



גליון 264 | מאי 2022 | ניסן - סיוון התשפ"ב



המייסדון

ירחון קהילתי, העמותה למען הקשיש

תלמידי הגינה הלימודית נגה שמיר | 04

עוד שיעור במתמטיקה גיורא פישר | 08

לזכר תלמידיי האהובים דליה חנין | 08

ליצור יש מאין נורית אופיר | 10



דברי דוד בן-גוריון השאירו חותם!

74 שנים חלפו מאז קרא דוד בן גוריון, ראש הממשלה הראשון, את המילים הבלתי נשכחות: **"אנו מכריזים בזאת על הקמת מדינה יהודית בארץ ישראל, היא מדינת ישראל"**. ואכן, הוקמה כאן מדינה לתפארת – הגענו אל הנחלה. אך לצערנו, טרם הגענו אל המנוחה.

ההיסטוריה של מדינת ישראל רוויה בשפיכות דמים: במלחמות, בעימותים, בפיגועים ובפעולות איבה. כל אלה הביאו לאובדן של טובי אנשינו והותירו אחרים פצועים בגופם או בנפשם. כשנחקק חוק נכי צה"ל אמר דוד בן גוריון: "מלחמת החירות של צבא הגנה לישראל לא הייתה כולה זרועה נחת, ניצחונות וכיבושים. היה גם צד שני למטבע. שולם מחיר יקר. נפלו מאות ואלפים מתפארת הנוער שלנו. אך החללים הם רק חלק מהאבדות. רבים נשארו, לשמחתנו, בחיים, אך גם הם שילמו מחיר יקר – אבר מן החי. הערב אני מגיש לכם, בשם הממשלה, חוק על החוב. נכון יותר – על חלק מהחוב שאנו חייבים לאלה שבגופם עזרו לשחרור האומה והמולדת"

בנימה אישית אני כותב כאן על אבא שלי, אהוד פסח, שייבדל לחיים ארוכים ויחגוג השנה 84 אביבים. אבי היה לוחם הנח"ל, בוגר גרעין "אמירים" שתרם רבות לשגשוג קיבוץ עין גב בתחילת שנות ה-60 ולפיתוח ושגשוג עיירת הפיתוח דאז קריית גת בשנות ה-70 וה-80. אבי היקר, אחד מאלפי נכי צה"ל שנפצעו קשה מאוד בקרבות מלחמות ישראל, אך מעולם לא שיתף את צאצאיו ברשמי המלחמה, האובדן הקרוב, ההחלמה הקשה, הייסורים והשיקום הארוך והאינסופי. אבי נפצע קשה מאוד ביומה הראשון של מלחמת ששת הימים בכניסה הקרקעית לצפון רצועת עזה, ושכב מגובס מכף רגל ועד ראש בבית החולים בתל השומר כמעט שנה. לשיקומו הפיזי והנפשי, שותפים סבי וסבתי ז"ל מצד אמי, שלקחו חסות על פרנסת המשפחה הצעירה והדאגה לגידול הבנות (אחיותיי) שהיו בגילאי שלוש ושנה וגם בנק "הפועלים", שם עבד אבי, סייע.

כל זיכרונות הילדות שלי כבן הזקונים, ביחס לנושא מלחמות ישראל, ימי הזיכרון ויום העצמאות, היו רגילים למדי, ללא אזכור או ייחוס לכך שאבי נכה צה"ל בדרגת פציעה בינונית פלוס שתלווה את כל חייו במגבלות וכאבים בלתי נסבלים ככל שהתבגר עם הגיל. אמי הפכה להיות "ראש הבית", בכל הנוגע לחיי המשפחה צעירה (הרחבת הבית הקטן, תחזוקה, גינון, גידול וחינוך הילדים), אבי היה עסוק כל חייו בקריירה עשירה בתחום הבנקאות, חיים ציבוריים בהתנדבות מלאה, המשך התנדבות למילואים כקצין בהג"א בקיצור: מהלך חיים עשיר ודינאמי, שלא הותיר לסממנים וצלקות הקרב להוות עכבה או חסם. גם כשבגרתי וסיימתי את מערכת החינוך ושירות משמעותי בצה"ל, מעולם לא עלה שיח בנושא הפציעה של אבי, הנכות והמגבלות, "ריחות הקרב", מראות וזיכרונות, פנים ושמות החברים שנפלו בקרבתו או ששרדו. נראה היה, שתהליך השיקום שלו ויום העצמאות הפרטי שלו היו גולת הכותרת בחייו. הניצחון היום יומי על המגבלות הפיזיות והכאבים הבלתי פוסקים היו כאין וכאפס ביחס להצלחותיו האישיות, בריאות ושגשוג ילדיו ומשפחתו הפרטית ולימים, השמחות עם הולדת הנכדים והננינים.

עד היום לא סופר סיפורו האישי כלוחם במלחמות ישראל, כמי ששכל חברים לנשק, חברים מהגרעין, התנועה, הכיתה ונוף ילדותו. כאילו בחר במודע 'לנתק' מזיכרונו פרק שלם דבר שאולי אפשר לו להשתקם ולצמוח. לימים, כסוג של סגירת מעגל, סייעתי רבות במסגרת תפקידי הציבוריים בקריית גת, לפעילות הסניף האזורי של ארגון נכי צה"ל שרבים מחבריו הוותיקים הם נכי צה"ל בני הדור של אבי. עלינו כחברה לחבק כל יום את הפצועים, ולהנציח את הנופלים.

ומכאן, חג עצמאות שמח, חברים יקרים!

דרור כרמלי - "מחושך לאור" רונית דרורי

במפגש מרגש סיפר דרור - אב וסב, אקדמאי, ספורטאי, טייל, פעיל חברתי ועוד - על התמודדותו עם המחלה שגרמה לעיוורונו: בזמן שירותו הצבאי גילו אצל דרור מחלת עיניים הגורמת לעיוורון בהדרגה, עד לעיוורון מלא. לקות הראייה התדרדרה עם השנים ואילצה את דרור ל"חשב מסלול מחדש" ולהתאים את עיסוקיו למגבלתו. הוא גילה יכולות וכישרונות חבויים שמגבלת הראייה לא עצרה בעדו: הוא החל לגלוש על גלים, טיפס לאוורסט, רץ מרתונים, טייל 'בשביל ישראל' ועוד.. בנוסף, הוא הפך לפעיל חברתי הדואג לנגישות - בכל התחומים - לאנשים בעלי מוגבלויות שונות. דרור נעזר בכלב נחייה בשם נרו שהפך לחלק בלתי נפרד מחייו. בהרצאה, נשאל דרור שאלות רבות ובתשובותיו הסביר והדגים כיצד הוא נעזר בחיי היומיום בכלבו האהוב, ומשתמש בטכנולוגיות כמו: מחשב, סמארט-פון וכדומה. המסר של דרור האופטימי לכל הציבור בעל המוגבלויות הוא: "אל תשבו לבד בחושך. צאו החוצה; לים, לשמש. גם אנחנו צריכים להוציא את עצמנו מהבית, וכן לעשות וכן למצוא את המקומות - כי יש! לכלל האנשים סביבנו...תדעו שאם אנחנו יכולים - גם אתם!"

ארבע כוסות יין - סדר פסח סימה טפר



ביום שלישי, 12/4/22, חגגנו סדר פסח לחברי הקהילה התומכת. הסדר נערך ליד שולחנות ערוכים ומקושטים בצורה מרשימה ביותר, כאשר לכל חברה וחבר הייתה צלחת אישית, ערוכה עם ששת סמלי המאכלים שמייצגים את סדר פסח ויציאת מצרים. קראנו בהגדה, שרנו את שירי החג וכמובן שתינו ארבע כוסות יין. הופתענו על ידי חבורת הזמר "שדות ירוקים" שהופיעו לפנינו ושימחו את ליבנו. ולכול זה מגיע המון, המון, ברכות ותודות לצוות המנצח - רונית, אלי, עדי והמתנדבים, אלי, פרנצי, אידה ואורנה.



קפה תרבות קהילה תומכת שמחים להזמין

למסיבת שבועות מו...שלמת



מנחה:
שלומי אסף
שיבדר, ישר
ורקיד

יום שלישי 31.5.22, בשעה 17:30
בחדר בית המיסדים

נא להגיע לבושים בחולצות לבנות

להרשמה: רונית 054-4270083

מתנדבים מקבוצת "סודות המעשנה
והסו-ויד" וקפה תרבות קהילה תומכת
שמחים להזמין

לחגיגת ל"ג בעומר "על האש"

מדורה לווהטת, מוסיקה טובה,
בשרים משובחים ושמחה גדולה



יום שלישי
17.5.22
בשעה 17:30
בבית המיסדים

הרשמה מראש, מס' המקומות מוגבל.

רונית: 054-4270083

קפה תרבות קהילה תומכת
שמחים להזמין

זמר אהבה לים... שירים וסיפורי ים



מנחה:
ישראל ארד
מרצה ומורה-
דרך, מתמחה
בזמר ובסיפורי
ארץ-ישראל.

יום שלישי 10.5.22, בשעה 17:30
בבית המיסדים

הרשמה: רונית 054-4270083

היכוננו להרצאה מבדרת של אלון גור-אריה על אפרים קישון
שתערך ביום שלישי 14.6.22, בשעה 17:30 בבית המיסדים

להרשמה - עדי, מנהל מחלקה: 050-2390077, אלי, אב קהילה: 050-8678068, רונית, רכזת תרבות: 054-4270083

יום המעשים הטובים איריס טובל



ביום שלישי, 29/3/22, התקיים במרכז היום יום המעשים הטובים שאורגן ביוזמת תמר ממון והילה ויינברגר, נציגות המועצה האזורית שלנו. עובדי חברת "נסטלה" חילקו גלידות לכולם וסייעו באירגון, וראש המועצה קובי אביבי הגיע לברך. כל החברים צולמו על ידי הילה ויינברגר, קישטו מסגרת תמונה יחד עם תלמידי בית ספר "נופים" וקיבלו תמונה ממוסגרת שלהם למזכרת. בר דבוש הספר, יחד עם מירה, לבנת ופנינה, פתחו מספרה זמנית, סיפרו וצבעו.

הדר דרוויש, פינקה במריחת לק לכל המעונוינת בכך. תלמידי בית ספר 'נופים' הופיעו בפני החברים. בני משפחת חיון הגיעו עם עוגות, ומתנדבים מ'אופק' העניקו שי, סבון מעשי ידיהם, לחברים.



תלמידי הגינה הלימודית נגה שמיר

במסגרת הפעילויות לכבוד יום המעשים הטובים הגיעה קבוצת תלמידים מכיתות ז'-יב' המתנדבים באופן קבוע בהפסקות בגינה הלימודית האקולוגית בתיכון באר טוביה. הם בחרו לערוך סדנאות בניית עציצים מעץ ולהגיע איתם למייסדים לעבוד עם הקשישים לצבוע את האדניות, לשתול שתילים ולקשט את בית המייסדים עם התוצרים. כמו כן השתלבו בין הקשישים בפעילות הקבועה שלהם במקום.

התלמידים התחברו, התרגשו, נהנו והתקשו להיפרד. התענוג היה הדדי.

מחכים לפעם הבאה 🌻😊🌻 תודה לצוות המקסים על שיתוף הפעולה,

מאיתנו נגה שמיר ותלמידי הגינה הלימודית מתיכון באר טוביה.



העיר שחוברה לה יחדיו? אילנה צורן

כן, כך רצה דוד שראה את ירושלים כבירה לממלכתו.

כך ראה אותה בנו, שלמה, שקבע בה את בית המקדש, הקשר הישיר עם אלוהים.

אבל, כאשר היא נכבשה ע"י הרומאים והתחילה הגלות הארוכה של היהודים, הייתה ירושלים בעיקר, געגוע ענק ואיחולים מתמידים לחזרה.

העם התפזר בכל ארצות תבל ובחג פסח, כאשר היהודים ציינו את יציאת מצרים והיציאה מן העבדות לחירות, כולם סיימו את הטקס "בשנה הבאה בירושלים הבנויה".

ב-1967, במלחמת ששת הימים קרה הנס: צנחני צה"ל נכנסו לעיר ולפני הכותל המערבי, שריד יחיד מבית המקדש, התפללו "שהחיינו והגענו ליום הזה", והכריזו על "העיר שחוברה לה יחדיו".

המונים הגיעו לירושלים, בן גוריון החליט על הקמת רחבה מול הכותל והוציא צו פינוי לבתים שעמדו בשטח, וכך התקבל חג נוסף בלוח העברי: יום ירושלים. מוסדות הממשלה עברו לתפקד בעיר שהוכרזה בירת המדינה. סופסוף חזרנו!

אם נסתכל על המצב היום: האם באמת כל שכונות העיר מאוחדות? האם שורר בה שלום? נקווה שיימצא המנהיג שיהיה מסוגל לגשר בין כולם ושירושלים תשמש בית לנו ולשכנו ללא שואה.

חג שמח לעיר ולכולנו

פעילויות חברתיות ב'בית המייסדים'





שמחה רבה שמחה רבה אביב הגיע ואיתו האלרגיות, מה עושים?
לאחר עונת חורף ברוכה במשקעים, הגיע האביב!

אומנם עונת האביב היא הזדמנות ליהנות מהפריחה וממזג אוויר נוח, אך אם אתם משתייכים לאוכלוסייה גדולה של אנשים הסובלים מאלרגיות עונתיות, זו גם תקופה של התעטשויות, גודש, נזלת ותסמינים מטרידים אחרים. למרות שקדחת השחת ונזלת אלרגית אינן מחלות מסכנות חיים, הן יכולות לפגוע באיכות חיים וממש לאמלל! בסקירה זו ריכזנו עבורכם מספר שיטות פשוטות שיסייעו בהתמודדות עם הבעיה.

ראשית, הפחיתו את החשיפה לגורמי אלרגיה. התעדכנו באופן תדיר בתחזית מזג האוויר הצפויה. בימים של יובש ואובך צמצמו, עד כמה שניתן, את שהותכם מחוץ לבית. כמו כן, סגרו דלתות וחלונות בלילה או בכל זמן אחר. אל תשכחו להסיר את הבגדים שלבשתם מחוץ לבית והתקלחו מיד עם חזרתכם הביתה. פעולה זו תסייע בהסרת שאריות האבק מהעור ומהשיער.

אל תתלו את הכביסה בחוץ על מנת למנוע את הדבקות האבק לסדינים ומגבות. במידה והנכם נדרשים לשהות מחוץ לבית, הקפידו על עטית מסיכה והפעילו מיזוג אוויר ברכבכם. מתעניינים בטיפולים אלטרנטיביים? עד כה, נעשה שימוש במספר תרופות טבעיות לטיפול בתסמיני קדחת השחת, הבולטות שביניהן הן תמציות באטרבור וספירולוינה (סוג של אצות מיובשות). עם זאת, כאן המקום להדגיש כי תמציות צמחים אינן עוברות מבחני יעילות או בטיחות שיטתיים. על-כן, יתרונותיהן ובטיחותן אינם ברורים. נסו טיפולים תרופתיים: למרות שכיום לא ניתן לרפא אלרגיה עונתית, קיימים מספר סוגים של טיפולים תרופתיים אשר עשויים להקל באופן משמעותי על התסמינים.

❖ **אנטיהיסטמינים פומיים** - תרופות אלו מקלות על התעטשויות, גירוד, נזלת ועיניים דומעות באמצעות הפחתת כמות ההיסטמין בגוף. לדוגמא: לורטאדין (אלרג'י, אלורסטם, לורטדים), פקסופנדין (טלפסט) ועוד.

- קבוצה מצומצמת מהמשתמשים בתרופות אלה, עלולה לסבול מישנוניות יתר. לכן, מומלץ ליטול את האנטיהיסטמינים בשעות הערב.

❖ **נוגדי גודש** - תרופות ממשפחה זו יכולות לסייע בהפחתת הגודש באף באמצעות כיווץ כלי הדם במערות האף. תרופות אלה קיימות בשתי צורות הגשה- טבליות פומיות ותרסיסים לאף.

- התכשירים הפומיים מכילים פסאודואפדרין (סינופד, קלסינוס ועוד). לצד השפעתו על הגודש, מדובר בחומר פעיל בעל פעילות ממריצה אשר עלולה להעלות לחץ דם ולהוביל להפרעות קצב. בשל כך, תרופה זו אינה מומלצת למטופלים עם מחלות לב.

- תכשירי התרסיס לאף מכילים חומרים נוגדי גודש כדוגמאת אוקסימטזולין (אלרין, אף טיפה וכד') וקסילומתזולין (אוטריווין, אף-קאר, ליינקס ועוד). לצד יעילותם, בטיחותם והשפעתם המהירה, חשוב לזכור כי השימוש בתרסיסים אלה מוגבל לימים ספורים בלבד (בין 3-5 ימים בסה"כ). למעשה, שימוש לטווח ארוך יותר, עשוי להחמיר את התסמינים.

❖ **תרופות משולבות** - ישנם תכשירים המכילים שילוב של אנטיהיסטמינים ונוגדי גודש המספקים השפעתה כפולה. בשל תכולה של חומרים פעילים מסוג ממריץ (נוגדי הגודש שהוזכרו לעיל), הכרוכים בסיכון לתופעות לוואי משמעותיות, מומלץ להתייעץ עם הרופא המטפל לפני תחילת הטיפול.

❖ **טיפות עיניים נוגדות אלרגיה** - תכשיר המשתייך לקבוצה זו מכיל חומר פעיל בשם חומצה כרומוגליצינית (כרמו-קומוד) המקלה על עיניים מגרדות ודומעות. התרופה פועלת במנגנון של עיכוב שחרור של מתווכי אלרגיה בלחמית העין. חשוב לזכור כי ההשפעה המרבית עשויה להופיע רק כעבור 2-3 שבועות. לכן, על מנת להבטיח טיפול מיטבי, מומלץ להמשיך בטיפול במשך כל תקופת החשיפה לגורם האלרגיה, גם אם לא הופיעו תסמינים.

❖ **תרסיסי אף המכילים סטרואידים** - קיים מגוון רחב של תרסיסים המכילים סטרואידים שונים הפועלים במנגנון זהה - עיכוב שחרור ההיסטמין ומניעת שפעולה של התגובה האלרגית. יתרונם הגדול של תכשירים אלה הוא בכך שהם מפחיתים את הדלקת ברירית האף, מבלי לגרום לתופעות לוואי מערכתיות. תכשירים אלה מתאפיינים, בעיקר, בתופעות הלוואי מקומיות כגון דימום מהאף, ריח או טעם מר ויובש או כאב גרון. על מנת להפחית את הסיכון לתופעות הלוואי המוזכרות, מומלץ לשטוף את חלל הפה לאחר כל שימוש בתכשיר. לדוגמא: פלוטיקאזון (אבאמיס, פליקסונאז, אלגרו, פליקסרג'י), טראימצינולון (סטארונאז) ועוד. תרופות מקבוצה זו זמינים רק במרשם. לסיכום, במאמר זה ריכזנו באופן תמציתי את ההמלצות להתמודדות עם אלרגיות עונתיות המאפיינות את עונת האביב הבאה עלינו לטובה. כאן המקום לחזור ולהדגיש כי למרות שחלק מהתרופות זמינות ללא מרשם, מומלץ להתייעץ עם הרופא המטפל על מנת לוודא שאתם בוחרים באפשרות היעילה והבטוחה ביותר עבורכם.

תהיו בריאים!

לוח פעילויות - מרכז יום חודש מאי

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
1 10:30 סדנת צילום - טל 11:30 יעקב מלכא שירה בציבור	2 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 בינגו יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	3 10:30 פטאנק 11:30 יוסי כנר שירי לוחמים	4 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא יום הזיכרון	5 יום העצמאות
8 10:30 סדנת צילום - טל 11:30 שרה שמיר הפעלה עם מוזיקה	9 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 בינגו יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	10 10:30 פטאנק 11:45 הרב עמר פרשת השבוע 12:00 יעל - ספרות	11 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 הרצאה בנושא גילוי האל-ב' - טל קיסר	12 10:00 "המעפיל" 11:30 מוסא בן ארויה שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גיבון טיפולי אתי
15 10:30 סדנת צילום - טל 11:30 שחר אשבל שרים ומתופפים	16 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 בינגו יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	17 10:30 פטאנק 11:45 הרב עמר פרשת השבוע 12:00 יעל - ספרות	18 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 חמש מלכות - חיה גרין	19 10:00 "המעפיל" יחידה מוגנת: 10:30 גיבון טיפולי אתי
22 10:30 סדנת צילום - טל 11:30 מוסא בן ארויה שירה בציבור	23 10:30 איריס חוג ספרות 11:30 ניהול הטיפול התרחפתי יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	24 10:30 פטאנק 11:45 הרב עמר פרשת השבוע 12:00 יעל - ספרות	25 10:00 בוקר של כייף "מהפכה של שמחה"	26 10:00 "המעפיל" 11:30 יוסי כנר שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גיבון טיפולי אתי
29 10:30 סדנת צילום - טל 11:30 רחל ועופרה מופע ליום ירושליים	30 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 בינגו יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	31 10:30 פטאנק 11:45 הרב עמר פרשת השבוע 12:00 יעל - ספרות	1 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא א"	2 10:00 "המעפיל" 11:00 פעילות לשבועות עם התיכון. יחידה מוגנת: 10:30 גיבון טיפולי אתי
5 שבועות	6 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 בינגו יחידה מוגנת: 11:00 טיפול באומנות	7 10:30 פטאנק 11:45 הרב עמר פרשת השבוע 12:00 יעל - ספרות	8 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 חותי ברנע הרצאה בנושא תנ"ך	9 10:00 "המעפיל" יחידה מוגנת: 10:30 גיבון טיפולי אתי



ביחידה המוגנת:

9:30 אילנית / מירה - התעמלות בוקר
10:30 ריקי / שרון / טל - יצירה

פעילויות קבועות כל יום

9:00 אילנית / מירה - התעמלות בוקר
9:30 עירית / שרון / טל - תפירה ורקמה

לפני שנולד בני השני שאלתי את אמי:
 "איך ימצא הלב מקום לעוד אהבה
 כאשר כבר עכשו הוא מלא
 עד אפס מקום?"

ענתה:

אהבה לילדים נוגדת את חקי הקשבון:
 ככל שתחלק אותה, תגדל.

מאז, אמי איננה נגם בני השני אינו
 ולמדתי ש"אין" הוא המספר היחיד
 המצליח למלא את הלב עד אפס מקום.

מתוך: "מה למדת מהסיפור" עם עובד 2017



על הא ועל דא - לזכר תלמידיי האהובים דליה חנין

זה היה בימי מלחמת השחרור. בבוקר אחד של חורף, ראיתי את המחנך שלי בוכה. למרות מרחק הזמן, התמונה הזאת צרובה בנשמת. ואני באמת אינני יודעת על מי מכולם בכה מורי האהוב, באותו הבוקר, מליט פניו בידיו. כי רבים מבני המושבה שלנו, כפר סבא, שהיום היא עיר גדולה, נפלו במלחמת השחרור. הייתי אז ילדה. תלמידה בבית הספר העממי. לא ידעתי אז שאגיע למושב באר-טוביה ואהיה מורה בבית הספר האזורי, ועוד פחות מזה שבמשך עשרות שנים, בתוך מלחמות קשות וביניהן יוליכו מורים את תלמידיהם אלי קבר. כדברי המורה - המשורר "תלמידיי ביומן הכיתה, הם תלמידיי ברשימת המתים." כמה פעמים שאלנו כדברי השיר: "אלוהי הנושק לוחמים ועוצם עיניהם ההוזות, הידעת את פי הלוחם שנשקת בפעם הזאת?" וכמה פעמים מול שם חדש שנחקק באנדרטה של בית הספר ביקשנו: "לא עוד! לא עוד!" והיה עוד.

תלמידינו שלנו, צעירים לעולם. קפאתם לנו בחיך שובב, בטור שליד החלון או ליד הדלת. וסילחו לנו, סילחו, שאנחנו, דווקא אנחנו, שביקשנו להיות נאמנים ושומרי סוד, היינו ראשונים לפתוח את מגירות שולחנכם, את מגירות הלב - ולקחנו את תמצית נשמתכם, שיריכם הגנוזים ומכתביכם הכמוסים - לעשות לכם מהם ספרי זיכרון. וחקקנו את שמותיכם באנדרטה של אבן, מול המיית בית-הספר, מול הדורות המתחלפים על הדשא, כדי שתמשיכו להיות חלק מהם. אנחנו, דור המורים מילדי תש"ח, כבר מזמן נפרדנו מחצר בית-הספר. והשארנו לדורות הצעירים, את האהבה לתלמידינו שנפלו ואת חובת הזיכרון.

"ערפל קרב בחדר הישיבות..
 השרים היססו, הרמטכ"ל פיקפק"
 אחר-כך ראיתי את רשימת הנופלים
 וידעתי:
 כי לסגן שחר לא יאיר היום.
 הם אמרו כי של"ג כיסה את האורנים
 אך ארז נקבר בניר-בנים.
 ראיתי תמונות של 'ניצים' 'יונים' ו'מתנדנדים'
 שגם להם בנות ובנים
 וחשבת, על סגן עופר שצבי כבר לא יהיה.
 נמסר על הקרב הכושל
 וידעתי כי יובל לא יזרום אלי נהר.
 'הבטיחו לנו שלא יהיו בעיות' דיווחו החיילים;
 אך..

טוראי עודד לא יעודד
 וגם צור וגם צוק נפלו
 ונחרדתי..

במי אשים מבטחי?
 למה לא זכה סמל זכות
 ולא יצחק סגן יצחק.
 רב"ט עשהאל נשא שם מחייב
 ואדם, שב אל עפרו.
 והיו שם..

דוד ושאול, פואד וסמיר
 שבמותם ציוו לנו את החיים.
 והיו שם..

ישראל ויוסף, משה ויהושע,
 ראובן שמעון ויפתח
 ועלתה בזיכרוני ההבטחה
 ארץ זבת חלב ודבש.

נכתב בימי מלחמת לבנון הראשונה
 מערכת 'שלום הגליל' 1982

אל נתיב הל"ה

עמק האלה, בין מישור החוף להרי חברון, בו נפגשו, התעמתו בני ישראל מול פלישתים. "וַיִּשְׂאוּ וַאֲשֵׁר יִשְׂרָאֵל נֶאֱסָפוּ וַיַּחֲנוּ בְּעַמְקֵי הָאֵלֶּה וַיַּעֲרְכוּ מִלְחָמָה לְקִרְאֵת פְּלִשְׁתִּים" (שמואל א' י"ז, פסוק ב'). דוד יוצא לייצג את ישראל אל מול גוליית הפלישתי עמוס הברזל לעייפה "וַיִּמְהַר דָּוִד וַיִּרֶץ הַמַּעְרָכָה לְקִרְאֵת הַפְּלִשְׁתִּי. מֵת וַיִּשְׁלַח דָּוִד אֶת יָדוֹ אֶל הַכְּלִי וַיִּקַּח מִשָּׁם אֶבֶן וַיִּקְלַע וַיַּךְ אֶת הַפְּלִשְׁתִּי אֶל מָצְחוֹ, וַתִּטְבַּע הָאֶבֶן בְּמָצְחוֹ וַיִּפֹּל עַל פְּנֵיו אַרְצָה. נ וַיַּחֲזֵק דָּוִד מִן הַפְּלִשְׁתִּי בְּקִלְעוֹ וּבְאֶבֶן, וַיַּךְ אֶת הַפְּלִשְׁתִּי וַיִּמְתָּהוּ, וַחֲרַב אֵין בְּיַד דָּוִד" (שמואל א' י"ז, פסוקים מט'-נ'). דוד מצליח עם הקליע שבידו, להטביע אבן במצח גוליית ולהביס את צבא הפלישתים. במערות ובמנהרות, בנקרות הצורים ובסלעי האזור הסתתרו, הגיחו, תקפו ושוב הסתתרו תלמידי ר' עקיבא במלחמה נועזת מול צבא הרומאים.

אמנם, תבוסה צבאית הובסו- אבל- אמר אז איש סנאט רומי בשם סנקה שהיהודים הם מנוצחים שניצחו " המנוצחים הטילו חוקיהם על המנצחים!": ללא הסבר הגיוני החלו חיילים מהלגיונות הרומיים המנצחים, לקיים מצוות היהדות, ללמוד מתורת היהודים, להתגייר. שמות מפורסמים כשמעיה ואבטליון, המתרגם אונקלוס, אשת הקיסר וגם ר' עקיבא בן גרים היה.

לפיכך, אני מציע לצאת אל עמק האלה ולהיזכר בשלושים וחמישה בחורים אשר בלילה חורפי של שנת 1948, יוצאים ברגל, עמוסים ציוד לעייפה, מהרטוב שליד בית שמש, אל גוש עציון הנצור, המשווע לעזרה: לתחמושת, ציוד רפואי, מצברים למכשירי הקשר ועוד.



הם יודעים בדרך מי הם הולכים: בדרכו של מוש, שהיה אח"כ מפקד גוש עציון, האומר: "מה אנו ומה חיינו מול המפעל הגדול- נצח ירושלים". הם בדרך אל גוש עציון בידיעה שבחיים הפרטיים בפיקוח נפש של בודדים- החיים קודמים. בפיקוח נפש של אומה- יש להקריב את הנפש. הם בדרכים מעלה ויש אומרים שבשעת בוקר מוקדמת ראה אותם ערבי זקן, או שמא היו אלה שתי נשים ערביות שיצאו לקושש זרדים ואנשי המחלקה לא פגעו בהם, ואילו הערבים עוררו פזעה- זוהי קריאת מצוקה רעשנית,

העוברת מפה לאוזן ומכל רחבי הר חברון וכפרי עדולם באו בהמוניהם ערביי הכפרים, על נשקם ולחמו נגד ל"ה הבחורים, שלחמו עד הכדור האחרון ואף עד טיפת הדם האחרונה, על הלך המחשבה שהפך נפילתם למיתוס כתבה המשוררת אנדה עמיר: "הערבים, אשר ניצוחם לכאורה, פחד אימים נפל עליהם אחרי הניצחון הזה. הם הבינו בעליל כי אם ככה לוחמים הבחורים היהודים, קומץ זעום בלתי נרתע עומד מול אלפים, כמו נשען על כוחות שאינם מובנים לבשר ודם- במאבק כזה אין להם לא תקווה ולא תוחלת. וברחבי כל הארץ נישא שמעם של שלושים וחמישה "מנוצחים אשר ניצחו". על הריסות הכפר הערבי בית נטיף, בדרכם של הל"ה, עומד היום קיבוץ נתיב הל"ה. ליד שערי הכניסה, בחורשת קק"ל הצופה אל עמק האלה ניצבת אנדרטה לזכר שלושים וחמישה הלוחמים, ה' יקום דמם בנוכחותנו כאן כפרטים וכעם!

"כוכב" - הספינה שנשכחה המשך כתבה מחודש פברואר 2022

בהמשך לכתבת "כוכב" מגליון 261, פברואר 2022, שתיארה את קבוצת הגברים שעבדו על בניית מודל ספינת המפרש "כוכב" מגפוררים.

בניית אוניית המעפילים הושלמה ומוצגת כאן לפניכם.

פרוייקט חדש יצא לדרך, עכשיו נפגשים חברי הקבוצה אחת לשבוע, בימי חמישי, לבניית בתים



הפעם על השולחן: ארכיון אביגדור.

היוזמים הראשונים של הארכיון הם ברוריה רוזמרין ז"ל ויבל"א אריק וינדהולץ. חברו אליהם, מיד בהתחלה מאירה חסיד ז"ל ועפרה יזרעאל תבל"א. כולם מוותיקי המושב וממקימיו, שהיו חדורי אמונה כי יש לשמר את העבר למען ההווה והעתיד.

הרעיון קרם עור וגידים ובשנת 1998 הושק הארכיון בחדר זמני שהיה בעבר המועדון. בכוחות משותפים ובעזרת מתנדבות ומתנדבים נוספים החלה עבודת האיסוף והתיעוד, תוכננו התכנים העכשוויים והעתידיים של הארכיון, הוטו יעדים, ובעבודה עיקשת החלו החומרים להיאסף ולהתקבץ. היה כמובן צורך במיין וקטלוג, וכן בתיארוך ותיוק, והעבודה רבה והמסורה של כל העוסקים במלאכה, החלה להניב תוצאות נפלאות.

בשנת 2000 עבר הארכיון למבנה שנבנה בזמנו כמרפאת המושב, לימים הפך לגן ילדים ולבסוף הוא הפך לבית הקבע של הארכיון. בשנת 2020 נבנתה תוספת למבנה כדי שיוכל להכיל את כל מה שנאסף בעמל רב. היום יש בארכיון גם 'מיני מוזיאון' וגם חדר הקרנה המאפשר צפייה בכל הסרטונים שיש במקום.

מלבד העבודה השגרתית, מתבצעות פעילויות יזומות של אנשי הארכיון בשיתוף עם הועדות השונות במושב. כל שנה, לקראת יום העצמאות מבקרים ילדי הגן במקום ומקבלים הסברים, כמו כן מגיעים כל שנה תלמידי כיתות ג' מבית הספר "מבואות".

במקום תערוכות שונות כמו; תערוכת חתונות- צילומים מהחתונות של חברי המושב לדורותיהם. תערוכת איש איש וביתו. תערוכה של עבודות יד של חברות וחברי המושב, ועוד כהנה וכהנה.

בארכיון יש פינת זיכרון. תיעודי חיים של החברות והחברים. יש פינות נוסטלגיה, תמונות מגני הילדים משנים ראשונות ועד היום. מצגות וסרטים מאירועי הכפר, ותקציר היריעה מלפרט את כל צפונותיו של הארכיון.

במקום צוות קבוע של מתנדבות ומתנדבים, והיום הולך ותופס את מקומם של הוותיקים דור ההמשך, כשהצוות הטכני דואג למחשב ולשמר את כל הממצאים לדורות הבאים.

לסיכום. ערכו של הארכיון הוא בשימור העבר למען ההווה והעתיד את הרגעים הקטנים והגדולים של המקום שהוא הבית, מושב אביגדור.

כל הרוצה לראות במו עיניו כיצד יצרו יש מאין, מוזמן לבקר וליהנות:

ימי שני 10:00 – 12:00 ימי רביעי 17:00 – 19:00

טיפול בית מיטל טלקר



" שמחה רבה שמחה רבה אביב הגיע פסח בא "!!!!
חודש אפריל,

חג פסח שמח במחלקת טיפולי בית!...
פריחה יפה, ריח של אביב באוויר.

ומה קרה אצלנו החודש במחלקת טיפולי בית??

החודש מטפלות רבות יצאו לחופשה כדי לסיים את ניקיונות הבית לקראת החג,
וכתוצאה מכך המחלקה הייתה במחסור רב של מטפלות.

וכידוע במחלקת טיפולי בית לא מאפשרים לאף מטופל/ת להיות ללא מטפלת,
מטפלות נרתמו לעזור ונכנסו כמחליפות אצל מטופלים

וכולם קיבלו מענה והיו מאושרים ☺

בחול המועד המחלקה עבדה כרגיל ומטופלים מקבלים שירות ללא שום שינוי..

מגיע למטפלות שלנו חיבוק ענקי!!!!!!!

אז שווה לעבוד במחלקת טיפולי בית..

למה אתם שואלים?

כמו בכל שנה, גם השנה דאגנו לפנק את המטפלות שלנו במתנה יפה ושוות ערך..

בירכנו, חיבקנו והפתענו!

משה שחר

כפר ורבורג



"אם המילה נפלא היא נהדרת אז בשבילי היא הרבה יותר!!" ככה אומר משה שחר, עם הכובע הנצחי על ראשו ועם הרבה אור בעיניים, כאשר שואלים אותו מה דעתו על בית המייסדים. משה נולד בשנת 1947 בפולין, בעיר שוידניצה. בגיל שנתיים עלה ארצה עם משפחתו.

תחילה גרו שמונה חודשים באוהלים במחנה "שער העלייה", משם הועברו במשאית לעיר רמת גן, בה העביר משה את ילדותו.

בסיום הלימודים בביה"ס "הפרדס", המשיך את לימודיו בבית הספר החקלאי "הכפר הירוק", בתנאי פנימייה במשך 4 שנים. משה התגייס לצבא לנחל מוצנח ובמסגרת זו חי בקיבוץ יטבתה. בסיום השירות הצבאי חיפש עבודה כשחלום חייו להיות מושבניק. הוא הגיע לסוכנות היהודית ומשם נשלח לעבוד בהיאחזות.

כבוגר בית ספר חקלאי הבין וידע חקלאות: "גידלנו חצילים, עגבניות", מספר משה וממשיך "באותה היאחזות הייתה בחורה בשם חנה. היא הייתה יפהפייה, התאהבנו והחלטנו להתחתן".

זה היה בשנת 1973, הם גרו ביישוב "נחל סיני", במקום לא היו תנאים להקים משפחה, לכן נאלצו לעזוב וכך הגיעו לתלמי אליהו. בתם הבכורה מורן, נולדה ביום שבו פרצה מלחמת יום הכיפורים "הזמנו אמבולנס ובדרכנו ראינו את זרימת המכוניות הצבאיות בדרכן למלחמה".

משה גויס לצנחנים והוצב ברמת הגולן. בתום המלחמה הגיעו נציגים ממושב דקלה והציעו לו לנהל אצלם בית אריזה, והם עברו לגור במרכז 'צוחר' ושם נולדה בתם השנייה מעיין. אחרי שנים הגיעו ליישוב דקלה ושם נולדה בתם השלישית עידית. כאן עלה שוב החלום של משה להיות חקלאי וכך היה. ברבות הימים - ימי פינוי חבל ימית - הגיעו משה ומשפחתו למושב כפר ורבורג, כאן גידלו כרמים למאכל. שמו של משה "הלך לפניו" - כמומחה לניהול בתי אריזה וכך הוא נשלח למספר רב של ארצות, כדי לבדוק איכויות ועלויות של תוצרים חקלאיים ביניהם תפוחי אדמה, פירות, כמו: אפרסקים, משמשים, כש'על פיו יישק דבר'. לאחר חוות דעתו שווקו התוצרים לארצות אחרות. ביוון שם גידלו ענבים, עשה משה הערכת יכול וכתב דו"חות. החקלאי קיבל את כספו עבור התוצרת, והחברה שאתה עבד, ביצעה את עבודות הקטיף והבציר ומשלוח התוצרת למזמינים. המדינה האחרונה שבה היה היא מרוקו, לשם הוזמן על ידי חקלאי מקומי, המגדל מטעי פירות, המשווקים לארצות אחרות. "אף פעם לא סירבתי לכל ההצעות לנסיעות לחו"ל" אומר משה שהיה בין הבודדים בארץ במקצוע "טיפול בתוצרת חקלאית לאחר הקציר או הבציר". ובזכות היתרון הזה גם הגיע למסעות מרתקים בארץ: ניהל בתי אריזה בבשור, במושב דקלה, במסמיה ובחו"ל: ג'מאיקה, פורטוריקו, יוון, אוסטרליה, ניו זילנד, טורקיה ומרוקו. לאחר כל השנים הללו חזר משה לכפר ורבורג אל משקו. חלום נוסף שהיה למשה: לטייל בעולם. בחלקו באמצעות עבודתו המקצועית. בשנת 1984 לקח את משפחתו לחודש ימים לארצות הברית, טיול מחוץ אל חוץ. משה תכנן את הטיול על פרטיו, שעות ארוכות וקילומטרים רבים כל יום במהלך הטיול הגדול. טיול שלא יישכח. תחביבים: משה אוהב לקרא ספרים, מגדל שני חתולים, ואוהב כובעים רחבי שוליים. בית המייסדים: "המקום נהדר, כל מה שהצוות עושה זה פשוט מדהים, אני מגיע כל כיום ומרגיש שמאוד אוהבים אותי". בסיום כל יום אומר משה תודה, היה טעים, נתראה מחר.

אל ובתוך ירושלים שושנה פלג

טַמְנַתִּי אוֹתוֹ עִמָּךְ
בְּפֶתַל הַבְּקָשׁוֹת
מְחִיתִי הַמְּעָה
וְצַעֲדֵתִי לְאַחֹר
מִבֶּט גּוֹסֵף גְּלָה לִי
כִּי סִיס הַחֹמוֹת
נִשָּׂא בְּקִשְׁתִּי
אֶל עַל.



עֲקוּלֵי שַׁעַר הַגֵּיא
תְּמִיד מְחַסְרִים בִּי פְּעִימוֹת
בְּדֶרֶךְ כָּל
בְּיָרִידוֹת
פְּעִימָה עֶבֶר הַנּוֹף
פְּעִימָה עֶבֶר הַפֶּחַד.
וְתְּמִיד, אֲבָל תְּמִיד,
אֲנִי חוֹרֵת אֶל הַהֲתַרְגְּשׁוֹת הַזֹּאת.
לֹא מוֹתֵרֵת.



בְּקִשְׁתִּי לְכַתֵּב עַל יְרוּשָׁלַיִם
שְׁפָתַיִם רַבִּים נִקְשְׁרוּ לָהּ
שְׁמוֹת רַבִּים
נִקְרְאוּ בָּהּ
וְעַמִּים שׁוֹנִים
הִפְכוּ וְהִפְכוּ בָּהּ
וְאֲנִי,
בְּמִידָה שֶׁל רַחֲמִים,
הִרְפִּיתִי.

בתשבץ זה מסתתר פתגם. כדי לגלותו, עליך לפתור את התשבץ ע"י שיבוץ המילים הרשומות למטה. התחל מהמילה הארוכה ביותר. לאחר מכן כתוב מעל הקו המקווקו את האותיות המופיעות בריבועי התשבץ אשר מספרן רשום מתחת לקו. בסיום יופיע לפניך פתגם.



6 אותיות
נסיעות

5 אותיות
תרבות, תיגרה
התאמה, דקירה

4 אותיות
חידה, טוהר
רכבת, צנוע

3 אותיות
שבי, גזם
חסה, צפת

2 אותיות
טל, חן, ים
הר, סב

? _____
8 1 2 7 22 17 2 17 14 15 16

_____ 19 2 15 4 1 17 19 16 8 1 7 22 17

פרוש הפתגם: אדם המכבד אחרים, מכובד בעצמו



המחלקות בעמותת "המייסדים"

מרכז יום (בית המייסדים)

מרכז יום הינו מסגרת חברתית ותעסוקתית יומית המציעה מגוון רחב של טיפולים, פעילות גופנית, חוגים, פעילויות תרבות, הסעות וארוחות. הפעילות במקום מלווה על ידי צוות רב מקצועי. במרכז היום פועלת גם יחידה עצמאית למאובחנים בדמנציה.

מנהלת מרכז יום - ורד שלח 052-2648927

קהילה תומכת

הקהילה התומכת מספקת לחבריה מערך שירותים נרחב כמו: חיבור למוקד באמצעות לחצן מצוקה לקבלת שירותים רפואיים בבית 24 שעות, ייעוץ רפואי, ביקור רופא ופינוי באמבולנס, מתן סיוע בתיקוני אחזקה קלה בבית ע"י אב הבית וקישור לבעלי מקצוע, וסל תרבות מגוון הכולל הרצאות, מסיבות, טיולים וציון חגים.

מנהל קהילה תומכת - עדי שטקל 050-2390077

מחלקת טיפולי בית

המחלקה לטיפול בית נותנת מענה לתושבי המועצה והסביבה בתחום הסיעוד. מסייעים בקבלת טיפול ביתי במימון חוק סיעוד ע"י עובדים ישראלים (שעתיים) או עובדים זרים המתגוררים בבית המטופל. כל זאת בהתאם לזכאות שנקבעה ע"י המוסד לביטוח לאומי והקרן לנפגעי שואה.

מנהלת טיפולי בית - קאטי פרץ 054-9290997

טלפון המחלקה לשירותים חברתיים, צוות הוותיקים של מועצה אזורית באר טוביה: **08-8509826**

חברי המערכת : גיא פסח | ורד שלח | איריס טובל | סאלין בוזגלו | שושי פלג - עריכה | טל ידוב - גרפיקה
אחוה, ד.ג. שקמים 7980300, טלפון: 08-8583301, hameyasdim.bt@gmail.com