



הזדקנות מיטבית באוכלוסייה הערבית: פערים, צרכים ופתרונות

אלה אוסטרובסקי-ברמן¹

שירלי רזניצקי¹

נועם דוידוביץ'¹

פרידה אבו-ראס²

¹ מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל

² המחלקה לעבודה סוציאלית, אוניברסיטת בן גוריון בנגב

עריכת לשון: סיגל אשכנזי
עיצוב גרפי: אפרת ספיקר

עורכת ראשית: רויטל אביב מתוק

המחקר מומן בסיוע קרן באדר.

לציטוט (APA):

אוסטרובסקי-ברמן, א', רזניצקי, ש', דוידוביץ', נ' ואבו-ראס, פ' (2026). הזדקנות מיטבית באוכלוסייה הערבית: פערים, צרכים ופתרונות. דמ-071-26. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל.

מכון מאירס ג'וינט ברוקדייל

ת"ד 3886 ירושלים 9103702

טלפון: 02-6557400

brook@jdc.org | brookdale.jdc.org.il

תקציר

רקע

האוכלוסייה הערבית בישראל חווה תהליך הזדקנות מואץ, ושיעור בני 65+ בה צפוי להכפיל את עצמו בעשורים הקרובים. שינויים דמוגרפיים, חברתיים ותרבותיים באוכלוסייה הערבית, כגון עיור, מודרניזציה ושינוי ביחסים בתוך המשפחה הגרעינית מערערים את המבנה החברתי המסורתי ואת רשתות התמיכה של הזקנים הערבים. נוסף על כך יש פערים ניכרים בין זקנים יהודים לזקנים ערבים במדדי בריאות, כלכלה, רווחה חברתית ונגישות לשירותים. כל אלו משפיעים על איכות חייהם של המבוגרים הערבים (בני 50+).

מטרות המחקר

מטרות המחקר היו לבחון את ההזדקנות באוכלוסייה הערבית ולזהות את הפערים בין המבוגרים הערבים ובין בני גילם באוכלוסייה הכללית. המחקר התמקד בשלושה היבטים:

1. אפיון והערכה של הזדקנות באוכלוסייה הערבית על פי המדדים הלאומיים להזדקנות מיטבית
2. זיהוי סוגיות הנתפסות חשובות להזדקנות מיטבית בחברה הערבית
3. איתור חסמים לשימוש בשירותים קיימים ואפיון ההתאמות הנדרשות

שיטה

המחקר נערך בשנים 2021-2024, ושולבו בו שיטות מחקר כמותיות ואיכותניות: (א) ניתוח משני של נתונים ממקורות למיניהם ובהם סקרים לאומיים; (ב) ראיונות עומק עם 35 מבוגרים ערבים ו-15 אנשי מקצוע; (ג) סקר טלפוני בקרב 800 מבוגרים ערבים.

ממצאים

- **תפיסת הזדקנות ועמדות כלפי זקנה:** הזקנה נתפסת תהליך טבעי, הנובע מגורל ומכוח עליון, עם זאת מבוגרים ערבים רבים חווים שינוי לרעה במעמדם החברתי. כמו כן מבוגרים ערבים דיווחו על קשרים משפחתיים חזקים לצד תחושת תלות גוברת בילדיהם וכן על פער בין ציפיותיהם לתמיכה מן המשפחה ובין המציאות המאופיינת בהתרופפות האחריות המשפחתית לטיפול בהם.
- **בריאות ותפקוד:** תוחלת החיים באוכלוסייה הערבית נמוכה מזו שבאוכלוסייה הכללית, ושיעור המבוגרים עם מחלות ומוגבלות בתפקוד גבוה יותר בקרב מבוגרים ערבים מבקרב

מבוגרים יהודים. רמת ההקפדה על אורח חיים בריא נמוכה יותר בשל מגוון סיבות, כגון חוסר מודעות, חסמי שפה ומחסור בשירותים או חוסר נגישות אליהם.

■ **רווחה נפשית וחברתית:** שיעור גבוה של מבוגרים ערבים חשים בדידות לעומת בני גילם היהודים. שביעות הרצון מן הקשרים החברתיים עם המשפחה גבוהה, אולם רבים נמנעים מבקשת עזרה מבני משפחה מחשש ליפול למעמסה. אירועי האלימות בחברה הערבית גורמים למתח, לתחושת אכזבה ולחשש לצאת מן הבית.

■ **מצב כלכלי ותעסוקתי:** מבוגרים ערבים דיווחו על מצב כלכלי טוב פחות ממבוגרים יהודים ועל תלות רבה בקצבאות. גיל הפרישה בפועל נמוך מן המקובל באוכלוסייה הכללית, והוא אחד התורמים למצב כלכלי קשה בזקנה. נשים רבות לא צברו פנסיה כי לא השתתפו בשוק העבודה, הן מתקיימות מקצבאות ותלויות כלכלית בבני זוג ובילדים. רבים מסייעים לילדיהם מבחינה כלכלית, גם אם הסיוע בא על חשבון רווחתם האישית.

■ **נגישות לשירותים ושימוש בהם:** שיעור נמוך בקרב מבוגרים ערבים משתמשים בשירותי פנאי, כגון מרכזי יום או מועדונים, ובשירותי מטפלים פורמליים. החסמים העיקריים הם נורמות חברתיות, חסמים כלכליים והעדפה של גמלה כספית על פני ההשתתפות במרכזי יום והיעדר נגישות של המרכזים והמועדונים.

■ **כישורים דיגיטליים:** כשליש מן המבוגרים הערבים אינם משתמשים בטכנולוגיה דיגיטלית. אי-השימוש בטכנולוגיה מגביל את יכולתם למצות זכויות ולגשת לשירותים ומגביר את תלותם בילדיהם.

המלצות עיקריות

חיזוק הרווחה הנפשית והחברתית באמצעות פיתוח תוכניות להפגת בדידות והגברת נגישות למועדונים ומרכזי יום, בדגש על נגישות פיזית ותחבורתית

הנגשת שירותי הבריאות על ידי עידוד רופאים דוברי ערבית להתמחות בתחומי הגריאטריה והשיקום, וכן התאמת מרכזי שירותי הבריאות לצורכי המבוגרים והנגשת מידע רפואי בערבית

הגברת המודעות בקרב מבוגרים ערבים להיערכות לזקנה באמצעות קמפיינים קהילתיים לשינוי התפיסה כלפי הזדקנות מיטבית, בשיתוף רופאים, מנהיגי דת ועובדים סוציאליים

שיפור הנגישות הדיגיטלית בקרב מבוגרים, כולל הדרכות פרטניות לשימוש בטלפונים חכמים ולצריכת שירותים מקוונים

שילוב מבוגרים בתפקידים קהילתיים לשימור מעמד החברתי ולחיזוק הקשרים בין הדורות, לרבות שילוב בני משפחה בתהליכי הסברה, היערכות לזקנה ועידוד השתתפות של המבוגרים

פיתוח חוסן כלכלי ותעסוקתי על ידי עידוד תעסוקה בקרב מבוגרים דרך תוכניות הכשרה לעבודה מותאמת גיל ועידוד היערכות כלכלית לגיל הזקנה