

מי אנחנו

אנו פועלים בשיתוף פעולה עם משרד הבריאות, ארגון הבריאות העולמי (WHO), רשויות מקומיות, משרדי ממשלה, בתי חולים, מרכזי חוסן, עמותות וארגונים נוספים. עד כה השתתפו בסדנאותינו מאות ארגונים שונים מכל רחבי הארץ.

משיב הרוח הוקם בעקבות אירועי השביעי באוקטובר, מתוך מטרה אחת ברורה - לתת מענה לחיזוק החוסן הרגשי והקבוצתי של צוותי סיוע, הצלה וטיפול. מאז תחילת 2024 עברו כבר למעלה מ-2,000 אנשי טיפול, רפואה, חינוך וצוותי חירום את סדנאות החוסן של משיב הרוח.

התוכנית נבנתה על ידי צוות מומחים מובילים מתחומי הפסיכולוגיה, החוסן הקבוצתי והגוף-נפש, ומבוססת על ניסיון מצטבר רב בעבודה עם צוותים המתמודדים עם טראומה, עומס רגשי ואתגרי שגרה בשעת חירום.

מטרת הסדנאות

ליצור מרחב בטוח, פתוח ומאפשר, שבו המשתתפים יכולים:

- ☞ לעבד חוויות אישיות ומקצועיות מהתקופה האחרונה
- ☞ לחזק את תחושת השייכות ולבנות קבוצה תומכת ומלוכדת.
- ☞ להתחבר לקולגות המתמודדים עם אתגרים דומים
- ☞ לקבל כלים פרקטיים לחיזוק החוסן האישי והקבוצתי
- ☞ לחדש אנרגיה ולבנות מחדש תחושת משמעות ותקווה

קהלי יעד

- ☞ בעלי תפקידים ברשויות ובקהילות - מנהלי אגפים, עובדי רווחה, מנהלי קהילה
- ☞ אנשי טיפול ובריאות הנפש - פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, מטפלי גוף-נפש
- ☞ צוותי רפואה וחירום - אחיות, רופאים, פראמדיקים וחובשים
- ☞ צוותי חינוך והוראה - מנהלים, יועצות, גננות ומורים
- ☞ משפחות מילואים ונשות לוחמים, נשות פצועי מלחמה
- ☞ צוותי חילוץ והצלה

כי כשמחזקים את המסייעים,
מחזקים את החברה הישראלית כולה

סדנת עיבוד בטבע

סדנת בוטיק לקבוצות אינטימיות

יום ייחודי המשלב חיבור לטבע, עיבוד רגשי וגיבוש קבוצתי, בקבוצה אינטימית של עד 15 משתתפים. העבודה במרחב הפתוח מאפשרת שחרור, פתיחות וחיבור עמוק בין המשתתפים, למנחים ולטבע עצמו. ניתן להתאים את גודל הקבוצה והמיקום בהתאם לצרכים. הסדנאות מתקיימות באתרים שונים ברחבי הארץ, בהתאם לאזור הגיאוגרפי של הקבוצה.

מטרה: לאפשר תהליך עיבוד חווייתי בטבע, חיבור לצוות ולמשאבים פנימיים, וחיזוק תחושת הלכידות.

אוז יומי לרואה:



9:00-
18:00

- קבלת פנים וארוחת בוקר
- תרגילי נשימה ותנועה, הליכה רגלית בטבע
- סדנת עיבוד קבוצתית - איסוף כוחות וזיהוי
- סדנת גוף־נפש
- פעילות צוותית חווייתית - לדוגמא ליקוט, חץ וקשת, צלילים מרפאים,
- ארוחת צהריים עשירה ומפנקת
- סדנת סיכום - הטמעה וסגירה באמצעים



חוות, חאנים ובוסתנים ברחבי הארץ (יתואם עד שעת נסיעה ממקום הארגון, בהתאם לעונה).



צוותים קטנים של 12-15 משתתפים

סדנה חז-יומית

יום מרוכז המעניק הפוגה, עיבוד וחיזוק חוסן אישי וקבוצתי. נוצר **מרחב בטוח לשיתוף וחיבור**, עם פעילות חווייתית וכלים מעשיים להתמודדות. מתאים לקבוצות מקצועיות או קהילות, וניתן להתאמה מלאה לצרכים.

מטרה: לאפשר יום של הפוגה, שיתוף ועיבוד חויות, לצד הקניית כלים לחיזוק החוסן האישי והקבוצתי. הסדנה יכולה להתקיים כמפגש חד-פעמי או כחלק מתהליך המשך (Follow Up) המעמיק את החיבור והלמידה הקבוצתית.

אוז יומי לרוחמה:

- קבלת פנים ומליאת פתיחה
- פעילות היכרות חווייתית
- פעילות גוף-נפש והרפיה בצלילים
- ארוחת צהריים מפנקת
- יחידת כלים לחיזוק חוסן
- סיכום קבוצתי ומליאה



9:00-
18:00



כפרי נופש,
מלונות בוטיק
ברחבי הארץ



צוותים של 26-30
משתתפים (חלוקה
לשתי קבוצות)

סדנה דו-יומית / תלת-יומית

סדנה מעמיקה לעיבוד רגשי, חיזוק חוסן ובניית קבוצת תומכת ומחזקת. משלבת כלים פסיכולוגיים, גוף-נפש ושהייה בטבע, ומטפחת חיבור, משמעות והתחדשות. מתאימה לצוותים עם עומס רגשי, שחיקה או אחריות מתמשכת, המחפשים תהליך עומק מחזק ומחדש.

מטרה: תהליך עומק רגשי וקבוצתי לשחרור, עיבוד ובנייה מחודשת של חוסן ותקווה.

לוח יומי לדוגמה:

- | | | |
|-----------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| יום ראשון | קבלת פנים ופתיחה | 
כפרי נופש, מלונות בוטיק ברחבי הארץ |
| | פעילות היכרות ועיבוד ראשוני | |
| | חיבור למשאבים אישיים וקבוצתיים | |
| | זמן חופשי ומנוחה | |
| | פעילות ערב - סאונד הילינג / מדורה / שירה / תראפיה חווייתית | 
צוותים של 26-30 משתתפים (חלוקה לשתי קבוצות) |
| יום שני | פעילות בוקר בטבע - הליכה מדיטטיבית במדבר/יוגה | |
| | יחידות עיבוד, משמעות ותקווה | |
| | סיכום והטמעה בקבוצות ובמליאה | |



MASHIV משיב
HARUACH הרורח

תהליכים ארוכי טווח

מעבר לסדנאות חד-פעמיות, משיב הרוח מציע גם תהליכים מתמשכים לבניית חוסן ארגוני וקהילתי:

- ליווי צוותים לאורך זמן
- הכשרות מנחים פנים-ארגוניים
- פיתוח תוכניות חוסן מותאמות
- מפגשי המשך לעיבוד ולתחזוקת הצוות

חליפה אישית לכל ארגון

כל ארגון הוא עולם בפני עצמו – עם שפה, תרבות ואתגרים ייחודיים. אנחנו בונים חליפה מותאמת אישית של סדנאות, מרחבים ופורמטים – לפי הצורך, התקציב ומטרות הצוות.



השותפים שלנו

משיב הרוח פועל בשיתוף פעולה עם עשרות ארגונים ברחבי הארץ, ביניהם:



משרד הבריאות | משרד הרווחה | קופות חולים | מרכזי חוסן | התנועה הקיבוצית | בתי חולים מובילים | רשויות מקומיות | WHO ועוד.

בואו נזכר

נשמח להתאים לכם פתרון ייחודי וחוסן לצוות או לארגון. צרו קשר עכשיו:

055-507-4114

tzruya@mashivharuach.org

https://www.mashivharuach.org

facebook.com/Mashiv.haruaach.org

instagram.com/mashiv_haruach7.10



MASHIV משיב
HARUACH הרורח