

# עלון סיכום

## שנת הלימודים 2017-2018



שותפים ותורמים יקרים,  
אני מתכבדת לחלוק עמכם את סיכום פעילות 'נבט' לשנת הלימודים 2017-2018, שהתאפיינה במגוון היערכויות, פעילויות והתחלות חדשות. בשנה החולפת **הרחבנו** את שיתופי הפעולה שלנו עם חברות וארגונים רבים, **הגדלנו** את מערך המתנדבים ו**חיזקנו** את הקשר עם השותפים האסטרטגיים שלנו ברשויות המקומיות וברשתות החינוך ברחבי הארץ. בבסיסו של הארגון עומדת תפיסה הדוגלת בחינוך ככלי מרכזי המאפשר ניידות חברתית ויצירת הזדמנויות לילדים מכל קצוות האוכלוסייה. תמיכתנו במתן מענה איכותי לצרכיהם הבסיסיים של התלמידים, מאפשר לבתי הספר למלא את תפקידם החינוכי ולהוביל את התלמידים להישגים ומצוינות.

אני מודה לכם ומברכת על השותפות והתמיכה ומקווה להמשך עשייה יחד לשנים רבות קדימה.

בברכה,  
רותם יוסף  
מנכ"לית נבט

רותם יוסף



## נבט במספרים

השנה חילקנו מעל  
**1,200,000 סנדוויצ'ים**

**ב-126** בתי ספר הנמצאים  
**ב-50** ערים וישובים ברחבי הארץ.

**97.5%** ממנהלי בתי הספר  
העידו כי מתן הסנדוויץ' משפיע  
לטובה על התנהגות התלמידים  
במהלך השיעורים ובהפסקות.

**90%** ממנהלי בתי הספר  
העידו כי מתן הסנדוויץ' משפיע  
לטובה על מצב היעדרויות בקרב  
התלמידים הרשומים לתוכנית.

## התנדבות

ארגון נבט מפעיל מערך מתנדבים בכל רחבי הארץ אשר מהווים את ליבת העשייה ועוזרים לנו בשמירה על קשר רציף וישיר עם בתי הספר. המתנדבים אמונים על הכנת הסנדוויצ'ים ועל הבקרה על איכות ובטיחות המזון. היות ואנחנו רואים חשיבות גדולה בכל הקשור לשמירה על איכות המזון, על אופן הכנתו, אחסונו והגשתו לתלמידים, הרחבנו השנה את מעגל המתנדבים שלנו בתחום בקרת המזון והגענו לכיסוי של מעל 80% מבתי הספר שזוכים לביקורים שוטפים וכן השמענו תהליכי למידה והפקת לקחים בשיתוף בתי הספר.

## מערך לוגיסטי

בכל בוקר, ב-126 בתי ספר ב-50 יישובים ברחבי הארץ, פותחים אלפי ילדים את תיקם, שם ממתין להם סנדוויץ' מושקע ומפנק. כדי לעשות זאת יום יום, לאורך כל שנת הלימודים, ארגון נבט מפעיל מערך לוגיסטי חכם ויעיל המאפשר את הגעת המצרכים הטריים ביותר לבתי הספר, תוך שמירה על עלויות נמוכות במיוחד.

## בריאות ותזונה נכונה

מחקרים רבים נעשו על חשיבותה של ארוחת הבוקר ותרומתה לתפקוד המוחי, בעיקר בקרב ילדים. אכילת ארוחת בוקר בכל יום תורמת לשיפור בריכוז, זיכרון, למידה, השפעה על ציוני מבחנים, יכולת השלמת משימות מורכבות והפחתת מתח בשרירים וכן מונעת עייפות, כל אלה מפריעים ללמידה. ארוחת הבוקר אף הוכחה כמגינה מפני השמנה היות ואנשים שאוכלים אותה נוטים להיות פחות רעבים במהלך היום ובכך קטן הסיכוי לאכילה עודפת ובלתי נשלטת של אוכל שאינו בריא בהמשך היום.

התפריט שארגון נבט מציע נבנה בשיתוף עם דיאטנית קלינית על מנת לספק תזונה בריאה ומאוזנת לתלמידים. בין המצרכים ניתן למצוא גבינות, שונה, ממרחים בריאים, מלפפונים חמוצים וזיתים. השנה התחלנו בתהליך החלפת הלחמים שאנו מספקים ללחמניות מקמח מלא, תהליך שיושלם בשנת הלימודים הקרובה.

## רותי להט, המתנדבת בחמישה בתי ספר בתל אביב מספרת:

תמיד הייתה לי נגיעה לתחום החינוך והילדים. כאשר פרשתי מעבודתי חיפשתי דרך להמשיך ולתרום בתחום זה. נבט נחשפתי לכך שיש ילדים שבאים מבתים ורקעים אשר לא מספקים להם את התנאים ההכרחיים ללמידה בראש שקט וביטחון מלאה, ואם אין קמח אין תורה. במסגרת ההתנדבות נחשפתי לאנשים אשר עושים הרבה מעבר לדרישות התפקיד של הכנת הסנדוויצ'ים. ראיתי איך דרך העיסוק במזון נוצרים קשרים אנושיים מחממי לב שתרומתם לילדים היא מעבר ליסתם סנדוויץ'.

## על המערך כולו מנצחת מורן ארזי, מנהלת התפעול והפרויקטים שלנו:

מבחינתי הדבר החשוב ביותר במה שאנחנו עושים הוא יצירת תחושת בטחון עבור התלמיד, הוא יודע שלא משנה מתי, תמיד יחכה לו סנדוויץ' של נבט.

## מורן קילזי, דיאטנית קלינית:

ללחמניות מקמח מחיטה מלאה יתרונות משמעותיים על פני אלו מהקמח הלבן, קמח מחיטה מלאה עשיר בסיבים תזונתיים התורמים ליצירת תחושת שובע לאורך זמן. בנוסף, בלחמניות מקמח מחיטה מלאה, הפחמימות משתחררות לאט יותר וכתוצאה מכך עולות יכולות הריכוז וגוברת הערנות.

