

טבע נגיש לכולם

חני המאירי



פעילות בפרויקט "שילוב בטבע" ביער עמינדב

תקציר

המאמר סוקר את פעילותה של עמותת לטם כדי לאפשר לילדים עם צרכים מיוחדים ללמוד ולחוות את הטבע. מדובר בקשת רחבה של עשייה: טיולים, חוגים, סדנאות. פן נוסף הוא ייזום והשתתפות בפרויקטים של הנגשת אתרי טבע ומורשת, וחשוב מכל – הפעלה של שיטות ודרכי הדרכה המנגישות את התכנים לילדים ולבוגרים עם צרכים שונים.

מבוא

סיפורי ילדות רבים עוסקים בטבע כגורם מרפא. זוכרים את היידי, כן זו בת ההרים, שבזכות אותם הרים, נופי האלפים המושלגים, הצליחה לגרום

לחברתה קלרה המרותקת לכיסא גלגלים, לצעוד את צעדיה הראשונים, חופשייה ושיכורה מאושר? ואת מרי שמצאה את המפתח לגן הנעלם, והביאה אליו את קולין, הילד החולני, החיזור והחלש רכוב על כיסא הגלגלים? גם הוא, הפלא ופלא, הצליח לצעוד לראשונה בזכות יפי הטבע, לבלוב העלים, ציוץ הציפורים והאוויר הפתוח.

ובכן אין זה סוד – לטבע כוחות מרפאים וגם אם לא מספיק בכדי להוציא מכיסא גלגלים, הרי שבטבע קיימים יסודות מרפאים היכולים לתמוך בתהליכים טיפוליים. הדיאלוג המתקיים בין האדם ובין הטבע יכול לתרום לחיזוק רווחתם של בני אדם מבחינה

חני המאירי, רכזת סדנאות בעמק השלום, עמותת לטם. התמונות צולמו ע"י מדריכי לטם.

פיסית, רגשית ונפשית (Roszak, Gomes & Allen, 1995; Burns, 1998; Beringer & Martin, 2003; Berger, 2003).

בבסיס פעולתה של עמותת לטם עומדת ההבנה שהטבע והשהייה בטבע, מיטיבים עם האדם ונחוצים לאיכות החיים, אך גם הידיעה המצערת שמילדים ומבוגרים רבים בעלי צרכים מיוחדים, נמנעת חוויה זו. אוכלוסייה שלמה של אנשים עם מוגבלות רואים רקפת או כלנית רק בעציץ, שומעים את זרימת המים רק בכיור או באמבטיה, מריחים את פריחת האביב רק אם הגן שתל משהו בחצר של המוסד בו הם שוהים, מתוודעים לחיות בר רק אם יש בסביבה פינת ליטוף. ילדים שהמושג טיול שנתי אינו קיים עבורם או שהטיול מוגבל למה שרואים מחלון האוטובוס כי את שאר המסלול לא ניתן לעבור.

עמותת לטם הוקמה בשנת 1993 על ידי עמוס זיו, על מנת לתת מענה הולם ומספק עבור כלל האוכלוסייה המיוחדת בישראל ולאפשר חווית טיול חינוכית, מעצימה ומהנה עבור כל מי שחפץ בכך. כיום פועלים במסגרת העמותה מדי שנה כ-30,000 חניכים ובהם בעלי נכות פיזית, בעלי לקות שכלית, עיוורים וכבדי ראייה, ילדים ונוער בסיכון, בעלי לקות נפשית, חרשים וכבדי שמיעה. עמותת לטם מפעילה מערך של טיולים וחוגי טבע בשני מרכזי הדרכה, האחד ביקנעם והשני בירושלים, מגוון סדנאות המשחזרות חקלאות קדומה בחוות עמק השלום וכן כמה פרויקטים קהילתיים-חברתיים. את הפעילויות מעביר צוות הדרכה צעיר, מקצועי ובעל ניסיון רב. הצוות מורכב ממדריכים בעלי הכשרה מקצועית ואקדמאית, לצד מורות חיילות ובנות שירות לאומי העוברות קורס הדרכה ייחודי, המשלב היכרות מעמיקה בתחום החינוך המיוחד לצד לימוד נרחב של טבע וידיעת הארץ. הקורס נערך בשיתוף מכללת אורנים והחברה להגנת הטבע.

פעילויות עמותת לטם

- **טיולים:** תהליך תיאום הטיול מתחיל בפגישה של מנהלות מרכזי הדרכה בלטם עם הצוות המקצועי של הקבוצה המודרכת. לאחר הפגישה ניתנות הצעות למסלולי טיול אשר יכולים להתאים ליכולות הקבוצה ולמטרות הצוות החינוכי. פגישת היכרות נוספת נערכת בין מדריכי הטיול והמודרכים כשבועיים טרם היציאה לטיול. בפגישה זו נעשית הכנה מקדימה

לתכנים ולנופים בהם יבקרו המודרכים. ההדרכה מתבצעת בקבוצות קטנות, של 8-15 משתתפים בקבוצה. במהלך הטיול נעזרים המדריכים באמצעי המחשה רבים ובהפעלות מגוונות. במידת הצורך ניתן הסבר פרטני לזקוקים לכך. המדריכים עושים את המרב כדי למצות את הפוטנציאל של המודרכים תוך התאמת ליכולות החברתיות, הרגשיות והפיזיות שלהם.

- **חוגים:** בחוגי הטבע מגיעים המודרכים למפגשים חווייתיים, מהנים ומעשירים, המקרבים את המשתתפים אל הטבע ואת הטבע אל המשתתפים. במסגרת קבוצה של מפגשים לאורך השנה ובליוי מדריך קבוע, נחשפים המשתתפים לתהליכים, חומרים ושלל גירויים שמזמן לנו הטבע. החוגים נערכים אחת לשבוע במשך שעה-שעה וחצי במסגרות חינוך מיוחד שונות ברחבי הארץ: פנימיות, דיור מוגן, הוסטלים ומועדוניות לילדים ובוגרים עם צרכים מיוחדים. לאוכלוסיות בעלות צרכים מיוחדים יש קושי להשתלב בחברה הרגילה, במיוחד בתחום הפנאי. רבים משולבים במסגרות עבודה או לימודים בשעות הבוקר, אך בשעות אחה"צ מוצאים עצמם ללא תעסוקה. חוגי הטבע מאפשרים מסגרת חברתית-לימודית המאפשרת למשתתפים בה ללמוד על העולם הסובב אותם וליהנות מפעילות קבוצתית מגבשת. יש לציין כי בארץ מבוגרים בעלי צרכים מיוחדים זוכים למעט פעילויות העשרה ופנאי וחוגי הטבע מהווים מסגרת ייחודית הנותנת מענה לאוכלוסייה זו.

- **סדנאות:** בלב פנינת טבע ירוקה, במקום ציורי וקסום ביערות מנשה, נמצאת חוות עמק השלום. בחווה נערכות סדנאות חקלאות קדומה, שמטרתן לחזק את הקשר של המשתתפים לטבע ולמקורות, תוך התנסות מעשית והפעלת מתקנים חקלאיים משוחזרים ומונגשים כגון: גת, בית בד, באר אנטייליה, גורן ומערכת חקלאות שלחין. הפעילות משלבת התנסות ביצירה מגוונת, שימוש בריחות, צלילים וחומרים שמזמן לנו הטבע. עיקר הדגש הוא על הצגת תהליך בו המשתתפים מתוודעים לשלבים השונים בתהליך הייצור הקדום, משלב חומר הגלם בטבע ועד המוצר המוגמר. המשתתפים יכולים להתנסות בכל שלבי התהליך. אנו נוכחים פעם אחר פעם, כי אין תחליף



מאיה פרבשטיין, מורה חיילת בעמותת לטם, מדריכה קבוצה בסדנת גת בעמק השלום. הגת נגישה לכיסאות גלגלים.

טיולים ופעילויות טבע משותפות במהלך שנת הלימודים. בין מפגש למפגש משולבים התלמידים בחשיבה ותכנון של המפגש הבא לאור הצרכים להם נדרשו התלמידים עם הצרכים המיוחדים. לסיכום הפרויקט, משתתפים התלמידים בהפנינג חגיגי בנושא נגישות בטבע ומכיני תוצרים שונים על מנת לקדם את הנושא כגון: פתיחת דף פייסבוק, החתמת עצומה לטובת נגישות ועוד.

- **פרויקט אמא אדמה:** בישראל יש 13 מקלטים לנשים מוכות וילדיהן, הממוקמים בכל רחבי הארץ. כל שנה, כ־600 נשים בגילאי 20 עד 65 מגיעות למקלטים אלו לתקופה הנעה בין מספר שבועות לשנה שלמה. אל המקלטים מגיעות נשים מכל רחבי הארץ ממגזרים שונים באוכלוסייה: ערביות ויהודיות, דתיות וחילוניות, ותיקות ועולות חדשות. יחד עם הנשים מגיעים גם ילדיהן בטווח גילאים רחב, החל מתינוקות שזה עתה נולדו וכלה בנערים מתבגרים. רובם ככולם חיו בסביבה של פחד ואיום כל חייהם ורבים מהם היו בעצמם קורבנות של אלימות פיזית ונפשית. במהלך שהותן במקלט מקבלות הנשים הזדמנות לשיקום פיזי ונפשי, בעקבות תקופות ארוכות של התעללות וניצול. תקופת השהות

להתנסות המעשית ולמפגש הבלתי אמצעי עם החומר וכי הם הבסיס ללמידה חווייתית, משמעותית ולהפנמת הנושאים השונים.



גת לדריכת ענבים



מפרכה לריסוק זיתים

- **פרויקט שילוב בטבע:** בארץ ישנם פרויקטים חברתיים רבים המיועדים לילדים עם צרכים מיוחדים. לרוב, בפרויקטים אלו תשומת הלב מופנית לפן הלימודי והחווייתי. מעט מאוד דגש מושם על הצורך של ילדים אלה בקשר חברתי עם ילדים אחרים בני גילם ועל היחס של הילדים "הרגילים" לצרכים המיוחדים שלהם. יש מעט מאוד פרויקטים בהם תלמידים מבתי ספר רגילים נחשפים לחברים בני גילם עם צרכים מיוחדים במסגרת בית הספר או במסגרות פנאי אחרות.

מתוך מטרה לאפשר מפגש חברתי-לימודי של ילדים מהחינוך הרגיל והחינוך המיוחד, הקמנו יחד עם קרן משפחת רודרמן בישראל את פרויקט שילוב בטבע.

הפרויקט מפגיש תלמידים מבתי ספר של החינוך הרגיל והמיוחד באזור ירושלים למספר

במקלטהינהמלחיצהוקשההנלנשיםוהנלילדיהן. בתגובה לצורך העז לחשוף נשים וילדים אלה לכוחות המרפאים של הטבע, ובעקבות דרישה של הצוות המקצועי לפעילות חוץ מעשירה, יצרה לטם את פרויקט "אמא אדמה" – פרויקט חברתי־סביבתי לנשים מוכות וילדיהן.

במסגרת הפרויקט יוצאות נשים מכל מקלט לארבע פעילויות מעשירות בחיק הטבע, אחת בכל עונה של השנה. באמצעות פעילויות אקטיביות בחיק הטבע, מקבלות המשתתפות הזדמנות לצאת מהמקלט הסגור אל השטח הפתוח, לחוות תחושות של חופש ורוגע ולעבור תהליך של העצמה אישית ומשפחתית.

הנגשה של אתרי טבע

מאז הקמתה לוקחת עמותת לטם חלק בפרויקטים של הנגשת אתרי טבע ומורשת ברחבי הארץ.



אורי פרידלנד, המתנייד בכיסא גלגלים, מדריך קבוצה בנחל השופט

היא שותפה, בין השאר, בצוות שטחים פתוחים בנציבות שוויון לאנשים עם מוגבלות במשרד המשפטים ובצוות ההנגשה של אגן העיר העתיקה בירושלים. בנוסף מפעילה עמותת לטם את חוות עמק השלום ובה מתקנים חקלאיים נגישים. פרויקט הדגל של העמותה הוא היוזמה והבנייה של השביל הנגיש בנחל השופט בשיתוף קק"ל.

השאיפה לאפשר חוויית טיול חינוכית, מעצימה ומהנה עבור כלל האוכלוסייה המיוחדת והעובדה שלא היה קיים בארץ אף מסלול טיול נגיש (אין הכוונה לאתרים, נקודות תצפית, שולחנות פיקניק), הביאו את עמוס זיו, מנכ"ל לטם, בשנת 2002 להתחיל בתהליך של הנגשת נחל השופט, תוך שהוא רותם את קק"ל לסטות מעט ממטרותיה הבסיסיות: נטיעות, גאולת אדמות והקמת מאגרי מים, ולהפוך לשותפה בפרויקט ההנגשה. מחצית מסכום הפרויקט הצליח עמוס לגייס מנשות הדסה וכך הסכימה קק"ל לממן את המחצית השנייה.

תכנון שביל נגיש בטבע הינו פרויקט מאתגר במיוחד ומאוד שונה מהנגשה עירונית. יש חשיבות מכרעת לשמור על הצביון הטבעי של המקום. בכל שלבי התכנון והפיתוח של נחל השופט, היה דגש ברור על מזעור הנזקים לסביבה הטבעית, תוך הקפדה על בחירת האפשרויות שפוגעות פחות בנוף הנחל, זאת יחד עם עמידה בתקנים וקריטריונים ברורים והתאמה מקסימלית למגוון אוכלוסיות וצרכים מיוחדים.

הנגשת המסלול אינה בולטת ולעיתים מזערית, אך גם שינויים קלים ביותר משנים את חוויית הטיול של המטייל בעל הצרכים המיוחדים מקצה לקצה. כך למשל:

- תיחום השביל בשפת אבנים – על מנת להתוות מסלול ברור לכיסא גלגלים ולמנוע סטייה מהדרך.
- ניגודיות בבחירת הצבעים – אבן לבנה מול אספלט, לעזרה לאנשים לקויי ראייה.
- הקפדה על אזורים בהם שפת השביל מונמכת ומאפשרת ירידה של כיסא גלגלים לשולחנות הפיקניק, או לפינוות הסבר.
- ספסלי ישיבה למתקשים בהליכה בכל 150 מ' לאורך השביל.
- בניית גשר ברוחב המתאים לכיסא גלגלים. סורגים אנכיים ולא אופקיים בכדי לא להסתיר את מרחב הראייה של היושבים על כיסא גלגלים.
- רחבת הסבר שקטה, מרוחקת מעט מהדרך, מתאימה לקבוצות עם הפרעות קשב וקבוצות של אוטיסטים.

כעבור כמה ימים הגיעו למקום כמה קשישים עם קלנועיות טיילו ונהנו עד מאוד. על לוח הקיבוץ התנוססה כתבה עם שם חדש לנחל – שביל הקלנועיות.

במהלך פיתוח הרעיון היה חשש שהנחל יתויג כמקום לנכים. המציאות הוכיחה כי ההפך הוא הנכון. היום מטיילים בכל שנה בנחל כמיליון מטיילים מכל קבוצות האוכלוסייה. הנגישות בנחל הפכה להיות אטרקטיבית גם למשפחות עם ילדים קטנים ולמבוגרים וקשישים עם קשיים בהליכה. המסלול מאפשר למשפחות שלמות לטייל ביחד. כמו כן בהיות המסלול מעגלי, הוא מאפשר גם למי שמרותק לכיסא גלגלים ונוהג עצמאית ברכב לטייל במסלול עם בני משפחתו או חבריו.

הנגשת תכני ההדרכה

כבר בשלבים הראשונים של הקמת העמותה היה ברור כי ההנגשה הפיזית היא רק חלק ממכלול של נושאים עליהם יש לתת את הדעת על מנת לאפשר פעילויות בחיק הטבע וטיול נוח ומותאם למגוון אוכלוסיות מיוחדות. במהלך השנים צברה עמותת לטם ידע וניסיון רב בכתיבה ופיתוח של מערכי למידה והמחשה המותאמים לקהל היעד. לרשות צוות ההדרכה עומדת מרכזייה פדגוגית עשירה הכוללת מגוון רחב של פעילויות, אשר נועדו ותוכננו במיוחד במטרה לפתוח דלת אל הטבע לאנשים עם צרכים מיוחדים.

עבור קבוצות של אנשים לקויי-ראייה פיתחנו המחשות תלת ממדיות כגון דגמי מישוש למגוון מתקנים חקלאיים, עזרים מותפחים ומוגדלים שבהם ציורים פשוטים המלמדים על המצאי בסביבה, שימוש בכתב ברייל על כתבי חידה או על מפות, וכמובן מגוון משחקים והסברים באמצעות מגע וקול. במהלך הטיול נעשה תמלול רב של מה רואים ואיפה.

לאוכלוסיות בעלות הפרעות התנהגות והפרעות קשב וריכוז אנו מקפידים על הדרכה בקבוצות קטנות כך שכל אחד יקבל את תשומת הלב הנחוצה לו, על הסברים קצרים המתאימים לנושאים מזדמנים במסלול תוך שימת דגש על הפן החברתי ופחות על הפן הדידקטי/לימודי.

לקבוצות בעלות בעיות תקשורת וקבוצות בספקטרום האוטיסטי, חשוב לנו לספק סדר יום קבוע וברור עד כמה שניתן, על מנת למזער חרדה אופיינית מ"הלא נודע" וליצור תחושת רוגע ומסגרת.



רוני פארן, מורה חיילת בעמותת לטם, מדריכה קבוצה של עיוורים בנחל השופט

בכדי להצליח לקלוע לכמה שיותר צרכים ואוכלוסיות הקימה עמותת לטם קבוצת מיקוד שהורכבה מנציגים מארגונים שונים, המייצגים צרכים של בעלי לקויות שונות: עיוורים, חרשים, נכים, קשישים, מדריכי טיולים לאנשים עם מוגבלות שכלית ועוד. במהלך העבודה על השביל בדקו אותם נציגים עד כמה המסלול והתקנים אכן נותנים מענה הולם לצרכיהם.

ואכן היו הערות שונות, בהתאם להן נערכו שינויים נוספים. לדוגמה: הסתבר שבשני קטעים בשביל יש זווית תלולה מידי. על מנת לפתור את הבעיה הייתה אפשרות לסלול שביל מתפתל בתוך הצמחייה שיהיה בעל זווית מתונה יותר. לצורך כך היה צריך לכרות עצים. מתוך הקפדה על מזעור הפגיעה בסביבה הטבעית, הוחלט להקים תחנות עצירה לצד השביל, על מנת לאפשר מנוחה וסטייה מהדרך במידת הצורך.

כשתוכנן השביל, נשמעו כמובן הרבה התנגדויות. אחת ההתנגדויות, ואף בקשה להוצאת צו הפסקת בנייה בטענה להשחתה והריסת הטבע, הייתה של חברי קיבוץ הזורע, עבורם נחל השופט היה ממש כחצר ביתם.

בשלבי הסיום של העבודות, הגיע לנחל צלם מטעם הקיבוץ, על מנת לערוך כתבה על הנחל. הוא התפעל מאוד מהביצוע ומכך שלא גרע מיופיו וקסמו של השביל. במקרה פגש במקום את עמוס והמתכננת אשר הציעו לו להביא את "זקני הקיבוץ" שמכירים את הנחל בשיא תפארתו. ואכן

לקבוצות בעלות מוגבלות שכלית התפתחותית אנו מתמקדים בנושא צר יחסית ומדגימים בכמה שיותר אופנים, תוך שימוש במתודיקה מגוונת – משחקים, שירים, סיפורים, המחשות על מנת לייצר חוויה רב חושית. כל נושא נפרט לחלקיו הבסיסיים ביותר ואנו מבררים כיצד הוא בא לידי ביטוי בעולמם ולאלה כישורי חיים הוא מתחבר. קיים דגש רב על פיתוח מיומנויות פיזיות ומוטוריות באופן חווייתי תוך פיתוח יצירתיות וגירוי החושים, התמודדות אישית עם אתגרים ופעילות חברתית מהנה.

מעבר לעזרים המותאמים קיים הצוות האנושי והגישה. מעניין החיבור הלשוני בין המילים גישה (עבירות) וגישה (attitude) וכנראה לא במקרה בחרה השפה העברית במילה זהה המאחדת בין שתי המשמעויות.

עמותת לטם מתייחסת בתשומת לב רבה לגישה מהסוג השני, הבאה לידי ביטוי בעמדה וביחס של הצוות למטייל בעל הצרכים המיוחדים. החיוך, הקבלה, אהבת האדם, הלימוד המקדים שמאפשר להכיר את העומד מולך ולכבדו, לזהות את מוגבלויותיו ולהאמין ביכולותיו, הם הבסיס לכל ההתאמות הפדגוגיות והטכניות. ההבדל הקטן בין מדריך המושיט יד ליושב מולו על כיסא הגלגלים, בכדי לגלות שזה אינו מסוגל להושיט לו יד בחזרה, לעומת המדריך אשר יניח את ידו על יד היושב מולו או יאחז בה לשלום, הוא הבדל הנעוץ בגישה.

ההבדל בין מדריך שיבחר במשחק תחרותי במהלך הדרכה של קבוצת אוטיסטים מול המדריך שיפנה באופן אישי לכל משתתף, הוא הבדל הנעוץ בגישה. ההבדל בין המדריך שיחשוש להשתמש בפועל תראו, מול חניכים עיוורים, לבין מדריך המבין שגם עיוורים רואים בדרכם, נעוץ גם הוא בהבדל גישה. דוגמאות פשוטות אלה מזכירות לנו שהגישה עושה את ההבדל!



שלומי אקשטיין מחפש פרפרים בטבע

במקרה של מטיילים בתפקוד גבוה – אנו מנסים להבין מה תחומי העניין שלהם ולהתאים לכך את ההדרכה. בחלק גדול מהעזרים אנו נעזרים בלוחות תקשורת – לוחות מצוירים בשפה בינלאומית הנקראת בורד-מייקר. בעזרת הלוחות אנו מגשרים על חסרים בהבעה שפתית ובהבנה שפתית. אנו מקפידים להתאים את לוח התקשורת לסימנים שהקבוצה מכירה ומשתמשת בהם.

רשימת קריאה

- Berger, R. (2003) In the footsteps of nature. Horizons 22: 27-32
- Berlinger, A & and Martin, P. (2003) On adventure therapy and the natural worlds: Respecting nature's healing, Journal of Adventure Education and Outdoors Learning, 3 (1):29-40.
- Burns, G. (1998) Nature – guided therapy: Brief integrative strategies for healing and well-being. Philadelphia: Burnner/Mazel.
- Roszak, T., Gomes, M., E., Allen, D., K. (1995) Ecopsychology. Berkley, Los Angeles, London: Sierra Club Books.