

אוגדן פעילויות גאווה שאפשר לעשות בבית או במרחב המוגן

מאז אוקטובר 2024 אנחנו נמצאים ברצף בלתי פוסק של מלחמה שהכניסה את כולנו לשגרת חירום של מעל לשנה וחצי.

בימים האחרונים, אנחנו במערכה עצימה מול איראן אשר משבשת אפילו את שגרת החירום, שלצערנו, היינו כבר מורגלים אליה. ריצות למרחבים מוגנים, קושי ביציאה מהבית, עבודה מהבית או אי יכולת להגיע לעבודה, ביטול מסגרות חינוכיות ועוד - הם רק חלק ממה שמאפיין את הימים האחרונים של כולנו. בנוסף לכך, חשוב לנו לזכור שהמערכה מול איראן התחילה יום לפני מצעד הגאווה וסופ"ש הגאווה בתל אביב ומתרחשת ביוני - חודש הגאווה, שזהו חודש שבו אנו אמורים. ות לחגוג את האהבה והזהות שלנו בצורה שכרגע לא מתאפשרת.

מכיוון שאנחנו לא רוצים. ות לוותר על הגאווה שלנו, הכנו לכם מספר רעיונות לפעילויות שאפשר לעשות בבית או במרחב המוגן גם בימים האלו כדי להצליח לציין ואפילו אולי קצת לחגוג את החודש הזה ואולי הכי חשוב - להעביר את הזמן בצורה נעימה אך בטוחה.

נבקש בהזדמנות זו מכולנו לשמור על עצמנו ולהישמע להנחיות מצילות החיים, נאחל לחזרתם בשלום של החיילים והחיילות שמגינים. ות עלינו ונקרא שוב לא לשכוח שיש לנו עדיין חטופים בעזה ונבקש את החזרתם המידית מהשבי.



רגע לפני... עשיתם. את אחת ההפעלות?

נשמח שתעלו לאינסטגרם ותתייגו אותנו [hoshen.il](https://www.hoshen.il)

1. **חידון ותפוזרת:** אז ברור שהדבר הראשון והכי כייפי הוא קצת חידונים! בהמשך המסמך תמצאו חידון גאוה ותפוזרת שאפשר לעשות ביחד. אז בואו נחدد ביחד את המוחות שלנו וגם נלמד על הדרך דברים חדשים וחשובים!

החידונים מופיעים בהמשך החוברת.

2. **דפי צביעה:** אין דבר שמעביר לכולנו את הזמן יותר מלשבת, להתרכז ולצבוע באופן חופשי כמה תמונות, ובמזל תמיד יש לנו חוברות צביעה מוכנות בשבילכן ב"ספריית הסובלנות" שלנו. בקישורים הבאים תוכלו למצוא דפי צביעה גאים שרק מחכים שמישהי תפיח בהם רוח חיים ועכשיו כל מה שנותר לכן הוא... למצוא מדפסת.

קישורים -

- https://www.avimaoz.co.il/files/ugd/3eeb2f_4d1c83db47c3412699b8d41d9033a697.pdf
- https://www.avimaoz.co.il/files/ugd/3eeb2f_3dd986bc4a9c4f90b21af589bac4d87d.pdf

3. **לאפות גאוה:** נכון שאנחנו אומרים חודש הגאוה אנחנו ישר מדמיינים קאפקייקס עם צבעי הקשת? אה, לא? צודקים, יש דברים שחשובים הרבה יותר מזה ומסמלים את החודש החשוב הזה. אבל בואו, כולנו אוהבים בסוף איזו פחמימה מתוקה לרגעים קשים (וגם לרגעים שהם פשוט סתם רגעים) ולאפות ביחד ולקשט ביחד יכולה להיות חוויה כייפית ומתוקה. אז ריכזנו לכם כמה מתכונים שאפשר להשתמש בהם בשביל לאפות קינוחים שלא מוותרים על הגאוה שלנו ועושים טוב לקיבה שלנו... או לפחות לתחושה שלנו.

- קאפקייקס וניל עם קשת בענן של אייל רוה - https://www.eyalrevah.com/post/rainbow_cupkaes#google_vignette
- מיני קאפקייקס קשת בענן של רחלי קרוט - <https://www.krutit.co.il/%D7%A0%D7%99-%D7%A7%D7%90%D7%A4%D7%A7%D7%99%D7%99%D7%A7%D7%A1-%D7%A7%D7%A9%D7%AA-%D7%91%D7%A2/%D7%A0%D7%9F-%D7%A2%D7%9D-%D7%97%D7%93-%D7%A7%D7%A8%D7%9F>
- עיצוב קשת לקאפקייקס של איה תמם - <https://www.goodlifetv.co.il/food/rainbow-cupcakes>
- עוגה גאוה (יותר קלה ממה שזה נראה) של תיקי גולן - <https://www.ynet.co.il/food/recipes/article/rkkO2Zm300>
- מגוון קינוחים לחודש הגאוה של רשת 13 - <https://13tv.co.il/item/yummies/food-news/z-8r9-2033764>

4. **צביעת פנים:** מה אומר יותר גאוה מלהתקשט ולהיות יפות וצבעוניות? אספנו לכן פה מגוון סרטוני הדרכה על צביעת פנים פשוטה עם צבעי פנים או גוף שיש לכן בבית או שאפשר לקפוץ לקנות באחת החנויות הקרובות. דמיינו את הרגע שבו אתן מגיעות כל המשפחה יפות וצבעוניות למרחב המוגן השכונתי... מי לא יקנא בכך על זה? אפשר גם להביא את הצבעים למרחב המוגן ולקשט את כל מי שרק תרצה.

קישורים -

- <https://www.youtube.com/watch?v=6KO1LXnfiWw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=RnzlZTtjJ5Y>
- <https://www.youtube.com/watch?v=X8M9WuEa2bc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=ZKAwaJVkrRE>
- <https://www.tiktok.com/@facecandyjenna/video/7106637999512816938?lang=he-IL>
- <https://www.tiktok.com/@candicesmagicpalette/video/7240985656158194970>
- <https://www.tiktok.com/@ari.dan/video/7514850847541480722>
- <https://www.pinterest.com/pin/285134220143425616/>

5. **עשו זאת בעצמכם.נ:** כולנו מכירים את עולם ה-DIY, חלקנו מתחברים לזה יותר, חלקנו פחות וזה ממש בסדר. מה שבטוח - זאת דרך מעולה להוציא את היצירתיות מאיתנו ומהילדים שלנו, להעביר את הזמן ולצאת עם תוצרים יפים וגאים לבית או למרחב המוגן. הבנתם כבר שאנחנו טובים בלאסוף בשבילכם חומרים כדי שאתם לא תצטרכו לעשות את זה בעצמכם - אז קבלו כמה רעיונות ל-DIY גאוה שאפשר לעשות ביחד כל המשפחה (מצטערים שהכל באנגלית ולא הספקנו לתרגם):

- מקבץ רעיונות למגוון DIY גאוה - <https://www.paperflodesigns.com/blog/craft-your-pride-colorful-diys-to-celebrate-lgbtq-july>
- 15 רעיונות ל-DIY בצבעי הקשת - <https://artycraftycrew.com/diy-rainbow-decor-15-colorful-pride-crafts-to-try>
- קישוט (זר תליות) בצבעי הגאוה - <https://onelittleproject.com/rainbow-tassel-wreath>
- 42 רעיונות ל-DIY למבוגרים וילדים בצבעי הקשת - <https://thediynuts.com/rainbow-crafts>
- סרטון עם 12 רעיונות חמודים ל-DIY פשוטים לחודש הגאוה - <https://www.youtube.com/watch?v=0ZfrmP3ZZ-8>
- סרטון עם רעיונות ל-DIY לחודש הגאוה, הסרטון קצת ארוך והיא קצת חופרת, אבל הרעיונות חמודים - <https://www.youtube.com/watch?v=CdYlPogeqb8>

6. **משחקי שירים:** מה אנחנו אוהבות יותר מלשיר ביחד? מוזיקה זה תמיד דבר שמנחם, מקרב ועוזר לנו להתמודד עם הכל. אז קבלו שלושה רעיונות למשחקי שירים שיתנו לנו קצת גאווה במרחב המוגן.

- **זהה את השיר** - הכנו לכן לפלייליסט שירי גאווה ישראלים (מצורף בהמשך), שמדברים על הנושא, מזוהים עם הנושא או אומצו על ידי הקהילה הגאה לאורך השנים. כל פעם נשים התחלה של שיר והמשתתפים יצטרכו לזהות את השיר המדובר.
- **להמחיש את השיר** - נשתמש באותו פלייליסט, הפעם נשים לאחת המשתתפות אוזניות ונגנן לה את השיר, היא תצטרך להמחיש את השיר לפי המילים ואנחנו נצטרך לגלות איזה שיר זה.
- **פינג-פונג שירים** - נתחלק לשתי קבוצות וכל פעם ניתן מילה שצריך למצוא שירים שהמילה הזאת או ההטיות שלה נמצאות בשיר, נעשה פינג-פונג בין הקבוצות עד שלקבוצה אחת נגמרים השירים והיא הקבוצה המפסידה. מילים שאפשר להשתמש בהן: גאווה, אהבה, נשיקה, קשת, חופש, לב, יציאה, חלום, להיות, אור, חיים, בחירה, מהפכה, חיבוק, בוער, דרך.

אתן גם תמיד יכולות פשוט לעשות סתם מסיבה בבית ולהשתמש בכל הקישוטים היפים שנתנו לכן פה רעיונות אליהם. רק שימו לב להעביר את השירים שפחות עושים חשק לחגוג.

קישור לפלייליסט:

https://youtube.com/playlist?list=PLts6QdZ_es52nAhpNHYYKc_2dfrM00GVW&feature=shared

7. **קולאז':** ללא ספק לא המצאנו פה את הגלגל. יש לכן בבית עיתונים ישנים? מגזינים? בגדים ישנים? סרטים של עטיפת מתנות? כל חומר יצירה כזה יכול להפוך להיות קולאז' מושלם. ומה עוד צריך חוץ מזה? מספריים, דבק ונייר או קרטון. נגזור את הדברים ונכין ביחד עם הילדים. ות קולאז'ים יפים שאפשר לתלות במרחב המוגן או על המקרר בבית. אפשר לעשות את הקולאז' קשור לגאווה ולאהבה או סתם לתת לילדים לעוף עם הדימיון והיצירתיות שלהן. המלצה שלנו - לשים ברקע מוזיקה נעימה ולהפוך את האירוע לשעת יצירה משפחתית שמרגיעה קצת את הסטרס.

8. **בינגאווה:** המשחק המוכר "בינגו" בגרסת הגאווה, מתאים לכל בית. מה אתם צריכים בשבילו? רק דפים, עטים וקערה. נחלק לכל אחד דף ונבקש ממנו לחלק את הדף ל-9 חלקים כמו לוח של בינגו. נכין מראש פתקים קטנים עם כל המושגים שנוכל להגדיל אותם ונכתוב על דף או נקריא את כל המושגים. נבקש מכל אחד למלא לעצמו את לוח הבינגו שלו ואז נתחיל בהגרלה המותחת. היתרון הוא שאפשר לעשות כמה סבבים ואפשר לשחק את זה כמה פעמים. למשקיעים אפשר לחלק פרסים קטנים וחמודים. המושגים גם יכולים לפתח שיחה מעניינת וקצרה עם ההסברים שתרוצו לתת.

מילים שאפשר להשתמש בהן (כמובן מוזמנים להוסיף כמה שאתם רוצים מעצמכם)

מושגים כלליים: גאווה, להט"ב, קוויר, משפחות מגוונות, שוויון זכויות, מצעד הגאווה, דגל הגאווה, זהות מינית, זהות מגדרית, נישואים גאים, דראג... ניתן להוסיף את מגוון הזהויות שאתם רוצים.

אירועים: וויגסטוק, דנה זוכה באירוויזיון, סטנוול, יום הההבנ"ה, חודש הגאווה, יום הנראות הביסית, יום הנראות הטרנסי, בולרום, ביטול החוק נגד משכב זכר.

מפורסמים: דנה אינטרנשיונל, רופול, רן דנקר, עופר ניסים, יהודית רביץ, קורין אלאל, יהודה פוליקר, שרית חדד, עברי לידר, עדן חסון, רן דנקר, אדם, הראל סקעת, רונה קינן, אלה לי להב, שחר טבוח, אסי עזר, ליעוז לוי, נסלי ברדה, בל גאם, אורנה בנאי, צדי צרפתי, אילן פלד, יאיר שרקי, לידי גאגא, דמי לובאטו, הארווי מילק, ג'ודי גארלנד, אלטון ג'ון, אלן דג'נרס, סם סמית', לאברן קוקס, ריקי מרטין, דניאל מורשת, ג'ורג' מייקל, אליוט פייגל, מיילי סיירוס.

סרטים ותוכניות טלוויזיה: קרא לי בשמך, יוסי וג'אגר, ג'וני, עוצר נשימה, pose, וויל וגרייס, קוויר איי, פרסיליה מלכת המדבר, הדוויג והשארית העצבנית, הר ברוקבק, moonlight, פריז בלהבות, באהבה סיימון, האופה מברלין, בנים אינם בוכים, הנערה הדנית, הדווקאים, קברט, הסודות, רנט, מופע האימים של רוקי, מלאכים באמריקה.

9. **בית גאה מממתקים:** בסדר, בסדר, לאכול בריא זה חשוב ואנחנו לא מזלזלות בזה לרגע. אבל בואו, כולנו צריכות קצת אכילה רגשית בתקופה הזאת וזה מובן מאוד. פה יש רעיון לשדרג את צריכת הממתקים בשביל הנפש ולהפוך אותה ליצירה. בקישור המצורף יש סרטון הסבר כיצד ניתן להכין בית מממתקים. מה עם ניקח את הרעיון הזה ונקנה מממתקים בשלל צבעים וקצת צבעי מאכל (לא בהגזמה כמובן) ונקשט ונכין בית ישראלי גאה שאחר כך יהיה אפשר לטרוף אותו? זאת תהיה דרך מדהימה לחגוג את הבתים המגוונים שלנו וגם להנות בסוף באופן משותף מהממתקים. המלצה שלנו - לא להכין את זה בערב, כי בכל זאת... צריך ללכת לישון. קישור לסרטון הדרכה:

<https://www.youtube.com/watch?v=1mlRnCh6Nuc&t=39s>

10. **אוריגימי:** הבנתם את משחק המילים? קחו דפים, מספריים וצבעים! ריכזנו לכם כמה הסברים פשוטים לאוריגמי מרחבי האינטרנט שאפשר לעשות ביחד. אחרי שעושים את האוריגמי אנחנו ממליצים לקשט יפה בשלל הצבעים ולהכניס לאוריגמי קצת גאווה צבעונית.

קישורים:

- פרפר - <https://www.youtube.com/watch?v=cZdO2e8K29o>
 - ברבור - <https://www.youtube.com/watch?v=iLthkCU-92U>
 - צפרדע מקפצת - <https://www.youtube.com/watch?v=Vlb2udqPx-M>
 - פרח - <https://www.youtube.com/watch?v=yCn-YTti1M0>
 - לב - <https://www.youtube.com/shorts/UDfHdgwwWg>
 - כלב וחתול - [/https://beeriprint.wordpress.com/2016/07/04/3-11](https://beeriprint.wordpress.com/2016/07/04/3-11)
 - דג - <https://www.youtube.com/watch?v=W6BthorpGzw>
 - סירה - <https://www.youtube.com/watch?v=5mhyY4wUdEw>
 - מגוון רעיונות - https://www.yo-yoo.co.il/kids/index.php?cat=1#google_vignette
- <https://kids.hidabroot.org/origami>

11. **התעמלות ילדים:** אז נכון, זה לא בדיוק הדבר שהכי קשור לגאווה, אבל הכי הרבה שאנחנו מזיזים את עצמנו לאחרונה זה בהליכה מהירה (כי אנחנו לא רצים, זה מסוכן) למרחב המוגן ובחזרה. אז רצינו להמליץ לכם פה על פלייליסט התעמלות ילדים. ות נחמד, משהו שאפשר לעשות כל המשפחה ביחד ולהרגיש שלמרות הכל הגוף שלנו חיוני ואנחנו מזיזים אותו כשאנחנו רוצים ולא רק כשיש אזעקה:

<https://www.youtube.com/watch?v=5YCIQsGchgc&list=PL2BcafDh3bp8knN4jllhnl1MjtvSdedp2>



חידון גאוונה

איזה מהצבעים הבאים לא מופיע בדגל הגאוונה?

א. סגול

ב. כחול

ג. ירוק

ד. **לבן**

מה מסמל הקשת בדגל הגאוונה?

א. שבסוף יהיה טוב

ב. קריאה לשלום עולמי

ג. **גיוון - הרבה סוגים של אנשים**

ד. צבעים שלהט"בים אוהבים במיוחד

מה משמעות המונח "להט"ב"?

א. לאומיות, השקפה, תרבות, ביטוי

ב. **לסביות, הומואים, טרנסים, ביסקסואלים**

ג. לימוד, התפתחות, ביטוי

ד. לב, הכלה, תשוקה, בגרות

מהו חודש הגאוונה?

א. ינואר

ב. **יוני**

ג. אפריל

ד. ספטמבר

מה האירוע המרכזי שנהוג לקיים בחודש הגאוונה?

א. טקס זיכרון

ב. **מצעד עם מוזיקה ודגלים**

ג. תחרות ספורט

ד. מדורות וקומזיצים

איזו עיר ערכה את מצעד הגאוונה הראשון בעולם?

א. לונדון

ב. **ניו יורק**

ג. ברלין

ד. פריז

מי יכול להשתתף במצעד הגאווה?

- א. רק אנשים מהקהילה הגאה
- ב. רק מבוגרים
- ג. **כל מי שרוצה לתמוך בשוויון ובאהבה**
- ד. רק תיירים

מי מהבאות היא זמרת טרנסג'נדרית ישראלית שזכתה באירוויזיון?

- א. נטע ברזילי
- ב. עפרה חזה
- ג. **דנה אינטרנשיונל**
- ד. מירי מסיקה

מה קרה במהומות סטונוול (Stonewall) בניו יורק ב-1969?

- א. הוכר חוק נישואים גאים בארה"ב
- ב. נערך מצעד הגאווה הראשון בעולם
- ג. **החלה מחאה של הקהילה הגאה נגד אפלייה**
- ד. הוקם ארגון זכויות האדם הראשון לקהילה הגאה

איזו מדינה הייתה הראשונה שהכירה בנישואים חד-מיניים?

- א. **הולנד**
- ב. ארה"ב
- ג. שוודיה
- ד. קנדה

מי היה ההומו המוצהר הראשון שנבחר לכהן בתפקיד ציבורי בארה"ב?

- א. אלטון ג'ון
- ב. ניל פטריק האריס
- ג. ג'ורג' טאקי
- ד. **הארווי מילק**

מהו דראג?

- א. מופע ריקוד רחוב
- ב. הצגה בנושא שוויון
- ג. **הופעה בה משתמשים בבגדים וזהויות מגדריות שונות**
- ד. ספורט קבוצתי

מי מהבאים נחשב לאייקון דראג בינלאומי?

- א. **רופול**
- ב. קייטי פרי
- ג. מדונה
- ד. ביונסה

מהו שמו של ארגון החינוך הגאה הפועל בבתי ספר בישראל?

א. חוש"ן

ב. להט"בים בישראל

ג. גאווה צעירה

ד. חינוך עם חיוך

איזה תאריך מצוין כיום הנראות הטרנסיות הבינלאומי?

א. 1 ביוני

ב. **31 במרץ**

ג. 17 במאי

ד. 10 באוקטובר

תפזורת גאוה

בנק מילים: גאוה, להט"ב, קשת, אהבה, שוויון, קהילה, טרנס, דראג, זהות, מצעד, זכויות, קבלה, הכלה, משפחה, מגדר, דגל, מאבק, חופש, ארון, חגיגה, צבעוניות, שונות, נראות, שייכות.

ע	ד	ע	צ	מ	ח	ס	כ	מ	ן	ן	ח	ע	ן	ר	ד	ג	מ	ן	ס
ר	ה	ט	ר	ה	ח	ח	פ	ה	ב	ה	א	מ	ה	ר	ג	ן	מ	מ	ג
ע	א	כ	ש	ס	ת	ו	י	נ	ו	ע	ב	צ	ט	י	ל	מ	ל	ד	ל
ח	ב	כ	ס	ב	ס	ד	ג	פ	ן	ד	ג	מ	ט	ג	פ	א	מ	ר	ל
ג	נ	ה	ל	ז	ג	ד	ת	ק	א	ח	ן	ק	ה	ב	מ	ן	ז	א	ז
י	ב	ט	ה	ס	ת	א	ב	ב	ג	ש	ג	ה	ע	ר	י	ק	פ	ג	פ
ג	ג	ט	ט	ז	ג	ח	ת	ל	ן	ח	ש	י	מ	א	י	ת	י	ש	ש
ה	נ	ת	ב	ז	ק	ד	כ	ה	ג	ש	י	ל	ע	ב	ת	ו	נ	ו	ש
ג	ת	ה	ש	ק	ב	א	מ	כ	ד	ד	י	ה	ו	ו	א	ג	פ	כ	ז
ר	ב	ט	ס	ש	ס	ד	נ	ו	ר	א	כ	ה	ה	ב	ע	ק	י	ת	ז
נ	נ	ו	י	ו	ו	ש	ב	ש	ן	ח	ו	ז	ת	ו	י	ו	כ	ז	ל
ג	ג	ט	ת	ג	ן	ח	ב	ת	ן	ט	ת	ט	י	ע	ב	ת	י	כ	ת
כ	ת	כ	ז	ח	ס	ד	ל	י	ל	מ	ה	ל	י	ס	נ	ר	ט	ר	ר
נ	א	ס	ה	ז	ן	ק	ן	ז	ש	ת	ק	ז	ד	כ	ע	ש	פ	ו	ח
כ	ס	ה	ו	ג	ס	א	ב	כ	ב	פ	ב	ט	כ	ב	כ	ת	ע	כ	ק
נ	כ	פ	ת	ג	ס	ח	ג	ל	ק	ח	ק	ת	ק	ה	ל	כ	ה	ר	ת
ג	נ	ה	ל	פ	ה	ח	ג	ת	ל	ה	ד	ח	ד	ת	ו	א	ר	נ	ק