

קו פתוח לניצולי השואה אתם שואלים אנחנו משיבים

מאת: פנינה שחק

בעיר חדרה מתגוררים כ- 2,500 ניצולי שואה שברובם דוברי השפה הרוסית, ואינם מודעים לזכויות המגיעות להם. כחלק מהנגשת השירותים לתושבים המבוגרים, הגה מר רומן גישר, סגן ראש העיר והממונה על תיק הקליטה והאזרחים הוותיקים, קו פתוח לניצולי השואה, מהלך זה נועד להבטיח את הפצת המידע בין כל תושבי העיר וניצולי השואה. בקו הפתוח ישתתפו ראש העיר, נציגי אגף הרווחה וכמובן סגן ראש העיר וכולם יענו לשאלות אשר יעלו. אנו קוראים לכל מי שמכיר ניצולי שואה דוברי רוסית, להפנות אותם לקו הפתוח בתקווה שיקבלו את העזרה והשרות המגיעים להם.

הקו הפתוח ביום ג' 13/3/18 בשעה 16:00 – 17:00. טלפונים: 04-6303-234/628/309/224/397

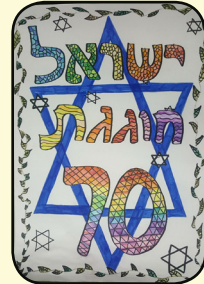
ציורי תלמידים מבי"ס "ניצנים"



סרטים באולם רנה שני

18/3/2018 יום א' בשעה 16:00 העיתון
25/3/2018 יום א' בשעה 16:00 טרם נקבע

לפרטים נוספים: נגה הסל 054-8007997



תלם

שירותי סיוע בקליניקה

קבלת קהל במשרדי העמותה בימי שלישי

תלם - בשיתוף עם העמותה למען הקשיש בחדרה

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

טל: 03-5618850
גרינברג 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

זיכרונות ילדות מחדרה

מאת: רחל ילין



בחנוכה חנוכיות דלקו בכל בית ובפסח הסבנו סביב השולחן וקראנו בהגדה ופורים החג השמח והמבדח. הייתה ילדות יפה. טיילנו הרבה בכל האזור, אני

זוכרת הליכה לחפציבה ברגל, מותר היה עדיין לקטוף רקפות. ובחורף ביער חדרה פרחו הנרקיסים. בחנות המכולת היו כל המצרכים הבסיסיים. זכורה לי תקופת ה"צנע" בין השנים 1949 – 1959 שהמזון הוקצב למשפחה לפי מספר הנפשות בה. שיחקנו בחצרות ובבתי החברים, בבית הספר (בית חינוך) קראנו למורה בשמו, הייתה אווירה נעימה ו"חברית". בסיום כיתה ח' היה טקס חלוקת התעודות מושקע וזכור כחוויה מרגשת. כיום ממרום גילי נעים להיזכר באותם ימים.

היה זה בשנת 1933 טרם עלייתו של היטלר לשלטון בגרמניה, כאשר הוריי בסיוע דודי בנימין פורת, חבר קיבוץ בית זרע, החליטו לעלות ארצה. זכור לי השייט באוניה, העגינה בנמל יפו המעבר המפחיד לסירות ששטו לחוף.

אבא כרופא שובץ לעבוד בחדרה בקופח הכללית בה לא היה עדיין רופא. כך קבענו את מושבנו בחדרה ברחוב הגיבורים בבית רזניק (כיום סמוך לבית ספר ארלוזורוב). חדרה אז מושבה קטנה טובלת בחולות, בקיץ ישנו תחת כילות בגלל היתושים, היו אז עדיין מקרי מלריה – קדחת בודדים.

בגן סוניה בו ביקרתי, חגגנו כמובן את חגי ישראל. זכור לי חג הביכורים. אותם הבאנו בקופסאות נעלים שקישטנו.



קהילה תומכת חדרה



תכנית המיועדת לבני הגיל השלישי, המעוניינים להמשיך להתגורר בביתם, ומטרתה שמירה על איכות חיים עם ביטחון אישי ושקט נפשי, היסכון 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 אמנים במידת הצורך. מסייעים בפתרון בעיות.
- * פעילות חברתית מגוונת הכוללת: מסיבות ואירועים בחגים, הרצאות, טיולים, נופשוניס.
- * 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 לביה"ח).

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

לפרטים והרשמה:

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



עורכת ראשית: יונה מאור

חברי המערכת: חוה גדיש, יצחק גולדפינגר, אישיה וולשטיין, יפה וינקר, רחל ילין, ימימה לוי, רות לפידור, נגה ניב, זהבה עמל, עמליה (מלי) רוטמן, פנינה שחק, עדי שיטה, בתיה שרייבמן.

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

הגהה: אישיה וולשטיין.

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

04-6247537 0קפ9

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

עריכה גרפית והדפסה: אור גרפיקה והדפסות.

דבר המערכת

מאת: ימימה לוי

יום האישה הבינלאומי יחול ב- 8 במרץ.

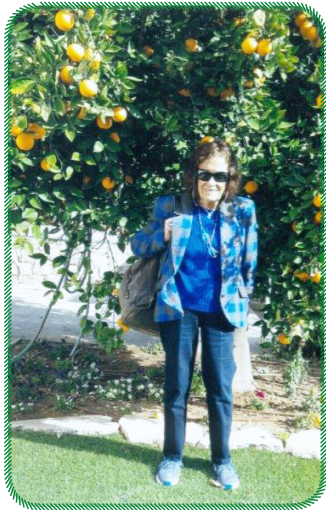
מה התחדש מהשנה שעברה? כמובן, תנועת ה"גם" אני" שהחלה באוקטובר 17. המובילות: נשות הוליווד, שאמרו די לניצול המיני וכפו על שחקנים ומפיקים להיעלם מהמסכים. האם החלה מהפכה בתחום הניצול המיני? ספק רב. מהפכה צריכה לבוא מלמטה. נשות הוליווד הן חזקות כלכלית וחברתית, אך מה קורה לנשים חסרות הגנה בהודו, באפריקה, בארצות האיסלאם, ואפילו בישראל? ומה קורה לכל הנשים שפרנסתן הכרחית לקיומן ותלויה בגברים לשבט או לחסד? האם ידעתם שהעבודות עדיין חיה, נושמת ומתעללת בעיקר בנשים וילדים? האו"ם ציין שיש כ- 58 מיליון עבדים ברחבי העולם. ה"מצטיינת" היא הודו, שם יש כמחצית מהעבדים.

הגדרת עבד: אדם שאינו רשאי לעזוב את מקום עבודתו ושמשתכר פחות מדולר ליום. יש הטוענים שלמעשה קיימים כ-300 מיליון עבדים ברחבי העולם, אך קשה לאתר אותם שהרי העבודות בכל מקום היא בלתי רשמית. גם בארה"ב שמנופפת בדגל השחרור ישנה עבדות. גברים נמכרים לעבודות בניין ונשים לעבודות בית ולתעשיית מין. עובדה שמעלה גיחוך: כ-85 מדינות הצטרפו לקמפיין של "גם אני", גם מדינות שסוחרות בנשים כמו הודו. (בהודו, אגב, אלמנות רבות עדיין נרצחות בידי בני משפחה כדי לחמוס את הירושה וכל אישה שלישית נאנסת). ואצלנו יש התקדמות קטנה: משרד המשפטים הודיע שמקרי רצח של נשים ע"י בני זוגן המתווגים היום כהריגה, יתווגו כרצח. נקווה שהשינוי הזה יציל כמה נשים ממות. בארבע השנים האחרונות נרצחו 63 נשים בידי בני זוגן או קרוב משפחה אחר, מחציתן מהמגזר הערבי. חובה עלינו לדאוג בארצנו לאותן נשים חסרות ההגנה, הנתונות לאלימות מינית ופיזית ושחיהן תלויה על בלימה. לדוגמה, אולי סוף סוף יוסיפו עוד מקלטים לנשים מוכות? כי אחרי שתרחנה זה לא ישנה להן אם זה יכונה 'רצח' או 'הריגה'. מעל הכול יש לחנך מראשית הדרך לשמירת כבוד הזולת וזכויותיו, בשאיפה לחברה טובה יותר.



"בנות תשעים הן מוכרחות לרקוד" - רחל ילין בת 90

מאת: עדי שיטה



"עליתי עם הוריי מגרמניה, הייתי בת חמש, השתכנו בחדרה ומאז אני כאן."
"ספרי לי על הורייך."
"אבי היה רופא, ד"ר פרוינד, ואמי, טרודה, הייתה גננת. יום אחד הביאה אימי מהגן ילד חולה ומאז הם היו לאבי ואימי. בהגיעי לגיל שש רשמו אותי לבית חינוך, אבל בית הספר עוד לא היה מוכן. רק לאחר מספר חודשים התחלתי ללמוד.

עם סיום כיתה ח' החליטו הוריי, שהיו ליברלים ומתקדמים, שמוטב לשלוח אותי, הביישנית, למוסד חינוכי. וכך הגעתי למשמר העמק. במוסד ספגתי ערכים ולימודים. למדתי לשתף ולחלוק. הייתי במוסד שלוש שנים ומשם עברתי לבית החולים בילינסון, ללימודי אחות - שלוש שנים ושנה נוספת סיעוד ומינהל. התאהבתי במקצוע.

"בשנות החמישים, עם העלייה הגדולה נשלחתי לעבוד במחנה העולים בעין-שמר. תארי לעצמך - מבית חולים סטרילי ומוקפד למחנה שהכול על פתילות. בתחילה התחלחלתי, אבל אחר כך התאהבתי באנשים ובילדים התימנים. שם הכרתי איש אחד שכולו נתינה, עולה חדש מסלובקיה, איש בעל ידי זהב. הוא גר אצל אחותו במענית ועזר במחנה בכל מה שהתבקש. הוא טרם למד עברית והקשר בינינו היה בגרמנית. כעבור זמן היה האיש הזה לבעלי, משה ילין. כל הפסלים שאת רואה מסביב הם יצירי כפיו. בתחילה גרנו בצריף אצל משפחת שטורמן בחדרה. הייתה לנו חלקת אדמה צמודה לצריף ושם גם נולד הבן הבכור שלנו, נעם. יש לי שמונה נכדים וחמישה נינים."

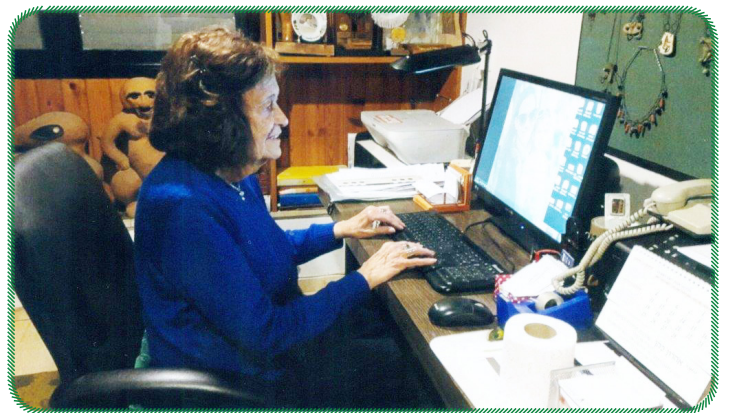
בנקודה זו אנחנו קוטעות את השיחה. אני מסתכלת על רחל- חיונית, שמחה, אוהבת אדם. ומה עוד אומר- בשבילי היא דוגמה ומופת. הלוואי עלינו - כמוה בגילה.

יום ראשון בבוקר, כרגיל, מתכנסת מערכת עיתון הגמלאים "כיוון חדש" לדיווחים והשגות. רחל ילין, במקומה הקבוע בשולחן המערכת, רושמת, מדווחת ומזכירה. אף פעם לא מאחרת, מגיעה ברגל מביתה שבראש הגבעה. אני לימינה. מקום קבוע. יש בינינו קשרים סמויים - אין צורך בדיבורים מיותרים, מספיק מבט קצר ולפעמים שרבוט בקצה הדף.

בחודש הבא ימלאו לרחל תשעים שנים בהחלט גיל מכובד. ניכר בה שהיא נרגשת.

"מה התאריך בדיוק?" אני שואלת. "השמונה במרץ, היא עונה.

איזה כבוד, יום האישה הבין לאומי. מתאים בדיוק.



קבענו שנפגש לראיון קצר בביתה לאחר הישיבה. אנחנו צועדות למכונית.

"ויתרתי על רישיון הנהיגה ועל המכונית, החלטתי שמספיק," היא אומרת.

אנחנו מגיעות לביתה של רחל. בחוץ פרקה משאית ערימה גדולה של אספלט. הריח חזק ולא נעים. רחל הודפת את השער ואנחנו נכנסות לגינתה המטופחת.

"את הגנן?" אני שואלת.

"כן, אבל יש לי גם גן."

לעומתנו ניצב עץ ולנסיה עמוס פירות - חלקם מונח על האדמה. רחל נאנחת, "אני לא יודעת למה הם נושרים..." אני מעמידה אותה לפוזה ומצלמת אותה עומדת בצילו של העץ. בכניסה לבית ניצבים בשורה פסלים רבים עשויים מעץ. "אלו הם מעשי ידיו של משה, בעלי." מאי שם שולפת רחל מפתח. "ניכנס דרך המטבח." כעת היא מרתיחה מים בקומקום פרחוני ושובה עין.

"תעצרי- אני מצלמת", אני מצווה עליה.

"היכנסי לסלון - הכנתי תקרובת."

הסלון מחבק אותי. אווירה חמימה. הקירות משדרים משפחתיות וזיכרונות. שוב אני שולפת מצלמה. זאת לא כתבה לטלוויזיה, אני מזכירה לעצמי. רחל יושבת מולי בכורסה.

"אני זוכרת אותך כאחות ראשית בקופת חולים דגני. "אחות מדריכה," היא מתקנת.

"הקרנת סמכותיות במדים הלבנים ובכובע הלבן, קצת פחדתי ממך... ספרי לי עלייך - אין צורך לסקור תשעים שנה - העיתון שלנו צנוע..."

אתם שואלים אנחנו משיבים
קו פתוח לניצולי השואה
בהשתתפות: ראש העיר מר צביקה גנדלמן
סגן ראש העיר מר רומן גישר
התקשרו וקבלו מידע על הזכויות שלכם

13.03
יום ג' בשעה
16:00-17:00

טלפונים: 04-6303234, 04-6303628, 04-6303397, 04-6303224, 04-6303309

הבדידות הורגת מונתה שרה לענייני בדידות בבריטניה. מתי אצלנו?



אחד מהארגונים החשובים שפועל בהתנדבות ושעוזר לאנשים בשעת בדידות ומצוקה הוא ער"ן - עזרה ראשונה נפשית, או כפי שהגדיר אחד הנתמכים "עניינים רואות נפש". בער"ן עונים לפניות טלפונית 24 שעות ביממה. מספר הטלפון לפניות הוא 1201.

על פי הנתונים שהוצגו לאחרונה על ידי עמותת ער"ן, המצב בישראל בהחלט אינו טוב, בקרב צעירים ובייחוד באוכלוסיית הקשישים. דו"ח סיכום העמותה ל-2017 הראה כי אחד מכל חמישה אנשים הפונים לעמותה מדווח על תחושת בדידות.

לדברי דפנה, מתנדבת בער"ן למעלה מחמש עשרה שנים, פונים מבוגרים מציינים שלא יצאו מביתם ימים רבים ושמתנדבי ער"ן הם הקול האנושי היחיד שהם שומעים במהלך היום.

בער"ן מרגישים את השינוי שחל בעולם הווירטואלי החדש. יש פי שמונה יותר פניות אובדניות באמצעות האינטרנט. מיליון איש מתאבדים מדי שנה ברחבי העולם, יותר מאשר במלחמות ובמקרי רצח, כך עולה מנתונים שמפרסם ארגון הבריאות העולמי. מדובר בגורם המוות השני בקרב צעירים בני 15-19. הגישה הקלה והמתמשכת לרשתות החברתיות מכניסה את המתבגרים ללחצים שלא מתפוגגים. הרשתות החברתיות הגיעו בעידן של שינוי, בו הבדידות האנושית הלכה והתעצמה, הקשרים האישיים הלכו והתמעטו. הבדידות גרמה לעליה בשימוש ברשתות, משום שהייתה שם הבטחה לחיבור אינסטנט אנושי גדול יותר מאשר בעבר ולכמות גדולה של חברים פוטנציאליים.

לאחר שבבריטניה הבינו את החשיבות הרבה בטיפול בבעיית הבדידות, כולנו תקווה שבקרוב גם ממשלת ישראל תבין שבדידות פוגעת באחוז גבוה מהאוכלוסייה וראוי לטפל במגפה זו כשם שהיו מטפלים בכל מגפה רפואית.

מחפשים דרך לתרום מעצמכם ולקבל המון בחזרה? בער"ן זקוקים למתנדבים כדי לתת מענה לכל הפונים. בואו לקחת חלק באומנות הקשבה של ער"ן - הצטרפו לקהילת המתנדבים.



לפנות לחנה: טלפון 050-9248007

מאת: רות לפידור

רופאים רבים מדווחים כי בדידות שהולכת וגדלה בשנים האחרונות, הפכה למגפה עולמית בעלת השלכות בריאותיות קשות הפוגעת באחוז גבוה מהאוכלוסייה. בבריטניה הוחלט לטפל בבעיה הנפוצה ולמנות שרה לענייני בדידות. רופאים טוענים שבדידות מזיקה יותר לבריאות מ-15 סיגריות ביום. ברוב המוחלט של המקרים הבדידות גורמת לסבל נפשי רב. התפרקות של מבנים משפחתיים מסורתיים, האינדיבידואליזם והתחרותיות בחברה הגבירו חוויות של ניכור, בדידות, אנונימיות וחוסר משמעות, כמו גם הפחתה ממשית במספר הקשרים והאינטראקציות החברתיות.

בדידות חברתית בעידן הרשתות החברתיות

"אדם זקן - מה יש לו בחייו?" שאל המשורר דוד אבידן בצעירותו. "הוא מדשדש אל המטבח... ממסעו במסדרון הוא טרם שב, כי שם הוא עוד חשב, חשב..." סיכמנו שמוטר לדבר על נכד אחד, ומחלה אחת", זה המשפט שנשמע במפגשים בגיל השלישי. לא אחת ביקנה נדמים החיים כדלים, משמימים ומונוטוניים, ולכן, מה יש כבר לספר עליהם. לפיכך, פעמים רבות מרגישים בודדים גם כשנמצאים בחברה. מבוגרים רבים מצאו מפלט ברשתות החברתיות ובראשן פייסבוק, הופכות אותנו "למחוברים" הרבה יותר. יחד עם זאת, מחקרים חדשים מצביעים על כך שמעולם לא היינו בודדים יותר, בדידות הגורמת לנו להיות פחות בריאים במובן הפיזי והרגשי. הרשתות החברתיות שינו את פני החברה והאדם הפרטי. חבריך האמיתיים הם אלה שאתה מרגיש בטוח ונוח לחלוק עימם פרטים אישיים, כשהדגש הינו על חברים אמיתיים. האם אותם חברים שיש לך ברשת החברתית הם אותם חברים שעונים להגדרה?

איך מתמודדים עם הבדידות?

מחקרים מציינים שחשוב מאוד להפוך את הקשרים החברתיים לחלק ממשמעות החיים. קשרים בין-אישיים זאת "עבודה". חשוב להתייחס למערכות הקשרים הקרובות והרחבות שלנו כאל "מקום עבודה" ולתחזק אותן מתוך מחויבות. להכיר בקשרים החברתיים כסיבה לגיטימית לחיים וכמקור לאושר. חשוב להפנים שחלק ממטרת הקיום היא להימצא באינטראקציות אנושיות. בדיוק כמו שהרעב מאותת לנו שהגיע הזמן לאכול ושהצמא מאותת לנו שהגיע הזמן לשתות, כך גם הבדידות מאותתת לנו שהגיעה העת לבוא במגע עם בני אדם.

התנדבות הוא אחד האמצעים לקשר חברתי.

רבים מהמתנדבים, בעיקר בגיל השלישי לאחר פרישה לגמלאות, מציינים שההתנדבות נתנה להם משמעות לחיים. "יש לי שבביל מה לקום בבוקר" אומרים המתנדבים. יש תחושה של מחויבות חברתית ונוצרות חברויות חדשות שמקלות על תחושת הבדידות.

העמותה למען הקטיש בחדרה
מטיילת בהנאה עם

61 תלמידי כולן ירון 82 מ"מ

הסעות | אוטובוסים מיניבוסים טרנזיטים מפוארים וממוזנים קשר אלחוטי | וידאו טלוויזיה.

רח' המסגר 22 אזה"ת, חדרה
טל: 04-6341827

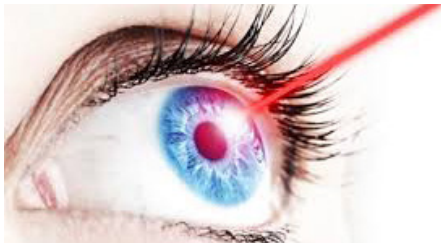
העמותה למען הקטיש בחדרה
המחלקה לאזרחים וותיקים

הטלוויזיה הקהילתית של חדרה
אנו משדרים בערוץ 98 בכבלים ובלווין

בימי שלישי בשעה 14:30
בימי חמישי בשעה 18:30

כתבות מגזין מרץ 2018

1. לתת ולקבל - שושי אובר, שולמית מידן, זלמן בודנר, אילנה יוסמן.
2. מוסיקה שישי בפארק - עמירם גולדשמיט
3. שלושה סיפורים שלושה אומנים, בית פתוח - עדי שיטה, מיכאל פרטוק אוצרת חווה גדיש.
4. משחה לזכרו של כושי עפגין-בני ניב, אפרים פרנק.



בישראל מבוצעים כ- 60 אלף ניתוחי קטרקט מדי שנה. רמת הדיוק של הניתוח כיום, מאפשרת שימוש באמצעים טכנולוגיים ייחודיים

כמו עדשות מתקדמות שבהן ניתן לראות גם מקרוב גם לרחוק בו זמנית. הניתוח מתאים כאמור לאנשים הסובלים מקטרקט בעקבות עכירות העדשה הנובעת מהגיל, וגם לצעירים הסובלים מקטרקט בעקבות חבלה בעין. מכיוון שכאמור עדשת העין מאבדת משקיפותה ונעשית עכורה עם השנים, ניתן כיום להשתיל עדשה מולטיפוקלית אשר מספקת יכולת ראייה לרחוק ולקרוב בכל עין ולהפחית על ידי כך את הצורך במשקפיים. כיום הניתוח מבוצע ע"י חתך זעיר ללא תפרים, ויצירת עדשה נעשית על סמך חישוב מדויק באמצעות מיכשור מתקדם. עדשה תוך עינית היא תוצר איכותי של הטכנולוגיה המתקדמת ביותר ומהווה פתרון לאלה הרוצים לשפר את איכות ראייתם ואת איכות חייהם כאחד.

ביבליוגרפיה: מאמרו של פרופסור אהוד אסיה, מנהל מחלקת העיניים בבית חולים מאיר.

מחלת הקטרקט מאת : רחל ילון

תחום רפואת העיניים עובר בשנים האחרונות שינויים מרחיקי לכת, בפרט בכל הנוגע להיבט הטכנולוגי. זאת כי דרישת המטופלים והרופאים משתנות, כבר לא עוסקים רק ברפואה הבסיסית. לאור הזדקנות האוכלוסייה ותוחלת החיים אחוז חולי הקטרקט עולה עם הגיל: בגיל 50 2% מהאוכלוסייה לוקים בה, ובגיל 70 ערך זה מזנק ל- 50% וכשמגיעים לגיל 90 תופיע המחלה אצל 100% של האוכלוסייה. מדובר בתהליך הזדקנות של עדשת העין שהופכת להיות עכורה עם השנים. בעבר ניתוח הקטרקט היה מיועד רק לשיפור הראייה, כיום בעזרת קרני לייזר נעשה הטיפול מדויק ובעל הצלחה מלאה. בעבר הלא רחוק זיקנה וראייה לקויה היו שני דברים בלתי נפרדים. אדם זקן הנזקק למלווה בהליכה, היה מראה נפוץ, כיום אנשים בני 70 – 80+ הסובלים מקטרקט לא רק שיכולים לקבל טיפול מהיר ובטוח, אלא ניתן לפתור גם את בעיות העיניים האחרות שלהם. הטיפול בלייזר נעשה ברמת דיוק גבוהה והתוצאות טובות לעומת הניתוח הידני בעבר. כיום מטפלים גם בארובת העין, בדרכי הדמעות ובניתוחי עפעפיים.

הגעתי לגיל- אני מודה.

אני ומוסדות הרפואה מאת: עדי שיטה

שינינו את המינון – לא עזר. פניתי לעזרה טלפונית וביקשתי תור לרופא עור...אתם בוודאי מנחשים- בעוד ארבעה חודשים. התגרדתי ארבעה חודשים. הקיץ חלף החום נסוג וכך גם הפריחה המעצבנת... הגיע יום התור המיועד. לא וויתרתי והלכתי. המצאתי כמה נגעים (למי אין כאלו), סיפרתי לרופא את המחדל אמר: "אני יודע, את לא לבד". וזה לא הכול. מקרה יותר חמור מסתם גרוד מעצבן. לא אלאה אתכם בכאבים ובחרדות אבל לתור הבא לרופא הגעתי בריאה. נשאר לי רק לספר על שעבר עלי, ונגמר.. בפעם הבאה אולי אזמין כמה תורים לכמה רופאים בו זמנית, והיה אם אזדקק, יהיה לי תור זמין ואבוא עם המחושם גירודים וכל מיני מרעין בישין בזמן ובמועד שהם מתרחשים.



לא חשוב השנים, חשוב איך מרגישים אני ומוסדות הרפואה עם השנים. אז אני משלימה, ממילא לא יעזור, עוד שנה נוספה לי למניין השנים ואני לא מקטרת. אבל, לפעמים, אני נזקקת לשירותי הרפואה, מה לעשות. אתם בוודאי שואלים למה הפתיחה החושפנית? כולנו באותה סירה ואני לא מחדשת שום דבר לאף אחד. אבל בכל זאת...בקיץ, שכזכור לכולנו היה חם במיוחד (טוב שלא זוכרים משנה לשנה) סבלתי מאיזה גירוד אדמומי ומציק באזור הצוואר. סברתי שזה הקיץ, החום והזיעה. לא צריך רופא, הסתפקתי בעצה של אחד הרוקחים שאני חושבת שהוא אמין, צייד אותי במשחה ו- "תבואי בעוד כמה ימים", אם לא יעזור נשנה את המינון", לא עזר.

ציורי תלמידים מבי"ס "ניצנים"



אגף החינוך

הזמנה

תערוכת תלמידים לציון 70 שנה לישראל

מגן דוד שלי

אוצרת התערוכה: חוה גדיש

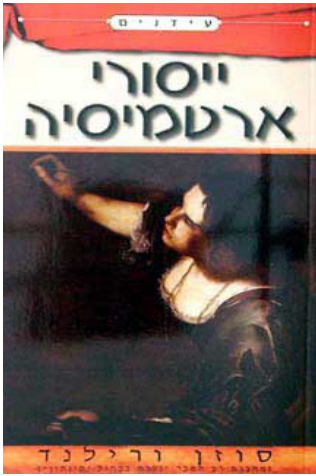
פתיחה חגיגית במעמד ראש עיריית חדרה - צביקה גנדלמן סגנית ראש העירייה - חדוה יחזקאלי מנהלת אגף החינוך - סיגלית איציקוביץ

יום שלישי כ"ו באדר, 13 במרץ, בשעה 19:00
בית האמנים, רחוב רוטשילד פינת הנשא

בתאריך 19 - 14 במרץ 2018
התערוכה תהיה פתוחה בתאריכים 18:00 - 15:00

חדרה
עיר האנרגיה

ייסורי ארטימיסיה - סוזאן ורילנד



הפעם, שלא כדרכי, אני מרגישה צורך לצטט מספר משפטים שקראתי בגוגל בקשר לספר שזה עתה סיימתי את קריאתו: "מארס 1612. הצייר אורציו ג'נטילסקי נכנס לבניין הממשל ברומא והגיש תלונה רשמית נגד טאסי וקוזימו קווארלי באשמה שאנס את בתו ארטימיסיה בת התשע עשרה וכן בגניבת כמה מציוריה".

בדברים האלה ובפרוט יתר נפתח הספר. הבת הייתה ציירת מחוננת בתקופת הברוק באיטליה והמיוחד, שלא נזכרות ציירות מהתקופה הזו. כל הציירים היו גברים.

קורותיה של ארטימיסיה מולכים אותנו מרומא לפירנצה ומלוויים אותה

בתיאור חייה הלא פשוטים כאישה- ציירת-אשת צייר ואם לבת. הסופרת מיטיבה להיכנס אל הדמות ולתאר את התלבטויותיה, את היחס לו היא זוכה ואת יחסיה המסובכים עם אביה, שהוא בעצמו צייר בעל שם. בספר מוזכרות דמויות מפורסמות כמו גלילאו גליליי, ואי קבלת דעתו על העולם הסובב סביב השמש, מוזכרת גם משפחת מדיצ'י מהאצולה של תקופת הרנסנס. הקורא הסקרן יכול למצוא בגוגל ציורים של ארטימיסיה וכן מידע על הסיורים שמתקיימים בפירנצה בכנסיות ובמוזיאונים בעקבות הספר ועל כך נאמר: "הספר מעצים את חווית הביקור והביקור מעצים את חווית הקריאה".

גם אצלנו, בפלורנטין קיימת גלריית ארטימיסיה. אז לא להתעצל- ביקור בפירנצה- אם לא -אז בפלורנטין.

מי מכיר? מי יודע?

מאת: יצחק (צ'קלה) גולדפינגר



צבייה כפרי

בחרתי הפעם להעלות את דמותה של צבייה כפרי מוותיקות חדרה, לאו דווקא על מעשים יוצאי דופן שלה בדור הוותיקים, אלא משום היותה אחת העם, מייצגת את נשות חדרה העמלות בפרנסת הבית עוזרות לבעליהן בקיום היום יומי של המשפחה ובתום 12-14 שעות עבודה ביממה עוד מוצאות זמן לפעולות התנדבות למען הקהילה. צבייה לבית חזנוב ממייסדי גדרה, נולדה בבירות שבלבנון בשנת 1909. אביה שכאמור היה ממייסדי גדרה עזב את הארץ ללבנון בעצת רופאיו לאחר תקופת מחלה לא פשוטה. צבייה נדדה עם אביה לחלב שם ניהל אביה את הסניף של "כרמל מזרחי". האב שהיה ציוני נלהב ניסה לחזור לארץ אך מחלת הטיפוס הכריעה אותו וכך נותרה צבייה יתומה, חזרה לגדרה שם גדלה עד גיל 18. בהגיעה לגיל בגרות הגיעה עם בת דודתה למשק הפועלות בחדרה על מנת להשתלם בחקלאות. בתקופה זו עברה צבייה חוויות לא קלות. נדרשו ממנה עבודות פיזיות קשות בחפירת בורות לשתילת אקליפטוסים ושאר עבודות שהיו מיועדות גם לגברים. את הזמן החופשי בילו בצפייה בראינוע בחצר ביתו של אליהו לבוצ'קין. לימים פגשה את שמואל כפרי, פועל חדרתי שהקים משק עזר חקלאי בחצר ביתו, ולאחר תקופת מה נישאו והקימו משפחה ברחוב הגליל (כיום רחוב הנשיא) בחדרה. צבייה עסקה בכל עבודות הבית וחווה יחד עם שאר תושבי חדרה את ההתנפלות הגדולה של ערביי הסביבה על חדרה במאורעות 1929. משק הפרות של כפרי הצריך עבודת כפיים לא פשוטה וצבייה נרתמה כמובן לעבודה וסייעה לבעלה ככל אשר יכלה. בזיכרונותיה מציינת צבייה את התקופה הקשה: "לכפרי היו חובות יותר מאשר שערות ראשו"... לימים ילדה צבייה את ביתה הבכורה. הלידה הייתה בבית תחת עינו הפקוחה של רופא המושבה ד"ר קורץ (אביאור). בשנת 1937 הוקם סניף מ.ד.א. בחדרה ביוזמתן של מינה כוכבי וצפורה דנין והחל גיוס מתנדבות לסניף. צבייה יחד עם חברותיה ממעמד הפועלות החלו להפעיל את סניף מ.ד.א. במושבה כאשר הן ישנות בתורנות בבית מ.ד.א.: "היינו עוזבות את הילדים משעה 18:00 עד הבוקר ומתנדבות במ.ד.א. מוסר ההתנדבות בקהילה גבר על כל מכשול וסחף איתו את נשות המושבה חדרה.

את זיכרונותיה העלתה צבייה כפרי בקולה בקלטת שמע, שעברה לאחר מכן גם תמלול בכתב ונשארה לעדות נצח בארכיון מוזיאון החא'ן בחדרה. הזכרונות עתירי סיפורים מהמציאות החדרתית של השנים ההן. השלמה לכך ניתן למצוא בספר הזיכרונות של שמואל כפרי הנמצא אף הוא במוזיאון.

צבייה הלכה לעולמה בנובמבר 2002 עת מלאו לה 93 שנים.

חדשות האינטרנט

מאת: יצחק (צ'קלה) גולדפינגר

אני מפנה הפעם את הזרקור האינטרנטי אל אתר נרחב שהתחדש לאחרונה והשתכלל והוא מקיף את כל השירותים הממשלתיים:

www.gov.il

מטרת האתר היא להנגיש לציבור הרחב מידע ושירותים ממשלתיים בצורה פשוטה קלה ומהירה בכל תחום ממשלתי שהוא. כלל משרדי הממשלה נמצאים בממשק אחד, ובמתכונת החדשנית הם מותאמים גם לטלפונים הניידים. מגוון של שירותי משילות ניתנים לאזרח הפשוט, מתשלומי אגרות ממשלתיות שונות ישירות באתר שחוסכות את הצורך בשירותי בנקאות ועד להודעה על שינוי כתובת, בקשה לדרכון ותעודת זהויה. האתר יעיל ביותר, נגיש מהבית ו/או מהנייד וחוסך זמן רב. אכן שירות מעולה לאזרח הפשוט.

לתשומת ליבכם שינוי בזמני השידור

אמצע הדרך חדרה משדרת
הטלוויזיה הקהילתית של חדרה

אנו משדרים בערוץ הקהילתי 98 "הוט" ו"יס"

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

tv@ale-hadera.org

תשבץ מרץ 2018

מאת: זהבה עמל

מאוזן:

1. חג המסכות 5. מאפה לפורים (3,4) 11. טכס בשישי
 בערב 12. עובד בבנין 13. חיבק, משש 14. מוזיאון
 (4,3) 16. חוט ברזל 18. רצף של נקודות 19. מואט, מעוכב
 21. אמצע החודש 22. אחד ההורים 23. אמונה 24. מילת
 קריאה 25. אות אנגלית 29. יחידת מידה לחום ולאנרגיה
 32. לבקנות 35. זעזוע, שוק 36. גבוה 37. קול הצחוק
 39. מזון, מנת אוכל 41. עציץ מוארך 43. געשי 46. ישן
 47. בעבור, למען, בשביל 49. נקנו, נמסרו 50. חיש 51. אדמה
 בלב ים 53. חבר 54. הגיבור מתל חי (9.4)

מאונך:

1. מדינאות 2. פרח בר נאה 3. גיל בת המצוה
 4. פורח, משגשג 5. בשנה שעברה 6. מוכרנות
 7. סגסוגת, מסג 8. הטעיה, הולכת שולל 9. הלך לעולמו
 10. ראש ממשלה ישראלי 12. סוג של חולצה 15. צינור
 הבליעה 17. הוא הנילוס 20. אות הנצחון 25. שחצני, חצוף
 26. מילת שאלה 27. מספיק בקושי (ר.ת) 28. נמק, גנגרנה
 30. באין, בהיעדר, בחוסר 31. עיתון היוצא פעם
 בחודש 33. שיתופי, זה את זה יחד 34. תחנונים, הפצרה
 38. כעס, התרגז 40. היתול, עליזות 41. אנחנו 42. חף
 מפשע 44. סור, התרחק 45. גלד, עור 48. נוזל לכתובה
 50. נפל, נתקל 52. עמוד בספר 53. רחמנא ליצלן (ר.ת)

10	9	8		7	6	5		4	3	2		1
		12א					12			11		
			15					14				13
	20		19			18			17	16		
	24					23			22			21
		28		27			26			25		
	34		33	32				31				29
38	37					36						35
				41			40					39
	46				45	44		43				42
		50						49				47
			53						52			51
												54



הצצה להלצה

מאת: יאשיהו וולשטיין

סבא קמזן 1

סבא קמזן הזמין את כל משפחתו למסעדה. הם התיישבו במסעדה והסבא אמר למלצר: "אם תפנק אותנו תקבל טיפ טוב." המלצר יצא מגדרו לשרת את הסבא ומשפחתו כל הערב. בסיום הארוחה ביקש הסבא ממשפחתו להמתין לו בחוץ. כשבא המלצר לקבל את התמורה, אמר לו הסבא: "הנה טיפ לחיים - אל תאמין למי שאינך מכיר!!!"

סבא קמזן 2

סבא עלה לאוטובוס והגיש לנהג כרטיסיית נוער. הנהג שואל אותו: "אתה לא מתבייש?" בגילך אתה עושה לי קונצים?" ענה לו הסבא: "ואתה לא מתבייש?! כמה זמן אני מחכה לך!?"

אשם או לא אשם

שופט לנאשם: "מה יש לך לומר? אשם או לא אשם?" שאל "איך אני יכול לדעת, אדוני השופט? עוד לא שמעתי את כל העדויות."

תלמידה טובה

למחרת משתה פורים שאלה המורה את דנה: "מה העץ האהוב עליך?" דנה: "אקליפטוס". המורה: "איך כותבים אקליפטוס?" דנה: "בעצם... דקל."



מהמטבח של סבתא

מאת: בתיה שרייבמן

אוזני המן מלוחות

חומרים לבצק פריך:

- 140 גרם קמח רגיל
- 140 גרם קמח מלא (אפשר רק קמח רגיל)
- 150 גרם חמאה קרה חתוכה לקוביות
- 1 כפית מלח, 1 ביצה טרופה,
- 2 כפות מים קרים.

למלית:

מעט שמן זית, 3 קישואים או חציל גדול קצוצים לקוביות קטנות, 1 בצל בינוני קצוץ, 1 שן שום כתושה, מלח ופלפל לפי הטעם, 120 גרם גבינת ריקוטה לא מלוחה, 50 גרם גבינת פרמזן מגוררת, 1 ביצה טרופה, חופן אגוזים קצוצים.

ההכנה:

מכניסים למעבד מזון קמח, חמאה ומלח מערבבים בפולסים קצרים עד שנוצרת תערובת פירורית. מוסיפים ביצה ומעבדים עוד קצת. מוסיפים מים עד שמתקבל בצק מגובש. מחלקים לשני כדורים ועוטפים בניילון נצמד, מקררים שעה במקרר.

הכנת המילוי:

במחבת גדולה מחממים שמן זית ומטגנים את הבצל עד להזהבה, מוסיפים את הקישואים או החציל וממשיכים בטיגון עד שהם מתרככים ומוכנים לאכילה, מקררים מעט.

בינתיים מערבבים ריקוטה, פרמזן, מלח ופלפל, שן שום ואגוזים. מוסיפים את תערובת הריקות ומערבבים.

מוציאים את הבצק מהמקרר ומרדדים כל כדור לעלה בעובי של 2-4 ס"מ. קורצים עיגולים עם כוס ומניחים על תבנית האפייה. מניחים תלולית מילוי על הבצק יוצרים משולש מהדקים בקצוות. אופים כ- 20 דקות או עד להזהבה.

הערה: לאחר פורים אפשר לקרוץ צורות אחרות.



יישומון החודש

מאת: פנינה שחק

מצגת



הטלפון החכם כבר ידידנו וכל הזמן איתנו. מי מאיתנו לא מצלם תמונות של נכדינו, ימי הולדת, מפגש חברות בבית קפה, תבשילים מוצלחים, טיולים מעניינים ועוד כהנה וכהנה. לרוב אנו רוצים לשתף את המצולמים ולשלוח לכל מי שחשקה נפשנו. ערמת תמונות שנשלחות בדרך כלל מייגעות לכן אביא הפעם הצעה להכנת מצגת שבה מאוגדות מספר תמונות מלוות במוסיקה.

כרגיל נפנה לחנות היישומונים ונבקש יצירת מצגת תמונות. נקבל מספר הצעות ונבחר "MUSIC VIDEO MAKER" (כמובן אפשר לבחור משהו אחר. אני התחברתי לזו).

נלחץ על "התקן" ונחכה. לאחר שנקבל את ההוראה "פתח", נלחץ עליו ונקבל הוראות להכנת המצגת. לצערי ההוראות באנגלית אך רובנו מתמצאים באנגלית בסיסית.

נמשיך ונלחץ על SLIDESHOW נקבל מסך עם תמונות ובצדו אפשרות. אפשר לבחור מצלמה או וואטסאפ, מסנ'ר, פייסבוק ועוד. בוחרים מהיכן רוצים להכין את המצגת ומקבלים תמונות שצילמנו. לוחצים על התמונות שבחרנו, כל תמונה נבחרת מסומנת ברבוע. לאחר מכן לוחצים NEXT מקבלים את המצגת כשבראש התמונה מלבן לבן ובצד סימן ירוק של V לוחצים על ה"וי" ומקבלים בצד סימני שיתוף, לוחצים על סימן השיתוף ומחליטים במה לשתף ומקבלים את רשימת אנשי הקשר שמתוכה בוחרים את מי לשתף. לאחר שבחרנו שוב לוחצים על סימן ה"וי" בתחתית ויש אפשרות להוסיף כיתוב ולשלוח. ההוראות הפעם מפורטות מאוד אך אחרי הפעם הראשונה שולטים בזאת וחוויית שליחת המצגת מהנה ביותר.

הדור שנולד עם הכפתור ביד... – וידוי אישי

מאת: עדי שיטה



אחרי למעלה משני עשורים שאני עוסקת בהפקת סרטים וכתבות בטלוויזיה (בערוץ 98) התברר לי שאני לא יודעת כלום. ומעשה שהיה כך היה. אני מודה ומתוודה שמזמן שאני מחזיקה בטלפון חכם, לא הפעלתי את הכפתור שמצלם וידיאו. בימים אלה הצטרפתי כמעין מנחה- מלווה לקבוצת אנשים בקורס להפקת סרטים בטלפון חכם (סמרטפון). הקורס קסם לי מכיוון שחשבתי שאני כבר יודעת הכול... במסגרת תרגיל "שעורי בית" יצאתי גם אני לצלם – משהו. על פי כל ההנחיות יצאתי לשטח ולבושתי, אני חייבת להתוודות, שצילמתי את האדמה, את הרגליים שלי (מהר מחקתי- שלא ידעו), לחצתי על כפתור ההקלטה, על כפתור העצירה, על הרצף- בבחינת "מה שיצא- אני מרוצה" התרחקתי וגם התקרבותי, בקיצור,

יצאו כמה קטעים...

עכשיו ניצבתי בפני דילמה. אני לא עורכת סרטים. הישיבה הממושכת ליד המחשב ולחיצה על הכפתורים שוב ושוב ועוד פעם, לא קוסמת לי. לפנות לחברי העורכים שהם עסוקים עד למעלה מראשם בעריכת הסרטים למתלמדים החדשים לא הרהבתי עוז. בצר לי פניתי אל אחד הנכדים ושאלתי אם יהיה מוכן לערוך לי סרט קצר. "מה הבעיה?" אמר לי. תביאי אלי את הטלפון. קניתי דיסק און קי ירקרק, הגעתי עם הטלפון שלי והתכוננת לישיבה ארוכה והסברים אין סופיים מהתאוריה שלמדתי במשך שנים. בנון שלנטיות הושיט הנכד את ידו ואמר "תביאי. בעוד שעה וחצי, אחרי האימון הגופני אביא לך את הסרט." נדהמת אמרתי "איך תביא לי את הסרט? עוד לא דיברנו, צריך זירה, סיפור, תקריב מוסיקה..."

"הכול בסדר" הייתה התשובה. כעבור שעה קיבלתי מיסרון "את בבית?". אני מביא לך את הסרט". לא תאמינו. הוא בא ובידו הדיסק און קי הירקרק. התיישבנו ליד המחשב וצפינו בסרטון הערוך והגמור עם המוסיקה וכול מה שהצליח להוציא מהצלמת הכושלת. נעתקה נשמת, לא הערתי ולו הערה אחת...צלצלתי לישי המדריך ולאחר שמע את הדברים אמר בזו הלשון: "יש לך סיפור. תכתבי." אז כתבתי.

שלכם בבושת פנים ובהסרת הכובע בפני הדור הצעיר שנולד עם כפתורים ביד.

לפרטים על פעילויות ואירועים נוספים **צ'אט**
 חפשו אותנו באתר www.amuta4kashish-hadera.org.il