

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

פעילות התנדבותית ביום "המעשים הטובים" – קבוצת המצוינים להוראה

מתוך: [הכשרתו 31](#)

מאת: מיקי אופיר

ביום שלישי ה-5/3 התקיים ברחבי הארץ "יום מעשים טובים", בו אנשים ממסגרות שונות וגם באופן עצמאי, מתגייסים כולם לטובת מעשה התנדבותי. "יום המעשים הטובים" פועל מזה שבע שנים ביזמת עמותת "רוח טובה" והשנה השתתפו ביום זה כ-370,00 אנשים.

ביום שני שקדם ליום הפעילות יכולתי לקרוא ברשתות השונות דעות בעד ונגד יום זה. המצדדים טוענים שיום כזה נותן רוח גבית למעשי התנדבות המתקיימים לאורך כל השנה ומצדדים מתנדבים נוספים לשורות ומנגד הטוענים כי מעשה ההתנדבות החד-פעמי נועד להשקט את מצפונם של אלו אשר אינם מתנדבים לאורך השנה בעקביות ובהתמדה.

בינינו לבין עצמנו החלטנו שנצטרף ליום זה ולאחר התלבטויות לא מעטות, בחרו הסטודנטים לנצל את הכישורים החדשים שנרכשו במכללה בקורס ריקודי העם ולהופיע עם שלל ריקודי עמים במרכז הגריאטרי בבית החולים "לניאדו" בנתניה.

כדי להגיע מוכנים, התקיימה חזרה בהנהגתה של שני כהן מהקבוצה אשר נתנה קורס מזורז לאלו מבינינו אשר טרם למדו את הריקודים או שנזקקו לרענון קל.

ביום הפעילות הצטרפו באופן ספונטני שלוש סטודנטיות נוספות משנה א' (שירן ועקנין, ליטל ביטון ולינוי בינשטוק) אשר שמעו על היוזמה והחליטו להירתם גם הן למטרה החשובה.

את פנינו קבלה האחראית במרכז, אישה מסורה בשם מירקה לפלר, אשר ספרה לנו על הקשישים במרכז ועל חשיבות ההתנדבות במקום, בו הרבה פעמים יש קושי וכאב, געגועים ותקוות, התמודדויות ופרידות.

הסטודנטים עברו מקומה לקומה, שמחו ושימחו וללא ספק הפגינו שליטה נאה ברפרטואר ריקודים כמו "הורה חדרה", "חמדתי סיגל", "צדיק כתמר", "מוכרת פרחים קטנה" ו"עוד לא אהבתי די". בקומה האחרונה כבר הצטרפו בני משפחות שבאו לבקר את קרוביהם לצפייה והשמחה הייתה רבה.

הרקיעות ברגליים, הידיים השלובות, אגלי הזיעה והחיוכים הנסוכים על פניהם של הסטודנטים הדגימו את חשיבות הנתנה לא רק לקשישים, אלא גם לסטודנטים המחוללים.

על השפעת הריקוד והעיסוק בפעילות גופנית על נפש האדם כבר נכתב ודובר רבות.

בימים אלה אנו יוזמים קשרי התנדבות נוספים וסטודנטים מהמכללה המעוניינים לתרום ולהתנדב בפעילות עם קשישים מוזמנים ליצור עמי קשר או עם הסטודנטים: נטע צ'רנחובסקי ומורן פאטל משנה א'.

