

בנות השבט

קבוצת בנות מצווה של "שומרי הגן"

בגיל שבו בנות עוברות בשער שבין ילדה לנערה נשים פוגשות אותן. אנו נפגשות על מנת ליצור שבט אחיות אימהות בנות, שושלת נשית תומכת ומאוחדת עוד מימי הסבתא הראשונה.

כשנערה לומדת להתחבר לכוח הפנימי שלה, לומדת לזהות את האור הייחודי שלה, נתמכת בכוחות הטבע ובמחזוריות החיים, בחירותיה קשובות לצרכיה האמיתיים והיא הולכת בדרך הלב. אנו באות לעזור להן ללמוד להיות קשובות וכנות עם עצמן וזו עם זו, להתחיל להכיר את העולם הפנימי שלהן, את חכמת הגוף שלהן וסודותיו ואת העוצמה הייחודית של כל אחת.

בנות השבט נוצר מתוך שתי אהבות עיקריות שלנו: שומרי הגן וחיבור לנשיות. אנו מבקשות לקיים מרחב בו השילוב של שניהם מתרחש, בו העוצמה והיופי הנשי יכולים להתגלות במלואם, במרחב של טבע מרפא, עם חיבור לחכמת הידע הקדום של תרבויות האדמה. בכניסה של כל ילדה אל עולם ההתבגרות, אנו רואות חשיבות גדולה באופי האירוע. אנו מכוונות לכך שהוא יהיה תומך, מעצים, אינטימי ומקרב בין הילדה לעצמה, בין הילדה לחברתה, בין הילדה לטבע, ובין כל הבנות והנשים באשר הן.



מה קורה במפגשים?

המפגשים נערכים בטבע, משלבים מפגש מלב אל לב, מסורות קדומות של חניכה נשית, חיבור לטבע ומלאכות עתיקות. אנו נשתף זו את זו בחכמה וברגשות, במתכונים, סיפורים וסודות, נלמד על העצמאות שלנו היכולת ליצור בהרמוניה עם הטבע כל מה שאנו צריכות - מאש מחממת ותבשילים מצמחים שנלקט ועד קוסמטיקה טבעית, קישוטים, כלים ובגדים. נבין מה משתנה ומתחדש בגיל המיוחד הזה, בתוך מסגרת של שבט תומך ומפרה. נשים דגש על קרבה, אמון, פרגון, חברות והיכרות משמעותית בין בנות הקבוצה. המפגשים מתאימים לקבוצת בנות או כיתת בנות, או כאירוע בת מצווה לילדה אחת ולחברותיה. המפגשים נבנים בהתאם לאופי האירוע ומעוצבים בהתאם לצורכי בנות הקבוצה מתוך הקשבה וגמישות.

כל קבוצה יכולה להכיל בין 10 ל 16 בנות

פורמטים אפשריים:

אנו מציעות 2 אופנים בהם אפשר לקיים את המפגשים שלנו: מפגש חד פעמי וסידרה של מספר מפגשים. כולם מתרחשים בחיק הטבע, במחנה של שומרי הגן, בתוך יער סודי ליד עין שמר) כמו כן קיימת אפשרות להיפגש קרוב אליכן במידה ויש פינת טבע מתאימה.

אירוע של מפגש אחד

מפגש של 5 שעות

הכולל שני תכנים מתוך מבוחר התכנים שאנו מציעות, לפי הבחירה שלכן. למשל משחקים מגבשים ומלאכה יצירתית או מעגלי שיתוף וטקס, וכדומה. הפעילות מתאימה לקבוצת בנות או לקבוצת בנות ואימהות.

מפגש של יום שלם

מהבוקר עד השקיעה, תשע שעות, הבנוי כמסע קבוצתי משותף. כולל: סיפורים, משחקים, מלאכה יצירתית, תנועה, מעגלי שיתוף, טקס התבגרות משמעותי, ועוד.

כמו כן המסע כולל ארוחת צהריים/ערב שנבשל יחדיו, פירות ופינוקים. קיימת אפשרות שהאימהות יבואו לחלק מהזמן, ליצירה המשותפת ו/או לטקס.

סוף שבוע

כ 24 שעות, תהליך עומק: בדומה למפגש של היום השלם, עם הזדמנות להעמיק בכל שלב, להתכונן באופן משמעותי לטקס התבגרות, וזמן ונחת המאפשרים לסביבה הטבעית להפעיל את קסמיה. הסופ"ש כולל לינה בשטח 2, ארוחות מפנקות שנבשל יחדיו וחגיגה טקסית ביום השני אליה מוזמנות האימהות.

אירועים של מספר מפגשים:

סידרה של 2 עד 6 מפגשים בני 4-5 שעות, המתפרסים במרווחים של שבוע עד חודש אחד מהשני, כולל מפגש ערב ייחודי רק לאימהות, בו נשתף, נקשיב, נתפנק וניצור עבור הבנות מתנה. בנוסף, בסוף המפגש האחרון שבו נחגוג עם הבנות, תוזמנה גם האימהות לחגיגה משותפת ומרגשת בה ניתן ונקבל מתנות מכל הסוגים.

בת מצווה:

חגיגת בת מצווה ביער, לילדה ולחברותיה, בכל פורמט שתבחרו. אירוע ייחודי המתקיים בחיק הטבע ונחגג באופן שונה מ"הרגיל", כהזדמנות לחגיגה בפשטות של הטבע, עם תהליך עמוק ואינטימי. כולל מתנה מיוחדת מאיתנו לילדה, והזמנה מצוירת יפה לכל הבנות מחירים:

- מפגש של 5 שעות לבנות בלבד 2500 ש"ח
- מפגש של 5 שעות לאמהות ובנות 3000 ש"ח
- מפגש של יום שלם 9-שעות 3600 ש"ח
- סוף שבוע 6000 ש"ח

פירוט התכנים שאנו מציעות:

- משחקי גיבוש מרגשים, מסע עם משימות מיוחדות, תנועה במרחב, אשר תומכים בתחושה החשובה של שבט אחיות בו ניתן לחלוק רגשות ולבקש עצות.
- עשייה משותפת כגון הדלקת אש בשיטות עתיקות ובישול ארוחה יחד.
- יצירות ומלאכות נשיות שבהן עוסקות ילדות נערות בשבטים שונים בעולם, כשהמיקוד הנו בחיבור- לעוצמה הפנימית הייחודית, בתפיסת יופי וקישוט בתרבויות שונות בעולם (בדגש על התבוננות פנימית ושאלות שעולות מתוך סוגיית היופי מהו (ובשינויים הפיזיים רגשיים בתקופה זו. לדוגמא: הכנת תליונים וקמעות עצמה מחומרים שונים כגון עץ, חימר, עור. עבודה עם מפסלות, הכנת תכשיטים, רוקחות וקוסמטיקה טבעית, "ספא" אקולוגי מפנק ועוד.
- מעגלי הקשבה, שיתוף, עצות אחת לשנייה המתמקדים בשינויים הפיזיים רגשיים בתקופה זו ובמה שיביאו הבנות לשיחה. וגם אפשרות לשאול שאלות אותנו, הנשים הנוכחות במפגש.
- משחקי דרמה תרפיה ומעגל ברכות זו לזו.
- טקס התבגרות משמעותי, דוגמאות:
- קפיצת תפילה מעל המדורה
 - הליכת מלאכיות (ילדה עוברת בעיניים עצומות בין שני טורים של בנות המברכות אותה ומפתיעות אותה במתנות מגע, ריח, צליל)
 - טקס במרחב מקודש שבו מקריאות הבנות הצהרה שכתבו.
 - שק ניצחונות (מתאים למפגש תהליכי, להתחיל בראשית שנת המצווה ולפתוח ולשתף אותו בסופה) מבוסס על מסורת של ילידי צפון אמריקה, בו לנער מתבגר ישנו שק בו הוא שומר את הדברים שאוסף במהלך התבגרותו ומסמלים את כוחותיו המיוחדים.
- תרגילים חושיים, אישיים או בזוגות) אפשר גם אמא ובת (שמחברים לקול הפנימי ולאינטואיציה. כמו כן, חיבור לטבע כמקום להרהור, טעינה וחיבור פנימה: מקומות אישיים ביער" פינות עוצמה, "שביל הליכה אישי ביער והליכת שאלה) טכניקה של ילידי צפון אמריקה למציאת תשובות מתוך חיבור לעצמינו, דרך הליכה ביער.
- סיפורים ממסורות שונות בעולם על נערות בגיל הזה, ככלי עומק ללימוד והרחבת התודעה.
- אפשרות במסגרת מספר מפגשים תהליכיים: מחקר אישי ומפגש עם השושלת הנשית האישית בחייה של כל ילדה: אמא...סבתא....

קצת עלינו:



חן רכטמן:

מדריכה וותיקה בשומרי הגן, אמנית רב תחומית במגוון חומרים, יוצרת ומלמדת מלאכות עתיקות וחיבור ליצירה אותנטית ופראית. חוגגת את הנשיות ומקרבת אל הקסם של המחזור הנשי.
054-2038783
chenfromisrael@gmail.com

ציפי וינקלר:

מדריכה ותיקה בשומרי הגן, מטפלת בשיטת תרפיית אורגון. מורה לחקלאות בבית ספר אנתרופוסופי, אוהבת אדם ומקבלת השראה מהחוכמה הנשית הקסומה.
052-8128001
tzipinuk@gmail.com

מאחלות לפגוש אתכן,
חן וציפי