

מועדוני יולדות – גוש עציון

יצירת מרחב מזמין, חמים וביתי ליולדות בכל יישוב מיישובי המועצה, בו מתהווה קהילת יולדות וניתן בו מענה לאימהות צעירות.

תקציר התוכנית:



התוכנית הוקמה בשיתוף עם תוכנית 'אפשרי בריא' של משרד הבריאות במטרה להרחיב את המענים לאוכלוסיית הנשים הצעירות בגוש עציון. בתקופה שלאחר הלידה, חיי החברה של נשים רבות מצטמצמים וחסרה להן תמיכה. מכאן, עלה הרעיון ליצור לנשים מעגל חברתי תומך ומבין שימנע תחושת בדידות ואף יסייע באיתור וזיהוי מוקדמים של דיכאון אחרי לידה.

תחילה, הורץ פיילוט של התוכנית, שחשף ביקוש רב של נשים צעירות להשתתף בפעילויות עם התינוק קרוב לבית ולא להרחיק איתו ליישוב אחר. לאור הצורך הוחלט במועצה להקים מועדון יולדות בכל אחד מהיישובים בו יש צפי לכמה לידות בתקופה מסוימת.

מועדון היולדות נפגש פעם בשבוע או שבועיים ונוצרת בו קהילת יולדות יישובית. בכל יישוב ישנו מלגאי/ת שתפקידו לפרסם את הפרויקט, לבנות את התוכן במועדון בעזרת מרכז הצעירים ולדאוג שהמרחב אליו מגיעות הנשים הוא מזמין, חמים וביתי.

במועדון היולדות מועבר תוכן משתנה בכל מפגש, לדוגמה הרצאות בנושאי ייעוץ הנקה ושינה, עיסוי תינוקות, פיזיותרפיה לרצפת האגן ועוד. בנוסף, במפגשים משולבים גם תכנית חווייתיים המספקים הפוגה ליולדות, לדוגמה סדנת מקרמה, סדנת שוקולד, יוגה ועוד. מועדוני היולדות מהווים קבוצת שייכות משמעותית ומחזקת עבור נשים לאחר לידה.

מטרות התוכנית:



- יצירת קהילה תומכת ליולדות ביישובי המועצה
- זיהוי מקרים מוקדמים של דיכאון אחרי לידה
- מתן כלים והדרכה לאימהות צעירות בתחילת דרכן

קהל היעד:



עיקרי: נשים לאחר לידה

משני: המשפחות הצעירות ברשות נתרמות מחיזוק ותמיכה באם המשפחה עסקים מקומיים שמקבלים חשיפה בסדנאות ובהרצאות במועדונים

מספר מלגאים מעורבים:



כיום יש 10 מלגאים בתוכנית. כל מלגאי/ת מפעיל מועדון ביישוב שלו.



מפעל הפיס

רקע וידע ייחודיים של המלגאים המעורבים:



- קיימת עדיפות למלגאיות ובייחוד מלגאיות שהינן אימהות בעצמן ולכן ידעו להתאים את התוכן ליולדות, ואף תהיה להן שפה משותפת עם הנשים במהלך הפעילות.
- נדרש שלמלגאית הנבחרת תהיה זיקה ליישוב ולתושביו והיכרות עמו.

שותפים עיקריים ליישום התוכנית:



- מפעל הפיס
- טיפת חלב
- תוכנית צעדים ראשונים לאיתור אימהות בסיכון
- אגף היחידה הקהילתית והרווחה ורכזת הקהילה ביישובים

תקציב שנתי נדרש:



דרוש תקציב לכיבוד מפנק, תוכן מעניין אחת לשבועיים (הכולל גם הרצאות בעלות תוכן משמעותי וגם סדנאות המשלבות יצירה או עשייה), מקום לפעילות המסודר בצורה נעימה ומזמינה.

אופציונלי – תקציב לבייביסיטר עבור הפעוטות לזמן הפעילות.

צעדים/שלבים עיקריים ליישום התוכנית:



- עד אוקטובר – בניית תכנית שנתית ופרסום המועדון לנשים (בטיפת חלב ומיקומים אסטרטגיים שונים)
- אוקטובר-סיום שנה"ל – הפעלת התכנית

תהליכי ניהול והפעלת המלגאים:



- מיון: מתבצע ע"י צוות מרכז צעירים על פי הרקע המצוין מעלה והתאמת המלגאית לתכנית
- הכשרה: לא נדרשת הכשרה משום שמירב התכנית מועברים על ידי אנשי מקצוע
- ניהול וליווי שוטף: אחת לחודשיים נפגשים המלגאים עם רכזת הקהילה למושבו ותכנון המשך הפעילות

מפתחות להצלחה ביישום התוכנית:



- איתור בעלי העסקים ואנשי התוכן הרלוונטיים ברשות
- בניית תוכנית בסיסית מראש עם גמישות לשינויים
- שיתוף פעולה מלא עם רכזת הקהילה שמכירות את הקהילה ויודעות למפות את קהל היעד

פרטי איש קשר להעמקה ולמידה נוספת:



תאיר בונה

mz.etzion@gmail.com | 0542327180