

המשך פעילויות בעקבות הסיפור - הדב מרגיש לא טוב

מאת: קארמה וילסון
 איורים: ג'ין צ'פמן
 הוצאה: כנרת
 קבוצת גיל: גנים צעירים



העשרה

ביקור חולים

ביקור חולים במסורת היהודית נחשבת מצוות "ביקור חולים" למצווה "שאיין לה שיעור". כלומר: אין לה מידה מדויקת. זאת משום שכל חולה זקוק לעזרה במידה שונה, וכל מבקר יכול לסייע בצורה אחרת. לכן כל אחד מקיים אותה כפי יכולתו, ואפשר לקיים אותה פעמים רבות. המצווה נזכרת לראשונה בתלמוד, ושם נקבע כי חובה על כל אחד גם על גדולים ומכובדים לבקר חולים כדי להקל את סבלם. בגלל החשיבות הגדולה שיש למצוות ביקור חולים אמרו חכמים כי זהו דבר שמועיל לאדם בחייו "בעולם הזה", אבל ייזכר לו גם "בעולם הבא" (תלמוד בבלי, נדרים לט ע"ב). בתורה מסופר על יעקב אבינו שחלה, אך כששמע כי בנו יוסף עומד לבקר אותו, השתפרה הרגשתו והיה מסוגל לקום: "ויגד ליעקב ויאמר הנה בנך יוסף בא אליך, ויתחזק ישראל וישב על המטה" (יעקב נקרא כאן גם ישראל. בראשית מח, ב). בספר שלנו מסייעות החיות לדוב בחיזוק הגוף וגם בשיפור מצב הרוח. ביקור חולים יכול לסייע לחולה בדברים יומיומיים שקשה לו לעשות לבד, למשל לאכול, לשתות או לבלוע תרופה. לביקור יש חשיבות רבה גם בשיפור מצב הרוח של החולה, ודבר זה תורם מאוד להחלמה.

שיחה

איך משמחים ומעודדים?

חבריו של הדוב החולה משתדלים לשמח ולעודד אותו. כל אחד תורם כפי יכולתו. איך הם עושים זאת? בחרו

חיה אחת ועקבו אחרי מעשיה לאורך הספר. איזו עזרה היא מגישה לדוב?



לְצֵאת הַחוּצָה

לבקר חבר/ה חולה
האם ביקרתם פעם חבר או בן משפחה חולה? האם ביקרו אתכם כשהרגשתם לא טוב? איך אפשר לעודד חברים מהגן בשעה שהם חולים?



בְּשׂוּל

תה צמחים טעים ומחמם
הגירית משקה את הדוב בתה צמחים מעשבי מרפא שליקטו החברים. גם אתם יכולים להכין תה צמחים טעים ומחמם לכל המשפחה: הניחו בקנקן צמחי תבלין כמו נענע, רוזמרין, לימונית ומרווה. הוסיפו 4 כוסות מים חמים והמתיקו בדבש. מזגו לכל אחד כוס תה וקשטו בפלח לימון.



מְשֻׁחָק

שחקו ב"כאילו חולים": תרגלו את מצוות "ביקור חולים" עם בני המשפחה. תנו לילדיכם לטפל בכם ולהרגיע אתכם, ספרו להם מה עוזר לכם כשאתם מרגישים לא טוב. זו הזדמנות פז להזכיר לילדים כי גם בכוחם לרפא אחרים!



הַמְחִשָּׂה

המחזו עם בובות
בסוף הסיפור הדוב מבריא, ומגלה כי החברים שסייעו לו חלו בעצמם! איך "יודע" הדוב לטפל בחבריו, וכיצד הוא מצליח לעזור לכל כך הרבה חברים בבת אחת? קחו בובות מחמד והמחזו איך הדוב מטפל בחברים שלו.



שיחה

כיצד אתם מטפלים בגופכם ושומרים עליו?
שוחחו: איך אתם שומרים על ניקיון הגוף? מה בריא לאכול? איך אתם מפעילים את הגוף ומחזקים אותו? כיצד אתם נחים ומחדשים את הכוחות?



שיחה

מחלה מדבקת, כיצד נמנע?
מחלתו של הדוב מידבקת. חשבו איך אנחנו נזהרים מהדבקה (למשל: נוטלים ידיים לפני האוכל, לא באים לגן כשחולים). מה עוד אפשר לעשות?



שְׁלוֹב הַסֵּפֶר

כיסים לחולים על הקיר
הכינו לוח קיר עם כרטיסים המציינים את שמות הילדים, ושלושה "כיסים" צבעוניים ומקושטים: כיס עבור ילדים שהגיעו היום, כיס עבור ילדים בחופשה או סידורים, וכיס עבור ילדים חולים. ילדים שהגיעו לגן, מאתרים את שמם ומכניסים אותו לכיס המתאים. ילדים שחזרו אחרי מחלה, מוצאים את שמם בכיס של ה"חולים", ומעבירים אותו אל הבריאים!



שְׁלוֹב הַסֵּפֶר

תורני/ות מחלה
תורני "ביקור חולים": בכל פעם שאחד מילדי הגן חולה, ילד אחר מקבל פתק הביתה, בבקשה להתקשר לחבר החולה ולשאול לשלומו בשם הגן. מדבקה על החולצה עם מספר הטלפון של הילד החולה, היא תזכורת מיוחדת ומתקבלת בברכה.



שיחה

התעניינות בשלום חולה

"מחלות חורף" הן מידבקות, לכן אנו מנסים להימנע ממפגש ישיר של ילדים עם הילד החולה. חשבו יחד על דרכים נוספות להתעניין בשלום החולה, ולשמח אותו: לצייר תמונות וברכות, להתקשר בטלפון ולברך "רפואה שלמה!" או "ברוך רופא חולים", לשלוח ברכה דרך בן משפחה או שכן.



משחק

חולים בכאילו

ערכו את פינת המשחק הסוציו-דרמטי למשחקי "כאילו חולים". בנוסף לציוד רפואי, הוסיפו קומקום וכוסות לתה, פרחים וכרטיסי ברכה. כך יתאפשר לילדים לתרגל "ביקור חולים" במשחקי "כאילו".



שיחה

חברות ומחשבה טובה

למרות הרצון הטוב והנסיונות השונים של חבריו, הדב בסיפור אינו מבריא מיד. שימו לב כמה פעולות נעשות, וכמה מחכות החיות עד להתאוששות של חברם. שוחחו: איך לדעתכם מרגישה הגירית כשהיא מכינה תה, והדב עדיין לא מרגיש טוב? איך הדב עצמו מרגיש כאשר מחלתו אורכת יום ועוד יום? מה הוא היה רוצה לשוב ולעשות? למה הוא מתגעגע?

הסיפור מספר על הדב שחלה בשפעת או וירוס. לפעמים אנשים חולים במחלות קשות יותר, או במחלות או פגיעות שלוקח יותר זמן להבריא מהן. דאגי להכיר את משפחות הגן. האם יש ביניהן הורה, דוד, סבים חולים? מה אפשר לעשות כדי לסייע? זו הזדמנות לגיבוש קהילת הגן, אם במשלוחי אוכל, סיוע בסידורים, או פשוט מילה טובה והבעת דאגה.

איך מקבלים את פניהם של חברים שחזרו לגן לאחר מחלה? בברכת "ברוך רופא חולים" ו"ברוך שובך לגן!"

עוד פעילויות באתר ספריית פיג'מה www.pjisrael.org