



גליון 268 | ספטמבר אוקטובר 2022 | אלול תשרי חשוון התשפ"ב



המייסדון

ירחון קהילתי, העמותה למען הקשיש
גליון חגיגי לחגים

שנה טובה מחברי מרכז היום | 03

כך הייתי למורה דליה חנין | 04

מעריכים את הנתינה איריס טובל | 06

החדר הפנימי אורית זומרפלד | 07



שנה מלאה בבריאות, שקט נפשי, נחת ואושר לרוב

עמותת המייסדים מזמינה אתכם

להרמת כוסית

לכבוד השנה החדשה

ביום ראשון, כ"ב אלול התשפ"ב

18.9.2022 בשעה 10:30

ב"בית המייסדים"

נשמח לראותכם!



תחל שנה וברכותיה

ככל שחולפות השנים, אני הולך ודבק בשורה אחת שמסתתרת בפיוט לערב ראש השנה, ושאומצה בחדווה בידי דורות של דוברי עברית.

אני חושב שהיא הדבר הכי חכם שאפשר להגיד בנקודת זמן כזו, שבה מנסים "להתניע מחדש", והיא גם הכי יהודית בעולם: **"תכלה שנה וקללותיה, תחל שנה וברכותיה"**.

בפתחה של השנה החדשה, אני מבקש להביע את הערכתי העמוקה לחברי העמותה, תושביה הוותיקים של המועצה האזורית ובני משפחותיהם, על שיתוף הפעולה והובלת העמותה ליוזמה, לשגשוג, להתפתחות והצלחה. כמו כן הערכה רבה לעובדי העמותה, חברי ההנהלה ומתנדביה הרבים, הנובעת מהמחויבות וההירתמות של כל אחד ואחד מכם למשימות הרבות שעמדו בפנינו גם בשנה החולפת.

בתחילת השנה החדשה, הבאה עלינו לטובה, השנה נציין 40 שנים להקמת העמותה.

שנים של שיתוף פעולה פורה עם ראשי המועצה האזורית באר טוביה ועובדיה המסורים, ועדי היישובים, מסגרות בקהילה ומערכת החינוך.

בהזדמנות זו אנצל את הבמה להודות לראש המועצה, מר קובי אביבי על התמיכה, הסיוע וההתגייסות לטובת כל מטרה שתכליתה פיתוח מיזמים ושיפור השירות לאזרחים הוותיקים.

אני מאחל לכולנו שנה שלווה ומלאה בסובלנות, פתיחות ואורך רוח. שפחות נחשוש משינויים, שנהיה סלחניים יותר כלפי עצמנו וכלפי האחר ושנדע ליהנות מכל הזדמנות וחוויה.

שתהייה לנו שנה טובה ומתוקה מלאה באושר ובריאות איתנה.

אנחנו פה בשבילכם ולמענכם, תמיד!



מבאר טוב-י'ה לראש השנה הרב אביאל עמר

"היום הרת עולם" יום הולדתו של העולם, יום של חשבון ועצירה, והתחלת דרך חדשה. במשך כל השנה הקב"ה נותן בנו אמון יש לנו בחירה חופשית אך בסוף השנה צריך למסור דין וחשבון על מעשנו והתנהגותנו. "כי ידך פשוטה לקבל שבים" קול השופר מחריד את הלבבות ותפקידו לנקות אותנו מכל הפסולת שדבקה בנו במשך כל השנה. לעורר אותנו שלא נאבד את עצמנו, אסור לנו לרמות את עצמנו שאנחנו בדרך טובה. במקום להיות מסוכסך עם חברים במקום רק לדבר על אחרים ולטפח שגאה צריך "לקחת את עצמנו בידיים" לטפל בעצמנו לא להיות מחנכי הדור אלא לתקן קודם כל את עצמנו.

לכן בראש השנה לא ישנים, זה לא הזמן לישון זה זמן להיות ערים ומפוקחים. קול השופר מעורר, האדם משתחרר מעצמו ושומע, הקול הולך וחזק וממלא אותנו. השופר בא להחזיר אותנו אל עצמנו.

ביום "הרת עולם" הקב"ה מחליט לתת אמון מחודש בנו ובאנושות כולה. ביום ראש השנה אנו ממליכים את הקב"ה עלינו ועל כל העולם כולו, לא מתעסקים בעוונות שלנו שהרי הלכה היא שאין אומרים וידוי בראש השנה, לזה יש זמן ביום הכיפורים. אנו מתעלים ביום זה לעולם של טובה "והרשעה כולה בעשן תכלה". אנחנו מתחדשים והבריאה כולה מתחדשת ומזדככת.

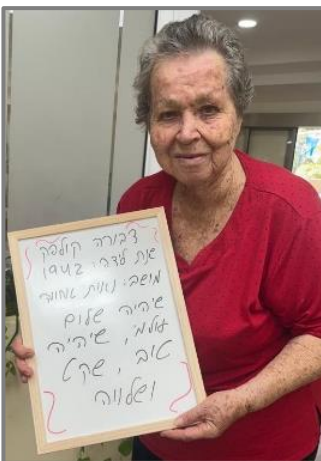
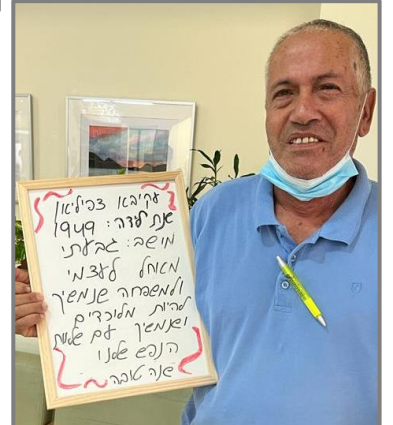
ביום ראש השנה עם אווירת הדין המרחפת מעלינו, אנחנו גם שמחים שאנחנו עמו של הקב"ה, אנחנו ממליכים אותו עלינו ואנחנו עמו וצאן מרעיתו "כי לא יטוש ה' עמו ונחלתו לא יעזוב".

אך תנאי אחד לגאולתנו ואפשר לראות זאת בתפילות ראש השנה הקריאה לאחדות כוללת של הבריאה ולהתמקדות בהמלכת הקב"ה על כל הארץ "וייראוך כל המעשים, וישתחוו לפניך כל הברואים ויעשו כולם אגודה אחת לעשות רצונך בלבב שלם". מובא במדרש תנחומא פרשת ניצבים "אתם ניצבים היום" - מה היום מאיר פעמים - ומאפיל פעמים, אך אתם כשאפלה לכם, עתיד להאיר לכם אור עולם, שנאמר: "והיה לך ה' לאור עולם" ישעיה פרק ס' יט.

אימתי? בזמן שתהיו כולכם אגודה אחת, שנאמר: "חיים כולכם היום" דברים פרק ד' ד.

בנוהג שבעולם, אם נוטל אדם אגודה של קנים, שמא יכול לשברם בבת אחת? ואלו נוטל אחת אחת, אפילו תינוק משברן. וכן את מוצא שאין ישראל נגאלין עד שיהיו כולן אגודה אחת, שנאמר: בימים ההמה ובעת ההיא נאם ה' יבואו בני ישראל

ובני יהודה יחדו וגו' ירמיה פרק נ' פס' ד'. כשהן אגודים, מקבלין פני שכינה. שנה טובה ומבורכת בכל מכל כל, מראשיתה ועד אחריתה לכל בית ישראל.



'חויית חיים מופלאה'

חופש פסח 1955.

אני תלמידת שנה ב' בסמינר למורים בבית-הכרם בירושלים.

באמצע החופש אני מקבלת מכתב בהול ממנהל הסמינר אברהם אבן-שושן (איש המילון) המבקש ממני להגיע למשרדו בהקדם. מיהרתי לירושלים מכפרי שבשרון ולא היה לי שמץ של מושג במה מדובר.

"את לא חוזרת ללימודים", אמר לי מנהל הסמינר, יש מחסור חמור במורים במושבי העולים ומשרד החינוך הורה לכל סמינר לשלוח מיד שלוש סמינריסטיות לאיוש המשרות.

אי לכך, מיד בתום הפסח עלייך לעלות לגליל אל המושב שנקבע לך.

וכך מצאתי את עצמי בעיר נהריה, מחפשת את המשאית של שרה זינתי מפקיעין, שהסכימה להעלות אותי יחד עם הירקות, סלי הלחם ושאר הכבודה ולהוריד אותי במושב הסמוך למקום מגוריה.

וכך הייתי למורה.

מורה יחידה בכפר שרובו עולים חדשים.

קצת יותר מעשרים תלמידים המחולקים לשלוש כיתות א', ג', ו'. כולם בחדר אחד וכולם נחמדים ומקבלים את המורה בשמחה ובאהבה מן הרגע הראשון.

מה נעשה היום, ילדים, אני שואלת והם עונים במקלה: נלך לטייל! וכך הם מוליכים אותי בתוך נוף מקסים, צמחייה סבוכה של חורש ישראלי, פריחה של אביב והכל מסביב רוחש ומזמזם. והנה, פוגשים צב. ניקח אותו, נעשה פינת חי! וגם פינת צומח.

ואכן בשובנו, בונים חצר לצב ושמים בצנצנות את כל הקוצים. גדילן וברקן, דרדר וקיפודן וחרבנינה מכחילה. הכי צוחקים על החרבנינה, "איזה מין שם מצחיק נתת לקוץ הזה, המורה..."

בכיתה יושבים בשלושה טורים. טור אחד לומד עם המורה והאחרים עסוקים בעבודה עצמית בעזרת כרטיסי עבודה שאני מכינה בלילות.

הגדולים עוזרים לקטנים. וההורים? הם מתייחסים למורה בכבוד גדול. על פיה יישק דבר.

וכבר באים חגים ובית הספר הקטן הוא המרכז וכל הכפר חוגג סביבו.

אחר הצהריים אני פותחת מועדונית והילדים באים להכין שיעורים ובערב שיעורי עברית למבוגרים. להורים קשה, הם עובדים בעבודות שלא הורגלו בהן, חיי המושב זרים להם, לגמרי לא קל.

ולכן, כשצריך לשתול טבק בחלקות חדשות, הילדים לא מגיעים לבית הספר, צריך לעזור להורים.

אני כועסת, אני מרגישה שאסור לוותר. בית הספר חייב להיות במקום הראשון.

ובערב אסיפה. ההורים מנסים להסביר ואני עומדת על דעתי.

בסופו של דין ודברים אומר ראש הוועד: המורה, זה לא יקרה יותר. אני שמחה. בית הספר חשוב להורים. אנחנו עושים לנו חג.

יורדים לנחל קורן (היום כזיב) משתכשכים במים, משחקים, שרים וחוזרים הביתה בחום הצהריים.

לפנות ערב מופעים הילדים עם החמור ג'וני

המורה חייבת ללמוד לרכב. בנס לא הסתיים האירוע בריסוק איברים.

יקצר המצע מלספר את תולדות הימים ההם,

שהיו לי חויית חיים מופלאה.

אז רק סיפור אחד קטן לסיום.

לימים הזדמנתי לאחד מבתי החולים לבקר חבר.

כשעברתי במסדרון נתקלתי בשמו של רופא ביחידה האונקולוגית.

זה לא יכול להיות מישהו אחר, אמרתי לעצמי, השם ושם המשפחה

שייכים למושב ההוא, לימים ההם, לילד קטן בכיתה ג'.

אני מעזה ומקישה בדלת, אין איש.

בשובי הביתה אני כותבת לו כמה מילים (לבית החולים)

ומצרפת ציור שלו שנשמר אצלי מאז ותמונה שלו בתחפושת פורים.

ממכתב התשובה שלו אני רוצה לצטט רק שני משפטים:

"המכתב שלך גרם לי לזיכרונות של רגעי אושר רחוקים".

"הציור שלי שיחזר אצלי זיכרונות הצרובים במוחי בתוך זוהר קסום".

זה שכרה של מורה.



פורים, חוסן, 1955

לצפון יצאנו

ביום שני 5.9 יצאו חברי עמותת "המייסדים", בשמחה, לשלושה מי טיול בצפון.



לול רונת דהרי

ביום שני 29.8 התקיים מפגש נוסטלגי עם אורי זוהר וחבורת "לול" האגדית, בהנחייתו של אלון גור-אריה. החבורה פעלה בשנות ה-70 והשפיעה על התרבות הישראלית. שמענו על חייו של אורי זוהר, מימיו בלהקת הנח"ל ועד לחזרתו בתשובה: דרך שעשועוני הטלוויזיה וסרטי הקולנוע שהפכו אותו לכוכב פופולארי. אורי שידע להצחיק ולהחזיק את הקהל מבלי לדפוק חשבון. וחבורת לול שיצרה מערכונים ושירים בלתי נשכחים שמושמעים עד עצם היום הזה. היה ערב מהנה, מצחיק ומשעשע.



טיול לחברי הקהילה התומכת למרכז המבקרים של יער אילנות



יום רביעי 26.10.22
יציאה מבית המייסדים בשעה 08:45,
חזרה משוערת בשעה 17:00.

פרטים נוספים בהמשך

נא להצטייד בנעלי הליכה נוחות, מים ומצב רוח

הרשמה: רונת 054-4270083

*עליה לאוטובוס עפ"י סדר הרשמה

תרבות קהילה תומכת שמחים להזמינכם למופע האנרגטי של טניה וינוקור



כנרת וירטואוזית, זמרת ומלחינה,
במופע מרהיב שכולו פידוץ של מוזיקה
צוענית, ספרדית ויהודית לצד נגיעות
ים-תיכוניות, והכל דרך נגינה על
כינור ושירה

יום שלישי 18.10.22, בשעה 17:30

בבית המייסדים

הרשמה: רונת 054-4270083

קפה תרבות קהילה תומכת שמחים להזמינכם

למסיבת ראש השנה



בתכנית: הרמת כוסית,
לכבוד השנה החדשה,
ברכות לחג, שירי חג,
שירים וריקודים, כיבוד
עשיר

מנחה:
שלומי אסף



יום שלישי 20.9.22,
בשעה 17:30 בבית המייסדים

עלות לחברי הקהילה 30 ש"ח, עלות לאורחים 50 ש"ח
עלות הסעה 10 ש"ח

הרשמה: רונת 054-4270083

**היכוננו להצגה כיפית, אינטליגנטית, אופטימית ושנונה
ביום שלישי, בתאריך 8.11.22 נראה את ההצגה "זוג במבצע"**

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

ביום שלישי 2/8/22 התקיים טיול הוקרה למתנדבי עמותת המייסדים, על עשייתם הרבה ותרומתם. המתנדבים, יש להדגיש, הם חלק אינטגרלי מהעמותה ולפעילותם חשיבות עצומה. בעמותה מאוד מעריכים את הנתינה ומשקיעים חשיבה כיצד להעניק להם בחזרה, כאות הערכה ותודה. רונית דרורי, רכזת התרבות בעמותה, התגייסה לארגון הטיול וסייעה רבות בהוצאתו אל הפועל. את הטיול ליווה אחאב שהוא מורה דרך ב"רשות הטבע והגנים".



יצאנו לדרך לאחר ארוחת בוקר מפנקת. הגענו לגן הלאומי 'תל אפק', שם ביקרנו במבצר אנטיפטרוס ונהנינו מהנופים ומההסברים של אחאב. משם נסענו לגן הלאומי 'מקורות הירקון', ראינו את הנופר הצהוב, צמח מים רב-שנתי בפריחתו הקייצית, ראינו שפמנונים, הגדולים שבדגי המים המתוקים, ונהנינו מרוח נעימה בצל. אכלנו ארוחת צהריים טעימה בקיבוץ נחשונים וקינחנו את הטיול במרכז מורשת עולי תימן ברחובות. הטיול הוכתר כהצלחה ומצפים לבאות.



החדר הפנימי - תרפיה באומנות אורית זומרפלד

יצרנו כל אחד בנפרד את ה"חדר הפנימי" שלו. החדר הוא מטאפורה למקום שבו אני מרגיש שייך, שבו הלב שלי נמצא. כל אחד מהחברים בחן את הצרכים והרצונות שלו בעיצוב "חדרו הפנימי". לשם עיצוב החדר נעזרנו בחומרים רבים: גפרורים, בדים, פלסטלינה, פסיפס, נייר, אלומיניום.

יצרנו את הקירות, הרצפה, החלונות וחפצים אשר מאפיינים את האדם: תמונות, כלי נגינה, פסלים, שולחן אירוח ופרטי עיצוב שונים. לאחר שכל אחד יצר את החדר האישי שלו, חיברנו בין כל החדרים ויצרנו בית עם גג משותף. הגג התאפשר רק לאחר שכל החדרים הושלמו. הדימוי לכך הוא שבכדי להיות קבוצה שיכולה להכיל אנשים שונים, על כל אחד היה לחקור מה הוא צריך ומה הוא רוצה בחדרו האישי. עברנו תהליך משמעותי בחיפוש אחר החדר הפנימי, והבית המשותף שנוצר מעיד על התפתחות אישית בתוך קבוצה.



המשכנו לאתגר את עצמנו בפרויקט: חווה חקלאית. חברי הקבוצה עבדו בזוגות או לבד, בחרו ענפי חקלאות שונים שאותם הם רוצים ליצור: כרם ענבים, רפת, בריכת דגים, כוורות בית האיכר ובוסתן. כל ענפי החווה מתחברים אחד לשני כמו פאזל, ויוצגו על משטח אחד. את כל היצירות אנו מגשימים בעזרתו הנאמנה של שאול מועלם, אשר מקפיד איתנו על הגמורים, ומעבד את היצירות ליצירה אחת שלמה. אני אמונה על החלק הרגשי ביצירה ושיח על הבחירות השונות, וביחד אנו מרגישים שמצאנו מקום שנעים ליצור בו, לצד שיתוף ברגשות והעשרת זמן שהותנו במרכז היום.



מכתב פרידה ריקי פז

בס"ד

לפני שנפרדים עוצרים לרגע קט. אני רוצה לשתף אתכם במעט.

ברגע שהתקבלתי לעבודה הרגשתי בתחושת שליחות יקרה מפז ומתוך ידיעה שיש בי המון מה לתת, בהתרגשות גדולה אני יכולה לומר שכל אחד ואחת מכם נגעה בי והשאירה בי חותם.

לכם אנשי הצוות אני יכולה לומר שהרגשתי שאני חלק משרשרת בה כל אחד ניסה לשמור שלא ייוצר נתק, למדתי על עצמי וגם ממה שעלה בשיחות האיטיות עם ההנהלה שאני בעלת נתינה ענקית למטופלים שבשבלם הרי הייתי כאן וזה העיקר.

לסיכום: אני לוקחת איתי במזוודה ציידה לדרך את כל הטוב שהיה עם פנים לעתיד ואפילו יותר טוב! לכם צוות ההנהלה, המטפלים, המטפלות וכל מי שנגע בדבר

תודה!

תזכרו שגם אנחנו נגיע לשם!

מודיעה, אני נשארת בכבוד גדול בטיפולי הבית.

מכתבים למערכת - חלוץ וציוני אברהם עמיר

לזכרה של המושבה באר טוביה ולזכרו של הרופא המהולל ד"ר יזרעאלי. אוסיף כמה משפטים לכבודם. המושבה באר טוביה הוקמה בשנת 1888. מושבה שהייתה חלוצה ציונית, נקודת יישוב הכי דרומית בארץ ישראל. ד"ר יזרעאלי ומשפחתו התגוררו בעזה, כשהילדים הגיעו לגיל גן ובית ספר מסודר, ד"ר יזרעאלי החליט לעבור עם משפחתו למושבה באר טוביה. בצעד זה הפגין ד"ר יזרעאלי בנשמתו שהוא חלוץ וציוני.

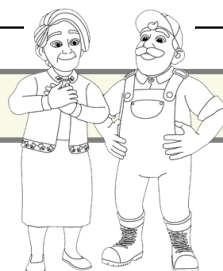
*** בירחון אוגוסט-22 בדבריו של אברהם עמיר 'חורבנה של המושבה באר טוביה' נכתב תחילה ד"ר רפאלי. אנו מתנצלים על הטעות. מערכת המייסדון.

מכתבים למערכת שושנה סובעי

ביום שלישי אחר הצהריים יצאנו שוב לחוף אורנים והיה ערב נפלא, כולם נהנו והיה נהדר לראות גם אנשים בכיסאות גלגלים מגיעים ומרגישים את אויר הים ושומעים את המוסיקה הנהדרת של קובי בר הזמר. תודה לצוות קהילה תומכת ובמיוחד למתנדבים עירית וחיים הרשקו, שדאגו כל הזמן להגיש ולסייע לכולם. תודה גם לנהגים היקרים שאוספים אותנו ומחזירים אותנו הביתה בשלום.

לוח פעילויות - מרכז יום חודש ספטמבר

15	14	13	12	11
10:00 "המעפיל" 11:30 מוסא בן ארויה- שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינן טיפולי אתי	10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא א"י	9:00 ציור 10:30 פטאנק 11:30 פרשת השבוע עם הרב עמר	10:30 בינגו 11:30 פעילות לראש השנה עם תלמידים יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	9:00 ציור 11:30 יעקב מלכא שירה בציבור
22	21	20	19	18
10:00 "המעפיל" 11:30 שחר אשבל שרים ומתופפים יחידה מוגנת: 10:30 גינן טיפולי אתי	10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 חיה גרין- "עקדת יצחק וחגי תשרי"	9:00 ציור 10:30 פטאנק 11:30 פרשת השבוע עם הרב עמר	10:30 בינגו 11:45 תנועה ומחול עם נחמה קיסר יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	9:00 ציור 10:30 הרמת כוסית לראש השנה 11:00 יוסי כנר שירה בציבור
29	28	27	26	25
10:00 "המעפיל" 11:30 שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינן טיפולי אתי	10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא א"י	ראש השנה	ראש השנה	ערב ראש השנה



ביחידה המוגנת:

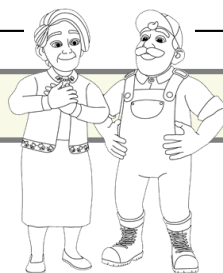
9:30 אילנית / מירה - התעמלות בוקר
10:30 ריקי / שרון / טל - יצירה

פעילויות קבועות כל יום

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

לוח פעילויות - מרכז יום חודש אוקטובר

6 10:00 יוצרים עם אורית ושאל 11:30 יוסי כנר שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	5 יום כיפור סגור	4 ערב יום כיפור סגור	3 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 הפעלה בתנועה - נחמה קיסר יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	2 9:00 חוג ציור עם רינת 11:45 שרה שמיר הפעלה עם מוזיקה
13 10:00 יוצרים עם אורית ושאל 11:30 מוסא בן ארויה שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	12 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 איריס חוג ספרות	11 10:30 פטאנק 11:30 הרב עמר - פרשת השבוע	10 סוכות סגור	9 ערב סוכות סגור
20 10:00 יוצרים עם אורית ושאל 11:30 שחר אשבל שרים ומתופפים יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	19 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא א"	18 10:30 פטאנק 11:30 הרב עמר - פרשת השבוע	17 שמחת תורה סגור	16 ערב שמחת תורה סגור
27 10:00 יוצרים עם אורית ושאל 11:30 יעקב מלכא שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	26 10:00 בוקר של כייף	25 10:30 פטאנק 11:30 הרב עמר - פרשת השבוע	24 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 הפעלה בתנועה - נחמה קיסר יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	23 9:00 חוג ציור עם רינת 11:45 שרה שמיר הפעלה עם מוזיקה
3 10:00 "המעפיל" 11:30 שחר אשבל שרים ומתופפים יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	2 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 אבנר חורש הרצאה בנושא א"	1 10:30 פטאנק 11:30 פרשת השבוע עם הרב עמר	31 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 הפעלה בתנועה - נחמה קיסר יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	30 9:00 חוג ציור עם רינת 11:30 שירה בציבור
10 10:00 "המעפיל" 11:30 יעקב מלכא שירה בציבור יחידה מוגנת: 10:30 גינון טיפולי אתי	9 10:30 שלמה משחקי חשיבה 11:30 מצבת מישע- טל קיסר	8 10:30 פטאנק 11:30 פרשת השבוע עם הרב עמר	7 10:30 איריס חוג ספרות 11:45 הפעלה בתנועה עם נחמה יחידה מוגנת: 11:00 אורית תראפיה	6 9:00 ציור עם רינת טקס לזכרו של יצחק רבין



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

עשינו מהלימון לימונדה איריס טובל



לאחר שקיבלנו הודעה כי ביום רביעי 10/8 תהיה הפסקת חשמל בכל האזור, ומכאן, שמרכז היום שלנו יהיה סגור, החלטנו באופן יצירתי, שהפסקת חשמל לא תשאיר אותנו בבית והתארגנו ליציאה משותפת לסרט בוקר. שבעים חברים הצטרפו לנסיעה אל 'יס פלאנט' בראשון לציון, כדי לצפות בסרט הישראלי "אוהב אותך צ'ארלי". וכך, באולם 15 התקיימה הקרנה פרטית לחברים. בנוסף, נהנינו מהאגם היפה הצמוד למתחם, אכלנו כריכים טעימים לפני הסרט ואחריו. הסרט עצמו הוא קומדיית פשע על במאי 'חנון' מיכאל אלוני, והצוות המטורף שלו. בסרט מככבת הזמרת נועה קירל, שתייצג אותנו באירוויזיון 2023, ובכיכובו של השחקן הוותיק והמעולה אלון אבוטבול.



הכל דבש שלמה שוגר

תפקיד הדבורים בטבע הוא האבקת פרחי העצים, הפרחים והירקות, שאנו בני האדם ושאר בעלי החיים אוכלים. נחיל הדבורים הוא אורגניזם שלם המתנהל כמו כל אורגניזם ביקום, כל דבורה היא חלק מאורגניזם זה.

לכל דבורה יש תפקיד שעבורו היא בקעה מהביצה ואותו היא מבצעת מיום היוולדה ועד מותה. מרכז הנחיל הוא המלכה, תפקידה להטיל אלפי ביצים, להגדיל, לחזק ולאזן את הנחיל. הפועלות דואגות לגידול פועלות, זכרים ומלכות חדשות, להזנת הזחלים, לניקוי הכוורת, לשמירה ממזיקים וטורפים, וליצור דבש.

בכל קיץ בצהרי היום, יוצאת המלכה החדשה מהכוורת למעוף כלולות כשאחריה כל הזכרים. בסוף מעוף הכלולות ולאחר שהזדווגה עם הזכרים היא חוזרת לכוורת. מאחר ובכוורת יכולה להיות רק מלכה אחת, מוותרת המלכה הוותיקה על מקומה לטובת הדור הבא, והיא עוזבת את הכוורת עם חלק מהדבורים הוותיקות והן נודדות למקום חדש.

המלכה החדשה מתחילה להטיל ביצים במשך שנה שלמה מבלי להזדווג עם זכר. הנחיל הצעיר משתמש בדבש שנשאר בכוורת ובחומרים המשמרים שבו ונהנה מתחילת חיים בכוורת בריאה. המלכה הוותיקה בונה נחיל במקום שבחרה לאחר שהבטיחה תחילת חיים טובים לדור ההמשך.



בס"ד

"ושמחת בחגך.....והיית אך שמח" (דברים טז' פסוק יד'-טו')

השנה היהודית מתחילה ב- א' תשרי, אנו חוגגים אותה בברכות על "סימנים" המבטאים רמז לשפע לו אנו מקווים. בציווי ושמחת בחגך - השם מבקש שנדאג שהשמחה תהיה אצל כולנו- המשפחה הגרעינית והמורחבת, עובדי השרות שלנו, הלוי (חסר הנחלה), הגר, היתום והאלמנה - אם נתחלק בשפע הנוכחי - יש הבטחה שהשפע ישמר גם לעתיד. סימני החג והטוב שהם משפיעים:

תמר אנו מברכים **שייתמו אויבנו וכל מבקשי רעתנו.**

התמרים עשירים בסוכר ובסיבים תזונתיים. מכילים עשרה סוגי מינרלים - בינם אשלגן ומגנזיום, סידן ושישה סוגים של ויטמין B.

רוביא מברכים **שירבו זכויותינו.**

רוביא הינה קטנית המכילה שפע ויטמינים, מינרלים ונוגדי חמצון. מסייעת לשמירת רמות סוכר ולהגברת תחושת שובע.

כרתי (כרשה) מברכים **שיכרתו אויבנו ושונאנו.**

היא מקור מצוין של ויטמין A המסייע ביצור תאי דם אדומים, מכילה ויטמין B6, חומצה פולית, ויטמין C ויטמין K המסייע במנגנון הקרישה ושומר על בריאות העצם. מכילה ברזל, מגנזיום ומנגן. מכילה פוליפנולים המסייעים במניעת מחלות דלקתיות וחומרים המגנים על הראיה. דלת קלוריות ועשירה בסיבים תזונתיים.

סלק מברכים **שיסתלקו שונאינו.**

הסלק מכיל נוגדי חמצון, נוגדי דלקת. מסייע בפינוי רעלים ומסדיר את זרימת הדם לתאים. מרחיב כלי דם ומסייע באיזון לחץ הדם.

רימון

מברכים **שנהיה מלאים מצוות כרימון.** ברימון ע"פ האמונה יש 613 גרעינים, כמספר המצוות. קליפת הרימון מסייעת בריפוי פצעים והגלדתם. מכיל נוגדי חמצון, מונע יצירת רדיקלים חופשיים ומעכב התפתחות תאי סרטן. מחזק את המערכת החיסונית.

תפוח בדבש **שתתחדש עלינו שנה טובה ומתוקה.**

הדבש הינו חומר חיטוי טבעי. הוא הורג תאים סרטניים אך לא פוגע בבריאים. הוא אנטי פטרייתי, אנטי חיידקי ואנטי ויראלי. מסייע בריפוי פצעי לחץ וכוויות. מקל על שיעול וכאבי גרון, מווסת רמת סוכר. תוסף תזונה מעולה וקל לעיכול. (אסור לתינוקות מתחת לגיל שנה)

ראש דג / כבש ברכתם **שנהיה לראש ולא לזנב.** לגבי הדג יש המוסיפים - **שנפרה ונרבה כדגים.**

הדג הוא מקור טוב של חלבון מן החי, דל קלורי וקל לעיכול, דל כולסטרול. מכיל אומגה 3 בכמות רבה. שומר על כלי הדם, מסייע במניעת דיכאון.

מאחלת לכולנו שנה טובה ובריאה.

מחלקת טיפולי בית



ראש השנה החל בחודש תשרי הוא חג מהתורה ואחד מראשי השנה העבריים.

הוא מצוין בימינו כחג יהודי בא' וב' בתשרי ופותח את עשרת ימי תשובה עד יום הכיפורים. שני הימים נחגגים כיום טוב;

מחלקת טיפולי בית

מאחלת למטופליה ובני משפחותיהם, מטפליה ולכלל תושבי מועצה אזורית באר טוביה:

שנה טובה ומתוקה כדבש,

שנה של התחלות חדשות שיביאו איתן: הצלחה,

בריאות ושלווה

חג-שמח

אמשיך גיורא פֿישר

אַני חוֹזֵר וּמְשַׁנֵּן :

אַני דִּף לָבֵן
וְאַני מַחְלִיט
בְּאֵילוֹ צְבָעִים אֲשֶׁתִּמְשׁ.
גַּם אִם דִּיו יִשְׁפֹּךְ
וְכִתְּם יְצִיף אֶת דְּפִי
אֶקְפֹּץ אֶגְרוֹפִי
וְאִמְשִׁיךְ
לְנִסּוֹת
לְהַחְלִיט :
אַני דִּף לָבֵן



מתוך: "בתחיתת הימים" עם עובד תשפ"ב

סתיו שושי פלג

צהריים בסתיו
גם חוף הים בשלכת

הגאות
הותירה סימנים על החוף
והמים חזרו לתחומם

לא מסיגים גבול
לא חוזרים
לאסוף את השלכת.

כמהה
ליד מלטפת
ברוח של סתיו
חושקת
ביד מלטפת כתף
אבל
כמו העלים בשלכת
נושרת בחוף
מתלטפת ברוח
חובקת סלע.

רוח של סתיו
נושא
את החול הדק
שמכה בגופי
גם אחרי הסליחות
של כיפור.

וכתמים של
שמן אדמה
מותירים
על גופי המותר
סימנים.

תפילה לשנה החדשה

חנה דיקר

בפתח של שנה חדשה
לאדון עולם נישא תפילה,
שתהיה זו שנה מלאה כל טוב,
שדברים יפים מן השנה שעברה, יופיעו שוב.
שיהיה לנו ביחד נחמד ונעים,
ונלמד עוד הרבה דברים חדשים,
שתהיה רק שמחה ואורה,
במשך כל השנה כולה,
אנא אדון מלא בקשתנו
ותעניק שנה מבורכת לכולנו.



כמהשך לחוויותי מהשייט על הריון, אסיים סדרת כתבות זו בנקודה היהודית של הטיול. על גדות נהר הריון, בחלקו הגרמני, נמצאות שלוש ערים קטנות, הידועות בהיסטוריה היהודית כעירות שו"מ ושו"מ. על שום מה? משום ראשי התיבות של שמותיהן.

שפירא ביהודית, שפייר בגרמנית, ורמייזא-וורמס מגנצא-מיינץ.

שלושתן קהילות של יהודים שהתיישבו שם במאה ה-11 ואשר באו כנראה מאזור רומא. הקימו קהילות חזקות והוציאו מתוכן אנשי רוח ותרבות. הקהילות האלה השפיעו רבות על קהילות אשכנז והיחס ביניהן לתושבים האחרים היה תקין ומכבד. בסוף המאה ה-11 התחילו להתארגן באירופה לקראת מסעי הצלב שנועדו לכבוש את ארץ הקודש מידי המוסלמים. בדרכם הם פורעים בקהילות, רוצחים, שודדים ומסיתים באוכלוסייה היהודית את יתר התושבים וגורמים לערעור מעמדן ומצבן של הקהילות היהודיות בערים אלה: פרעות תתנ"ו. הגבלות על העיסוקים של היהודים, ולכן הוצאו תקנות בקשר להתנהלות החיים היהודיים לכל קהילות אשכנז ותקנות אלו נקראו תקנות שו"מ. הקהילות נחלשו מאוד אך שרדו. את השואה הם לא שרדו. הרבה מבנים ואתרים יהודיים שרדו מין העת ההיא והם מוגנים ושמורים.



אנחנו ביקרנו בשפייר בשרידי בית הכנסת, ובמקווה טהרה בשלמותו, וכן במוזיאון קטן המשמר את כל הממצאים שנחפרו ונאספו; הרבה כתבי יד ועדויות נוספות.

בוורמס ובמיינץ ישנם ממצאים נוספים.

האתר הבא השייך גם הוא לנקודה היהודית נמצא בפרנקפורט. פרנקפורט יושבת על גדת נהר המיין יובל של הריון. היא עיר בת 2000 שנה לפחות לפי הממצאים. בני משפחת רוטשילד חיו בעיר מהמאה ה-16.

באותה תקופה יהודים יכלו לגור אך ורק באזור המוגבל וגם עיסוקיהם היו מוגבלים.

ביקרנו ברחוב היהודים ובחרבות בית הכנסת במקום ולמדנו מעט על חיי משפחת רוטשילד וכיצד הצליחו להקים את האימפריה המשפחתית והכלכלית.

מכיוון שאנחנו לפני חגי תשרי חשבתי שהנקודה היהודית היא מקום טוב להיפרד מסדרת כתבות זו.

אני מאחלת לנו ולכל בית ישראל שנה טובה, שנת רצון ובריאות, שקט ושלום.

לשפר את העתיד אילנה צור

בעולם בעל אמונה באילנים נוסד הלוח השנתי העברי. תפקידו היה למעשה להיות גורם נגדי לאילנות. קביעת ראש השנה אפשרה מועד לחשבון נפש אישי אך גם קבוצתי, יחסים בין עמים שונים והתנהגות מכוונת לשלום, שיתוף פעולה, עזרה הדדית ולא מאבקים ומלחמות.

גם מבחינה חברתית זאת הייתה הזדמנות לבדיקות לקראת התקרבות.

היו עליות וירידות ביחסים אך תמיד נשמרה הכוונה לשיפורים.

היום נראה שהאל כועס עלינו כאילו שכחנו שמע ישראל רציחות, פיגועים, אסונות, שלא מפסיקים לפקוד אותנו.

האם חשבון נפש, הבטחות לקראת הבאות, שמירה על עקרונות, יצליחו לשנות את התמונה הקשה?

מה היה בתשפ"ב? כיצד נצליח לשפר את העתיד?

בראש השנה חשוב המפגש של כל הקהילה, חשבון הנפש האישי ישפר את מצבנו, אך יש צורך בחשבון נפש ביחס שלנו אל הזולת, אל הקשר בין העמים.

עם ההתפתחויות הטכנולוגיות, המרחקים התקרבו, ההגעה והקשר בין ארצות תבל נעשו קלים יותר, עלינו למדוד היטב את מעשינו ואולי נזכה.

נאחל שניכנס לשנה הבאה באווירה שמחה ושקטה ונארגן סעודה וברכה מתובלת במאכלים טעימים, עם הברכה המקובלת של תפוח בדבש.

שנה טובה!!



אילנית לוי חצרוני

"מרכז של חסד אמיתי"



שלוש פעמים בשבוע, למעלה מעשרים שנים מגיעה אלינו אילנית, המורה להתעמלות. את פניה מקבלים בשמחה החברים ב'מרכז היום', רובם משתתפים בפעילות הגופנית אותה היא מנחה מתוך ייעוד של; טיפול, הקשבה, הפעלה ואהבה. את הפעילות הגופנית, המלווה באביזרים כמו: כדור, גומיות מתח, משקולות ידיים, חישוקים ועוד, היא מעבירה לשתי קבוצות; עצמאיים ולשוהים במחלקה המוגנת, כשהתוכנית מובנית מראש ומותאמת למשתתפים.

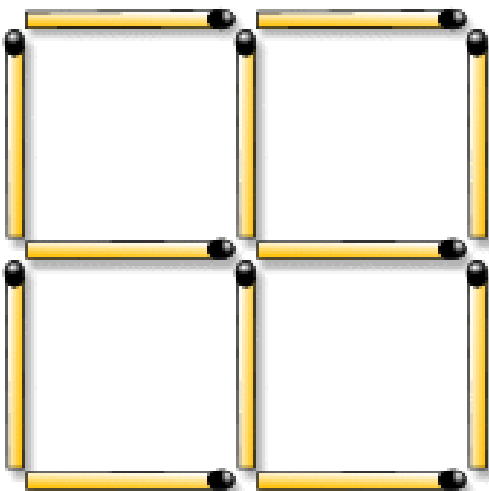
כך ניתן לראות כאן כיצד משולבים כל הרבדים של גוף ונפש, מנטלי וקוגניטיבי, תנועתיות וחשיבות התזונה הנכונה הבאים לביטוי בתרגול של יוגה פנים, תרגילי נשימה, איזון ושיווי משקל. לכל אלה מתווספים גם מתיחות, גמישות מפרקים, טווחי תנועה ועוד.

היא מסבירה במילים את חשיבות ההקשבה לגוף 'נפש בריאה בגוף בריא'. והחברים, יודעים לתגמל בחיוך ובתודה. "אני מרגישה שהלב שלהם קורא לי", אומרת אילנית ומספרת כי בתקופת הקורונה כשהבית כאן היה סגור, היא התנדבה שעתים כל בוקר וביקרה בבתי האנשים בקריית מלאכי כשהיא עוטה מסכות וכפפות, וזוכה, לדבריה, בברכת ה'.

אילנית, בת 51 וקצת, נשואה לרון אימא גאה לאביב, מהנדס חשמל, ורם אברהם חי, סטודנט לסייבר ואומן מוזיקה. בזמנה הפנוי היא לומדת קבלה ובין תחביביה, יוגה, קריאה וטיפוח הגינה בביתה. על 'מרכז היום' שלנו היא אומרת: "בית המייסדים זה בית מלא חום ואהבה, מרכז של חסד אמיתי".



לאתגר את המוח שלמה ולדמן



הנדסת גפרורים

הצורה שבשירטוט מורכבת מ-12 גפרורים וכוללת ארבעה ריבועים פנימיים זהים ואחד חיצוני.

האם תוכל:

- (א) להוריד 2 גפרורים, כך שישארו שני ריבועים לא שווים
- (ב) להזיז 3 גפרורים, כך שיווצרו שלושה ריבועים זהים
- (ג) להזיז 4 גפרורים, כך שיווצרו שלושה ריבועים זהים
- (ד) להזיז 2 גפרורים, כך שיווצרו עשרה ריבועים
- (ה) להזיז 4 גפרורים, כך שיווצרו שבעה ריבועים

הערה: בסעיפים ד' וה' מותר שהגפרורים יחתכו זה את זה

רות עופרי

מושב אביגדור



"תמיד קראתי את הסיפור הקצר די בקוצר רוח. אם הכתוב היה שמח-שמחתי, אם עצוב - נעצבתי". כך פותחת ואומרת רות עופרי ילידת שנת 1927. הוריה; שרה ושלמה גרינשפון עלו ארצה מרוסיה בשנת 1924, הגיעו לבנימינה ועבדו בכל עבודה מזדמנת לשם פרנסה.

אביה למד לעשות הרכבות על עץ החושש כדי לגדל את כל סוגי פרי ההדר וכך הפך למומחה להרכבות.

בני הזוג מאוד רצו להקים משק חקלאי בישראל ובעזרת 'תנועת המושבים' הגיעו למושב כפר חיים. "התנאים היו לא תנאים אבל הרגשנו את עצמנו חלוצים בוני הארץ" אומרת רות.

בגן הילדים בכפר חיים היו בסך הכול ארבעה ילדים ולכן את כיתה א' ו- ב' לימדה הגננת. המשך הלימודים עד כיתה ח' היה בכפר ויתקין.

"האוטובוס שבו נסענו היה אוסף גם חיילים אוסטרליים שיכורים שהיו אז בארץ" נזכרת רות. בבית הספר הוקמה תזמורת של מנדולינות וכל הילדים היו מנגנים בה, גם אלה שזייפו.

בכפר היו משחקים משחקי כדור ליד בית הכנסת ותפקידה של רות היה לתפוס את הכדורים.

את לימודי המתמטיקה בבית הספר רות לא אהבה אבל את כל מה שכתבה בשעורי הספרות, כולל שירים שאהבה לכתוב, שלחו לוועדת חינוך. היא הייתה חתומה על עיתון "דבר לילדים" והיו לה שלושה כרכים עם העיתונים.

"יום אחד אני רואה את אחי מחזיק כרף אחד ביד ותולש דף אחרי דף" אומרת רות "אימא לא ידעה כיצד להעסיק אותו וזה מה שאמרה לו לעשות. עד היום לא שוכחת כמה כעסתי על המעשה".

רות נשלחה ללימודים בבית הספר לחקלאות 'חנה מייזל' במושב נהלל, ולאחר מכן חזרה הביתה בכפר חיים.

מאחר ורצתה להיות בין אנשים צעירים עברה למושב רמות נפתלי. לפרנסתה נשלחה לעבוד במטבח בקיבוץ בית השיטה, שם בישלה דייסה לגברים החולבים את הפרות.

עבור רות זו הייתה עבודת פרך, כי לא היה לה מושג בכל הקשור לבישולים, ולעזרתה באה אישה נהדרת שלימדה אותה כיצד להכין דייסה טובה ואפילו ניסתה לשדך לה את אחיה.

ברמות נפתלי בגיל שמונה עשרה, הכירה את עזריאל עופרי ז"ל, לימים בעלה, שהיה איש פלמ"ח ובנוסף גם תימני. הם התיידדו והפכו לזוג אוהב. ביום עבדו ובערב על האופנוע של עופרי נסעו לבילויים. רות ועופרי החליטו שהם רוצים להיות במקום קבע לתמיד, וחזרו לכפר חיים, שם התחתנו.

מכל האזור הגיעו האורחים רכובים על גבי חמורים וסוסים כדי לראות את "התופעה": אשכנזייה מתחתנת עם תימני. "קיבלנו המון סיפולוקסים מתנות לחתונה", אומרת רות.

לאחר זמן מה נולד בנם הבכור רני וביחד עברו לכפר מושב שיתופי.

הגברים עבדו בחקלאות והנשים עקרות בית. עברה עוד כשנה וחודשיים נולד בנם השני עודד.

נציג של 'תנועת המושבים' הגיע לכפר והמליץ להם לעבור למושב חדש בדרום הארץ. "חבר שפגש אותנו הציע לנו לבוא אל המושב שבו הוא גר, מושב אביגדור, שם מחפשים איש לניהול מחסן אספקה וניהול הצרכנייה".

התפקיד מאוד התאים לעזריאל וכך הגיעו אל המושב, תחילה גרו בצריף ישן ועלוב ורות סידרה, טיפחה אותו ועשתה אותו לבית נעים ויפה. לאחר זמן עברו לבית קבע שבו היא חיה עד היום. באביגדור נולדה בתם טלי. בבקרים רות עבדה בהנהלת חשבונות של המושב ואחר הצהריים במיין פרחים בבית האריזה של המושב.

רות אוהבת מאוד פרחים והראיה לכך, גינתה היפהפייה. תמיד פורחת ומטופחת. בפרוץ מלחמת יום הכיפורים גוייסו הבחורים למלחמה, הבן הבכור רני ז"ל שהיה טייס, נהרג כשמטוסו נפגע. עודד גר בתל אביב, וטלי בנתה את ביתה בחצר ליד רות.

באהבתה הגדולה לכתביה וקריאת ספרים, מרבה רות בכתובת סיפורים קצרים, מחווה דעתה ותחושותיה בכתב לאחר קריאת ספרים, ויוצרת קשרים עם סופרים.

"בשיעור לספרות למדתי שיש סיפורים מאחורי המילים, מוסר השכל ודרך שונה להסתכל על האנשים, לחשוב מה חשב המשורר?" כך אומרת רות.

עוד בין תחביביה של רות: אהבה גדולה לסריגה וטיולים בארץ.

בית המייסדים: "הגעתי לבית המייסדים בהמלצה של חברה. המקום נפלא. בגילנו חייבת להיות חברותא, לא להיות לבד. אני מגיעה כל יום, הצוות נהדר".

להשיג בבית המייסדים

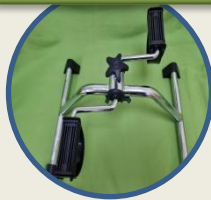
רולטור
ש 320



גלשנים
להליכים
7 ש לזוג



אופניים 140 ש"ח



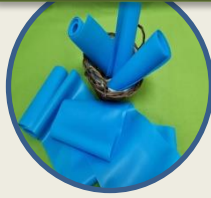
הגבהה
לאסלה
(10 ס"מ)
ש 80



גומיות
להליכים
6 ש ליחידה



גומיה 25 ש"ח



תחתון אלסטי
מידות L XL
14 יח'
59 ש"ח



תחתון אלסטי
מידה M
18 יח'
59 ש"ח



מקל הליכה
טלסקופי
ש 40



גומיה פרח
למקל הליכה
6 אצבעות
ש 50



כר-חם 70 ש"ח



קרם סיליקון
1 ל' 40 ש"ח



טיטול
פרימיום
מידות L XL
15 יח'
40 ש"ח



טיטול
פרימיום
מידה M
15 יח'
30 ש"ח



פדים
15 יח'
10 ש"ח



סדיניות
15 יח'
38 ש"ח

סינרים חד-פעמיים
100 יח'
32 ש"ח



המחלקות בעמותת "המייסדים"

מנהלת מרכז יום - ורד שלח 052-2648927

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.

מנהל קהילה תומכת - עדי שטקל 050-2390077

קהילה תומכת

קהילה 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.

מנהלת טיפולי בית - קאטי פרץ 054-9290997

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.

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 * www.hameyasdim.org.il