

תוכניות חינוכיות לבתי הספר במסגרת גפ"ן

אָנְדוּ מַה? מערך חינוכי בנושא מודעות לגוף והעצמה אישית

דרך העלאת המודעות לאנדומטריוזיס ומוגבלויות שקופות

מספר תוכנית: 27138

מערך חינוכי מקצועי

סל מענים: חינוך חברתי-ערכי והעשרה | תת סל: פעילות העשרה



מערך חינוכי המיועד לכיתות י'-י"ב במגמות רפואה, ביולוגיה, סוציולוגיה ומגדר.

המערך מציע היכרות עם מונחים כמחלות שקופות ורפואה מגדרית, ועוסק בהשלכות של אלו על המטופלים/ות והמטפלים/ות כאחד - דרך סיפורה האישי של המדריכה, המתמודדת עם אנדומטריוזיס. המערך יסביר אודות פתרונות ואפשרויות להתמודדות וטיפול הקיימים היום, יעורר דיון ושיח אודות אמפתיה למטופלים והתבוננות על גוף האדם כמכלול שלם.

מערך חינוכי ומעגלי שיח

סל מענים: פדגוגיים ורגשיים | תת סל: קידום אורח חיים בריא



תוכנית חינוכית מחזקת ומעצימה בת שני מפגשים: הדרכה בכיתת האם (אפשרות לכיתה מעורבת מגדרית) ומעגלי שיח בהפרדה מגדרית. התוכנית מותאמת לכיתות ט'-י"ב.

התכנית מתמקדת במודעות, אמון ורגישות לכאבים שקופים בכלל, ולגופנו וכאבנו בפרט. דרך סיפורה האישי של מתמודדת עם אנדומטריוזיס המתארת את מסעה המאתגר למציאת שם לכאבה ובאמצעות מתן ידע חשוב על בריאות, מגדר ומוגבלויות שקופות, המערך מעניק השראה לסמוך על עצמנו, מעלה מודעות לרפואה מגדרית ואנדומטריוזיס ונותן כלים להתמודדות אמיצה עם כאב ובושה.

הרצאה חד פעמית להורים

סל מענים: חינוך חברתי-ערכי והעשרה | תת סל: פעילות העשרה



היכרות עם מחלת האנדומטריוזיס, המחלה שפוגעת באחת מעשר נשים ונערות אך מאובחנת באיחור ממוצע של 11 שנים.

דרך סיפורה האישי של מדריכה עם אנדומטריוזיס, ההרצאה תשפוך אור על מסע ההתמודדות כנערה הסובלת מכאב שקופי, תתן דגשים ייחודיים להתמודדות עם מוגבלות בגיל ההתבגרות ותציע כלים פרקטיים להורים בנוגע לזיהוי, טיפול והתמודדות רגשית.

הרצאה חד פעמית לצוות החינוכי

סל מענים: פדגוגיים ורגשיים | תת סל: קידום אורח חיים בריא



היכרות עם עולם המוגבלויות השקופות והרפואה המגדרית דרך סיפורה האישי של המדריכה, המתמודדת עם אנדומטריוזיס.

ההרצאה תשפוך אור על מסע ההתמודדות כנערה ובוגרת הסובלת מכאב שקופי, ותתן כלים מקצועיים לזיהוי, הכרה ומענה לתלמידים ותלמידות המתמודדים עם אתגרים שקופים.

אנדומטריוזיס היא מחלה גינקולוגית כרונית הפוגעת באחת מעשר נשים ונערות. המחלה מתחילה לרוב כבר בגיל הנעורים ומאובחנת באיחור ממוצע של 11 שנים בישראל למרות שכיחותה וחומרתה. איחור עצום זה גורם לכך שנערות סובלות במשך שנים מכאבים המחרפים ללא אבחנה וטיפול מתאים, ונתקלות בחוסר מודעות עצום מצד סביבתן.



אָנְדוּ מַה? מערך חינוכי בנושא מודעות לגוף והעצמה אישית

דרך העלאת המודעות לאנדומטריזיס ומוגבלויות שקופות

שאלות נפוצות

למה בכלל חשוב לדבר על אנדומטריזיס בבתי ספר?

לפי הסטטיסטיקה, בכל כיתה יש בממוצע 3 נערות שסובלות מהמחלה ולרוב אינן מודעות לכך. העלאת המודעות תעזור לתת שם לכאבן ולאפשר להן טיפול הולם, ובמקביל תאפשר לצוות ולבניו/ות הנוער לזהות את המחלה בעוד מרחבים.

אבל לא רק נערות עם אנדומטריזיס ירוויחו - המערך (המועבר בצורה רגישה ומוחאמת גיל ומגדר), יחדד לתלמידים כי אין צורך "לסחוב" לבד כאבים שקופים במשך שנים, ילמד על חשיבות ההקשבה והאמון לתחושות הבטן ויציע כלים לנוער ולאנשי המקצוע כיצד ללהקשיב ולתת מענה לכאב - של עצמנו ועל האחר,

זה לא סתם יפחיד את התלמידים/ות?

ממש לא! כמו כל נושא רגיש אחר, העדיפות היא לשיח מבוקר על ידי מבוגר אחראי מקצועי בסביבה חינוכית. שיח חינוכי אודות מחלות שקופות, מגדר ופערים מגדריים ברפואה יעורר דיון ערכי ורגשי חשוב, ויאפשר מרחב לא מובן מאליו לשאילת שאלות. וכמובן, המערך מוחאם גיל ורקע תרבותי ופוחח ע"י אשת חינוך מנוסה.

מה נדרש מאיתנו כמוסד החינוכי?

1. להזמין אותנו במערכת גפ"ן (מס' תכנית - 27138)

2. לארגן עבור מפגש ההדרכה:

א. כיתה או חלל הדרכה ראוי: כסא לכל אחד ואחת, מזגן, עמדה למדריכה

ב. מקרן ומחשב או חיבור למחשב נייד

ג. איש או אשת צוות נוכחים בעת ההדרכה לתלמידים

מה זה "אנדומטריזיס ישראל"?

אנדומטריזיס ישראל ("קהילת אנדו ישראל" ע"ר) היא העמותה היחידה כיום המסייעת לחולות אנדומטריזיס ואדנומיוזיס בישראל. העמותה פועלת מאז 2019 לצמצום משך האבחון, שיפור הטיפול הרפואי, קידום מחקר, יצירת קהילה תומכת, שינוי מדיניות והנגשת מידע - הכל לטובת שיפור איכות החיים של קהילת האנדו הישראלית. העמותה נוסדה ע"י פעילות החולות במחלה שהחליטו שהגיע הזמן לשינוי אמיתי, מהשטח.

כאן בשבילכם לכל שאלה!

אור גולני, 050-8875803

מנהלת תחום חינוך וקהילות

עמותת אנדומטריזיס ישראל