



# רשימת עמותות

שנה"ל תשפ"ו



# סטודנט/ית יקר/ה

אנו שמחים שבחרת לקחת חלק בפרוייקט התנדבות = זכאות ולתרום מזמנך לעשייה חברתית והתנדבות בקהילה.

הפרוייקט מזכה בנקודות אקדמיות בהתאם להיקף שעות ההתנדבות שתבצע/י.

בחוברת תוכל/י למצוא את רשימת העמותות ותוכניות ההתנדבות, ומתוכן לבחור את המקום שבו תרצה/י להתנדב לפי העדפותיך האישיות ומצפון ליבך.

## תהליך הרישום להתנדבות

### 1 הרשמה ראשונית:

יש להירשם בטופס ההרשמה

### 2 בחירת העמותה:

בחירת העמותה נעשית באופן עצמאי.  
על הסטודנט/ית ליצור קשר ישירות עם  
נציגי העמותה

### 3 דיווח שעות:

בסיום יש למלא טופס דיווח שעות,  
לאשרו בחתימת העמותה ולשלוח ל:  
[community@technion.ac.il](mailto:community@technion.ac.il)

מאחלים לך הרבה הצלחה והנאה בעשייה,  
**לשכת דיקן הסטודנטים בטכניון**



# מצא את התחום ההתנדבות שלך:

**קהילה**

**חינוך והדרכה**

**בריאות ותמיכה**

**גיל הזהב**

**איסוף וחלוקת מזון**

**בעלי חיים**

**אוכלוסיות מיוחדות**

# קהילה:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

Ignite the  
spark

לתת

עמותה  
להעצמה  
כלכלית  
לנשים

התנועה  
למאבק  
באנטישמיות

פעמונים

עמותה  
למען ילדים  
במצוקה  
בחיפה

הקרו  
לרווחת  
נפגעי שואה

First  
ישראל

מרכז סיוע  
לנפגעות  
אונס ותקיפה  
מינית

פרוייקט  
מל"ך

רוק להצלת  
חיים

שער שוויון

Unifly

מעיין במדבר

מהנדסים  
ללא גבולות

ויצו - חיפה



# התנועה למאבק באנטישמיות

## פעילות העמותה:

ניטור והסרת תכנים פוגעניים, תכני שנאה, גזענות ואנטישמיות במגוון רשתות חברתיות

## מהי ההתנדבות?

ניטור תוכן אנטישמי וגזעני, כתיבת תוכן לרשתות חברתיות, עיצוב גרפי, פיתוח אתר וורדפרס, צוות פיתוח טכנולוגי, כתיבת מאמרים ודו"חות  
\*ההתנדבות מתנהלת באופן מקוון ונעשית בהתאם להעדפות הסטודנט

## לפרטים נוספים והרשמה:

ג'וש סטיל, 054-9069739

[volunteers@foantisemitism.org](mailto:volunteers@foantisemitism.org)

[jsteele@foantisemitism.org](mailto:jsteele@foantisemitism.org)

# עמותה להעצמה כלכלית לנשים

## פעילות העמותה:

העצמה כלכלית לנשים באמצעות תכנית יסודית ומקצועית לצד העצמה אישית. התכניו נותנות מענה גם לצעירות ערביות ברשויות הערביות לצד אלו מהפריפריה הכלכלית והחברתית בישראל.

## מהי ההתנדבות?

תמיכה טכנית, טכנולוגית, איפיון והטמעת מערכת מאנדי ועדכון אתר העמותה, עבודה על ניוזליטרים ועיצוב גרפי למודעות.

## להרשמה ופרטים נוספים:

ורדית דוזלר טנג'י, 050-8930093  
[eeew@womensown.org.il](mailto:eeew@womensown.org.il)

# לתת

## פעילות העמותה:

ארגון סיוע הומניטרי ישראלי, הפועל לצמצום העוני ולחיזוק ערבות הדדית בחברה.

## מהי ההתנדבות?

פעילות במגוון תחומי סיוע בתפקידי מפתח בדגש על תפקידי ריכוז, ליווי אישי, הדרכה ולוגיסטיקה. השתתפות במבצעי איסוף מזון של ארגון לפני חג הפסח וראש השנה בכל סניפי רשת שופרסל.

## להרשמה ופרטים נוספים:

ענבל מריח, 054-6644095

[inbalm@latet.org.il](mailto:inbalm@latet.org.il)

[לטופס ההרשמה](#)

# Ignite the Spark

## פעילות העמותה:

חיבור וקידום תחום האנרגיה הירוקה בישראל  
באקדמיה ובתעשייה.

## מהי ההתנדבות?

תכנון ארגון והקמה של פעילויות, כנסים הרצאות,  
סדנאות וסיורים בארץ בכל מה שקשור לקידום תחום  
האנרגיה הירוקה בארץ.  
מטרת ההתנדבות היא לחשוף ולקדם סטודנטים  
בטכניון מכל הפקולטות לתחום האנרגיה הירוקה  
אשר צומח ומתפתח בישראל.  
\*ההתנדבות מתקיימת בקמפוס ומחייבת השתתפות  
בסמינר הכנה אחת לשנה ופגישה חודשית עם רכז/ת  
התכנית (אונליין).

## להרשמה ופרטים נוספים:

עמרי לשם, 050-2261919,  
[Omri.Leshem@campus.technion.ac.il](mailto:Omri.Leshem@campus.technion.ac.il)

# First ישראל

## פעילות העמותה:

ארגון בינלאומי שמטרתו לאפשר לצעירים לגלות את התגמול של תחומי ההנדסה, המדע והטכנולוגיה באמצעות תוכניות רובוטיקה חדשניות.

## מהי ההתנדבות?

פעילות קדם אקדמית לקידום מדע וטכנולוגיה בחסות הטכניון.

ההתנדבות יכולה להעשות כשופטים בתחרויות המתקיימות בחודשים או במסגרת ליווי קבוצות במפגשים שבועיים.

ההתנדבות יכולה להיות בבוקר/ אחה"צ. הליווי כולל תכנות של הרובוט, לחקור את האתגר השנתי.

## להרשמה ופרטים נוספים:

רן סבג, 054-6770227

[vc@firstisrael.org.il](mailto:vc@firstisrael.org.il)

# הקרן לרווחת נפגעי שואה

## פעילות העמותה:

סיוע במספר אפיקים לניצולי שואה באופן פרטני בבתיהם.

## מהי ההתנדבות?

מפגש אחת לשבוע למשך כשעה לצורך אירוח חברתי והפגת הבדידות בבית ניצול שואה ברחבי העיר חיפה והקריות

## להרשמה ופרטים נוספים:

עינת לסרי, 054-9661921,

[einat.l@k-shoa.org](mailto:einat.l@k-shoa.org)

# עמותה למען ילדים במצוקה בחיפה

## פעילות העמותה:

עזרה לילדים ונוער נזקקים

## מהי ההתנדבות?

עזרה בפרסום שוטף של פעילות העמותה.  
עזרה באריזה והובלה של סלי מזון (מתקיים בחיפה)  
עבודה משרדית.

עזרה בהכנה וארגון אירועי התרמה של העמותה.  
\*יש גמישות וניתן לעשות את הפרסום ואת העבודה  
המשרדית מכל מקום באמצעות מחשב

## להרשמה ופרטים נוספים:

קטי קורנבלאו, 052-8243308,

kattykor7@gmail.com

# פעמונים

## פעילות העמותה:

מסייעים למשפחות ויחידים ומעניקים כלים ומענה בתחום ההתנהלות הכלכלית, המותאם לצרכיהם וליכולתם.

## מהי ההתנדבות?

ליווי פיננסי למשפחות - מסייע למשפחות להגיע ליציבות כלכלית דרך חינוך פיננסי והדרכה רגשית. כלול בהכשרה של 8 מפגשים, לאחריה ליווי המשפחה לאורך כ-8 חודשים, לפי מודל הליווי של פעמונים.

מנחה סדנאות כלכליות לצעירים כולל בתי ספר, מכללות ואוניברסיטאות.

## להרשמה ופרטים נוספים:

דוד פרנס, 058-4249749,  
unihaifa@paamonim.org

# שער שוויון

## פעילות העמותה:

קידום שוויון חברתי, מגדרי וגאוגרפי על ידי הפעלת תוכניות המשלבות בין ספורט קבוצתי ופעילויות חינוכיות.

## מהי ההתנדבות?

פעילות חברתית לימודית פרונטלית בשעות אחה"צ. דרושה אוריינטציה חינוכית ו/או ספורטיבית, יכולת הדרכה בסיסית ורצון לתרום ולהוות דמות משמעותית. פועלת במגוון תוכניות:

שער שוויון - אימוני כדורגל מיסודי עד תיכון

בועטות - כדורגל לבנות/נערות בלבד

סל-טק - שילוב של אימוני כדורסל ומרכזי למידה.

מלכת הסלים - כדורסל לבנות/נערות בלבד

שווים ניצחון - כדורגל לבנות/בנים מן החינוך המיוחד

## להרשמה ופרטים נוספים:

נועם גולדברג, 050-8328029,

[noamg@the-equalizer.org](mailto:noamg@the-equalizer.org)

# עמותת רוק להצלת חיים

## פעילות העמותה:

גיוסים והגדלת מאגר מח עצם הדסה באמצעות בדיקת רוק פשוטה והעלאת מודעות הציבור לפשטות תהליך התרומה.

## מהי התנדבות?

התפקיד כולל יצירת קשר עם הנרשמים באתר ובירור סטטוס ההזמנה, עד אשר הערכה מגיעה בחזרה למשרדי העמותה. הסטודנטים לוקחים חלק בגיוסים, מאיישם עמדות בדיקה, עוסקים בפרסום ועבודה משרדית. \*קיימת אופציה של התנדבות מבית הסטודנט.

## להרשמה ופרטים נוספים:

שי גיל, 050-6614833,

Roktolife@gmail.com

# פרוייקט מל"ך

## פעילות הפרוייקט:

פרוייקט חברתי סביבתי שמטרתו לאפשר לכל הסטודנטים מחשב אישי. הפרוייקט נועד לתת מענה לאלו שידם אינם משגת לרכוש במחיר סימלי מחשב או ציוד מחשוב לתקופה מוגבלת.

## מהי ההתנדבות?

עבודה במעבדת המחשבים.  
מהמתנדבים נדרש:

- שליטה בחומרת מחשבים ניידים ונייחים
- "ידיים טובות" לפירוק והרכבת מחשבים
- ידע ב-Troubleshooting של חומרה ותוכנה
- שליטה בהגדרת מחשב מאפס (פרמוט, התקנת Windows)

## להרשמה ופרטים נוספים:

אושר ילון, 053-5247078  
Melech@asat.technion.ac.il

# מרכז הסיוע לנפגעות אונס ותקיפה מינית

## פעילות העמותה:

סיוע, ליווי ותמיכה בנפגעות ובנפגעי תקיפה מינית באיזור חיפה והצפון וכן חינוך והסברה למניעת אלימות מינית

## מהי ההתנדבות?

מתן מענה בקו הסיוע הטלפוני.  
ליוויים ופגישות סיוע פנים אל פנים על פי זמינות.  
השתתפות קבועה בקבוצת הדרכה חודשית  
שעות פעילות העמותה: 08:00 - 20:00  
\*דרישה להתחייבות להתנדבות של שנה וחצי  
מסיום הקורס  
\*מגייסות רק סטודנטיות ומתקיים תהליך  
הכשרה בן חמישה חודשים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

רות אמיר, 04-8641278, 054-7051202  
Director@hrcc.org.il, magic@hrcc.org.il

# ויצו חיפה

## פעילות העמותה:

עמותה הפועלת למען קידום שיויון מגדרי.

## מהי התנדבות?

ליווי וריכוז תוכניות - תוכניות לנשים יוצאות מקלט וילדיהם, תוכניות מנהיגות נשית, גיל שלישי, אמהות וילדים.

התנדבות בביגודית - חנויות היד 2, סיוע בדיגיטציה, גרפיקה ואדמינסטרציה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

שקד קליין עוז, 04-8234354 ,

[shakedk@wizo.org](mailto:shakedk@wizo.org)

# מהנדסים ללא גבולות

## פעילות הפרוייקט:

מעורבות עם קהילות לשיפור איכות ורווחת החיים.  
פיתוח מענה לצרכים חברתיים בקרב קהילה אזורית.

## מהי ההתנדבות?

כל קבוצה פועלת על אתגרים שונים, כאשר לכל  
אחד מהפעילים בקבוצה ישנו תפקיד בהתאם  
לסקרנות ולרצון הפעילים.

הפעילות מתקיימת פעם בשבוע בטכניון למשך  
שעתיים בהתאם ליום שנקבע ע"י הקבוצה בנוסף  
למספר ימי הכשרות השנה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אוראל, 052-4062336  
[orelrahmani@campus.technion.ac.il](mailto:orelrahmani@campus.technion.ac.il)

# מעיין במדבר

## פעילות העמותה:

יצירת פלטפורמה בה יהודים וערבים יכולים להכיר וללמוד את השפה והתרבות אחד של השני תוך יצירת חברויות.

## מהי ההתנדבות?

תכנית למידה אקדמית הדדית בה סטודנטים דוברי עברית וסטודנטים דוברי ערבית נפגשים אחת לשבועיים, כשעתיים. המפגשים נקבעים ע"י הסטודנטים בזמן שנח להם תוך ליווי מטעם העמותה. קיום 4 מפגשים קבוצתיים לאורך השנה העוסקים בתכנים השונים הקשורים לחיים המשותפים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

מאיה שאול, 052-5576269,

Maayan@tzderech.com

# Unifly

## פעילות העמותה:

חיבור בין בני נוער ממגזרים שונים דרך ספורט האולטימיט פריסבי

## מהי ההתנדבות?

שילוב שחקני אולטימיט פריסבי בקבוצות ובאירועים.

צוות תומך לאירועים.

אחראיי רשתות חברתיות

(צילום, כתיבת תוכן, סרטונים ועריכה).

## להרשמה ופרטים נוספים:

מאי, 050-7023808

[mayyada@ultimatepeace.org](mailto:mayyada@ultimatepeace.org)

# חינוך והדרכה:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

עמותת  
אלמעאלי

ידידים - למען  
הנוער והחברה

I school

יחד - העמותה  
לחייל בודד

עמותת החסד  
ע"ש כמיל  
שחאדה

אחות בוגרת.  
ישראל

מרכז הנוער -  
קרית אליעזר

Spacell

אחריי

נוער שוחר מדע  
וטכנולוגיה

עמותת פו"ש

הרשות לקליטה  
ועליה בחיפה



# I school

## פעילות העמותה:

צמצום הפערים החברתיים וחינוך שווה לכולם  
ללא תלות ביכולת כלכלית או מגבלה גיאוגרפית

## מהי ההתנדבות?

הענקת שיעורים פרטיים מקוונים לתלמידים שנפגע  
מהמלחמה בגילאי היסודי במקצועות הליבה-  
אנגלית/ חשבון.

העמותה מעבירה הכשרה פדגוגית על מקצועות  
אלו וכלים דיגטליים לשימוש המתנדבים  
השיבוץ לתלמידים הוא לפי יום ושעה מועדפת של  
הסטודנט ושל התלמיד

## להרשמה ופרטים נוספים:

מיכל צור, 051-5481061,

Michal@I-school.co.il

# ידידים - למען הנוער והחברה

## פעילות העמותה:

חונכות לנערים ונערות במצבי סיכון ומצוקה.

## מהי ההתנדבות?

תפקיד הסטודנט להיות מודל לחיקוי, לתת מענה. התנדבות פעם בשבוע, טווח שעות גמישות ובהתאם למסגרת ההתנדבות הספציפית שתיבחר יחד עם הרכז.

ההתנדבות כוללת הכשרה וליווי ע"י רכז מהתכנית.

## להרשמה ופרטים נוספים:

חן דרמוני, 02-6550220,

[y.students@yedidim.org.il](mailto:y.students@yedidim.org.il)

# אלמאעלי:

## פעילות העמותה:

עמותה הפועלת להעצמת התלמיד והסטודנט הערבי בכל שלבי הלימודים, במישור התרבותי והחינוכי

## מהי ההתנדבות?

מתן הרצאות בבתי ספר, יסודיים וחס"ב ותיכונים.  
עזרה לעמותה בארגון מסיבות לחלוקת מלגות.  
יעוץ אקדמי לבחירת מקצוע, העברת תכניות פסיכומטרי ויע"ל בבתי ספר ותגבורים.  
העלאת מודעות בעניין AI, סייבר וההייטק בקרב התיכונים בחברה הערבית.  
השתתפות בימי שיא למניעת אלימות שמעבירה העמותה בכל רחבי הארץ.  
השתתפות במחנות הקיץ בחו"ל.

## להרשמה ופרטים נוספים:

מוחמד אבו פרוה, 054-9589848,

[info@elmaaly.org](mailto:info@elmaaly.org)

# אחות בוגרת ישראל

## פעילות העמותה:

מנטורינג לילדים במצבי סיכון המופנים ע"י גורמים מהקהילה (רווחה, חינוך)

## מהי התנדבות?

פגישה אחת לשבוע למשך שעתיים עם החניכים כדי להעניק להם תשומת לב, אהבה ולהוות מודל חיובי להשראה.  
\*תהליך המיון כולל ראיונות  
\*למען הצלחת הקשר, יציבות וליווי משמעותי ישנה דרישה למינימום 50 שעות התנדבות

## להרשמה ופרטים נוספים:

ברי יפת, 03-744-8744, 054-6937065

[info@bigbrothers.org.il](mailto:info@bigbrothers.org.il)

[Bar@bbbs.org.il](mailto:Bar@bbbs.org.il)

# עמותת החסד ע"ש כמיל שחאדה

## פעילות העמותה:

פעילות בתחום הרווחה אשר כוללת סיוע למשפחות בזקקות, טיפול ושיקום אסירים משוחררים ומרכז העשרה לילדים ונוער בסיכון

## מהי ההתנדבות?

מתן מענה במגוון פעילויות במרכז יום לילדים ונוער (שני - חמישי) 15:00-18:00.

## להרשמה ופרטים נוספים:

בשארה אנדראוס, 054-4869267,  
bshara.andreus@gmail.com

# יחד - העמותה לחייל בודד

## פעילות העמותה:

מפגשים עם חיילים וחיילות בודדים בחיפה והסביבה, עזרה והכוונה להתמודדות עם החיים בתום השירות (בין היתר הכנה ללימודים גבוהים כמו בגרות או מכינה).

## מהי ההתנדבות?

הענקת עזרה לחיילים בעמותה. המתנדבים משמשים כ"אחים גדולים".

שעות הפעילות:

ימי שישי בין השעות 08:30-16:00  
ימי שבת 08:30-13:00 (עזרה בריהוט דירות החיילים).

## להרשמה ופרטים נוספים:

רן דנסקי, 052-6469990,  
randansky@walla.com

# אחריי!

## פעילות העמותה:

עמותה חינוכית חברתית הפועלת במטרה להצמיח מנהיגות צעירה ולעודד מעורבות חברתית בקרב בני נוער וצעירים

## מהי ההתנדבות?

אחריי! לצה"ל

נועדה להגביר את הנכונות והמוכנות לשירות צבאי משמעותי בקרב בני נוער בגילאי 16-18. מהווים כמדריכים ומלווים את החניכים בתהליך חינוכי הכולל אימונים פיזיים, דיונים, התנדבות בקהילה ועוד. פעם/ פעמיים בשבוע למשך שעתיים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

שירה פלד אבני, 052-4567502,

[milgaim@aharai.org.il](mailto:milgaim@aharai.org.il)

[shira.peled@aharai.org.il](mailto:shira.peled@aharai.org.il)

# SpaceIL

## פעילות העמותה:

SpaceIL היא עמותה הפועלת לקידום המדע והחינוך המדעי.

## מהי ההתנדבות?

המתנדבים והמתנדבות מגיעים לבתי ספר בכל הארץ ומספרים את סיפורה של החללית הישראלית הראשונה ובכך מראים לילדים שהשמיים הם לא הגבול. המתנדבים מנגישים ידע לגבי מדע, טכנולוגיה, הנדסה וחלל ומהווים השראה לתלמידים ותלמידות שאפשר לגעת בכוכבים ולהגשים חלומות אם רק מעיזים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

גל אפרתי,

[gal.ephрати@spaceil.com](mailto:gal.ephрати@spaceil.com)

# מרכז הנוער - קרית אליעזר

## פעילות העמותה:

מענה לימודי וחברתי עבור נוער בסיכון.

## מהי ההתנדבות?

חונכות אישית של נער/ה בסיכון ומתן מענה לימודי פרטני.

בדגש על יצירת קשר אישי בין הסטודנט לנער/ה וליווי לאורך כל שנת הלימודים.  
פועל בימים א-ד בשעות 16:00-20:00

## להרשמה ופרטים נוספים:

אושרת שחר, 054-2373684

Oshratb19@gmail.com

# הרשות לקליטה ועליה בחיפה

## פעילות העמותה:

קליטה, עידוד וסיוע לעולים בחיפה.  
הפעלה מועדונים לניצולי השואה וגיל הזהב.

## מהי ההתנדבות?

עזרה במרכז פניות: מענה טלפוני, תרגום מכתבים, כתיבת מכתבים, ליווי עולים חדשים למוסדות שונים. עזרה בלימוד עברית לעולים חדשים פרטני או קבוצתי \*עדיפות למתנדבים דוברי שפות (עברית - רוסית)

פעילות העמותה מתקיימת  
בין השעות 8:00 עד 20:00

## להרשמה ופרטים נוספים:

אינה נוביק, 054-4226076  
inna@olimhaifa.co.il

# עמותת פו"ש (פועלים לשוויון בחינוך)

## פעילות העמותה:

מתן סיוע לילדים מרקע סוציו-אקונומי מוחלש  
הזקוקים לעזרה בלימודים.

## מהי ההתנדבות?

הגעה לבית הספר בתדירות של לפחות פעם  
בשבוע למשך שעתיים והענקת סיוע לימודי  
באחד המקצועות אותם יבחרו.  
הלימוד מתבצע באופן אישי או בקבוצות קטנות  
לתלמידים קבועים, כל מתנדב לפי כישוריו  
ויכולתו בתיאום עם צוות המורים והנהלת המוסד  
החינוכי.

## להרשמה ופרטים נוספים:

לוי רסקין, 050-3793110

# נוער שוחר מדע וטכנולוגיה

## פעילות העמותה:

פעילות חינוכית מדעית התנסותית לבני נוער וילדים

## מהי ההתנדבות?

הדרכה בתחומי מדע מגוונים מעולמות התוכן של הטכניון. ההתנדבות כוללת הכשרה ייעודית והתחייבות להעברת התכנים. הפעילות מתקיימת בקמפוס, בשעות הבוקר ואחר הצהריים, ישנה גמישות בבחירת שעות ההתנדבות.

## להרשמה ופרטים נוספים:

מעין ברונר, 073-3783100

[maayan.b@pa.technion.ac.il](mailto:maayan.b@pa.technion.ac.il)

# בריאות ותמיכה:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

המצפן

אנוש

גדולים  
מהחיים

האגודה לסכרת  
נעורים (סוג 1)  
בישראל

לב חב"ד - חסד  
ומרפא בחיפה

לב ח"ש

מעגלי תמיכה  
טבעון

חב"ד בת גלים

סאנרייז

מיזם מלאכי  
הטכניון

מש"ה - מילים  
שעושות הבדל

מגן דוד אדום



# גדולים מהחיים

## פעילות העמותה:

עמותה הפועלת למען ילדים חולי סרטן ובני משפחותיהם, להצלת חייהם, שיפור איכות חייהם ורווחתם.

## מהי ההתנדבות?

פגישה של חונכים עם ילדים המתמודדים עם מחלת הסרטן (בשלבם שונים של המחלה) ובני משפחותיהם

תוכנית "גמאני" - ליווי בני נוער:

התוכנית שמה לה למטרה להפגיש בני נוער, המתמודדים עם מחלת הסרטן וליצור קבוצה חברתית המושתתת על תחושת שותפות ומהווה מערכת תמיכה הדדית.

המפגשים נערכים אחת לחודש, כאשר חלקם כוללים לינה בבית הארחה

## להרשמה ופרטים נוספים:

עדן דויד, 052-8307272

[eden@gdolim.org.il](mailto:eden@gdolim.org.il)

# אנוש

## פעילות העמותה:

פועלת לשיקום פגועי נפש במסגרות פנאי, מסגרות תעסוקה מוגנות והוסטלים.

## מהי ההתנדבות?

התנדבות במספר מסגרות בעמותה, באופן פרטני או קבוצתי.

השתלבות במסגרות התעסוקה בשעות הבוקר או מסגרות הפנאי בשעות אחר הצהריים. המתנדבים מהווים חלק משמעותי ויקר ערך ותורמים למתמודדי הנפש

## להרשמה ופרטים נוספים:

לירון נוה, 054-9299623,

[liron.n@enosh.org.il](mailto:liron.n@enosh.org.il)

# פרוייקט המצפן

## פעילות העמותה:

השתתפות בפרוייקט שמטרתו לספק תמיכה וידע על מנת לאפשר "נחיתה רכה" בעת גילוי של מחלת הסרטן.

## מהי ההתנדבות?

חיבור סטודנטים לרפואה לבין חולים שמעוניינים לקבל ליווי.  
המתנדבים יעברו הכשרה ע"י אנשי מקצוע מומחים בתחומי הרפואה, זכויות המטופל והליווי הרגשי

## להרשמה ופרטים נוספים:

שני רבין, 054-4509169,

[hamatzpen.info@gmail.com](mailto:hamatzpen.info@gmail.com)

# עמותת לב ח"ש

## פעילות העמותה:

פרוייקט "נשארים בעניינים" - מספק חונכות לימודית וחברתית לילדים חולי סרטן ומחלות כרוניות.  
קישור לסרטון על הפרוייקט

## מהי ההתנדבות?

חונכות שבועית בת שעתיים בבית הילד החולה.  
החונכות עוסקת בסיוע בהשלמת פערים לימודיים,  
חברתיים ורגשיים (בהתאמה ליכולות הסטודנט וצרכי  
הילד - גמיש)

כולל גם הדרכה קבוצתית 6 פעמים בשנה.

\*סך שעות הפרוייקט הם 60 שעות שנתיות.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אחדות שטרן, 04-8672999, 050-2251889,

[nisharimb@levchash.co.il](mailto:nisharimb@levchash.co.il)

# לב חב"ד - חסד ומרפא בחיפה

## פעילות העמותה:

תמיכה ומתן סיוע למאושפזים בבית החולים רמב"ם.

## מהי ההתנדבות?

קפיטריה ניידת עם קפה וכיבוד.  
משחק עם ילדים מאושפזים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

חנה טורקוב, 052-6078909,  
[c\\_turkov@levchabad.org.il](mailto:c_turkov@levchabad.org.il)

# האגודה לסוכרת נעורים (סוג 1) בישראל:

## פעילות העמותה:

פעילות תמיכה וליווי, תמיכה ומחקר וקידום  
מדיניות עבור קהילת הסוכרתיים (סוג 1) בישראל

## מהי ההתנדבות?

ליווי קבוצות של בני נוער במפגשים חודשיים

## להרשמה ופרטים נוספים:

03-5160171

[office@breakthrough1d.org.il](mailto:office@breakthrough1d.org.il)

# סאנרייז

## פעילות העמותה:

קיום פעילויות עם ילדים חולי סרטן במחלקה  
המטו - אונקולוגית בבית חולים רמב"ם.

## מהי ההתנדבות?

משחק ושיח עם הילדים ובני משפחותיהם, מתן  
עזרה לילדים בלמידת מיומנויות חברתיות.  
קיימות 2 משמרות בשבוע של 4 שעות כל אחת.  
(קבוצתי/ אישי).

## להרשמה ופרטים נוספים:

נוי אלטר, 09-9501544

,052-862-0669

[Noy@sunriseisrael.org.il](mailto:Noy@sunriseisrael.org.il)

# חב"ד בת גלים

## פעילות העמותה:

הפעלת עגלות קפה במיון בית החולים רמב"ם  
וחלוקת כריכים בחינם לילדים.  
חלוקת מנות חמות מידי יום לקשישים בשכונת  
בת גלים בחיפה

## מהי ההתנדבות?

חלוקת מזון לקשישים או הפעלת עגלת מזון  
וחלוקת כריכים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אלעד כהן, 052-3480482,  
getchesed@gmail.com

# מעגלי תמיכה טבעון

## פעילות העמותה:

ליווי משפחות בתקופות מחלה ומשבר על ידי ארגון מערך תמיכה מיטיב מהקהילה הטבעית של המשפחה.

## מהי ההתנדבות?

להיות חונך לילד/ה או נער/ה ממשפחה המתמודדת עם משבר או מחלה, בתקופה שבה יש פחות פניות רגשית וזמן עבורם. ההתנדבות דורשת רגישות והקשבה, וכוללת מפגש שבועי של 2-3 לפעילות משותפת כמו משחקים, טיולים או סיוע בשגרה, מתוך מטרה ליצור קשר קרוב, תומך ומבוסס אמון.

## להרשמה ופרטים נוספים:

מיכל שני, 054-4683783

[mickulush@gmail.com](mailto:mickulush@gmail.com)

# מגן דוד אדום

## פעילות העמותה:

מגן דוד אדום בישראל הינו ארגון ההצלה הלאומי של מדינת ישראל לשירותי רפואה דחופה טרום אשפוזית ולשירותי הדם.

## מהי ההתנדבות?

סטודנטים עם הכשרה של מד"א, עוזרים בפעילויות שונות כגון-הגשת עזרה ראשונה, התרמת דם ותפעול שרותי הדם.

## להרשמה ופרטים נוספים:

מוקד המתנדבים, 03-6301428

לפניות בווצאפ, 052-7745101

[mitnadvim@mda.org.il](mailto:mitnadvim@mda.org.il)

# מש"ה - מילים שעושות הבדל

## פעילות העמותה:

תנועה שפועלת להפחית משמעותית את שיעור מעשי האובדנות והניסיונות האובדניים בישראל ולהציל חיים, באמצעות מודל ייחודי של התערבות קהילתית

## מהי התנדבות?

מגוון אפשרויות התנדבות במסגרת העמותה, אשר מותאמות לכישורי הסטדנט וליכולתו. הפעילות ברובה מקוונות, פרט לאירועי עמותה שמתרחשים אחת לשלושה חודשים

## להרשמה ופרטים נוספים:

אביטל דורי, 050-8898381

[avital@moshe.org.il](mailto:avital@moshe.org.il)

# מיזם - מלאכי הטכניון

## פעילות העמותה:

יוזמה שנרקמה במטרה לשפר את מיומנויות התקשורת של סטודנטים לרפואה ולהוות עוגן אנושי עבור מטופלים בודדים.

## מהי ההתנדבות?

ההתנדבות דורשת רגישות, יכולת הכלה ומחויבות למפגשים שבועיים קבועים. היא מטפחת אמפתיה ומיומנויות בין אישיות בקרב סטודנטים לרפואה, ומחזקת את יסודות הקשר האנושי בין מטפל למטופל. הפעילות מתקיימת בימי שלישי בין השעות 14:00-16:30.

## להרשמה ופרטים נוספים:

תמר כהן ספיר, 054-4404332  
[welfare\\_med@asat.technion.ac.il](mailto:welfare_med@asat.technion.ac.il)

# גיל הזהב:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

השכנים של רוני

להשאיר חותם

עמותת מטב -  
עכשיו זה הזמן

Get חסד  
נשר

Get חסד  
נווה שאנן

בית דינה

קרן מיראז'  
ישראל

חיבורים 20-80

העמותה היהודית  
הספרדית



# עמותת מטב - "עכשיו זה הזמן"

## פעילות העמותה:

הפגת בדידות של ניצולי שואה

## מהי ההתנדבות?

מתנדב מגיע לביקור אצל מבוגר או מבוגרת שחשים בדידות.

ההתנדבות היא כשעה עד שעתיים בהן ניתן לשוחח, לשחק משחקי קופסא, רמי, לעיין באלבומים, לטייל קצת מחוץ לבית ועוד.

## להרשמה ופרטים נוספים:

שלומית גולדשטיין, 054-5222540,

[shlomitg@matav.org.il](mailto:shlomitg@matav.org.il)

# להשאיר חותם

## פעילות העמותה:

מיזם חברתי חינוכי לחיבור בין דורי, הפגת בדידות, וחיזוק ההיכרות עם המורשת הישראלית במטרה להשאיר חותם.

## מהי ההתנדבות?

שילוב בפעילות לבחירת הסטודנט:

- תיחזוק ושיתוף הסיפורים באתר מבוסס וויקס
- מפגש פרונטלי וכתובת סיפורי חיים או צילום דיוקן
- הדרכת תלמידים בבתי ספר
- תרגום התכנים למטרות הסברה.
- סיוע בהפקה ניהול הקשר בין מתעדים לקשישים.
- עיצוב גרפי של התכנים
- תימלול עדויות ועריכה לשונית
- צילום ועריכת וידאו
- פרויקט יעודי עם שורדי שואה – נדרש דוברי רוסית

## להרשמה ופרטים נוספים:

קרן-אור, 050-4924249,

[kerenor@campus.technion.ac.il](mailto:kerenor@campus.technion.ac.il)

# השכנים של רוני

## פעילות העמותה:

ארגון חברתי העוסק בהפגת בדידות בקרב אזרחים ותיקים עריריים באמצעות חיבורים לקהילה.

## מהי ההתנדבות?

הצטרפות לקבוצת מתנדבים - אשר מחוברת לאזרח ותיק שגר בסביבתם וכל שבוע חבר אחר מבשל אוכל חם ומבקר את האזרח.  
ריכוז קבוצה - אחריות על קבוצת מתנדבים שכולל קליטת מתנדבים חדשים, ביקור בבית הוותיק/ה ומתן מענה לכל צורך שעולה מהמתנדבים ומהאזרחים הוותיקים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

נעם ליבר, 058-6491855,  
noam@hearttoplate.org.il

# בית דינה:

## פעילות העמותה:

בית אבות בחיפה.

## מהי ההתנדבות?

ליווי קשישים בשעות הפנאי ע"י שיח, משחקי חברה או לימוד מיומנויות מחשב בסיסיות.

מפגשים אישיים קבועים עם דייר קבוע.  
\*יתרון לדוברי רוסית.

## להרשמה ופרטים נוספים:

שולי הורנפלד, 04-8323202

052-5257790

beit.dina@gmail.com

# get חסד - נווה שאנן

## פעילות העמותה:

סטודנטים למען אזרחים ותיקים

## מהי ההתנדבות?

פעילות עם אזרחים ותיקים בעיר חיפה בעקבות מלחמת חרבות ברזל הפעילות התרחבה, וכל שבוע אורזים ומחלקים סעודות שבת לחיילים בחזית, עידוד למפונים ולנשות המילואימניקים.  
נותנים סיוע למשפחות המילואימניקים עם מתנדבות שעוזרות עם הילדים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אלעד כהן, 052-3480482,  
getchesed@gmail.com

# get חסד - נשר

## פעילות העמותה:

סטודנטים למען אזרחים ותיקים

## מהי ההתנדבות?

סיוע, אריזה וחלוקת מנות לקשישים בודדים  
וניצולי שואה והפגת בדידותם  
הפעילות מתקיימת כל ימי חמישי ושישי.

## להרשמה ופרטים נוספים:

תמר אולשק, 054-4890182,  
tamarlimodim1@gmail.com

# העמותה היהודית הספרדית

## פעילות העמותה:

בית אבות בחיפה

## מהי ההתנדבות?

הענקת חברה לדיירי הבית, מה שמהווה תמיכה רגשית ותחושת שייכות.

ההתנדבות כוללת מפגשים אישיים עם הדיירים,

בהם ניתן לשוחח, להקשיב ולתמוך, או

השתתפות בפעילויות קבוצתיות

בנוסף, לימוד שימושי מחשב או סמארטפון

לדיירים באופן פרטני

## להרשמה ופרטים נוספים:

גילי שינברג, 054-7853133,

[gilis@ba-sfaradi.co.il](mailto:gilis@ba-sfaradi.co.il)

# חיבורים 20-80

## פעילות העמותה:

מחברת בין צעירים לוותיקים דרך מפגשי סיוע קצרים שמחזקים תחושת קהילה וקרבה אנושית

## מהי ההתנדבות?

המתנדבים נכנסים לאפליקציית חיבורים, בה מופיעות בקשות לעזרה מאזרחים ותיקים באזור מגוריהם (ליווי לקניות, עזרה טכנית או חברתית). הסטודנט בוחר את הפנייה המתאימה לו, יוצר קשר עם הפונה, ומתאם את המפגש. בתום ההתנדבות ממלא טופס סיכום קצר באפליקציה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

עתליה , 050-3137877  
atalia@2080.org.il

# קֶרן מִירָאז' יִשְׂרָאֵל

## פעילות העמותה:

פועלת לקידום חינוך, חברה וקהילה בישראל, תוך יצירת הזדמנויות לצמצום פערים וחיזוק חוסן חברתי

## מהי ההתנדבות?

הסטודנט ישמש מדריך בקורס וילמד את האזרחים הותיקים שימוש בסמארטפון ואפליקציות שימושיות. דרך לימוד טכנולוגי, יפתח קשר בין אישי ובין דורי עם האזרח הותיק ויהווה עבורו דמות משמעותית להפגת בדידות.

הפעילות תתקיים במועדוני גמלאים, דיור מוגן, בתי אבות אשר קרובים למקום מגוריו של הסטודנט

## להרשמה ופרטים נוספים:

סיגל אפרייאת כהן, 054-2374571,

[sigal@meragef.org.il](mailto:sigal@meragef.org.il)

# איסוף וחלוקת מזון:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

לקט ישראל

לקראת שבת

# בעלי חיים וסביבה:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

המרכז להכשרת  
כלבי שירות

המרכז הישראלי לכלבי  
נחיה - בית עובד

המרכז להצלת צבי ים

גלבוע אוהבת חיות

עיניים מנחות לעיוור

# לקראת שבת

## פעילות העמותה:

אריזת סלי מזון וחלוקה למשפחות נזקקות.

## מהי ההתנדבות?

עזרה באריזת סלי מזון לנצרכי העיר חיפה.  
שעות פעילות ימי חמישי, 12:00-18:00.

## להרשמה ופרטים נוספים:

עינת טמיר, 052-8936327

,074-7620941

[hoshkinhoshk@yahoo.com](mailto:hoshkinhoshk@yahoo.com)

# לקט ישראל

## פעילות העמותה:

הארגון מוביל את תחום הצלת עודפי המזון בישראל.

## מהי ההתנדבות?

סיוע במרלוג במיון תוצרת מוצלת.  
סיוע לחקלאים בכל הארץ.  
נדרשת יכולת עבודה פיזית, דייקנות, יחסי אנוש טובים וחיבור לפעילות חקלאית  
שעות הפעילות: 07:00 - 14:00 ימים א-ה  
\*ישנם חקלאים שפעילים גם בשישי

## להרשמה ופרטים נוספים:

אדית טיבי,

09-7909202 ,052-3859773

edith@leket.org

# המרכז הישראלי לכלבי נחיה

## פעילות העמותה:

עמותה לגידול כלבי נחיה.

## מהי ההתנדבות?

גידול גור נחייה באומנה למשך כ-12 חודשים.

זו ההתנדבות של 24/7 שעות ביממה.

ההתנדבות כוללת חובת השתתפות בהדרכות

ראשוניות וגם בהדרכה פרטנית אחת לחודש

מצוות האימון שלנו.

ההתנדבות מחייבת גם תקשורת ודיווח שבועי

לצוות האימון של העמותה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אלי בן בוחר, 08-9408213,

[eli@igdcb.org](mailto:eli@igdcb.org)

לטופס ההרשמה

# המרכז להכשרת כלבי שירות

## פעילות העמותה:

הכשרת כלבי שירות, המסייעים בהתמודדות יום יומית לאנשים המתמודדים עם מגבלה פיזית או נפשית.

## מהי ההתנדבות?

אומנה למשך כשנה בעבור גורים שעתידיים להיות כלבי שירות.

כולל מפגש הדרכה אחת לשבוע.

\*כאשר הגור יהיה כשיר, ניתנת אפשרות להגיע להתנדב יחד עם הכלב במחלקה לילדים ברמב"ם.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אפרת, 055-6869823,

k9isdtc@gmail.com

# גלבוע אוהבת חיות

## פעילות העמותה:

מקלט ובית מחסה לכלבים.

## מהי ההתנדבות?

יציאה לטיולים עם הכלבים מחוץ לכלביה.  
ניתן גם לסייע בעבודות תחזוקה קלות או לשמש ככלבי אומנה לכלבים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אורנית לבב צדיק, 054-7796437,

[Ornit.zadik@yahoo.com](mailto:Ornit.zadik@yahoo.com)

# המרכז להצלת צבי ים:

## פעילות העמותה:

בית חולים לצבי ים, טיפול, שיקום ושיחרור חזרה לטבע.

## מהי ההתנדבות?

טיפול בצבי הים הנמצאים בשיקום מפגיעות שונות. הטיפול כולל ניקיון, סיוע בטיפול רפואי והאכלה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

ארז ארליכמן, 054-9936466,

[Israelseaturtle@npa.org.il](mailto:Israelseaturtle@npa.org.il)

# עיניים מנחות לעיור

## פעילות העמותה:

גידול, אילוף והדרכת כלבי נחייה לציבור העיוורים  
ונכי צה"ל.

## מהי ההתנדבות?

הענקת מעטפת ובית חם לגור, האכלתו וטיפול יומי שותף דאגה לבריאותו. חשיפת הגור לכל מקום בו המשפחה האומנת הולכת לצורך הבטחת תהליך סוציאליזציה מקיף ותקין בו הגור ייחשף וירגיש נוח עם כל הגירויים איתם הוא עשוי להיפגש בהמשך ככלב נחייה.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אלה מטק, 050-7936043,  
ellamatek2@gmail.com

# אוכלוסיות מיוחדות:

(לחיצה על שם עמותה יוביל ישירות לדף המפרט על פעילותה)

אקי"ם

עמותת בית הגלגלים

איל"ן - בית מרים

אלווין Elwyn

Tom

שלמים



# בית הגללים

## פעילות העמותה:

שיקום, העצמה וליווי של ילדים, נוער ובוגרים צעירים עם מוגבלויות פיזיות.

## מהי ההתנדבות?

ליווי חניכים בפעילויות שונות תוך יצירת קשר בעל משמעות.

קבוצות השבת - הדרכה וליווי של קבוצה של נערים הכוללת לינה בין שישי לשבת והקניית כלים לחניכים להתמודדות עצמאית בעולם לא נגיש.

פעילות טנים - פעם בשבוע ליווי במרכז הטנים בעכו

פעילות מתגלגלים קדימה - פעם בשבוע ביום רביעי הכוללת לינה בין רביעי לחמישי. קבוצה שמטרתה להעלות את היכולת של החניכים לניהול חיים בוגרים עצמאיים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

יעקב שהרבני, 04-9914236, 052-8388666

[yaakov@beitgalgalim.org.il](mailto:yaakov@beitgalgalim.org.il)

# אק"ים

## פעילות העמותה:

דאגה ושיפור לחיי אנשים עם מוגבלות שכלית התפתחותית - מערכי דיור + מרכז קהילתי.

## מהי ההתנדבות?

מתן סיוע במרכז הקהילתי - סיוע בחוגים

(מחשבים, תיאטרון, יצירה, מוזיקה, בישול, ספורט).

מתן סיוע במערכי הדיור - מפגשים חברתיים עם דייר,

העברת פעילות (משחקי קבוצה, קבוצת הליכה).

טווח שעות 16:30-19:30

\*ישנה אפשרות גם לשעות הבוקר בתחומים ספציפיים

\*המתנדבים עוברים ריאיון ושיבוץ באחת הדירות.

## להרשמה ופרטים נוספים:

קרן גביש, 04-8679352, 050-9953023

keren@akim-haifa.org.il

# אלוין Elwyn

## פעילות העמותה:

מספקת שירותי תמיכה לילדים, מתבגרים ומבוגרים עם מוגבלויות התפתחותיות.

## מהי ההתנדבות?

התנדבויות מגוונות במסגרות יום בקרב גילאים מגוונים.

## להרשמה ופרטים נוספים:

יפעת פינטו כהנא, 052-6024450,  
[Yifat.pinto@israelelwyn.org.il](mailto:Yifat.pinto@israelelwyn.org.il)

# איל"ן חיפה - בית מרים

## פעילות העמותה:

מרכז יום שיקומי תעסוקתי  
לאנשים עם מוגבלות פיזית.

## מהי ההתנדבות?

ליווי משתקמים בסדנת מחשבים והרצאות במגוון  
תחומים.

הרצאות אורח - העשרה לימודית במגוון נושאים.

הפעילות מתקיימת בשעות הבוקר

בין השעות 09:30 - 10:30

ביום ד', וביום ה' בין השעות 11:00 ל-12:00

## להרשמה ופרטים נוספים:

דפנה הולנברג, 054-4998648, 04-8412811

beit.miriam@gmail.com

# שלמים:

## פעילות העמותה:

טיפול באנשים מגיל 21 ומעלה עם שיתוק מוחין  
(מצב קל עד סיעודי).

## מהי ההתנדבות?

פרוייקט חונכות אישית הכולל טיפול והצמדה  
לחניכים במהלך שבתות/ חמשושים/ מחנות/  
ערבי גיבוש

## להרשמה ופרטים נוספים:

שיראל אבו, 052-8033020,  
Shirelabou123@gmail.com

# TOM

## פעילות העמותה:

תנועה עולמית של קהילות המוקדשות ליצירת פתרונות נגישים בקוד פתוח לאתגרים היומיומיים של אנשים עם מוגבלות והגיל השלישי

## מהי ההתנדבות?

הסטודנטים בקהילה נפגשים מספר פעמים בחודש, ועובדים על פיתוח עיצוב ויצור פתרונות לאנשים עם מוגבלויות.

בנוסף, הקהילה מקיימת מפגשים מקצועיים בתחום ההנדסה, כולל עבודה עם חיתוך לייזר, CNC והדפסות תלת מימד.

## להרשמה ופרטים נוספים:

אלון וייס, 050-8258206

[alon@be-weiss.com](mailto:alon@be-weiss.com)

[קבוצת וואטצאפ](#)



"אדם חייב לעשות למען האחרים  
ולא להעלים עין; אם הוא רואה  
שריפה, עליו לנסות ולכבות אותה;  
אם אין ברשותו דלי מים, הוא יכול  
להשתמש בכוס; אם אין לו כוס, יש לו  
כף, ואם אין לו כף - אז יש לו כפית"  
עמוס עוז