

אופק עד הבית – מערכת להנגשת פעילויות מרכז היום לקשיש בימי הסגר לקשישים ולמרותקי בית

| אילנה זהבי |

חדש חדש! מרכז אופק ע"ש ויינברג לאזרחים ותיקים בבית אליעזר נבחר להשתתף במיזם "אופק עד הבית" – תוכנית המופעלת ומובלת ע"י משרד הרווחה באמצעות חברת "יוניפר".

קורונה הציפה באופן בולט את בעיית בדידותם של הקשישים. החרדה, הסכנה לבריאות והסגר השפיעו קשות על מצבם של הקשישים המרותקים בבתיהם מבחינה גופנית ובמיוחד מבחינה נפשית.

באמצעות תוכנית "אופק עד הבית" מנגישים את פעילויות מרכז היום גם לקשישים בימי הסגר וגם למרותקי הבית. במרכז ויינברג עמלים על בניית מערכת פעילות מותאמת להעברת תכנים הידודיים (אינטראקטיביים) בשידור ישיר בשעות היום מחדר שהוכשר במיוחד לכך.

חברת יוניפר אחראית להתקנת מערכת ביתית קלה להפעלה בבית הקשיש שתיצור שגרת יום פעילה מהבית בשילוב תוכני מרכז היום עם תכנים משלימים במטרה ליצור בהמשך פעילות בקבוצות קטנות ולקשור קשרים חברתיים חדשים. המטרה העיקרית של מיזם זה היא הפגת בדידות ועידוד אורח חיים פעיל, בריא, מלא תוכן, שמירה על קשר בין חברי המרכז גם מרחוק ויצירת קשרים חדשים למרותקי הבית.

נוסף על כך גם מתן כלים לקשישים כדי שיוכלו להיות מקושרים לבני משפחתם באמצעות המדיה. המערכת פשוטה וידידותית, והשימוש בה עשוי להפחית משמעותית את תחושת הבדידות.

הקורונה והקשיים שנגרמו בעקבותיה נתנו לעיר חדרה הזדמנות להפעיל שירות חדש. העמותה למען הקשיש אינה נחה על שמריה, ובשיתוף פעולה מלא עם המחלקה לאזרחים ותיקים בעיר ממשיכים לפתח מיזמים לרווחת האזרחים הוותיקים.

בשלב הראשון של התוכנית ישתתפו 35 אנשים: 25 חברים שפרשו ממרכז היום עקב הקורונה ו-10 אזרחים שיופנו ע"י המחלקה לאזרחים ותיקים מהרווחה.

בפילוט הראשון שנערך לאחרונה בחמישה יישובים ברחבי הארץ דיווחו המשתתפים על ירידת מפלס החרדה, צמצום סיכון נפילות, צמצום תחושת הדיכאון ובעיקר הפחתת תחושת הבדידות והבידוד החברתי.

כולנו מקווים ששלבי ההכנה יושלמו בהקדם, כדי שנוכל להפעיל את התוכנית בעילות המרבית ומאחלים לכולם בהצלחה.

קבלת קהל במשרדי העמותה בימי שלישי

תלם

שיראג' סילאז בל"י"א

תלם - בשיתוף עם העמותה למען הקשיש בחדרה

סיוע ויעוץ בקבלת רשיונות לעובד הזר - ללא תשלום.
מטפלים/ות זרים - 24 שעות ביממה
שירות מקצועי ואמין



טל: 03-5618850
רינברג כלנית: 050-4440009

העמותה למען הקשיש חדרה



- מטפלים מנוסים לטיפול אישי בבית
- מטפלים זרים ל 24 שעות
- מרכז מידע ייעוץ והכוונה



טל: 04-6210526, 04-6324808

רח' רמב"ם 29 (קומה 1) חדרה



סגר כפוי – חצי סגר – סגר מרצון

את אשר יגורנו לנו – הנה הוא בא, ושוב אנחנו בסגר, נזכרים בחלחלה בסגר המלא הקודם שהוטל על מדינה שלמה. אולי בהמשך יכריזו על חצי סגר, אולי על סגר בשיטת הרמזורים – כדי שלא יידבקו אנשים נוספים, ואולי גם יירד מספר הנדבקים. אבל מה עם סגר מרצון? (אולי סגר מרוב פחד?) רבים מבני גילי נסגרים בביתם ומוצאים לעצמם עיסוקים שונים עד יעבור זעם. אני לא נסגרת – עדיין לא. כל הפעילויות שקיימתי לפני פרוץ המגפה מתקיימות כרגיל – בהתאם ובכפוף להוראות משרד הבריאות. ובכל זאת החיים כן השתנו. לזכור את המסכה ולהתבשל בתוכה! ללכת לקניות בסופר בשעות המוקדמות של היום! לאן נעלמו מחיינו אירועי התרבות? קריאת ספרים חזרה ובגדול – כמו בתקופת הנערות. ערמת ספרים מחכה לי על הכווננית. סיימתי לקרוא ספר אחד, התחלתי את הבא אחריו.

דבר המערכת
| ימימה לוי |

היום הבינלאומי לאי-אלימות מצוין ב-2 באוקטובר, והוא מוכר ע"י האו"ם. בתאריך זה חל יום הולדתו של מהטמה גנדי, המנהיג הפוליטי ההודי שדגל במאבק לעצמאות מדינית ללא אלימות (למרבה האירוניה, נרצח). איזו מדינה היא הבטוחה ביותר? שווייץ, כמובן. מדינת ישראל נמצאת במקום ה-24 מתוך 189 מדינות, וזה אומר שיש לנו לאן לשאוף. מגפת האלימות פושה בכל שכבות החברה. רוב מעשי האלימות מתרחשים בתוך המשפחה. ילדים, נשים וקשישים הם החוליה החלשה הסובלת ביותר. בעקבות מגפת הקורונה, הבידוד החברתי ואיבוד מקום העבודה התרבו מקרי האלימות הקשים וההתעללות במשפחה. לילדים אין מסגרות אחרות פרט לבית. הוסיפו לכך גם אלימות מקוונת באמצעות הרשתות החברתיות המדכאת אלפי ילדים. בתקופה זו חלה עלייה של 16% ברצח נשים. לאחרונה התרחבו תופעות ההפגנות, המחאות והעצרות הקוראות "לא לאלימות", שהעלו את הנושא לסדר היום. עד עתה לא ראינו שיפור ממש. הנשים עדיין נרצחות, והניצלות ממוות נאלצות לגלות עם ילדיהן למקלטים (שמספרם לא עונה על הנדרש).

הקבוצה השלישית חסרת המגן היא קהילת הקשישים. לאחרונה עלה מספר מקרי האלימות של מטפלים כלפי הקשישים, אשר בשל מגבלות פיזיות וקוגניטיביות אינם מסוגלים לספר על ההתעללות. לגבי מחלת קורונה: למרבה האירוניה, מחצית ממספר הקשישים השוהים בבתי האבות ובמוסדות הגריאטריים (שאמורים להבטיח את ביטחונם) מתו מהמגפה, והתברר שרוב ההידיבקות נגרמו מהמטפלים בהם. קיימת גם אלימות נפשית. היא נגזרת מההוראה שיצאה ממשד הבריאות לבני המשפחה להימנע מלבקר את הקשישים החוסים בבתי אבות ובבתי חולים. אלימות נפשית זו מדרדרת את אושרם ואת בריאותם. האין דרך להבטיח את שלומם ואת שלום קרוביהם מבלי לכלוא אותם ולנתקם מבני המשפחה? ומה לגבי נשים וילדים? האם קצרה ידה של הרשות המחוקקת מלהגן עליהם? נקווה שהמחאות וההפגנות יישאו פרי, ושהדאגה לביטחון האישי והחברתי בארצנו תוצב בראש סולם העדיפויות.

כעת מצאתי עיסוק חדש ומאתגר: בחדר העבודה שלי ניצבים אלבומי תמונות עבי כרס המתעדים את ארבע עשרה השנים האחרונות בהן הרביתי לטייל במקומות שונים בעולם. המצלמה לא נחה מידיי, ואך חזרתי מטיול, סידרתי "אלבום" (אף על פי שהעברתי את התמונות למחשב). מה יעשו בני משפחתי עם כל אלה בבוא הזמן, תהיתי. מיחזור!

חיפשתי רעיון ומצאתי: אפיק את "ספר המסע הגדול". מכל אלבום אשלוח מספר תמונות נבחרות, אספר בקיצור אנקדוטות מהטיול, וכך אצמצם את כל אלבומי הטיולים לספר אחד. נכדתי הבכורה, נופר, שעזרה לי בעבר להפיק שלושה ספרים, תעזור גם הפעם. השבוע אני מתחילה. "כל ההתחלות קשות". אֶחלו לי הצלחה.

העמותה למען הקשיש חדרה

המחלקה לאזרחים וותיקים

הטלוויזיה הקהילתית של חדרה

אנו משדרים בערוץ הקהילתי 98 ב"הוט" ו"ס"

ימי שלישי בשעה 14:30 ימי רביעי 19:30 ימי חמישי בשעה 18:30

כתבות מגזין טלק חדרה לחודש אוקטובר 2020

1. חובבי הטייס, כתבה העוסקת בחובבי הטייס באזורנו.
2. הנצחת ארגון ההגנה במוזיאון החאן בחדרה, סיפורה של האנדרטה.
3. קורונה עד לאן, כתבה על ההתנהלות בימי קורונה.
4. רכבת, איך ההרגשה לנסוע ברכבת בימים אלה.
5. גן גורו, ביקור בגן הנמצא בקיבוץ ניר דוד.

כיוון חזש

עיתון גימלאי חדרה

אוקטובר 2020 | חשון התשפ"א

עורכת ראשית: יונה מאור

חברי המערכת: חוה גדיש, יצחק גולדפינגר, יאשיהו וולשטין, יפה וינקר, ימימה לוי, רות לפידור, נגה ניב, זהבה עמל, שירה מוראל עמליה (מלי) רוטמן, פנינה שחק, עדי שיטה, בתיה שרייבמן

הגהה: שולמית צמח טנדלר

רכזת הכתבים ומפיקת העיתון: עו"ס רויטל פוקס, סנהלת המחלקה לאזרחים וותיקים

המו"ל: "העמותה למען הקשיש" בחדרה טל: 04-6323331

פקס: 04-6247537

כתובת המערכת: E-mail: kivunhashl@gmail.com

עריכה גרפית והדפסה: אור גרפיקה והדפסות

פיתוח הקהילה בחדרה לעזרת התושבים בימי קורונה

עדי שיטה |



כשהתקשרתי להגר שמידוב כדי לקבוע איתה מועד לריאיון נענית שהיא בבידוד. כמה אופייני לימים אלה. הריאיון נדחה, כמובן הגר היא מנהלת פיתוח קהילה, ואנחנו נפגשות במשרדים הממוזגים של עמותת פנאי העיר. היא מקבלת את פני בחיך רחב ומכוננת ומבילה אותי אל המשרד שלה. אני ניגשת מייד לעניין שלשמו התכנסנו:

נתבקשתי לראיין אותך על תפקידך בעירייה.
הגר: "החל מהשנה הנוכחית חלו שינויים רבים במדיניות העיר. ישנם שבעה מרחבים קהילתיים (בלי קשר לארבעת הרבעים שמחלקים את העיר)."

מהו מרחב קהילתי?
"מספר שכונות הסמוכות למרכז פנאי, (מתנ"ס בשמו הקודם), לדוגמה: המתנ"ס בבית אליעזר או מתנ"ס רימונים על יד פוליצר בשכונת ברנדייס. לכל מרחב כזה יש מנהל, והמרכז הופך להיות המרכז הקהילתי שלו. המטרה בחלוקה הזאת היא להפוך את הקהילה למשאב ולחוסן חברתי. יוזמות מקומיות של כל אחד מהמרכזים מקבלות עזרה ותמיכה ממנהל פיתוח הקהילה בעמותת פנאי העיר."

תני לי, בבקשה, דוגמאות ליוזמה כזאת.
"למשל יום הזיכרון לשואה חל השנה ממש בתוך הסגר. יצאנו בקריאה לאומנים ויחד יצרנו תערוכה וירטואלית. הקורונה מגבילה מאוד את הפעילויות, אבל מצאנו דרכים לפעול. לדוגמה: שיתפנו את מוקד 106 למען הקהילה. מתנדבים שנענו לבקשות התושבים שפונים למוקד בבקשת עזרה. המתנדבים עוזרים בהבאת תרופות, בקניות ואפילו בהוצאת הכלב... מטרת פנאי העיר היא לשמש פלטפורמה ליוזמות קהילתיות. דוגמאות נוספות: בגני אלון יש חדר מוסיקה שנתרם לקהילה, והוא מקסים."

כמו כן הוקמה גינה קהילתית – גם היא בגני אלון. במתנ"ס רימונים התחלנו ביוזמה של בניית קיר אריחים אומנותי. כל תושבי השכונה מוזמנים ליטול חלק בציור האריחים. התוכניות רבות, היזמות קיימת, רק הקורונה מגבילה את העשייה. בכפוף להגבלות אנחנו מגבילים את מספר המשתתפים."

"ספרי לי גם על עצמך", אני אומרת לקראת סיום (גילוי נאות – הגר היא בת אחותי).

"הגעתי לחדרה עם בן זוגי וארבעת ילדי רק לפני חמש שנים, ואני שמחה שכך עשינו. בתפקידי הראשון בעירייה ניהלתי במשך ארבע שנים את מרכז הנוער העירוני בבית רם. יש לי תואר ראשון בחינוך מיוחד, תואר שני במנהל ציבורי ובקידום אוכלוסיות מיוחדות. עסקתי גם בתחום אומנויות הבמה (איך לא – הגר היא בתו של יוסף שילוח ז"ל), הפקתי גם הצגת יחיד שנקראת "שעון החול"..."

ולסיום, הגר, מהו המוטו שלך בעשייה?
"להיות מעורבת בחיי העיר בתחום הקהילה והחינוך."

בתום הריאיון אנחנו נפרדות בנגיעת מרפק אל מרפק – ימי קורונה... ושיהיה בהצלחה.

לא רק הציפורים שרות תחת כיפת השמיים

נגה ניב |

חבורת הזמר "קולות הלב" לא מפסיקה לשיר גם בתקופת הקורונה. לשיר בחבורת זמר הוא אומנם תחביב נפלא, אבל גם מיזם שאמור להניב תוצרת. כדי להגשים מטרה זו צריך לעבוד, כי זו עבודה! אומנם עבודה מעניינת אך לא קלה. השירה במקהלה מתנהלת בעיבודים לארבעה קולות כאשר המנצח צבי שרף מקפיד על דינמיקה, על הגייה נכונה, על איזון בין הקולות ועוד. המשתתפים מקבלים הקלטות שהם לוקחים איתם הביתה כדי להיעזר בהן בלמידה. משתתפי חבורת הזמר מצאו כי הפתרון להמשיך ולהתקדם תחת המגבלות הקיימות הוא לשיר בשטח פתוח. אורגנו חצרות גדולות דיון אליהן מגיעים חברי המקהלה בשעות ובימים הקבועים. כך הם שרים ומצליחים לקדם את הרפרטואר. הישיבה מפוזרת, שומרים על מרחק, צבי שרף מגיע עם הגיטרה, ...עובדים. חבורת הזמר "קולות הלב" לא ביטלה עד כה שום חזרה לעומת לא מעט חבורות זמר ברחבי הארץ שהחשש ממחלת הקורונה גרם להם ביטולים ואפילו התפרקויות. משתתפי "קולות הלב" שומרים בקנאות על רצף החזרות על אף המציאות הקשה שנפלה עלינו. עתה עם תחילת שנת העבודה החדשה שוב מתארגנים בהתאם. עובדים, כמה מעניין, על שיר חדש שאולי מסמל את התקופה: "יש לי אהבה, והיא תנצח", והקהל החדרתי יוכל בעתיד ליהנות מרפרטואר חדש ומגוון של החבורה שלא תעצור מלשיר.



אם המגבת ואם התיל / הארי הארלו

| שולמית צמח-טנדלר |

הזדעזעתי כששמעתי על קשיש שהזמין טכנאי לביתו כדי לבדוק אם יש בעיה בקו הטלפון בביתו. הטכנאי מצא שהקו תקין. "אז למה הילדים שלי לא מתקשרים?" שאל הקשיש בעצב.

אני מניחה שכל קוראינו מכירים את תחושת הבדידות האיומה ממנה סובלים וכואבים בימים אלה – אם לא הם אז קרובים, מכרים וחברים – בעיקר בני הגיל השלישי עקב האילוץ לשמור על ריחוק שלא לדבר על הימנעות מפגישות עם קרובי משפחה וחברים.

על חשיבות המגע והקשר החברתי עמד כבר הפסיכולוג החוקר הארי הארלו. הוא ערך ניסוי בקופי רזוס וקרא לו: "אם המגבת ואם התיל". את התוצאות פרסם עם רעייתו בשנת 1965. הניסוי ביקש לבדוק אם הקופים נקשרים לאימותיהם רק כי הן מספקות להם צרכים חומריים או כי הן מגלות כלפיהם רגשות חיבה כמו רוך וליטופים.

בניסוי שמו גור קוף רזוס בכלוב שהונחו בו שתי בובות דמויות קופת רזוס בוגרת. בובה אחת הייתה עשויה מחוטי תיל והחזיקה בקבוק חלב (האם המאכילה). הבובה השנייה הייתה עשויה מספוג רך ועטופה במגבת (האם המלטפת, הרכה). נמצא כי גור הרזוס בילה את רוב זמנו עם אם המגבת, התרפק עליה כשפחד וניגש אל אם התיל רק כדי לאכול.

תוצאות אלו חזרו על עצמן גם עם תינוקות רזוס אחרים ובגרסאות נוספות של הניסוי. באחת הגרסאות הניחו את הבובות בסמיכות זו לזו. הגור נהג לשבת בזרועות אם המגבת ולמתוח את צווארו לעבר אם התיל כדי לשתות מהבקבוק.

בגרסה אחרת הניחו שתי בובות מגבת, אך רק לאחת מהן היה בקבוק חלב בעוד לשנייה הייתה מערכת חימום שמדמה חום גוף של קופה בוגרת. הגור העדיף לבלות את זמנו עם הבובה המחוממת.

התוצאות אישרו את חשיבותם העצומה של רוך, של אהבה אימהית ושל קשר אנושי. אנחנו את שלנו נעשה: נמשיך לשמור על ההנחיות, ואם נחוש שאנחנו "לא יכולים יותר", נתגבר על הבושה להודות בכך ובקש עזרה.

רק לא להתייאש. יגיעו ימים טובים מאלה!

*מתוך פורטל פסיכולוגיה (אינטרנט)

קול קורא

תערוכת אומנות "סמלי תרבות"

| חוה גדיש |

בחסות ראש העיר, מר צביקה גנדלמן ורויטל פוקס, מנהלת המחלקה לאזרחים ותיקים

התרבות היא יצירה אנושית דינאמית. היא שלמות מורכבת מידע, מאמונה, מאומנות, ממוסר, מחוק, ממנהגים, מכישרונות ומהרגלים, שהאדם רוכש בהיותו חלק מהחברה. מערכת סמלים של חברה היא מערכת חיה, שמופיעה בכל תחום מתחומי החיים, הלבוש, האוכל, ההתנהגות.

האוכלוסייה הבוגרת בארצנו מורכבת מאנשים, שבסיס תרבותם הוא קיבוץ גלויות. הם באו לארץ כשבאמתחתם פלטפורמה שמייצגת מגוון תרבויות. בתערוכה ישתתפו ייצוגי פולקלור של תרבויות שונות מכל העולם. כל תחומי האומנות והמלאכה אפשריים יתקבלו.

**התערוכה תתקיים בחודש נובמבר, חודש ההצדעה לאזרחים הוותיקים בבית האומנים
ניתן להגיש הצעות עד 07.10.2020**

כל מי שיש לו יצירות כאלה או מכיר מישהו שיש לו יצירות כאלה, מוזמן לפנות אל חוה גדיש אוצרת התערוכה
טלפון: 054-4633511 אי-מייל: chavag8@walla.com



אוכל



אינדיאני



אריה



לבוש

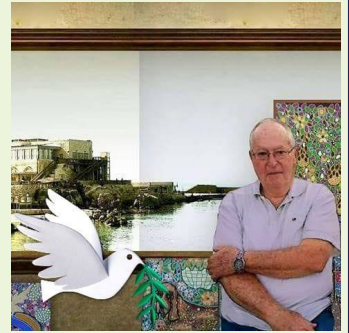
דוד מי-טל בן חדרה

| יצחק (צ'קלה) גולדפינגר |



בחודש שעבר הלך לעולמו דוד מי-טל בן חדרה איש מוכשר ורב פעלים, דמות שורשית מוערכת רחבת אופקים שבלטה בנוף החדרתי בזכות יצירתיות מעשית בתחומים מגוונים רבי יכולת והשפעה.

דוד מי-טל נולד ביום 07.11.34 להוריו הדסה ופינחס מיטלמן. אביו "הקצין מיטלמן" היה שוטר בעל השפעה בתקופת השלטון המנדטורי הבריטי ופעל רבות למען קיומו וביטחונו של הציבור היהודי בארץ. פעל בחשאי בתיאום עם ארגון "ההגנה" ובתום תקופת המנדט הבריטי עבר לכהן במשטרת ישראל כמפקד משטרת חדרה. דוד למד בבית הספר העממי "אחד-העם" ובסיומו נשלח על ידי הוריו ללמוד את מקצוע החשמלאות בבית ספר "אורט". בגיל 17 החליט עם חבריו – חבורה מלוכדת של בני חדרה – לעשות הסבה מקצועית: ללמוד את מקצוע הימאות ולראות את העולם. בשנת 1951



הפליג בספינה "תל אביב" למסע ארוך ומתיש לארצות-הברית. עם חזרתו ארצה התגייס לצנחנים עם חבריו מחדרה. הוא יצא לקורס קצינים ופתח בקריירה צבאית שנמשכה גם בשירותו במילואים. דוד השתתף ב"מבצע סיני" (1956) ויותר מאוחר – במלחמת "ששת-הימים" (1967).

כיהן כמג"ד בחטיבה 45 והיה גם מפקד מרחב עזה. רוח אביו "הקצין מיטלמן" עברה גם אליו, השפיעה על מנהיגותו הצבאית ועברה גם לבנו סא"ל אמיר מי-טל ז"ל מפקד סיירת גולני שהשלים מתווה משפחתי של שירות לעם ולמולדת. דוד התחתן עם רבקה – בת חדרה אף היא – ונולדו להם שלושה ילדים: אמיר מי-טל, מיכי צור מי-טל ושי מי-טל. המשפחה ממשיכה להתגורר בחדרה. דוד החל את פעילותו הציבורית בכך שהיה חבר הנהלת משרד ההובלה "איתן" בו מצא את פרנסתו כנהג במשך כ-10 שנים. במקביל לעבודתו גילה את החוש האומנותי הטבוע בו והחל לצייר. כאשר התעמק בציור עזב את עיסוקו כנהג ופתח בוטיק בעיר העתיקה של קיסריה. לאחר מכן פתח גלריה במקום ובשנת 1971 פתח עם שותפו את מסעדת "מצודת הנמל".

דוד העניק בגלריה שלו במה לציירים צעירים שראו במקום את שער הכניסה האומנותי לשאיפותיהם. חזונו לפיתוח העיר העתיקה בקיסריה קדם לכל יזמות אחרת שנוצרה במקום, ותרומתו לקידום האומנותי של העיר תהא חקוקה באבני קיסריה העתיקות.

לאחר נפילת בנו אמיר (1988) התמסר דוד להנצחתו בדרכים רבות. על כל מפעלי ההנצחה נחה השראתו האומנותית של דוד (על אומנותו קראו בכתבה מאת חוה גדיש).

השדרה בקצה רחוב הרצל קרויה על שמו של סא"ל אמיר מי-טל ז"ל. כך הצדיעה העיר חדרה לגבורתו. דוד גם כיהן תקופה כיו"ר יד לבנים בחדרה במטרה לעצב את דמותו ואת תכנון של אתר ההנצחה על פי השקפתו.

דוד מי-טל הלך לעולמו, ונשמתו התאחדה עם זו של בנו, ביום כ"ח באב תש"פ 18.08.2020. העיר חדרה תחסר את אחד מטובי בניה. יהי זכרו ברוך.

דוד מי-טל מצייר געגועים | חוה גדיש |

מבט אחד ביצירה של דוד מי-טל מגלה את זהות הצייר הודות לסגנון האישי, המקורי והייחודי שלו, במשיכות מכחול הנראות כאילו נארגו במלאכת מחשבת. דגמים צבעוניים שחוזרים על עצמם יוצרים מכלול מאורגן. הציור נוצר מרצף חוזר ונשנה של צורות ארכיטקטוניות שנוצרו על ידי דגמים על דגמים זהים האומן יוצר מבנים של מקצבים אופקיים ואנכיים שמעניקים למתבונן תחושה של חיוניות, של שפע, שמנסה לפרוץ את גבולות הבד. מבטו של הצופה נלכד, והוא מחפש את הדגמים הסימטריים וההרמוניים שבשפת האומנות של דוד.

נושאי הציורים נשענים על נופים מוכרים ויום-יומיים, אך תחת מעטה הנאיביות אפשר לגלות את נבכי החיים ואת הרגשות העזים שחבויים בציוריו. ואכן דוד מי-טל מצייר געגועים למושבה חדרה בה נולד וחי, לירושלים הבירה ובעיקר געגועים לבנו סא"ל אמיר מי-טל, שהיה מג"ד גדוד 12 בגולני. אמיר נפל במבצע "כחול חום" בלבנון בדצמבר 1988 והוא בן 29 שנים.

אירוע טרגי זה היה אירוע מכונן בחייו האומנותיים של דוד מי-טל. הוא למד אומנם אומנות שנים קודם במכון אבני בתל אביב ואף הציג תערוכות של אומנים ידועים בגלריית בית הקפה המשפחתי בקיסריה, אך הוא עצמו צייר אז רק לעיתים רחוקות. דוד סיפר לי בזמנו שהציור הציל אותו. בתקופה הקשה ביותר בחייו היה הציור התרפיה שלו. הוא עזב את מרבית עיסוקיו ומצא מפלט בציור.

הציורים מהווים בבואה של אור ותקווה בצורך של דוד להמשיך במסע החיים. הם משקפים את דרכו בהתמודדות עם הכאב והגעגועים לבנו אמיר. תיאוריו בציורים מועברים תוך פרשנות רגשית, שנעה בין המוחשי למופשט, בין חלום למציאות, בין פריחה לבין מכאוב ושכול.

דוד מי-טל זכה להיות אומן מוכר וידוע. ציוריו מוצגים במקומות ציבוריים, באוספים רבים, בגלריות ובמוזיאונים בארץ ובעולם. הוא הציג תערוכות יחיד בארץ ובעולם, וציוריו הגדולים הוצגו במשך שנים בטרמינל שדה התעופה בן-גוריון.

יהי זכרו ברוך!





שירת סרטני הנהר

| עדי שיטה |

"השתדלי לקרוא מהר" אומרת לי הספרנית. "זה ספר חדש, ויש תור". אני עומדת במשימה ללא קושי. הספר מרתק אותי אליו במשך שעות.

הפעם אני דווקא רוצה לציין שהסופרת שנולדה בשנת 1949, מרבית שנות חייה עברו עליה הרחק במדבריות בוצאנה

וזמביה. אמנם הסופרת מתארת סביבה שונה לגמרי: כפר שקט בקרוליינה הצפונית באמריקה, סביבה של ביצות, בעיקר היא מתמקדת בביצת החוף בו חייה הגיבורה. ילדה נטושה על ידי משפחתה, מגיל שבע היא נאלצת לקיים את עצמה הרחק מאנשים הרואים בה ילדת פרא – ילדת ביצות. הקרבה לטבע, ההסתכלות והלימוד מהחיים עצמם במקום הנידח ללא לימודים מסודרים, ללא חברת בני גילה... את מספר המבוגרים שהיא פוגשת אפשר לספור על אצבעות כף היד.

העלילה מתפתחת כשהיא פוגשת שני צעירים הנמשכים אליה, אם מפאת המיוחדות שבה ואם מפאת יופייה הפראי – כל אחד בדרכו שלו ובכוונותיו לגביה. חוסר האמון וההכרה בה גם לאחר שהיא מתפרסמת וכמובן השתלשלות העניינים המפתיעה בהמשך. קשה לכתוב ולזכור לא לקלקל לקוראים כתבה זו (ספוילר). למען האמת, לאורך כל הספר הזדהיתי עם דמותה של ילדת הטבע הנטושה, ולקראת הסוף הפכתי לבלשית חובבת ככל שהלכה העלילה והסתבכה.

הספר היה לרב מכר בארה"ב, וזכויות התרגום נמכרו ל-41 מדינות.

קריאה סוחפת, תיאורים מעניינים של החיים בטבע. תיגנו.

| יפה וינקר |

קורונה והגיל השלישי

בימים כתיקונם מתפקד חלק גדול מאוכלוסיית הגיל השלישי באופן פעיל ביותר. אנשים מבוגרים מטפלים בנכדיהם, משתתפים בחוגים, מתנדבים במסגרות שונות ואפילו רצים מרתון. כלומר, הם חיים חיים פעילים ומהנים. לכן, דווקא בתקופה זו מבוגרים עלולים לחוש חוסר אונים לנוכח המשבר הפתאומי שהפך אותם בן-לילה מאנשים צעירים ברוחם ל"אוכלוסייה בסיכון" הזקוקה להגנה קפדנית.

נוספו על כל אלה חרדות בגלל חוסר ודאות וחששות לגבי העתיד, קשיי פרנסה, בעיות בריאות שהטיפול בהן נדחה בשל הפחד לגשת למרפאה. כל אלה רק מוסיפים שמן למדורת התסכול ומקשים את ההתמודדות עם המצב החדש שעלול להוביל לדיכאון ולתחושת אובדנות.

אז מה עושים כשאיום הקורונה מרחף עדיין מעל ראשינו ובעיקר מעל ראשה של אוכלוסיית הקשישים? ההתלבטות לגבי מפגש עם המשפחה או לגבי החזרה לעבודה הן בעיה לא פשוטה.

לכן מוטל על הצעירים במשפחה להמשיך לקיים קשר עם הסבים והסבתות ולא רק באמצעות הטלפון. להיות ערים לתסמיני דיכאון אצלם, כמו הפרעות שינה, חוסר מוטיבציה, חוסר פעילות, הסתגרות, תחושת עצב עמוקה.

על הצעירים להציע עזרה ולהיות נכונים להקצות זמן וסבלנות להוריהם המבוגרים שלא תמיד יודעים לבקש.

ואם הם אינם יודעים או אינם יכולים להוציאם מן המצב הזה יש להפנותם לאנשי מקצוע. עליהם לשמש כמתווכים, כי קשישים רבים זקוקים לסיוע החל מתקשורת מילולית הנדרשת לשם טיפול על ידי גורמי סיוע ועד לקניות בסופר.

רק בריאות!

קוראים עם הנכדים

תעלומת הווילה העתיקה

| אינזה באואר |

שולמית צמח-טנדלר



דורון, אחיה של נעה, די מעצב אותה, כי הוא חושב שהוא אלוף הבלשים ומריח בכל מקרה פרשת פשע מותחת. זה מה שקורה גם הפעם, כשהוא רואה דמויות חשודות מתנועעות בוילה עתיקה וריקה. הוא חושב, כמובן, שעליו לגלות מה מסתתר שם.

באופן בלתי צפוי נדבקת גם נעה בסקרנותו של דורון. יחד הם פועלים לגלות את סודה של הווילה הזאת...

לפעולות הבילוש מצטרפים גם עמי בן ה-9 ומירית בת ה-8. כמו כל סיפור מתח גם סיפור זה סוחף ומעניין, בעיקר כי החוקרים צעירים כל כך. הם רק בני 8 ו-9.

מומלץ לגילאי 8 עד 11.







קהילה תומכת חדרה

תכנית המיועדת לבני הגיל השלישי, המעוניינים להמשיך להתגורר בביתם, ומטרתה שמירה על איכות חיים עם ביטחון אישי ושקט נפשי, חיסכון בעלות אחזקת הבית ותשלומים על תיקונים.

התכנית פותחה ע"י אשל-ג'ונט ופועלת בשיתוף פעולה ובפיקוח עיריית חדרה, העמותה למען הקשיש ומשרד הרווחה והשירותים החברתיים.

סל השירותים של הקהילה התומכת כולל:

- * אבות/אם קהילה - שומרים על קשר אישי, מבצעים עבודות תיקונים קלים בבית, ללא תשלום, מתווכים ומפנים לבעלי מקצוע אמין במידת הצורך.
- * מסייעים בפתרון בעיות.
- * פעילות חברתית מגוונת הכוללת: מסיבות ואירועים בחגים, הרצאות, טיולים, נופשונים.
- * מוקד מצוקה הפועל 24 שעות ביממה, 365 ימים בשנה.
- * ביקור רופא בביתך 24 שעות ביממה בעלות סמלית של 25 ש"ח לביקור.
- * אמבולנס לפינוי לחדר מיון, או לסיוע בהרמה במקרי נפילה, בהשתתפות סמלית של 27 ש"ח
- * ייעוץ רפואי טלפוני (כולל הפנייה לבי"ח).

מהיום ניצולי שואה זכאים להצטרף לקהילה במחיר סמלי מקסימלי של 25 ל"ח לחודש, ללא תלות ברמת ההכנסות.

לפרטים והרשמה:

050-8290656 ראיסה צ'רניקוב | 050-8290654 ירח באומגרטרן
050-8290657 ולדימיר בליטמן | 050-8290658 מיכאל מזרחי

תשבץ אוקטובר 2020

| זהבה עמל |

9		8	7		6		5	4	3	2	1	
				13	12					11		10
	19			18		17			16		15	14
25		24			23	22				21		20
			29				28		27			26
				32	31			30				
				34						33		
	39	38			37			36				35
	43		42			41				40		
		46				45					44	
			48									47

1. חג סוכות (2, 5) 7. במבנה זה גרים בסוכות
 11. מארבעת המינים 12. נוי, חן 14. מזון המדבר
 16. מרחף, מעופף 18. עבורה 20. חכמינו
 זיכרון לברכה ר"ת 22. ביחידות, בגפו 24.
 מילת סלידה 26. נאיבי, ישר 28. כיסוי הסוכה 29.
 גרזן, קרדום 30. מצודה, מבצר 31. החליף 33.
 נחל אכזב 34. הביאו בברית אברהם 35. משחק
 קלפים 36. מין תחבושת 37. נמצא, ישנו 38.
 נרדמו 40. זימרו 41. נרו יאיר (ר"ת) 43. מוסד
 חינוכי לילדים 44. מקוה מים גדול 45. גאומטריה
 47. אורחים בסוכה 48. מארבעת המינים

מאונך

2. נחשול 3. הדר, תפארת 4. אלוהים 5. אבי
 האב 6. מילת הכפלה 7. רהיט ישיבה 8. אות
 השלום 9. בת קול 10. היום השביעי של סוכות
 4, 4, 13. תינוק בן יומו 15. תכשיט לאף 17. עובר
 אורחי 19. אחד השבטים 21. ליקוי חמה 23.
 דמע, ילל 24. אפטרופוס, סנדק 25. כינוי לעם
 ישראל 27. בסיס, יסוד 28. טנא 29. בעל חיים
 גדול 30. דוגמה, מאופיין 32. באמת בפועל 37.
 מכין יין 39. קוסם 41. אבל, מספד 42. טיול, סיור
 44. אות אנגלית 46. גבעה רמה



הצצה להלצה

| יאשיהו וולשטיין |

השנה והשקל
 אם היה לי שקל על כל פעם שאמרתי
 היום "שנה טובה", הייתה לי שנה טובה טובה.

הרימון
 מה קרה לרימון ששמע בדיחה בראש השנה? הוא התפוצץ
 מצחוק.

החגים
 אל תאשימו את החגים, אתם הייתם שמנים גם לפניהם.

רמזור
 חבר שאל: "באיזה שלב נמצאים בתכנית הרמזור של פרופ'
 גמזו?"
 עניתי לו: "אנחנו בשלב שכולם 'מצפצפים'."

מידת חום
 היזהרו מהמכשיר שמודד חום בכניסה לסופר כי המדידה
 מוחקת את הזיכרון. הלכתי לקנות לחם וחלב ויצאתי עם שני
 תריסרי בירה קורונה.

מופע בלט
 לקחנו את חמותי למופע בלט, במהלכו נרדמה.
 כשהתעוררה שאלה: "למה הן רוקדות על קצות
 האצבעות?" עניתי: "לא רצו להעיר אותך."

מאמי והעמוד
 היא: "מאמי, זוכר שאמרתי לך שאני אלופה? עכשיו אני גם
 נוהגת וגם קוראת ספר."
 הוא: "באיזה עמוד את?" היא: "היא: עכשיו בעמוד חשמל."
 (תודה ליונה מאור ולשושנה עמית)



מהמטבח של סבתא

| בתיה שרייבמן |

פשטידת ירקות

המתכון באדיבות ניסים חממי



חומרים

- תפוחי אדמה
- 2 בטטות
- 4 גזרים
- 3 ביצים
- צרור כוסברה קצוצה
- צרור פטרוזיליה קצוצה
- חופן צימוקים
- חופן חמוציות
- 1 כפית מלח
- 4 שיני שום כתושות
- 4 כפות פירורי לחם
- 2 כפות שמן זית
- קורט פלפל שחור גרוס

אופן ההכנה

מבשלים את תפוחי האדמה, הבטטה והגזר.
 מוסיפים את שאר החומרים ומערבבים היטב.
 משמנים תבנית אפייה ומעבירים אליה את העיסה.
 אופים בחום של 180 מעלות במשך 45 דקות.

קהילה לדורות - מהכשרה להגשמה

| יצחק (צ'קלה) גולדפינגר |

לאחרונה הסתיימה סדנה להכשרת מנהיגים ותיקים בקהילה בתוכנית "קהילה לדורות" במערב העיר הכוללת את שכונות עין הים, קידמת ים, ובמרכזן - גבעת אולגה המובילה את התוכנית. הסדנה בהדרכת המכון על שם גיורא יוספטל בהנחיית נורית לוי ובמימון קרן דליה ואלי הורוביץ התקיימה במתנ"ס גבעת אולגה. התוכנית מופעלת ע"י אגף הרווחה-המחלקה לאזרחים ותיקים והמחלקה למשאבי קהילה, העמותה למען הקשיש והמתנ"ס. במשך תשעה חודשים עם הפסקה בגלל "סגר הקורונה" שקדו משתתפי הסדנה על פיתוח כישורים אישיים הדרושים למנהיגים בקהילה, על עבודת צוות ופיתוח יכולות להגשמת מטרות, על העמקת קשרים עם תושבי אולגה בנושאים רבים ומגוונים, על פתיחות נוכחות ועשייה בשטח בתחומי חברות, תרבות, האזנה אישית ועזרה פיזית ככל הנדרש. האנרגיה החיובית שזרמה בפעילותם של משתתפי הסדנה במשך כל התקופה אפשרה את המשך פעילותם של חברי הקבוצות גם לאחר סיום שלב הלימודים התאורטיים. הפעילות כיום מגוונת, והיא כוללת מפגשים מצומצמים בין חברי הסדנה לבין עצמם, מפגשים רחבים יותר עם תושבי השכונה, זימון לארוחות משותפות בליווי סיפורים על המקום, מפגשי התעמלות על שפת הים, השתתפות בהרצאות במרכז יום ובמתנ"ס, טיולים ואירוח באתרי חדרה והסביבה, ולאחרונה מתארגנת קבוצה של כיתת ותיקים בטכנודע. קשרי הקהילה הענפים שהתהדקו עם תושבי המקום בעקבות הסדנה הם התרומה המשמעותית ביותר לחיים המשותפים במקום ולנכונות לתמיכה הדדית, פיתוח תרבות ויצירתיות, והעיקר - היות אוזן קשבת לרחשי לב ושכונות טובה.



סיפורה של שכונה

שכונת הפארק

| יצחק (צ'קלה) גולדפינגר |

השכונה החדשה והחדשנית ביותר בחדרה היא שכונת הפארק הנמצאת במזרח העיר. היא הוקמה על שטחי החקלאות והפרדסים שאפיינו את חדרה בעבר, והיא מגשרת בבנייה רוויה בין חדרה ובין שכונת בית אליעזר שהייתה מנוכרת ורחוקה מחדרה משנת הקמתה. הודות להיותה שכונה מודרנית שמתפארת בבנייה אורבנית חדשנית זוכים תושביה באיכות חיים גבוהה. יש בה לא רק בנייני מגורים רבי קומות אלא גם לא מעט בתים דו-קומתיים. במרכז נבנה פארק (אקו פארק) יפהפה, הכניסה אליו חופשית לכל דיכפין, והוא מספק את כל צרכי תרבות הפנאי. ממנוחה עד פעילויות ספורט. התושבים לא חשים צורך למלא את צרכיהם הפיזיים, התרבותיים והרוחניים מחוץ לשכונה, כי כל מה שהם זקוקים לו כבר נמצא בה. אוכלוסייתה הצעירה והתוססת של השכונה נהנית מבתי הספר ומגני הילדים במקום וכן מקניונים ומבתי עסק. בניית היכל ספורט המודרני הושלמה, והוא יפתח את שעריו בקרוב. בית "מכבי צעיר" כבר נחנך בה לאחרונה. תושבי השכונה נהנים מגישה ישירה לכביש 9 המתחבר לכביש 6 הארצי וכן מדרכי גישה נוחות לחדרה ולשכונות ניסן וברנדייס בדרום העיר. שכונת הפארק תחומה בצירי אורך. הציר הדרומי הוא רחוב משמר הגבול המתחבר בקצהו המערבי לרחוב ביאליק, והציר הצפוני הוא רחוב חטיבת הנחל המתחבר לצירי התעבורה המרכזיים של חדרה. את מזרח השכונה תוחם רחוב הפרדס המפריד למעשה את שכונת בית אליעזר משכונת הפארק. את מרכז השכונה חוצה רחוב ציפורי. הרחובות החוצצים בין בתי השכונה הם רחוב נחל שורק, רחוב עין בוקק, רחוב הירדן, רחוב גמלא, רחוב תמנע ורחוב נחל רמון. לסיכום: השכונה שהוקמה על שטחיה החקלאיים של חדרה היא היום האפיון המודרני המקומי למהפכה האורבנית העוברת על חדרה בפרט ועל מדינת ישראל בכלל.

