

תנועת  
**אוד**



יחד מחשיכים להקים מדינה

מדרוך

**קייטנת הורים**

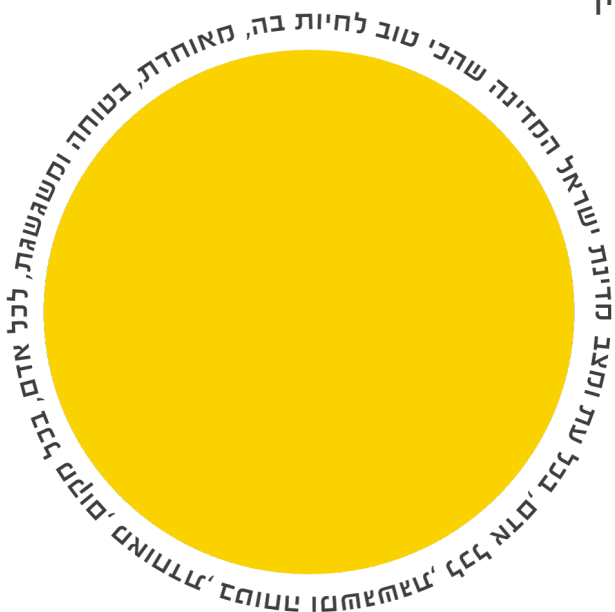
# ברוכים הבאים לקהילות אור

אנו נמצאים בתקופה מאתגרת המציבה בפנינו שאלות מהותיות על החוסן האישי והלאומי שלנו, על הזהות והאחדות החברתית, על המנהיגות ועל איכות החיים של כולנו. במציאות זו, קהילות אור מציעה מודל של התחדשות חברתית המבוסס על עוצמתן של קהילות מקומיות.

אנו מאמינים שקהילות הן המפתח ליצירת חברה טובה יותר. כשאנשים מתחברים, חולקים חזון משותף ולוקחים אחריות על המרחב שלהם - נוצרת עוצמה אדירה של שינוי חברתי. קהילה חזקה היא הרבה יותר מאשר קבוצת אנשים החיים באותו מרחב גיאוגרפי - היא מארג חי של קשרים, תמיכה הדדית ועשייה משותפת.

## החזון: יוצרים עתיד טוב יותר

מדינת ישראל, מדינה של חוסן ושגשוג, הבנויה מרשת קהילות המבוססות על ערכי אחווה, ערבות הדדית, יוזמה ותקווה. חברה אזרחית מלוכדת ופעילה המגשרת על פערים ומייצרת אמון דרך עשייה משותפת ומנהיגות הצומחת מהשטח ומהווה דוגמה לחיים משותפים המשפרים את איכות חיי התושבים.



## החטרה

ליצור מסגרת קהילתית תומכת המבוססת על ערבות הדדית, שבה כל הורה תורם מחלקו כדי להעניק לילדים חוויית קיץ משמעותית, תוך חיזוק הקשרים בין משפחות השכונה ובניית חוסן חברתי מקומי.

## הדרך

הקייטנה מבוססת על מודל של התאגדות שכונתית וערבות הדדית, שנועד להקל על ההורים וליצור חוויה מגבשת לילדים:

**התאגדות:** 5 משפחות מאותו בניין או מהשכונה מתאחדות לקבוצה אחת.

**חלוקת אחריות:** כל הורה בקבוצה לוקח אחריות על יום אחד בלבד במהלך השבוע.

**פתיחת קבוצת וואטסאפ:** לעדכונים שוטפים, תמונות וכו'.

**תקציב יצירה ואוכל:** החליטו- האם כל הורה אחראי על התקציב ביום שלו, או שכל הורה יפקיד סכום קטן (למשל 100 ש"ח) לקופה משותפת לקניית חומרי יצירה וכיבוד לכל השבועיים.

**יום האירוח:** ביום שנבחר, ההורה התורן מארח את 5 הילדים בביתו (או בגינה הקהילתית) ואחראי על:

- הזנה: הכנת ארוחות הבוקר והצהריים.
- תוכן: תכנון והעברת הפעילות והפעילויות לאורך היום.

**התוצאה:** בזכות השותפות, כל הורה זוכה ל-4 ימי חופש תמורת יום אחד של השקעה מלאה, והילדים נהנים מחופש בסביבה מוכרת, בטוחה ואוהבת.

## חשוב לשים לב

בטיחות בבית: לפני יום האירוח, ודאו שהבית "חסין ילדים" (חומרי ניקוי נעולים, שקעים מוגנים, שער במדרגות).

אלרגיות ורגישויות: רשימה מסודרת של כל ילד (אלרגיות למזון, טלפונים של ההורים).

## לו"ז יומי לדוגמא

- 08:00-08:30: התכנסות ומשחק חופשי .
- 08:30-09:00: "מפגש בוקר" שיר בוקר, שיחה על התוכנית היומית וארוחת בוקר קלה שכל אחד מביא מהבית.
- 09:00-10:30: הפעלה מרכזית א' (יצירה או תנועה).
- 10:30-11:00: הפסקת פרי ונשנוש.
- 11:00-12:30: הפעלה מרכזית ב' (משחקי מים/חצר/מטבח).
- 12:30-13:15: ארוחת צהריים.
- 13:15-14:00: זמן שקט – סיפור, סרט קצר או מנוחה.

## רעיונות לימים לפי נושאים

- "יום המאסטר שף הצעיר" – הכנת פיצות אישיות, עיצוב עוגיות בבצק סוכר וקישוט כובעי טבחים מנייר.
- "יום המדענים" – ניסויים פשוטים: הר געש מסודה לשתייה וחומץ, הכנת סליים, וציור עם לימון (דיו סתרים).
- "יום המים הגדול" – (אם יש חצר/מרפסת) גיגיות עם קצף גילוח, בועות סבון ענקיות, ומשחקי "דג מלוח" עם שפריצרים.
- "יום הטבע והמיחזור" – יצירת חיות מגלילי נייר טואלט, צביעת אבנים (חלוקי נחל) והנבטת קטניות בצמר גפן.
- יום הקולנוע – הכנת כרטיסים להצגה, הכנת פופקורן ביתי, ובניית "מבצר" מכריות ושמיכות לצפייה בסרט.
- "יום גיבורי על" – הכנת גלימות מאל-בד, יצירת מסכות ו"מסלול מכשולים" של אימוני גיבורים בסלון.
- "יום בלשים ומשימות" – חפש את המטמון ברחבי הבית, פענוח כתבי חידה והכנת תעודות בלש.
- "יום מסע בזמן (דינוזאורים/אבירים)" – חפירה ארכיאולוגית בארגז חול (או קערת אורז) למציאת "מאובנים", הכנת כתרים או שריונות מקרטון.
- "יום אולימפיאדת הבית" – תחרויות קפיצה למרחק (על שטיח), קליעה לסל (סל כביסה), וטקס הענקת מדליות משוקולד.
- "מסיבת סיום וגבורה" – פיקניק על שטיח הסלון ומסיבת ריקודים.

## טיפ להורים

אל תנסו להיות "צוות בידור" כל דקה. תנו לילדים גם זמן למשחק חופשי ביניהם – זה הזמן שבו הם מפתחים הכי הרבה כישורים חברתיים, וזה נותן לכם רגע לנשימה.

# לקבלת מידע נוסף ועדכונים שוטפים:

אור לקהילה - לחוסן במצב חירום

אתר תנועת אור

קהילתי- פלטפורמה הלאומית ליזמות שכונתית

בקרוב- הרשמו לניוזלטר שלנו וקבלו עדכונים מכל מה שחם וקורה בעולם הקהילות

בנוסף: צוות קהילות אור בשבילכם בכל שאלה, התלבטות או רעיון



**וזכרו - קהילה חזקה היא המפתח לאיכות חיים טובה יותר.  
יצירת קהילה בתוך הבניין מעניקה רשת תמיכה, תחושת  
שייכות ומייצרת חוסן משותף, תנאי לחיים חברתיים  
וקהילתיים בריאים ועשירים**