

# "הפגישה הפגישה שכזאת..."

את: ערי טיטה ונלה ניה | nivnoga@bezeqint.net | shittadi@netvision.net.il

מה זאת קומונרית? מקשה אחד הילדים.  
"קומונה זה שיתוף מלא".

שיחה זו התנהלה בשטח פסטורלי ירוק מוקף עצי נוי ששמי תכלת משמשים לו חופה בקיבוץ ניר עוז החוגג שישים שנות קיום.

קיבוץ ניר עוז שוכן בנגב המערבי סמוך לגבול רצועת



עזה. השנים הראשונות היו שקטות ברובן, אך לאחרונה הצטרפו תושבי ניר עוז למעגל הסובלים מהפגזות ומנהרות.

לפני שישים שנים בדיוק הגיעה לשטח קבוצה נלהבת של גרעין נח"ל, חניכי תנועת השומר הצעיר. הם היו בסך הכל בני 18. נערים ונערות שעזבו בית חם ובאו להגשים חלום. קיבלו שטח עם מספר צריפים במטרה ליישב את הנגב ולהקים קיבוץ חדש, ביניהם לא מעט מתנועת השומר הצעיר בחדרה.

מסבירה אלה חברת הגרעין: "כשהגענו לכאן מהביתם שלנו בעיר, מסרנו את כל מה שהיה ברשותנו לקומונה, כולל כל הבגדים שהבאנו מהבית. את הבגדים חילקנו שווה בשווה בין החברים."

"היו זמנים... עכשיו דבר אין להכיר, אולי בזכות אותם זמנים." לציון אירוע השישים הגיעו כל חברי הגרעין עם כל ה"תוספות" שבינתיים נולדו: ילדים, נכדים, ואפילו נינים, להיזכר ולספר. בבוקר הנציחו את הגרעין בחורשה בשלט על שמם ובו כתובים שמות כל המקימים. לאחר מכן יצאו כולם לסיור בתחנות שאיפיינו את אורח חייהם בעבר.

מסכמת עדי (כותבת כתבה זו...) מגרעין רמתיים, שנישאה לצלי בן גרעין חדרה. חתונה שנייה בקיבוץ:

"בתחנה הראשונה ניצב שלט ולידו צילום של מבנה עולה באש. כאן ניצבת חנה, ממייסדי הקיבוץ במקום בו עמד חדר האוכל שעלה באש לפני שנים והעץ שבצילו אנחנו חוסים הוא השריד לחדר האוכל ולחופות הראשונות שנערכו במקום."

עוברים לתחנה הבאה- זהו מבנה המקלחת הראשונה, הבנויה שכיום משמשת מוזיאון הקיבוץ. אנחנו נכנסים- המבנה הצנוע מלא עד אפס מקום במבקרים שמתארים לבני המשפחה את החיים בקיבוץ.

מכשירים "מוזרים" מאכלסים אותו: קרש כביסה, תנור נפט, מכונת הדפסה ועוד חפצים לשימושם של חיילים, אנחנו חיפשנו את ה"מסטינג". הילדים מחפשים את סבא וסבתא בתמונות מסביב.

"...מסבא שכזה באמת באמת יש נחת". ומזכרת רצינית בולטת בקיר הדרומי: -מה החור הזה?

כאן "ביקר" רסיס פגז- מתנה מ"בני דודינו" במלחמת צוק איתן. בתחנה הבאה אנחנו פוגשים את אלה ועמירה:

"מכיוון שלא הייתה מכבסה, היינו שולחים את הכביסה המלוכלכת לקיבוץ נירים השכן, וכעבור כמה שעות היה הסנדר נוסע שוב לנירים, מביא את הכביסה הרטובה ואנחנו היינו תולות לייבוש על חבלים שהתקינו פה. בתום הייבוש מגהצות, מתקנות, תופרות כפתורים מטליאות ואפילו הייתה גיגית שאליה היינו זורקות גרביים עם חורים ובנות שהייתה להן שעה פנויה היו באות ומתקנות את החורים בגרביים (כאן בא הסבר - הקהל כמעט לא מאמין...). את הכביסה היינו מקפלות, לכל חבר היה מספר על הבגדים שלו- לבנות מספרים זוגיים ולבנים אי-זוגי. לכל חבר היה תא ממוספר ובכל יום שישי חיכתה לו בתא כביסה נקייה לשבוע החדש."

אנחנו מגיעים לתחנה נוספת- "תנובה ילדים". כאן מתגודדות כמה משפחות ליד שלט ועליו כמה תמונות של זאטוטים ומטפלות וגם תמונה ובה קבוצה גדולה של צעירים שאחדים מהם מחזיקים תינוקות. אלו הם ששת הילדים הראשונים שנולדו בקיבוץ-חמש הבנות הראשונות והבן הראשון, שהיה גם הסימן הראשון שהיו גם בנים. ליד צריף המרפאה נזכרים בשפעת האסייטית שדמתה למגיפה בכל הארץ. היא הפילה למשכב את כל החברים, מלבד שלוש בנות שלא נדבקו ובמשך כשבועיים נשאו בעול של הבאת אוכל לחולים וטיפול בעניינים שוטפים. מישהו מזכיר את הכלבת שהפיצה כלבה חולה בין רוב החברים. כולם עמדו בתור בכל ערב וקיבל זריקה בבטן - 14 זריקות היה המינון...

והתחנה האחרונה- הצריפים. כאן התבקשו האורחים לקבוע על הדלת של הצריף בו גרו את שמם. מה רבה הייתה המבוכה כשחברים נגשו זה לזה שואלים: "אולי אתה זוכר איפה גרתי?"

מה רבו הסיפורים והזיכרונות. יום של נחת היה זה לנו, לכולנו, שיכולנו להעביר ולו גם מעט לבני המשפחה. מאותם הימים, שהיינו כל כך צעירים והגשמו חלום שהשפיע על כל מהלך חייו מאז ועד היום.

למרות שרבים מחברי הגרעין מפוזרים כיום במקומות שונים בארץ וחלק חיים עד היום בקיבוץ, הקשר ביניהם נשמר עד היום ומידי שנה מתקיים כנס וגם טיול משותף לחו"ל בו הם מבליים יחד ומתעדכנים.



**ביצוע כל עבודות הדפוס**

**דפוס סאלי**

דפוס אופסט, דיגיטלי ושלטי חוצות, הובלה עד בית הלקוח

שירות שנת נסיון כתחום הדפוס מאפשר לך לתת לך בדיוק מה שאתה צריך עם דפוס רב על דיוק כספית ואיכותה וכאופן של עמידה בלוחות הפלנטים.

טל. 04-6345590 רח' הנשיא 56 חדרה

**כיוון חדרה**

**עיתון גימלאי חדרה**

**ינואר 2016 - טבת תשע"ו 231**

**העמותה למען הקשיש**

גליון

- 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

**אפרטיק על פסילויות ואירועים נוספים**

אפשר אלתן בארץ העמולה

[www.amuta4kashish-hadera.org.il](http://www.amuta4kashish-hadera.org.il)

**תו תושב לחנייה חינם**

את: כהנה אצל | [amal.zm@012.net.il](mailto:amal.zm@012.net.il)

**אזור מרכז העיר (מע"ר)**

רחוב אורנשטיין כל היירים

רחוב גורדון מפינת אורנשטיין עד פ. רוטשילד חניון גורדון

רחוב הרברט סמואל ממספר 89 (פ. הגיבורים) עד מספר 49 (פ. הלל יפה) ממספר 78 (פ. הגיבורים) עד מספר 48 (פ. הלל יפה)

רחוב הרצל ממספר 17 (פ. אחד העם) עד מספר 23 (פיאצה) ממספר 10 (פ. אחד העם) עד מספר 12 (פיאצה)

רחוב לרמן

רחוב קוטלר

רחוב רוטשילד ממספר 11 (פ. אחד העם) עד מספר 21 (פ. הנשיא) ממספר 12 (פ. אחד העם) עד מספר 46 (פ. הנשיא) עד חניון גורדון (בגב בשוק), כולל

\* פ. = פינת

**הנחית ראש העיר ימשיכו נהגים תושבי העיר בני 70 ומעלה ליהנות מחנייה ללא תשלום וללא הגבלת זמן בכל רחבי העיר.**

כפי שפורסם, תושבי חדרה יוכלו ליהנות מחנייה חינם בכל רחבי העיר באמצעות תו תושב שיוצק לשמשת מכוניתם. מספר מצומצם של רחובות הוגדר כמע"ר (מרכז עסקים עירוני) שבו תוגבל החנייה לשלוש שעות, למעט עבור תושבי רחובות אלה שיקבלו תו אזור מע"ר והיו זכאים לחנות ללא הגבלה בכל רחבי העיר וכן ליד ביתם.

**על-פי הנחית גנדלמן, גם נהגים בני 70 ויותר יקבלו תו אזור מע"ר, ובכך תישמר להם ההטבה שממנה נהנו עד כה, לחנות ללא תשלום וללא הגבלת זמן בכל חלקי העיר.**

**חלוקת תו תושב מתבצעת במסגרת ההיערכות להחלת חנייה חינם לתושבי העיר, החל מה-1 בינואר 2016.**

ראש העיר צביקה גנדלמן התכבד לפתוח את תחנות החלוקה, סייר בין התחנות והעניק את התו לתושבים שהופתעו לקבלו מידי לא אחר מאשר ראש העיר. הרשמה ותשלום לקבלת תו תושב מתבצעים בתחנות החלוקה או בצורה מקוונת באתר האינטרנט של העירייה ([hadera.muni.il](http://hadera.muni.il)). לנרשמים באמצעות אתר האינטרנט יישלח התו לבית המבקש לאחר מילוי הפרטים והזנת הטפסים הרלוונטיים בטופס המקוון, אישורם על-ידי

**סרטים באולם רחב שמי**

10.1.16 יום א בשעה 16:00 גשר המרגלים

24.1.16 יום א בשעה 16:00

לפרטים נוספים: נגה הסל 054-8007997

**תלם**

שירותי סיוע כ"מ

סיוע ל-24 שעות

תלם - בשיתוף עם העמותה למען הקשיש בחדרה

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

רח' בית הלל 6 תל-אביב 67017  
טל. 03-5618850, 03-5619120 פקס.  
גריןברג כלנית: 050-4440009

**כיוון חדרה**

**עיתון גימלאי חדרה**

**ינואר 2016 - טבת תשע"ו 231**

עורכת ראשית: יונה מאור.

**חברי המערכת:** יצחק גולדפרינגר, יאשיהו וולשטיין, יפה וינקר, רחל ילין, ימימה לוי, רות לפידור, נגה ניב, זהבה עמל, עליזה רוזנווסר, פנינה שחק, עדי שיטה, בתיה שרייבמן.

**רכזת הכתבים ומפיקת העיתון:** עו"ס רוטל פוקס.

המחלקה לאוכלוסיה המבוגרת באגף הרווחה.

הגהה: יאשיהו וולשטיין.

המו"ל: "העמותה למען הקשיש" בחדרה טל. 04-6323331 פקס. 04-6247537.

עריכה גרפית והדפסה: דפוס סאלי חדרה.

אתם מוזמנים לשלוח תגובות וסיפורים מעניינים לכתובת המייל של המערכת:

**E-mail: [kivunhadash1@gmail.com](mailto:kivunhadash1@gmail.com)**

**קובי זלוטניק אפתח לכול**

שרותי מנעולן מתקדמים נוסד ב-1954

שרותי תיקון ופריצה לרכב, בית, כספות מנעולים מוגני שיכפול ופריצה לפלדלת זלזותה עץ מצלמות ועיניות לדלתות וחדרים ואמצעי אבטחה נוספים נעילת דלת בשליטה מרחוק למוגבלי נגישות לתושבים ותיקים מחירים ומבצעים מיוחדים!

ייעוץ חינם להגברת הביטחון האישי שלך

הנשיא 58 חדרה 04-6322251 050-5346973  
בקר באתרנו [www.key4all.co.il](http://www.key4all.co.il)







# נס היידיש - לא נס ליחה

את: פנינה חק ויפה וינקר | Yafa\_24@netvision.net.il | Pnivi12@gmail.com

לא נותר כרטיס אחד. המופע זכה להצלחה חסרת תקדים, 750 פעמים במשך 15 שנים בארץ ובחו"ל. עצמון חוזר בזיכרונותיו אל תיאטרון ה"אוהל" ובעיניים מצועפות אומר: "המילה הראשונה שאמרתי על בימת ה"אוהל" כשחקן מחליף הייתה "בילגוריי" שם עיירת הולדתי. כל כך התרגשתי, שנים נשאתי התרגשות זו בתוכי. לאחר 20 שנה בפגישתי עם שבשים זינגר, שבילה את נעוריו בעיירה זו, סיפרתי לו והוא אמר: "אתה רואה שמוליק, יש מיסטיקה בחיים."

## מה הוביל אותך להקים תיאטרון יידיש בארץ?

"ובכן המעשה שהיה כך היה", מתחיל עצמון לספר לנו: "הופענו בגרמניה בפסטיבל וויסבאדן, כל הכרטיסים נמכרו ולהצגת הבכורה הגיעו כל נכבדי העיר. בסוף ההצגה ביקש ראש הקהילה שאחד השחקנים יישא דברים. רודנסקי אמר שהוא מעדיף לאכול וסגל אמר 'תלכו לעצמון', וכך זה נפל עלי. בנאומו דיברתי ביידיש ולא בגרמנית ואמרתי: רבותי, אתם צוחקים מההצגה אך ליבי נוטף דם. אני לא יכול להשתחרר מהידיעה כי מפה יצאה הפקודה לשרוף את היהודים, לשרוף את התיאטרון ולרצוח את השפה היידיש והיות שאנו חלק קטן ששרד, יש לי בקשה מהגרמנים והישראלים, בואו נמצא בית לתיאטרון ביידיש במדינה היהודים. תעזרו לנו להנציח את עשרות האומנים שנספו בארובות הכבשן. בקהל ישבה שרת התרבות, ד"ר ורה רוביגר שהתרשמה מאוד, הזמינה אותי למשרדה ותרמה מאה אלף



מרקים לבניית התיאטרון. כשחזרתי ארצה פגשתי את "ציץ" ראש עיריית ת"א וסיפרתי לו על התרומה. הוא אמר: 'אנחנו לא רוצים כסף מהגרמנים, הנה אני נותן לך כסף תתחיל לבנות'. באותו הזמן בנו את בית ציוני אמריקה ואמרתי 'זה המקום!'

בשנת 1988 פתח התיאטרון את דלתותיו בהצגה "קשה להיות יהודי" מאת שלום עליכם."

## מה קורה היום עם התיאטרון?

"במשך 20 שנים זה היה ביתו של 'היידישפיל', ממשיך שמואל עצמון לספר, "אך כאשר עזבתי את הניהול העבירו אותו לאולם אריסון שלא התאים וכיום הוא שוכן במרתף של 'צוותא'". שמואל עצמון רואה עצמו כשליח העם היהודי להחייאתה של השפה הייחודית בצבעוניותה, בהומור ובביטויים העסיסיים שאין להם אח ורע בכל שפה אחרת. הוא רועם בקולו ואומר: "אני חושב שזו חרפה ובושה לתרבות העברית שאין ל'יידישפיל' בית משלו. צריך להיות תיאטרון שיכיל את כל ה'יידישיסטים', אם הם ממרוקו, עירק או כל עדה אחרת בישראל. תיאטרון שאין לו בית משלו נשאר להקה ולהקה יכולה להיעלם."

## מה קורה בחדרה עירנו בתחום זה?

יש בחדרה מועדון יידיש שמפעילה מחלקת הקליטה של עיריית חדרה בתמיכת משרד העלייה והקליטה. מועדון זה מקיים פעילות ענפה ועשירה. כיום גבר הביקוש של תושבים המתעניינים בלימוד השפה היידיש. לדברי רכזת המועדון הגב' אמה קושניר יפתח בינואר קורס ללימודי היידיש. המועדון נמצא ברח' ששת הימים (סמטת יהודית) בחדרה.

יידיש וועט לעבן אויף אייניק (יידיש תחייה לנצח).

לפני כחודשיים הצטרפנו לחברי "קפה אירופה" לצפות בשתי הצגות ביידיש. להפתעתנו בשתי ההצגות האולם היה מלא מפה לפה, אזרחים ותיקים וצעירים שהגיעו מרחבי הארץ לתל-אביב-יפו, העיר ללא הפסקה.

רבים אמרו שהיידיש היא שפה גוססת, ובכן, בהחלט לא. היידיש חיה ובוועט. בני הדור שדיברו בה כשפת - אם כבר קשישים, אך קם דור חדש שלומד, מתעניין ומדבר ביידיש הדור הוותיק שפעם התבייש בשפה נהנה היום להיזכר, לדבר ולשמע את שפת היידיש.

מי שהבין זאת הוא שמואל עצמון, שחקן וותיק בתיאטרון הלאומי "הבימה". הוא קם ועשה מעשה - הקים את תיאטרון ה"יידישפיל". נפגשנו עם עצמון, לשמוע מפיו איך קם וגולד ה"יידישפיל".

**שמואל עצמון - וירצו, יליד העיירה בילגוריי שבפולין, נולד בשנת 1929 למשפחה דתית ציונית שבה שפות הדיבור היו יידיש ועברית. אחרי השואה עלה ארצה ועם קום המדינה הוא גויס לצה"ל, כי רצה להיות הצבר האולטימטיבי. הוא חדל לדבר יידיש ודיבר עברית בסלנג של אותה תקופה. אך, אומר שמואל עצמון: "תרבות שנבנתה לאורך מאות בשנים לא נעלמת, היא ממשיכה עולה וצומחת שוב".** בשנת 1949 הוא התחיל את צעדיו הראשונים על במת תיאטרון "אהל" ומיד עבר לתיאטרון הלאומי "הבימה" בו שיחק 25 שנים. "אל הודות לד"ר גאן, גדול הקומיקאים בשפת היידיש. הוא פנה אלי וביקש שאביים בתיאטרון שש הצגות יידיש וכך שוב נשבתי בשפה הנהדרת הזו. הייתי צריך להסתיר עבודתי זו, היות שבן-גוריון אסר על העלאת הצגות ביידיש בישראל. ההצלחה הייתה גדולה נסעתי איתה ברחבי העולם וגיליתי שאלפי יהודים בעולם מתגעגעים לשפה".

שמואל עצמון נזכר איך המשיך לשחק ביידיש ומספר: "ב-1980 פנו אלי שמוליק רודנסקי ושמוליק סגל וביקשו שאחליף את גולדנברג שהיה חולה ואהיה ושמוליק השלישי, במופע י"ד קליינע מענטשעלעך" (האנשים הקטנים) מאת שלום עליכם. יצאה הודעה בעיתונים ש"שלושת השמוליקים" עומדים להופיע באחד באפריל. הקהל חשב שזו בדיחה של האחד במאי, אבל אוהבי היידיש לא סומכים על העיתונים ובתוך פחות מ-48 שעות

האחיות אלון הקטיש בחברה הטירה בפואה ע"מ

**טילי כון ורון קטנה**

הסעות \* אוטובוסים \* מיניבוסים \* טרנזיטים מפוארים וממוזגים \* קשר אלחוטי, וידאו, טלוויזיה

רח' ביאליק 18, חדרה  
טל. 04-6341827

# כנאי לקרוא

את: א'ליזה רוננוסור | aliza12817@bezeqint.net

## אחך ועוד אחך? א'ל'א' מ'ויס

ישנם ספרים מעולים עם תובנות, ישנם ספרים טובים, וישנם ספרים חמודים. "אחד ועוד אחד" הוא ספר נעים לקריאה, כתוב בשפה קולחת המספר על ג'ס, אישה שבעלה נסע לעשות עסקים ושכח לחזור. השאיר אותה עם בנו, מתבגר הסובל מהתעללות מחבריו בבית-ספר בגלל חריגותו. עם בתם, גאוה במתמטיקה המקבלת הזדמנות להשתתף באליפות במתמטיקה. אבל מהשכר, שג'ס מרוויחה בניקיון בתים אין לה אפשרות לממן את הנסיעה. למרות כל העליבות, ג'ס היא אישה אופטימית ומבטיחה לילדיה שהכול יסתדר לטובה. ואמנם, השינוי מגיע בדמותו של אד, איש עשיר אבל אנטיפטי וגדוש בבעיות משלו. זהו רומן חמוד הנקרא בחום הלב, בימים קרים אלה. מחזיר אותנו לאמונה בטוב שישנו בכל אדם, ומשאיר אותנו עם חיוך ותקווה לטוב.



## חדשות האינטרנט

את: א'ליזה רוננוסור | aliza12817@bezeqint.net

**אתר אינטרנט "נחלים" חדרה**  
אני מביא בפניכם הפעם, אתר אינטרנט חדש, שכולו "שלנו", והוא מיועד להביא לפני תושבי חדרה והסביבה את כל אפשרויות הביילוי בחדרה עירונו:

[www.hadera-tour.city](http://www.hadera-tour.city)

לראשונה בחדרה מרכזים כלל האירועים שקורים בעיר, במקום אחד, באתר לתיירות וביילוי בחדרה. האתר הוא פרי יוזמתה של החברה לתיירות "נחלים", שהוא תאגיד עירוני שמטרתו להעלות את חדרה על מפת התיירות והביילויים. האתר מכיל שפע של מידע, כאשר הוא מחולק לקטגוריות שונות, כל אחת בתחומה: תיירות, טיולים, ספורט, אוכל, תרבות, ביילוי משפחתי ועוד. כל הגופים הציבוריים הפועלים בחדרה, באים לידי ביטוי באתר, ומאפשרים למשוטט בו מגוון פעילויות בכל תחום ביילוי המועדף על ידו. אכן, נפל דבר בחדרה. הפעילות המבורכת של החברה לתיירות "נחלים" תאפשר לכל אחד מאיתנו לבלות בעיר בכל תחום הנראה לו.

## פינת...העצה הקטנה

מאת: רות לפידור | Ruth.lapidor@gmail.com

**קולב - לא רק לתליית בגדים!**  
תמיד אני מתלבטת היכן להניח את ספר הבישול שלא יתלכלך בזמן שאני מכינה תבשיל או עוגה. על השיש או על השולחן? הפתרון הוא לקחת קולב לתליית מכנסים שיש לו שני אטבים צמודים. תולים אותו על הידיית של ארון המטבח העליון. מצמידים את הספר לקולב בעזרת שני האטבים. כך הספר לא יתלכלך והמתכונן יהיה בגובה העיניים. (תודה לטובה מיינר על העצה).

# מי מכיר? מי יודע?

את: י'צחק (צ'קדה) ז'ודצ'ניג'ר | ipzhk@bezeqint.net

## שושנה בלובשטיין (אחותה של המשוררת רחל)

מכמי ארכיון מוזיאון החא'ן בחדרה גונזים בתוכם פרשיות שונות ומרתקות, שכולן מגלות טפח מעברה של חדרה. נבירה במסמכים אלה מביאה בפנינו, לעיתים, הפתעות מרתקות. עתה, כשאנו עומדים בפתחן של חגיגות 125 שנים לחדרה, בחרתי להעלות לפניכם קטע מסיפור החיים של שושנה בלובשטיין (אחותה של המשוררת רחל), מתקופת מגוריה בחדרה.



שושנה נולדה בשנת 1889 בעיירה סרטוב לחופי נהר הוולגה באימפריה הרוסית, למשפחה מרובת ילדים (11 בנים ובנות). בהיותה בת עשרים, בשנת 1909, החליטה שושנה ואחותה רחל לנסוע וללמוד אמנות ופילוסופיה בפריז. בדרך פגשו חבורת צעירים, בני העלייה השנייה, שהחליטו לעלות ארצה. שתי האחיות החליטו להצטרף לחבורה על מנת לתהות על קנקנה של הארץ המובטחת. הן הגיעו לארץ ישראל, התאהבו בה והחליטו להישאר בארץ ולבנותה.

בבואן לקבוצת כנרת הושפעה שושנה מהיחס הגרוע לו זכו עולי תימן, והיא החליטה לפעול לשיפורו. נודע לה כי קבוצה נוספת מעולי תימן הגיעה לחדרה ולכן בחרה שושנה לצאת לחדרה ולעזור בקליטתם.

בהגיעה לחדרה התגוררה שושנה בביתם של חיה ואליעזר קרול (אליעזר קרול היה שומר באגודת "השומר", ולאחר תקופה עלה לגליל לעזור בשמירה בכפר גלעד). היא עזרה תחילה במתן מרפא לילדי עולי תימן, ושימשה כאחות, ולאחר מכן החליטה לפתוח גן ילדים. עוד בטרם הקמתה של נחיליאל שכנו ראשוני העולים מתימן במרכז המושבה חדרה, בציפייה למקומות עבודה שישמשו להם לפרנסת משפחותיהם. לשושנה נבנתה סוכה בת שתי קומות מעצי האיקליפטוס. היא התגוררה בקומה השנייה של הסוכה ובקומה הראשונה הקימה את גן הילדים הראשון של ילדי העולים מתימן. במסירות רבה, באהבה ובחום, טיפלה שושנה בילדים הקטנים, השקיעה בהם את כל אשר היה ניתן לעשות. בני העדה הוקירו אותה על עשייתה. על מפעל חייה של שושנה מספר ישראל בן דוד חממי בזיכרונותיו, תוך שהוא מדגיש את מסירותה של שושנה לילדי עולי תימן. שושנה עצמה כתבה ספר בשם "עלי תימן" (הוצאת "יבנה" תל אביב תש"ג - 1943), אותו הקדישה לסיפור עליית יהודי תימן "מראשית עליית התימנים ארצה".

שושנה בלובשטיין נפטרה בשנת 1975 בגיל 86, ונקברה בתל-אביב, אך לאחר פתיחת צוואתה הועברו עצמותיה לקבר עד בקבוצת כנרת.

**טיפול שיניים לכל המשפחה**

**ד"ר פידלמן זאב**

מחירים נוחים **40% הנחה**

רח' תרנ"א 31, חדרה 052-3740383



# בריאות כף הרגל... רחוב

## ההיגיינה של כפות הרגליים

רחם יעלי | [rachelpy@zahav.net.il](mailto:rachelpy@zahav.net.il)

- עשרת הדברות לשמירה על כף הרגל**
1. כפות הרגליים - אזור ממנו אנו נוטים להתעלם ושלא בצדק. כפות רגלינו נושאות רוב היום את משקל גופינו וצריכות להוות בסיס טוב למפרקים שמעליהן (ברכיים, אגן) ולכן חשוב לשמור את כף הרגל ובעיקר את האצבעות.
  2. חשוב לרחוץ את הרגליים בסבון בכל יום ולהקפיד על הרחצה בין האצבעות.
  3. לאחר הרחצה לנגב היטב כדי למנוע סביבה לחה המזרזת התפתחות של זיהומים ופטרייות.
  4. חשוב להימנע מרגל יחפה במקומות ציבוריים כמו מקלחות, בריכות שחיה, ז'קוזי. במקרים אלה רצוי לנעול סנדלי פלסטיק.
  5. חשוב לראות אם אין אודם, או סדקים בכף הרגל, במידה שקיים מצב כזה לפנות לאחות בקופת חולים.
  6. חשוב להחליף גרביים מדי יום, עדיפות לגרבי כותנה. לגזור את הצפורניים בקו ישר על מנת למנוע הופעת ציפורן חודרנית.
  7. לנעול נעלים נוחות, כי נעלים לוחצות עלולות לגרום להיווצרות יבלות.
  8. הליכה יומית מזרזת את מחזור הדם גם ברגליים.
  9. בימות הקיץ להשתמש בטלסלספיגה הזיעה.
  10. גם תזונה מאוזנת תורמת לבריאות הצפורניים.

## עקב הצבא

רחם יעלי | [shittadi@netvision.net.il](mailto:shittadi@netvision.net.il)

בישעיהו ג' טז מתוארות בנות ציון: "ותלכנה נטויות גרון... שהיו הולכות עקב בצד אגודל". תחשבו על זה: העקב נמצא בכף הרגל ואילו האגודל הוא האצבע השמנה בכף היד, אז איך זה מסתדר? חיפשתי ומצאתי. משחר ילדותם של ילדינו אנחנו שרים להם: "עשר אצבעות לי יש... ומלמדים אותם את שמות האצבעות בכף היד. כל אחת מהאצבעות בורכה בשם אבל מה קורה לאצבעות כף הרגל? רק הבוהן קיבלה שם, והיתר?

פניתי לגוגל כל יכול וקיבלתי תשובה. אצבעות כף הרגל שמן כשמן של אצבעות כף היד. נרגעתי.

מה הביא אותי לכתוב דווקא בנושא כל כך בנאלי? ובכן, חזרתי מטויל ארוך, כל היום בנעלי הליכה ואיכשהו הרגשתי שמשוה מציק לי באצבע הקטנה, הזרת של הרגל. הכאב הלך והתגבר - עד הקרקפת... והאצבע הלכה ותפחה לממדים כפולים ומכופלים ובעקבותיה כל כף הרגל. פס אדום הופיע וטיפס לאורך השוק. כאן אחזה אותי בהלה מסוימת - בסרט הזה הייתי... מה אומר לכם - אצבע קטנה, צרה גדולה.

פניתי למרפאה, האחות התייחסו ברצינות ואף שאלו אם אני סובלת מסוכרת.

היום אני אחרי האירוע, נועלת נעליים כרגיל, צועדת (לא עקב בצד אגודל) וחשבתי בליבי שאולי ניתן מקום אצלנו בעיתון להזכיר לקוראנו שעל הרגליים צריך לשמור ושנהיה כולנו בריאים.

## למה נוצצת יבלת בכף הרגל?

רחם יעלי | [rachelpy@zahav.net.il](mailto:rachelpy@zahav.net.il)

היבלות (VERRUCA) הן בין הנגעים השכיחים ומופיעות אצל אחד מתוך 10 ישראלים. הן צצות בעיקר על כף הרגל, מכאיבות ומקשות על ההליכה.

הן נגרמות על ידי נגיף - וירוס. הוא מופיע בעיקר באזורי לחץ בחלק העליון של אצבעות כף הרגל וכפות הידיים של מרימי משקולות, בקרסול ובכף הרגל. בגלל הלחץ שנגרם לעור, נוצרת שכבת עור קשה שיוצרת את היבלת. הלחץ יכול לנבוע מנעילת נעליים חדשות או כאלה שאינן תואמות לרגל.

הנגיף עובר בקלות מאדם לאדם בבריכות שחיה, מקלחת משותפת או אפילו בעת מדידת נעליים בחנות.

הטיפול על ידי משחה המכילה חומצה סליצילית המייבשת את האזור הנגוע. טיפול נוסף הוא על ידי הקפאה בחנקן נוזלי וטיפול בקרני לייזר במקרה עקשני. ברירה נוספת היא התערבות כירורגית (ניתוח).

## ציפורן חודרנית

רחם יעלי | [rachelpy@zahav.net.il](mailto:rachelpy@zahav.net.il)

התופעה של ציפורן חודרנית שכיחה בקרב האוכלוסייה, הסובלת ממנה. זה קורה כאשר הציפורן מנקבת את העור ויוצרת דלקת בפינות הציפורן, המאופיינת באדמומיות, נפיחות, רגישות וכאב. במקרים חמורים מופיעה גם התמגלות, תופעה מכאיבה הדורשת התערבות טיפולית. ציפורן חודרנית שכיחה בעיקר בבוהן. הסיבות לה: גזיזה לא נכונה, קיצור יתר של הציפורן, נעליים הדוקות ולוחצות, פטרת או חבלה בציפורן העלולים לגרום לצמיחת העור לאורך מסלול צמיחת הציפורן.

כתוצאה מכך נוצר "בשר פראי" שגורם לזיהום וכאב. הבעיה בטיפול שהזיהום הוא עמוק והמשחות אינן מועילות בשלב זה. במקרה עקשני יש צורך לעקור את הציפורן, ולתת לה לצמוח מחדש. גם פציעה או זיהום עלולים לגרום לשינוי צורת הציפורן ולתרום על ידי כך להתהוות ציפורן חודרנית.

למניעת היווצרות ציפורן חודרנית, יש לגזור את ציפורני הרגליים בצורה ישרה מקצה עד קצה, ולא ל"עגל" את קצות הציפורן.

הציפורן צריכה להיות ארוכה יותר ממרכז רצוץ ישרה.

קיצוץ "נדיב" מדי עלול ליצור לחץ של הציפורן על העור כשהיא גדלה, ולגרום להיווצרות ציפורן חודרנית.

# הייתה חודשה

רחם יעלי | [shittadi@netvision.net.il](mailto:shittadi@netvision.net.il)

אני כותבת את הדברים האלה בעצב רב. איך אפשר להתעלל ככה בחורשה שאני מכירה מהיום שאני גרה ברחוב האלון מול בית ספר "צפרירים"?

חורשה קטנה וותיקה בה צומחים לתפארת עצי איקליפטוס תמרים וענפים, בה מגדלים העורבים דורות של צאצאים ובשנים האחרונות הצטרפו אליהם מאות תוכים ירוקים (דררות). בבוקר ובערב מתרחשות סצינות, התקהלויות, מריבות על מקומות קינון ולינה, אבל בסופו של דבר משתרר שקט. כולם מסתדרים עם כולם, לא כמו במקומות אחרים שמאנו מכירים.

הנה, בוקר בהיר אחד, בשעה מוקדמת, נשמעה שירה חדשה ואחרת- שירת הכותרים והמנסרים. בתחילה לא עלה בדעתי שרק אפתח את החלון אגלה את כלי המשחית עולים באגרסיביות על החורשה.

נחרדתי. יצאתי לברר את פשר המתקפה ופגשתי מספר שכנים אפופי קורי שינה עומדים ונדמהים. פניתי לאחד העובדים, אבל הוא רק הניף את ידו, כאילו לא מבין...

טלפון בהול למוקד 106 של העירייה הפנה אותי למחלקת הגינון, שם הוסבר לי שהעצים מסוכנים ובסופה הקודמת נפל עץ על בית הכנסת הסמוך. "אני מבינה שיש צורך לדלל את העצים ולגזום מעט בגובה אבל למה ככה?? למה באכזריות כזאת??"

"קיבלנו אישור מהקרן הקיימת", השיב לי חיים חומרי: "העצים סומנו ולכורת יש דיפלומה של כריתה".

"לא יכול להיות" אמרתי לו, "לאיש הזה אין טיפת חמלה, הוא והעובדים שלו הם חסרי לב!"

הזמנתי גנן שאני מכירה, שיחווה את דעתו, אבל הוא אמר שהדילול טוב והעצים יגדלו מחדש.

הגנן הלך לדרכו אבל אני עדיין מנסה להילחם. בינתיים נופלים ממרומים גזעים וענפים ושוברים את הגדר התוחמת את החורשה...

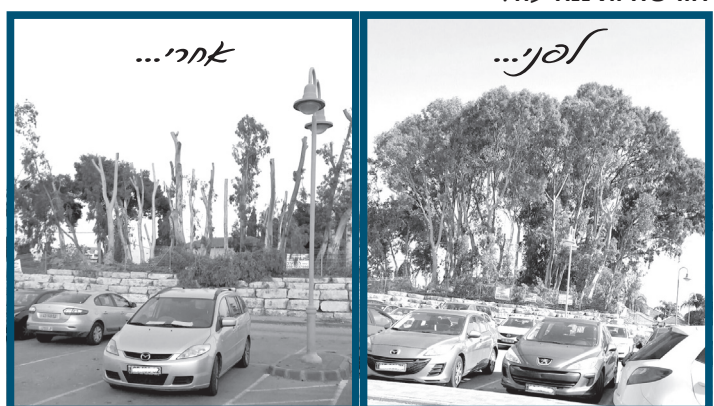
שוב פניתי למוקד העירוני ושוב למחלקת הגינון: "הגדר תתוקן אחרי סיום העבודה", כך נענית.

מה אומר לכם ידידי. הכורת כרת - והלך... הגדר מרוסקת, הגזעים עומדים עירומים ואפילו הגנן ששב - נחרד.

סצינה קורעת לב התרחשה אתמול. זוג תוכים ירוקים הגיע, התעופף בקריאות רמות סביב אחד העצים הכרותים. הם מחפשים את הקן שלהם ואת הגוזלים שלהם, הסברתי לנכדתי הצעירה. לומר את האמת, בלעתי את הדמעות...

והחורשה? כרותה והגדר? שבורה.

זה המראה שנשקף אלי כל בוקר כשאני פותחת חלון, הייתה חורשה ואיננה עוד.



תוספת שאולי לא שייכת - שאלתי מה ייעשה בכמות האדירה של העץ הכרות ודווקא הכורת בעל הדיפלומה אמר לי: "בעוד שנה, כשהעץ יתייבש יעשו ממנו גחלים". תושבי פרדס חנה והסביבה ראו הוזהרתם, עשן הפחמים בשנה הבאה יהיה מחורשת האקליפטוס משכונת ברנדס בחדרה...

## סיפורו של רחוב

רחם יעלי | [ipzhk@bezeqint.net](mailto:ipzhk@bezeqint.net)

### רחוב תרנ"א

עם כניסתה של השנה האזרחית החדשה אנו בפתחן של חגיגות 125 שנה לקיומה של חדרה עירונית. חדרה נוסדה בשנת 1891 אך דווקא מייסדי המקום נהגו לציין את תאריך היווסדה של חדרה באמצעות התאריך העברי.

וכך, מצוין בכל המסמכים כי בשנת תרנ"א נכנסו ראשוני המתיישבים בחדרה למשכנם הזמני בחאן שבראש הגבעה, משקיפים על ביצות הקדחת שהכילו מורדותיה של חדרה, ואשר כיסו שטחים נרחבים של המקום.

היו אלו נציגי ארבע האגודות, שבאו לבחור נחלה בארץ ישראל, והושע חנקין שקנה בכסף רב את כל השטח שכנע אותם לרכוש מקום במרחבי חדרה. בקיץ של אותה שנה - תרנ"א. הגיעו כ-30 המשפחות הראשונות לחדרה והתיישבו בחאן.

סיפור הישרדותם של ראשוני המתיישבים והיאחזותם באדמת חדרה, הוא סיפור של גבורה הירואית, ורחוב תרנ"א הנושא את שמה של שנת הייסוד של המקום, הוא רק אחד מסמליה של חדרה עירונית.

רחוב תרנ"א הוא עורק תחבורה רוחבי בעיר, והוא נמתח מרחוב שאר ישוב, בצפונה של חדרה, על קו התפר עם שכונת נחליאל, עד לרחוב ביאליק, בדרומה של חדרה, באוכה שכונות ניסן וברנדיס.

### העמותה למען הקשיש ואגף הרווחה המפעילים את הקהילות התומכות מרחיבים את שירותיהם

## פעילות פנאי

למרותקי בית וותיקים בעזרתם של מתנדבים

בישראל, כרבע מחברי הקהילות התומכות הינם מרותקי בית. אוכלוסייה זו אינה נהנית מפעילות פנאי חברתית, דבר המעצים את תחושת הבודדות בקרבה.

**מטרת התוכנית**

- ✓ סיוע בהפגת הבודדות בקרב חברי הקהילה התומכת המרותקים לביתם.
- ✓ פעילות פנאי בבית ובחוץ.
- ✓ התאמת פעילות חברתית מונגשת.
- ✓ שיפור באיכות החיים.

התוכנית מתבססת על מערך מתנדבים קבועים, אשר מבקרים את חברי הקהילה בביתו פעם בשבוע למשך שנה לפחות.

המתנדבים שיצטרפו לתוכנית החשובה והמאתגרת הזו, יקבלו הכשרה לתפקיד, הדרכה וליווי צמוד לאורך פעילותם בתוכנית.

**לפרטים נוספים ולהתנדבות ניתן לפנות לצליל שומר חי 054-5892559 Tzliisc@gmail.com**