם מפני כריתה בלתי מבוקרת, על ידי גורמי פיתוח ונדל"ן.

אך זה אינו מספיק. יש צורך לטפל ולטפח את העצים הותיקים כדי שישרדו מאות שנים ויתרמו לסביבה ולציבור. זה מחייב מודעות לטיפול בעצים והשקעת משאבים בגידום, תמיכה, טיפול בפצעים, מניעת שבר, מניעת עבודות פיתוח וחיתוך שורשים ועוד.

החוק עומד לצידנו - שני חוקים משמעותיים יכולים לסייע לנו לשמור על העצים: פקודת היערות צו אילנות מוגנים, שהינו חוק מנדטורי משנת 1926 ותיקון לחוק שהתקבל בינואר 2012 בכנסת. וכן תיקון 89 לחוק התכנון והבניה, תיקון חדש שנכנס לתוקפו ב-2009 ומאפשר הגנה משמעותית על רוב העצים בתהליכי פיתוח ובניה. [מידע על החוקים באתר פקיד היערות משרד החקלאות ופיתוח הכפר].

אני קורא לכל העוסקים בגינון טיפולי, חובבי הגינון, הסביבה והעצים להיות שותפים להגנה על עצי ארצנו הותיקים והבוגרים. הפכו את הגינה הטיפולית למרכז בו נעסוק בהגנה על עצים: כל אחד במקומו בקרבת ביתו, בשכונה, ברשות המקומית, בבית הפרטי והמשותף, בקיבוץ ובמושב

בצידי הדרכים ובשטחים הפתוחים.

אל תסתפקו בנטיעת עצים צעירים אלא קדמו בכל אמצעי שתבחרו את ההגנה על עצים, דאגו לחנך את הצעירים ואת הנוער. הם העתיד. אם הם יגדלו על כך שאין כורתיים עצים, ששומרים על עצים, העתיד יראה אחרת. כאזרחים בוגרים עוד מספר שנים וכמקבלי החלטות הם יפעלו אחרת, הם יתחשבו יותר בעצים.

הפעילו לחץ על מקבלי ההחלטות, הפוליטיקאים והנבחרים שישמרו על עצים קיימים, שישקמו אותם. לא רק שיינטעו עצים צעירים שעוד 20-30 שנה יעשו את העבודה, אלא שישמרו ויטפחו את הקיים. ענף גדול שנשבר, עץ שנכרת משפיע מיידית על הסביבה פי כמה ממאות עצים שישתלו במקומו.

הנדיגו סדרי ט"ו בשבט בקהילה, במשפחה ובעבודה ובהם בנוסף לעיסוק במנהגי החג המסורתיים ואכילת פירות הרחיבו את הלימוד על חשיבות העצים ותרומתם לנוי ולסביבה וקבעו מה אתם עושים לשמירה על העצים בסביבתכם.

פרטים ומידע נוסף באתר משרד החקלאות

www.moag.gov.il/trees

על הגנת אילנות בנושא פקיד היערות, על עצים ושמירתם בנושא חבק עץ.

הצעות מעשיות לפעילות במהלך השנה עם עצים

אמץ עץ - יוזמת משרד החקלאות:

היוזמה הראשונה לפעילות "אמץ עץ" היתה יוזמה של המחלקה להנדסת הצומח גגנות ונוף במשרד החקלאות לפני כעשרים שנה משנת 1989. [מצורף דף פעילות עם רעיונות בנספח]. אנו ממליצים להתחיל פעילויות מסוג זה במסגרת הגינה הטיפולית, במסגרת הקהילה, במסגרת יישובית, שכונתית, בית ספרית וכדומה.

אמץ עץ - יוזמות פרטיות:

בשנת 2005 החל ביוזמה ברוכה אילן גולדשטיין

פעיל סביבתי וחובב עצים תל אביבי אשר בשנת 2005 כתב תוכנית לימוד לחינוך היסודי הנקראת "אמץ עץ" עצים בסביבה העירונית". תוכנית הלימוד והחברת שהופקה הינה פעילות משמעותית בהגנה על עצים ובחינוך למודעות מגיל צעיר.

"חבק עץ":

לפני שנתיים התחלנו בפעילות עם גני ילדים בפרויקט הנקרא חבק עץ -ילדי הגן פועלים למען העצים. פעילות זו נעשית בשיתוף ובהפעלה של מרכז "דע גן" בבר אילן. בשנת תשע"א נרשמו 208 גנים לפעילויות והשנה תשע"ב נרשמו 450 גנות לפעול במסגרת זו. אנו מאמינים שחיוב עצים על ילדים יגרום להם בבגרותם להיות אוהבי עצים וכך בפעילות חינוכית מעניינת ומסקרנת הרווחנו שני צפורים במכה אחת. גם פעילות מעניינת ונעימה וגם אזרחים שיתייחסו לעצים בכבוד. רוב הפעילויות שהוצעו לגנות ורוב הפעילויות שנעשו מתאימות לכל גינה טיפולית. יש רעיונות לפעילות עם ילדים ואף עם מבוגרים. אני מציע להכנס לאתר דע גן - חבק עץ ולראות מגוון פעילויות ולאמץ אותם. (<http://goo.gl/24nXY>)

הכרת עצים:

פעילות נעימה ומיוחדת הינה הכרת העצים. ניתן להעזר לשם כך בחוברת "עצי ארצנו - מדריך לזיהוי עצים" בהוצאת משרד החקלאות או בספרים העוסקים בנושא והקיימים בשוק. הרעיון המרכזי של הפעילות הינה להכיר עצים, ומתוך הכרתם נחבב אותם וכך נשמור עליהם. ניתן להכיר עצים באמצעות מופעים הכללי, הכרת עליהם, פריחתם ופריים. ניתן לצלם ולצייר, לעשות אוסף בגינה או בחדר הפעילות, עץ השבוע. ייבוש עלים ופרחים ועוד ועוד. התבוננות בעץ בעזרת המדריך תאפשר להכיר 44 עצים נפוצים וחשובים בארץ.

נטיעות עצים - ייעור עירוני - טע עץ:

"וכי תבאו אל הארץ ונטעתם" אמר הקדוש-ברוך הוא לישראל: אף-על-פי שתמצאו אותה מלאה כל-טוב לא תאמרו: נשב ולא נטע אלא הווי זהירים בנטיעות: כשם שנכנסתם ומצאתם נטיעות שנטעו





אחרים אף אתם היו נוטעים לבניכם. אל תאמרו נשבו ולא נטע, אלא היו זהירים בנטיעות. כשם שנכנסתם ומצאתם נטיעות שנטעו אחרים, אף אתם היו נוטעים לבניכם, שלא יאמר אדם אני זקן, כמה שנים אני חי מזה אני עומד ומתייגע לאחרים? למחר אני מת!... לפיכך אמר להם הקב"ה לישראל אף על פי שתמצאו אותה מלאה כל טוב לא יבטל אדם מן הנטיעות, אלא כשם שמצא, עוד יוסיף ויטע, אפילו יהיה זקן. [מדרש תנחומא פי קדושים ויקרא רבה פ' כה]. בשנים האחרונות נולדו בארץ מספר יוזמות פרטיות של אנשים איכפתיים המעוניינים לטעת יותר עצים במיוחד במיגור העירוני. חשיבות נטיעת העצים נובעת עקב הבנת תרומתם של העצים לסביבה העירונית - תרומה אסטטית ובעיקר תרומה אקלימית ואקולוגית. תופעת ההתחממות הגלובלית ופליטת גזי החממה אף מגבירה את הרצון לטעת עצים כדי להקטין נזקים אלו. אנו ממליצים על נטיעות עצים במהלך השנה - באביב, בקיץ ובסתיו ואף במיגור נמוך סביב אירועי חודש שבט ובלבד שיעשו תוך שיקול דעת ותיכנון ויינתן סיכוי הישרדות גבוה לעצים. כלומר:

- נטיעת עצים רק על פי תוכנית וכן התאמה לעונת הנטיעה.
- הכנת שתילי עצים משמעותיים ולא שתילים קטנטנים שסיכויי הישרדותם נמוכים מאוד. כלומר שתילים שגובהם לפחות 2 מ' וקוטר גזעם בגובה 20 ס"מ מפני הקרקע הנו 1 צול לפחות.
- הנחיות לטיפול בעצים - כאשר הנטיעה נעשית ע"י הרשות המקומית אין צורך בהנחיות אלו. אך במקרים בהם העצים ניתנים/נמכרים לאנשים פרטיים, ועדי בתים וכדומה יש צורך בדף הנחיות לטיפול בעצים 4 שנים ראשונות עד התבססות [השקיה, דישון, תמיכה, גיזום ועוד] בארץ יש כמה יוזמות מבורכות שיש לתמוך בהם - התנועה לייצור עירוני [לשעבר התנועה לייצור אובססיבי], יוזמת "עץ נולד" בשיתוף החברה להגנת הטבע בת"א ועוד.

סיורים בעקבות עצים:

אחת הדרכים להתאהב בעצים היא לראות אותם, ולבקר אותם ברחבי הארץ. להנות ולהתפעל מנופם, ממופיעיהם, לשמוע את סיפוריהם ולחוש אותם. לגימת משקה חם מתחת לצמרתו של עץ ותיק הינה חוויה רב חושית. חודש שבט הנו זמן טוב להתחיל ולסייר בעקבות עצים בארצנו. אפשר גם לשלב בכל טיול משפחתי בארץ עץ אחד הממוקם באזור הטיול. זו פעילות המתאימה לבתי ספר, למשפחות, ולמדריכי טיולים. בארצנו פזורים מאות עצים מרשימים ומיוחדים חלקם בעלי סיפורים ולחלקם עדיין אין סיפורים, אך כולם שווים ביקור. המזלזל להגדסת הצומח גננות ונוף החלה בסקר עצים בוגרים בישראל לפני כעשרים שנה. רשימת העצים ומידע ראשוני עליהם נמצא באתר משרד החקלאות. בשנים האחרונות אף הורחב האתר ובנוסף לרשימת העצים מתווסף כל חודש כרטיס מפורט יותר על עצים הראויים לביקור

הארם לעץ, סיפורי עצים, סיפורי הגנה על עצים, וגם משהו מעשי - אלו עצים בסביבתנו זקוקים להגנה בגלל תוכניות בינוי ופיתוח ידועות, או בגלל שהם עצים קשישים ומחייבים טיפול שלא נעשה. מה צריך לעשות, איך נגן עליהם? הכנת תוכנית מעשית. מי עושה, מי פונה, מי אחראי.

טיפול בעצים:

במסגרת עבודת הגינה הטיפולית מומלץ לטפל יחד בעצי הגינה הצעירים והבוגרים ואפילו לגדל עץ או שניים במיכל 25-10 ליטר. אפשר גם בתיאום הרשות או הקהילה לאמץ עץ גדול יותר ולטפל בו. הטיפול יכלול - השקיה, דישון, זיבול, תמיכה וגיזום, איזורור קרקע וחיפוי, איסוף חומר ריבוי [זרעים וייחורים] וריבוי העץ. ראו נספח לרעיונות טיפול בעצים בסוף המאמר.

עידוד פעילויות שימור ושיקום עצים:

"יום אחד היה חוני מהלך בדרך, ראה אדם אחד שהוא נוטע חרוב. אמר לו: זה, לכמה שנים הוא טוען פירות? אמר לו: לשבעים שנה. אמר לו: כלום ברי לך שתחיה שבעים שנה ותאכל ממנו? אמר לו: אני מצאתי את העולם בחרובים; כשם שנטעו אבותיי לי, כך אטע אני לבניי."

כדי שהעצים יתקיימו לדורות הבאים צריך לסייע בהגנתם ובעידוד הגופים האחראים עליהם לטפל בעצים הותיקים. עצים ותיקים עלולים להישבר עקב גורמי סביבה [רוחות, גשמים וכדומה] וכן עקב פצעים ורקבונות שקרו בהם לפני עשרות שנים. רוב הרשויות אינם מטפלות בעצים בגלל

וסיור. בשנת תש"ע התחלנו מסורת של דפדפת סיורים בעקבות עצים היוצאת כל שנה לקראת טו בשבט עד היום יצאו שתי חבורות ובימים אלו תצא החבורת השלישית. ניתן לקבל חוברות בפנייה ליחידת פקיד היערות במשרד החקלאות.

אחת הדרכים להתאהב בעצים היא לראות אותם, לבקר אותם ברחבי הארץ, ליהנות ולהתפעל מנופם, ממופיעיהם, לשמוע את סיפוריהם ולחוש אותם.

בשנת 2003 אף יצאה חוברת על ידי קק"ל בשיתוף משרד החקלאות: "עץ עתיק" עצים עם נשמה טיולים בשבילי קק"ל. בחוברת ששה עשר מסלולי טיול בהם משולבים עצים כחלק מהסיור. אפשר גם לצאת לסיור קרוב בעקבות עצים מעניינים בסביבת הגינה הטיפולית. להכיר את העצים ולפגוש אנשים שיש להם סיפורים מעניינים על עצים אלו.

סדר ט"ו בשבט בדגש עצים:

מסורת המקובלים לעריכת סדר ט"ו בשבט יכולה לשמש מפגש חברתי חגיגי בו נעסוק בענייני ט"ו בשבט אך בדגש על שמירת עצים. הסדר יכול להוות מפגש עיוני וקולינרי כמובן, בו העצים יהיו מרכז הדיון. מדרשים על עצים, הקשר בין



העצים המתחלפים במהלך עונות השנה לילבול, צבעי עלווה, פריחה, פרי, שלכת, מופע גזע וענפים ועוד. משיכת ציפורים ובעלי חיים אחרים. מצד שני, שנות האלפיים מאופיינות בבנייה מסיבית ובפיתוח מואץ הכולל סלילת כבישים, דרכי רכבת, ובנייה. תהליכים אלו נעשים תוך הפחתת השטח הירוק ולעיתים רבות פגיעה בעצים קיימים. אנו מודעים לצורך בבניה ובפיתוח אך מעוניינים להגיע לנזק ותיק של עצים בארצנו לכן, יש צורך להתחשב בעצים בתהליכי בניה ופיתוח. התחשבות שתחל משלב התיכנון כך שהעץ ישאר במקומו ורק כאשר אין שום ברירה תיתכן אפשרות העתקת העץ. התחשבות בעצים קיימים בתהליכי בניה ופיתוח ללא פגיעה בשורשיהם, בגזעים או בענפים.

כדי לשמור על עצי ארצנו ולטפח מודעות לנזק הגבוה וקשר לסביבה הקרובה מומלץ שבמסגרת חודש שבט ט"ו בשבט, יום הולדת לישוב, עיר, כפר, קיבוץ, שנת בר-מצווה, סיום שנה או במסגרת פעילות שוטפת בית ספרית או כיתתית, קהילתית, לאתר עצים בוגרים בקרבת בית הספר ומקום המגורים, לאמץ אותם ולעשות את הפעילויות הבאות:

תיעוד העץ

רישום פרטי העץ [תעודת זהות]: שם העץ, מיקום העץ (כתובת), מימדי העץ: גובה צמרת, קוטר צמרת ודיקף גזע בגובה 1.3 מ', גיל משוער, סיפור הנטיעה, מצב העץ. מילוי השאלון והכנסתו לסקר עצים בוגרים יקדם

תוכלו למנוע ואף לעצור את הפעולה ע"י פנייה לרשות המקומית, ליחידת פקיד היערות במשרד החקלאות או ליחידת הפיקוח בקק"ל ולוודא האם קיים רישיון לכריתה או העתקה. בנוסף אתם כאזרחים יכולים לערער על החלטות כריתה של עצים אם נראה לכם שהעץ חשוב ומשמעותי והנכם רוצים להשאירו במקומו. כיצד פועלים, בפני מי מערערים וכדומה - כל מה שתמצאו לדעת באתר משרד החקלאות.

נספח 1

אמץ עץ: פעילות חינוכית בתיעוד, שימור ושיקום עצים בוגרים בישראל

מבוא

בעשור האחרון גברה המודעות של הציבור הישראלי לחשיבותם של עצים בוגרים והיסטוריים. עצים שנטעו ע"י בני אדם או קיימים במקום מקדמת דנא.

עצים בוגרים משפיעים על הסביבה והנוף. העצים משפרים את מיקרואקלים מגינים על הסביבה מפגעי האקלים - טמפרטורה רוחות וקרינה. משפרים ומרככים את חזות הסביבה, מעלים את ערך המבנים והסביבה.

בנוסף יש חשיבות רבה למופעם האסתטי של

הערך מודעות וכן בגלל עלויות. קהילות, בתי ספר, קבוצת חברים, חברות ויזמים יכולים להיות גורם משמעותי וזרז בשימור ושיקום עצים. בנוסף, ניתן לסייע במימון לרשות ולעודד אותה לפעולות שימור כגון תמיכת ענפים בעצים באופן מיכני למניעת שבר, טיפול בפצעי עצים, הנחת ספסלים או שולחנות מתחת לצמרת העץ כמקום פעילות ועוד.

הגנה על עצים בתהליכי בניה ופיתוח - "שומרי העצים /האילנות":

כל שנה נפגעים עשרות ואפילו מאות עצים ותיקים ברחבי הארץ בתהליכי בניה ופיתוח. לעיתים הפגיעה אינה מכוונת אלא נעשית בטעות ובלי משים תוך כדי עבודות הפיתוח אך במקרים רבים הפגיעה מכוונת כי העץ נמצא במרכז מגרש או דרך מתוכננת.

אמנם כמעט כל העצים בארץ מוגנים מהעתקה או כריתה וכל פעולה כזו מחוייבת ברישיון מפיקד יערות של משרד החקלאות, קק"ל וחלק מהרשויות הגדולות. החוק המגן על העצים נקרא פקודת היערות צו אילנות מוגנים. מדובר בחוק מנדטורי שנמצא אמנם בתהליך של חקיקה חדשה. מי שיכול להגן על העצים בצורה טובה ולמנוע פגיעה בהם אלו התושבים. התושבים נמצאים בשטח ויודעים על יוזמות בניה ופיתוח ורואים כמעט כל כריתה של עץ. אתם יכולים לשמור על העצים ולהיות העיניים של מוסדות החוק למענכם ולמען הדורות הבאים.

בכל מקרה של עבודת פיתוח, או כריתה של עץ

בספריית הרשות, אנשי טבע ושימור אתרים. אך, כאשר תמצאו סיפור זה הרגשה נהדרת במיוחד אם שומרים את הידע ומעבירים אותו הלאה לדורות הבאים.

באם יש עץ עם סיפור מיוחד, (כמו האקליפטוס הלימוני בפתח תקוה, הפיקוס הבנגלי במקוה ישראל). אפשר להזמין תלמידים מכתות אחרות או מבתי ספר אחרים ולספר את סיפורו של העץ.

עבודות מלאכת יד מתוצרי העץ

חלקי העץ יכולים לשמש כמקור בלתי נדלה ומשתנה עונתית למלאכת יד. מוביילים מעלי העץ, אהילים, סיכות ושרשרות מפירות וזרעים. אפשר לעשות פעילות זו בקרבת העץ ואפשר להשתמש בעץ ובחלקיו כמקור לחומר גלם לפעילות זו.

ציור וצילום העץ:

לעץ מופעים מיוחדים, פריחה ופרי, עליים, שלד ענפים וצללית, גזע ושורשים. מומלץ לקיים פעילויות בהם אנשים יצלמו או יציירו את עצים בקירבת ביתם. בחודש שבט ניתן לקיים תערוכת צילומים וציורים של תושבי השכונה, ילדי בית ספר וכדומה.

עצם פעולת הרישום של העץ תגרום לרשות המקומית לדעת שיש מי שדואג לעץ.

שילוט העץ

כדאי לשים שלט בקרבת העץ עם שמו העברי והמדעי, מי נטע, הקשר לשוב וסיפורו המיוחד של העץ.

טיפול בעץ

כדאי לפעול לטיפול בעץ ע"י הרשות או על ידיכם. השקיה, דישון, ניקוי הסביבה, שמירה על קרקע נקיה מעשבים, מניעת שריפות בקרבת העץ ומניעת שבירת ענפים, כאשר יש צורך בעבודות מקצועיות פנו לאגף גנים ברשות ודרשו שיבצעו בעץ עבודות כמו תמיכה או גיזום ענפים יבשים, ענפים הפוגעים בקווי חשמל, או ענפים המסכנים עוברים ושבים.

פעילות הסברתית סביב העץ

אחד הדברים המרתקים הנו פעילות בצלו של העץ. פעילות זו יכולה להיות הכרת העץ וחלקיו, תרומתו לסביבה, סיפורי עצים ועוד.

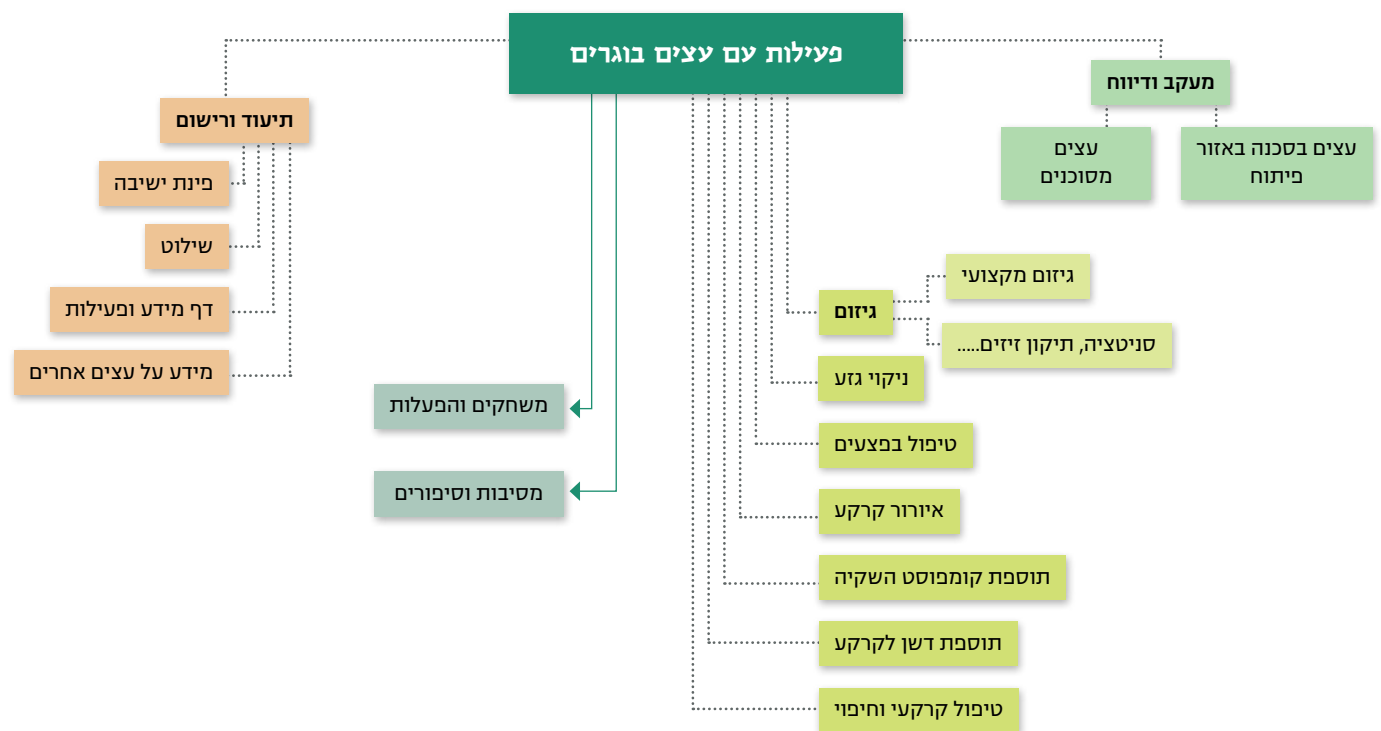
היסטוריה של העץ:

סיפור ההיסטוריה של העץ, מי שתל אותו, מה העץ יודע לספר לנו. זו פעילות המחייבת בילוש בקרב תושבי השכונה הותיקים, חיפוש

שימור ושיקום עצים בוגרים וכן המידע ההיסטורי על העץ יישמר ויעבור לדורות הבאים ולא יעלם. את כרטיס המידע אפשר להוריד באתר משרד החקלאות ולאחר מילוי להעביר למשרד לצורך שימור ותיעוד.

- **מיקום העץ:** מצריך מיומנות מינימלית בשימוש והתמצאות במפה, אך רישום כתובתו המדויקת של העץ הנו מידע מדויק וחשוב ובסיס לתחילת העבודה.
- **גיל העץ המשוער:** דורש מיומנות של הערכה על סמך נתונים בעץ ובהשוואה לעצים אחרים.
- **מבנה העץ:** גובה, קוטר, צורת הנוף, צורת הגזע, מבנה עליים, פרחים, פירות וזרעים מצריך מיומנות של הערכה ותיאור מדויק. וכן הכרת מושגים בסיסיים בבוטניקה.
- **מקצב הצמיחה של העץ מופע העץ והשינויים החלים במהלך השנה:** לבלוב, נשירה, פריחה, הפצת פרות וזרעים.
- **סיפור הנטיעה:** דורש לעשות תחקיר על ההיסטוריה של העץ ע"י תחקור הורים, שכנים מבוגרים, ארכיון העיר, חיפוש תמונות ואיורים בספרות מטיילים. מסע בלשי מרתק.
- **צילום / ציור העץ:** מאפשר להקנות לתלמידים עקרונות והתנסות בצילום עצים או בציורם. ובהמשך קיום תערוכת צילומים וציורי עצים.

נספח 2 תרשים ריכוז פעילות עם עצים





עמותה לקידום מקצוע הגינון הטיפולי בישראל [ע"ר]
ת.ד. 3401, רמת השרון 47133, www.g-t.org.il