

**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

**כיוון חדרה**  
עיתון גימלאי חדרה

**יוני 2016 - אייר תשע"ז**  
236

**לפרטים על פעילויות ואירועים נוספים...**  
חפשו אותנו באתר העמותה [www.amuta4kashish-hadera.org.il](http://www.amuta4kashish-hadera.org.il)

**ארוחות חמות - כאן מעבר לפינה...**  
את: פנינה שחק | Pnina12@gmail.com

ניתן להזמין ארוחות לשבוע ימים או ארוחות בודדות. העמותה למען הקשיש מאמינה שבפרויקט זה היא תקל על האנשים להשיג אוכל מבושל, טרי, מגוון ובריא. **טלפון להזמנות: 04-6226113** או ישירות בבית צבי רח' ליוני 12 חדרה.

**העמותה למען הקשיש חדרה**  
עיר עם אנרגיה

**ארוחת פיקוק**  
ברכות מקרב הלב על תוספת הנכדה למשפחה, לאחר 3 הנכדים בריאות, אושר ונחת כן יירבו

מחברי מערכת כיוון חדש, הנהלת העמותה למען הקשיש וצוות המחלקה לאוכלוסיה המבוגרת

**סרטים באולם רנה שני**

2/6/16 יום ה' בשעה 17:00 סרט עם הנכדים "ספר הג'ונגל"  
5/6/16 יום א' בשעה 16:00 סרט לגמלאים "האיש שידע אינסוף"  
18/6/16 מוצ"ש בשעה 21:00 יום האם

לפרטים נוספים: נגה הסל 054-8007997

**תלם**  
שירותי סיוע כס"מ

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. 03-5619120  
גרונברג כלנית: 050-4440009

כן, קראתם נכון, ארוחות חמות בהישג יד. בגיל השלישי אנו עדים לרבים אשר אינם מבשלים לעצמם ואוכלים אוכל גיש ולא תמיד מזין. קשישים בודדים לא תמיד יכולים לגשת ולקנות לעצמם מצרכים ולבשל לעצמם ארוחות. **העמותה למען הקשיש לקחה על עצמה לספק ארוחות חמות מוכנות עבור מבוגרים ובודדים. הארוחות יגיעו פעם בשבוע ל"בית צבי" על פי הזמנה מראש, עד יום ראשון ב-08:30 בבוקר ויחולקו ביום רביעי.**

הארוחות החמות תוכננו בידי שף ותזונאית, מכילות את כל אבות המזון ומותאמות לדרישות הבריאותיות של הסועדים המבוגרים, תוך הקפדה על חומרי גלם טריים ואיכותיים, כשרים למהדרין. הארוחות מגוונות מאד וכל אחד יכול להזמין את שאהבה ונפשו מתוך רשימה נתונה.

**ארוחות לדוגמה:** שניצל פרזיאן, אורז ושעועית ירוקה; גולש בקר, קוסקוס וירק; נתחי עוף סיני ונודלס... ועוד מכל טוב. גם מרקים ניתן להזמין, כגון מרק גריסים או מרק אפונה או מרק זך.

**הארוחה עולה 25 ₪ והמרק 5 ₪.**  
אמצעי התשלום במזומן או בצ'ק בעת ההזמנה, או בקבלת הארוחה.

**כיוון חדרה**  
עיתון גימלאי חדרה

**יוני 2016 - אייר תשע"ז**  
236

עורכת ראשית: יונה מאור.

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

**רכזת הכתבים ומפיקת העיתון:** עו"ס רויטל 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**

**חשיבות הפעילות הגופנית**

את: להכה 88 | [amal.zm@012.net.il](mailto:amal.zm@012.net.il)

הספורט חשוב בכל גיל, שומר על בריאותנו, מביא לגמישות השרירים והמרפקים, לבניה ולחיזוק העצם, לשיווי משקל, קורדינציה וחיזוק שרירי האגן. גם שחיה יעילה, ומי שלא יודע לשחות, יצעד במים כי הליכה במים עוזרת מאד. בארצות הברית נעשה מחקר, שקבע כי פעילות גופנית יעילה בדיוק כמו תרופות ומפחיתה את הסיכוי לחלות בסרטן. העמותה למען קשיש מכירה בחשיבות הספורט למבוגרים, מקיימת חוגי התעמלות שונים בבית צבי. כל אחד יכול לבחור את הפעילות המתאימה לו. פילטיס, יוגה, צפיפות העצם, התעמלות על כסא למי שמתקשה לרדת למזרון. בעזרת תרגילים מתונים, המותאמים למבוגרים, מתחזקים השרירים, פוחתים כאבי הגב, הנשימה משתפרת, יכולות התפקוד עולות, כך איכות חיים משתפרת.

**ימים ושעות חוגי פעילות גופנית בבית צבי:**

**יום א - טיפוח יציבה משולב עם בניית עצם -**  
7:45 - 8:30 בבוקר

**יום א - התעמלות על כסאות - 9:30 - 10:15 בבוקר**

**יום ב - פילאטיס - 7:30 - 8:15 בבוקר**

**יום ג - אירובי - 7:45 - 8:30 בבוקר**

**יום ד - פילאטיס - 7:30 - 8:15 בבוקר**

**יום ה - טניס שולחן - 8:00 - 9:30 בבוקר, מתאים גם למתחילים**

**המחיר הוא:**  
80 ₪ לחודש לפעם אחת בשבוע;  
150 ₪ לחודש לפעמיים בשבוע

מאד מומלץ לעשות ספורט גם בגיל השלישי ולהשתתף בחוגים אלה.

**דפוס סאלי**  
ביצוע כל עבודות הדפוס

**דפוס אופסט, דיגיטלי ושלטי חוצות הובלה עד בית הלקוח**

ערכת נג'ת נסיון בתחום ההדפסות מאפשר לך לראות את אלתה צריק עם דגש רב על דיוק בעבודה ואיכותה וכמוכן על צמיחה באותה הזמנה.

טל. 04-6345590 רח' הנשיא 56 חדרה

**סיפורו של רחוב**  
את: יצחק (3'קדה) זודזפינגר | [ipzhk@bezeqint.net](mailto:ipzhk@bezeqint.net)

**רחוב אבשלום**

בהמשכו של רחוב הגיבורים, מפינת רחוב ביאליק צפונה, עד צומת רחוב פיינברג, בואכה לברנדיס, נמתח רחוב אבשלום הנושא את שמו של אבשלום פיינברג. אבשלום פיינברג נולד בארץ ישראל בשנת 1889 לישראל (לוליק) פיינברג ולפניה לבית בלקינד. בהיותו בן 6 בשנת 1895 הגיע עם הוריו לחדרה ובנו את ביתם בקצה הצפוני של המושבה (היום- בית פיינברג).

כאשר התבגר היה מקורב לאהרון אהרונסון, איתו הקים את מחתרת "נילי" (נצח ישראל לא ישקר). בשנת 1917, שנה לפני תום מלחמת העולם הראשונה, יצא למצרים רכוב על סוסו בשליחות המחתרת שנועדה לקדם את פני הבריטים בכניסתם לארץ ישראל. הוא נהרג על ידי בדואים במבואות סיני בטרם השלים את שליחותו. אחרי מלחמת ששת הימים נמצאה גופתו קבורה תחת עץ דקל ליד אל עריש. עצמותיו הועברו לקבורה בהר הרצל בירושלים, ומקום מגוריו "בית פיינברג" שופץ ושוקם ומשמש כיום כאתר זיכרון לו ולמשפחתו. רחוב אבשלום הסמוך נקרא כאמור על שמו ולזכרו.

**אירועים במוזיאון ההאן יוני 16**

**"מישראל ועד ספרד"**  
"יחיאל חסון בקטעי גיטרה ספרדיים, בליווי זמרת ורקדנית פלמנקו. יום שלישי ח' בסיון 14.6.2016 בשעה 20:00 כולל כיבוד קל המחיר: 50 ₪

**שלמה גרוניך**  
תערוכה מאוספי הארכיון: "מאוסו-לשלמה. גרוניך מילים וצלילים" יום רביעי 29.6.2016 פתיחת תערוכה בשעה 19:30 כולל כיבוד קל. הופעה בשעה 20:00. המחיר 60 ₪

**קובי זלוטניק מפתח לכול**  
שרותי מנעולן מתקדמים נוסד ב-1954

שרותי תיקון ופריצה לרכב, בית, כספות מנעולים מוגני שיכפול ופריצה לפלדלת וזלתות עץ מצלמות ועיניות לדלתות וחדרים ואמצעי אבטחה נוספים נעילת זלת בשליטה מרחוק למוגבלי נגישות לתושבים ותיקים מחירים ומבצעים מיוחדים! ייעוץ חינם להגברת הביטחון האישי שלך

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



# חברי הקהילה התומכת מטיילים בגליל המערה

את: רחל יען | [rachelpy@zahav.net.il](mailto:rachelpy@zahav.net.il)



במחצית חודש מאי יצאו חברי הקהילה התומכת (מטעם העמותה למען הקשיש), בהדרכתה של מרגלית לזר, ובלווי שרה לבוצקין מרכזת התרבות והפעילות החברתית, לטיול בגליל המערבי.

היעד הראשון היה בתי הזיקוק בחיפה, חברת בז"ן (בתי זיקוק לנפט בע"מ) הוא מונופול בתחום זיקוק נפט גולמי, ובייצור מוצרי דלק בישראל. בהמשך ביקרו חברי הקהילה התומכת במוזיאון קיבוץ לוחמי הגטאות, "סיפורו של ילד יהודי בשואה" שהיה חוויה מיוחדת ומאזנת. לסיום ביקרו בגן הבוטני זואולוגי בנהריה.

מאד מומלץ לכל גוף וארגון.

	10	9	8		7	6	5	4	3	2	1
			12							11	
15				14							13
	18				17						16
		21				20					19
			24				23				22
	27			26				25			
					30				29		28
	33					32	31				
		38					37	36			34
			42					41	40		39
				47	46				45	44	43
						49					48

## תשבץ יוני 2016

את: ז'הנה דן | [amal.zm@012.net.il](mailto:amal.zm@012.net.il)

**מאונן** 1. שם נוסף לשבועות (6,3,3) 11.  
מבני דוד 12. הביאו בברית אברהם 13.  
זרות 14. אומות מאוחדות (ר"ת) 16.  
עיירה בצפון 17. נאד, כד 18. אשף, קוסם  
19. תבואה 20. הגיורת 21. אגם 22. קבלי,  
טלי 23. כלי קציר חרמש 24. סוחט חלב  
מהפרה 25. נס, סמל 26. מילת תנאי 27.  
אדמה בים 28. ביתי הוא... 30. מין ריקוד  
31. חומר התפחה לבצק 33. מילת תנאי  
34. מקפץ 37. משמות חג שבועות (5,2)  
39. קדומת הולנדית 40. הגר שלו 42. כלי  
לנוזלים 43. שלב דרגה 45. עב 47. ריק 48.  
מחלקי התנך 49. החמות של רות

**מאונן** 2. מה אוכלים בשבועות (3,5) 3.  
עצבני 4. מטלה, תפקיד 5. לא מוחלט,  
על תנאי 6. נותן חסר 7. נאיבי 8. שכונה  
בירושלים 9. חריץ המחרשה 10. מילת  
זרוז 13. מרופט, מקולקל 14. לא שקר 15.  
עוד שם לשבועות (8,2) 17. עפר, אבק 18.  
גודש, דוחס 20. גף הליכה 21. אות אנגלית  
23. מביא, מוסר 24. משתמט, מתחמק  
25. גר, מתגורר 26. זמר ומלחין... מדינה  
28. אפוסטרופוסות, אימוץ 29. צבא הגנה  
לישראל 30. מעמד, רמה 32. גאון, עילוי  
33. ישוב בדרך לאילת 35. גנרטור, מחולל  
(כ"ח) 36. בוסתן 38. מכוכבי הלכת 41.  
חבר, ידיד 44. גבעה רמה 46. זע 47. אות  
הנצחון

## דבר המארח

את: ימינה דוי | [yemimale@gmail.com](mailto:yemimale@gmail.com)

"בימים ההם אין מלך בישראל, איש הישר בעיניו יעשה!"  
זהו סיכום תקופת השופטים. סיפור מגילת רות קורה בסוף  
תקופה זו (1250 לפנה"ס לערך). בציטוט הנ"ל, אין הכוונה  
ששורר כאוס מוחלט, הפסוק מתייחס בעיקר לכך שבני  
ישראל נוהים אחרי עבודה זרה בבימות.

מהמגילה רואים, שגם ללא מלך, ההנהגה המקומית דואגת  
לסידרי חברה תקינים וצודקים. ממשכים לשמור מצוות  
ומנהגי אבות. כל משפחה מחזיקה בנחלה שניתנה לה עוד  
מימי יהושע. רואים שלמרות שאלימלך ומשפחתו יורדים  
למזב (מחמת הרעב), הנחלה נשארת עד שקרוב משפחה  
יגאל את השדה ואת האלמנה, רות. (למעשה אישה אינה  
יורשת את בעלה ובכל זאת עשו זאת לפני משורת הדין,  
כדי שהנשים לא תהיינה עניות מרודות). למרות שאין מלך,  
המצווה מן התורה להשאיר בשדות, לקט שיכחה ופאה,  
לעניים, עדיין תקפה ושרירה. וכך רות מורשת ללקוט בשדות  
בועז.

דבר שני חשוב, היחס לגרים ליברלי ביותר. כשלושה חודשים  
עוברים מכניסתה של רות לארץ, עד נישואיה לבעוז. גיור חלק  
ומהיר. אין בירוקרטיה מתישה ומייאשת. החברה מעריכה  
את רות על כך שעזבה את אביה ואימה, והצטרפה לנעמי  
האלמנה השכולה והענייה. בועז העשיר, שהוא ממשפחת  
אלימלך, אינו מתחמק מנשיאתה לאישה, למרות היותה מזרע  
מואב, ובכך, מעניק בטחון כלכלי לאישה וזכר למת. כשנולד  
בן לרות ולבעוז, הנשים מברכות את נעמי על שזכתה לכלה  
נפלאה שכזו ורואות בצאצא הנולד, כאילו הוא נכדה של נעמי.  
הן גם מברכות את רות, שבהסתפחה לעם היהודי, תהיה  
בדיוק כרחל וכלאה: "אשר בנו שתיהן את בית ישראל" (רות  
איננה יהודיה סוג ב).

כדי לתת תוקף להתקבלותה של רות המואביה ללא סייגים,  
מספרים לנו שנינה של רות, הוא דויד המלך. סיפור המגילה  
ארע לפני למעלה משלושת אלפים שנים, ועדיין יש לנו,  
החברה ה"נאורה" והמתקדמת, מה ללמוד ממנו איך להתייחס  
לעניים ולגרים.

חג סבוקות שמח!

## הצטרפו לרשימה

את: יאקו וודסון | [yoshwols@walla.com](mailto:yoshwols@walla.com)

### לרוץ שתי דקות

הבוקר יצאתי לריצה סביב הבלוק אבל חזרתי אחרי שתי דקות כי  
שכחתי... שאני לא בכושר ולא יכול לרוץ יותר משתי דקות.

### טעות החמור

אישה לבעלה: "לכבוד יום הנישואים שלנו, אני רוצה שמחר נשחט כבש!"  
משיב הבעל: "מה אשם הכבש בטעות שעשה החמור...?"

### להשקות עם מטריה

טלפון לחברתי "החכמה": "מה את עושה?" - "אני בדיוק יוצאת להשקות  
את הגינה." - "מה להשקות, יורד מבול בחוץ?" - "זה בסדר, אל תדאג,  
לקחתי מטריה..."

### נחש ומשקפיים

נחש אחד הלך לאופטומטריסט שיתאים לו משקפיים. שמח וטוב לב יצא  
הנחש מהחנות ומאשר שסוף סוף הוא רואה טוב. למחרת חזר הנחש אל  
החנות ופניו נפולות. "מה קרה?" שאל האופטומטריסט, "המשקפיים לא  
טובים?" "להיפך", השיב הנחש, "פשוט גיליתי שאני כבר שנתיים בזוגיות  
עם הצינור של השואב אבק."

### משחק קלפים

מוסלמי, נוצרי ויהודי ישבו במרתף הימורים חשך ושיחקו קלפים. לפתע  
נפרצה הדלת ושוטרים פשטו על מרתף הימורים. השלושה מיהרו  
להחביא את הקלפים, וכשהשוטרים הגיעו אליהם הם מצאו אותם יושבים  
ושותים יחד קפה. "שיחקתם קלפים?" שאל הקצין הבכיר, "לא, מה פתאום!"  
ענו השלושה. "הישבע באללה" פנה הקצין למוסלמי וזה ענה: "נשבע באללה  
הגדול והנורא שלא שיחקתי קלפים!" "הישבע בישו" הורה הקצין לנוצרי  
וזה ענה: "אני נשבע באב, בכך וברוח הקודש, לא שיחקתי קלפים!" "הישבע  
באלהים" אמר הקצין ליהודי שבלי היסוס ענה: "בחיאת אדוני השוטר,  
אם שניהם לא שיחקו, עם מי אני אשחק?"

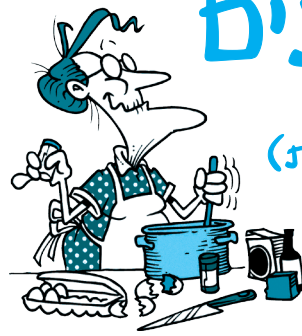
## מהמטבח של סבתא

את: בתיה שרייבמן

### מוס גבינה ודובדבנים

קינוחים אישיים

לחג השבועות (8 מנות)



### חומרים

- 1 מיכל שמנת מתוקה
- 1 גביע יוגורט
- 3 שקיקי סוכר וניל
- 500 גרם גבינה לבנה 5% שומן
- רבע כוס סוכר
- 400 גרם דובדבנים משומרים בסירופ
- כוסיות הגשה

### אופן ההכנה:

מקציפים את השמנת עם סוכר הווייל לקצפת יציבה.  
מוסיפים יוגורט, גבינה וסוכר ומערבבים בתנועות קיפול  
עדינות.  
מסוגנים כשני שלישי מהדובדבנים. מוסיפים אותם לקצפת  
ומערבבים בתנועות קיפול עדינות.  
מחלקים לכוסיות ההגשה. מקשטים כל כוס בכמה דובדבנים,  
יוצקים מעט סירופ ומגישים.

**חקהילה התומכת בחדרה מתרחבת**  
**וקוראת לכם להצטרף!**

★ מבצע לחגים לגמלאי חדרה - חודש חינוך ללא התחייבות ★

הקהילה התומכת מספקת שירותים הדרושים לך בסביבת מגורך  
ומעניקה לך ביטחון אישי ושקט נפשי 24 שעות ביממה

**סל השירותים מהם תהנה כחבר בקהילה התומכת:**

- אם קהילה - סיוע בפיתרון בעיות יום יום וקשר אישי
- אב קהילה טכני - מתן פתרון מידי לתקלות טכניות ותיקונים קלים בבית
- פעילות חברתית ייחודית ומגוונת
- התקנת לחצן מצוקה בבית החבר ומענה אנושי 24 שעות
- ביקור רופא בבית בהשתתפות סמלית
- פינוי חירום באמבולנס בהשתתפות סמלית

**כי איתנו את/ה לא לבד!!!**

ירח - 050-8290654    מיכאל - 050-8290658  
ראיסה - 050-8290656    ולדימיר - 050-8290657

פלאוויז אלון הנשם בחברה  
אטייל בהנאה לך

**טילי כון יכון קטן**

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

**רח' ביאליק 18, חדרה**  
**טל. 04-6341827**



# חדרה עם הפנים איתיך

## על פי תושבי חדרה הוותיקים

מאת: יאליה וועסלין ויחיאה לוי | [yemimale@gmail.com](mailto:yemimale@gmail.com) | [yoshwols@walla.com](mailto:yoshwols@walla.com)

למען הנכדים. לשפץ מדרכות פגומות ולנטוע עצים לאורכן, כראות לארץ חמה. להוסיף גנים ציבוריים ולטפח ולשדרג את הקיימים ולהוסיף בהם מתקני שעשועים. "גן המייסדים" עוצב יפה ע"י האמן דני קרוואן, אך אינו בטיחותי דיו ואינו מתאים לילדים. יש להשקיע בגני ילדים, שחלקם מוזנחים ביותר.



במלאות 125 שנים לעירנו חדרה, קיימו משאל בין תושביה הוותיקים, כדי לשמוע מהן ציפיותיהם מעירנו, ומה מייחלים ומאחלים לה.

**כדרכנו בקודש, נפתח בשבחה של חדרה:** הכניסות לעיר, ממזרח וממערב, יפות ומטופחות. סמל העיר ההיסטורי מתנוסס בהדרו, כמימים ימימה. הכיכרות והגינות פורחות ומעוצבות להפליא. חופי הרחצה נקיים ומאורגנים. פארק הנחל מהווה מקור משיכה לאלפי מבקרים. קיימת תאוצה רבה בהתפתחות של "מוזיאון החאן". יושב הראש, חברנו במערכת מר יצחק גולדפינגר, משבח את הנהלת העירייה ואומר כי מעולם לא זכה לקבל תמיכה, כפי שקיבל בקדנציה זו.

נראה שהחלק המכאיב ביותר לתושבי העיר, הוא הזנחת ניקיונה. לטענת התושבים אין די מיכלי אשפה, והאשפה גודשת את הפחים ומתפזרת לכל עבר. אמנם אל לנו לגולל את האשמה רק על העירייה. מה איתנו התושבים? הרי הרבה מהאשפה המתגוללת היא מעשה ידנו. למשל, פיזורם של 300 שקיות הניילון שלוקחים מהמתקנים במרכולים, "שיהיה בבית..."

כדאי לקדם מבצעים קבועים של ניקיון העיר ולעודד מודעות מזקן ועד טף.

ועוד בעיה מקדמת דנא: **היתושים**. ביעור רציני של קיני היתושים במועדים ובמקומות הנכונים ע"י העירייה, לא יועילו אלא עם שיתוף פעולה מצד התושבים.

אחת ההצעות המעניינות ביותר: בחירת תחום ייחודי בו חדרה תצטיין ותהווה אטרקציה, כפי שקיים בערים רבות.

הצעה מעניינת נוספת: הקמת מועצה ציבורית שתייעץ לעירייה בתחומים השונים. מניסיון העבר, מועצה זו תוכל לתרום לעתיד כלכלי, חינוכי, חברתי טוב ולסייע במציאת פתרונות.

למרות הטענות, המרואיינים דיברו על חדרה האנגרטיית באהבה. עובדה שכולנו כאן. חשוב ביותר שדור העתיד ילמד יותר על ראשיתה של חדרה ועל מייסדיה, ברוח אמרתו המפורסמת של הסופר אהרן אשמן: "לדובב את העבר באוזני ההווה למען העתיד".

ומעוצבות להפליא. חופי הרחצה נקיים ומאורגנים. פארק הנחל מהווה מקור משיכה לאלפי מבקרים. קיימת תאוצה רבה בהתפתחות של "מוזיאון החאן". יושב הראש, חברנו במערכת מר יצחק גולדפינגר, משבח את הנהלת העירייה ואומר כי מעולם לא זכה לקבל תמיכה, כפי שקיבל בקדנציה זו.

**ולמשאל המשאלות.** תושבי העיר מתגלים כשוחרי תרבות והשכלה מושבעים. הם שואפים למגרשי חנייה ציבוריים, לשיפור הניקיון והפיקוח, לבריכת שחייה, אך בעיקר יוצא ליבם לקתדרה, שתתפקד על בסיס יומיומי. לדעתם חסר לנו היכל תרבות המכבד את עירנו. שרמת החינוך בבתי הספר תעלה ותגיע לראש טבלת הישגים עד כדי כך שתלמידים ידעו יותר טוב ממוריהם (כפי שחלקנו סוברים). רוב המרואיינים ככולם שואפים שילדיהם ונכדיהם יוסיפו להתגורר בחדרה ושזו תהיה עיר שכדאי לגור בה.

התושבים הדתיים מבקשים צביון דתי לעיר בשבת ברוח מייסדיה, שהיו שומרי שבת ומצוות. הם גם מיצרים על כך שביה"ס "נועם", שהיה אחד מבתי הספר האיכותיים בעיר, הועתק לפרדס חנה ומבקשים שמוסדות הלימוד הדתיים יזכו לפיתוח ברמה מתאימה. לכלל הציבור יש כמה בקשות צנועות: שיהיו יותר שלטי הכוונה בעיר ושמשפרי הבתים יבלטו יותר. לפרוס מעבר חציה מקופת-חולים "דגני" לתחנת ההסעה של אגד. לטפח פינות חי

# הפארק האקולוגי קורם עור וגידים

מאת: אדי שטיה | [adishita93@gmail.com](mailto:adishita93@gmail.com)

ומסביר גם את הבעיות: "המקום נמוך בחלקו מסביבתו ולכן הקמנו פה מערכת לניקוז המים. ממעל- קו מתח גבוה שבבוא הזמן (כך על פי חברת החשמל) יושקע באדמה. מסביב לפארק בנייני מגורים, חלקם הגדול מאוכלסים וחלקם עדיין בבניה."



הגבעה באמצע הפארק תשמש את מבקרי המקום לצפייה בהופעות בבמה הקטנה שלמרגלות הגבעה. התשתית לדשא כבר מוכנה, הריח שעולה באפנו בא מהדשן שפוזר במקום וגם צינורות ההשקיה האוטומטית כבר הותקנו. פרגולת צל לדוגמה מוצבת ומבוטנת. אנחנו מתרשמים. "ומה היא המנהרה?" אנחנו שואלים. "זה החיבור בין חלקו הראשון של הפארק, זה שאתם רואים ובין החלק השני, שיהיה בדיוק כזה, כמו תמונת ראי-מדרום לו. "מתי הצפי לסיום?" "חורף 2017" עונה לנו חמודי. אכן, עובדים. רק שימשיכו..."

"זה יהיה פארק מיוחד במינו שקושר אותנו לטבע", אומר לנו חמודי המהנדס המוצח על עבודות התשתית, המתבצעות בימים אלה בפארק ההולך ומוקם בשכונת הפארק בואכה בית אליעזר. שטח הפארק היום הוא כ- 50 דונם וזהו שלב א' בעתיד יוקם פארק זהה בצידו השני. במאור פנים וברצון טוב פורש לפנינו חמודי את מפת הפארק. אלמנטים שאנחנו מכירים ממקומות אחרים מוצגים לנו על גבי המפה: שבילים משולבים להולכי רגל ולרכיבי אופניים (עם הפרדה כמובן), שני מגרשי פעילות לילדים. מגרש חנייה מותאם לכ- 270 מכוניות, מתקני שירותים משני צידי הפארק. בריכת נוי- אגם קטן עם גשר מעליו ולידו מקום לבית קפה או מסעדה. מצפור מוגבה- שתי קומות, שבקומה הראשונה אולם קטן, שתהיה בו אפשרות להציג סרטים ובקומה העליונה ניתן יהיה לצפות על כל שטח הפארק. אנחנו יוצאים לשטח ובוחנים אותו ברגליו. חמודי מלווה אותנו

# כצאי לקרוא

מאת: יחיאה לוי | [yemimale@gmail.com](mailto:yemimale@gmail.com)

## יום בינו לביןך מאת נורית ארז

התשמע קולי, רחוקי שלי. מאז מותה של רחל המשוררת תהו הקוראים בכלל ומבקרי הספרות בפרט, אם מיכאל, אשר לו הוקדש השיר, היה קיים באמת או דמות בדיונית. פרופסור נורית ארז לקחה על עצמה לעשות עבודת מחקר ולגלות את האמת. ואכן מסתבר שמיכאל היה גם היה. רחל ומיכאל התאהבו כשנפגשו בטולוז בשנת 1913. הוא למד הנדסת חשמל והיא למדה חקלאות. לאחר כשנתיים המלחמה אילצה אותם להיפרד. נורית ניסתה לתהות מיהו אותו אדם, שרחל לא שכחה עד יום מותה (שלוש שנים לפני מותה עוד כתבה שיר עליו: "בוקר וערב לך ועליך/ לך ועליך שרו שירי"). הספר הביוגרפי, "יום בינו לביןך", מתבסס על 29 מכתבים שמיכאל כתב לרחל. למעשה הספר מתרכז יותר בדמותו. פרטים על חייו של מיכאל, דלתה הסופרת גם מארכיונים שברוסיה. אנחנו מתוודעים, מצד אחד, לסבל האיום של רחל בצל מחלתה, אך גם לפחד, לעוני ולסבל של מהנדס החשמל, שחי בתקופה הנוראה והרצחנית ביותר בהיסטוריה האנושית. למיכאל במיוחד, היו סיבות רבות להיעצר ולהיעלם בדרך כל שהיא. למרות שמיכאל הוא אנטי-גיבור ולא הלוחם והמורד, כפי שאנו מצפים ממי שהאמין בקומוניזם, הוא נוגע לליבנו. ומכיוון שמכתביה של רחל אליו נעלמו, ולמיכאל לא היו צאצאים, נורית מוסיפה מדמינה וכך מקבלים דמות מלאה ועגולה. אגב, האירועים בחיי שני הגיבורים, מובאים בסינכרון, מה שמוסיף עניין ואמינות. מה היה גורלו של מיכאל, לא נספר, כדי לא לקלקל. נוסף רק שהתחקיר של הסופרת נעשה בעודה יושבת בחדרה, בתל אביב - מנפלאות האינטרנט.



# מי מכירה? מי יודעת?

מאת: יצחק (צ'קה) זודרפינגר | [ipzhk@bezeqint.net](mailto:ipzhk@bezeqint.net)

## חדרה מכירה, חדרה יודעת, חדרה זוכרת אפרת אמיר ז"ל



מדורנו מוקדש הפעם ליקירת חדרה אפרת אמיר שהלכה לעולמה לפני מספר חודשים. אפרת הייתה דמות מוכרת ומוערכת בחדרה, ומותה השאיר חלל ריק מעשייתה בעיר והותיר זיכרון עמוק בקרב וותיקי המקום.

אפרת לבית בוטקובסקי נולדה בחדרה בשנת 1924, והיא דור שלישי לראשוני המקום. אפרת הייתה בוגרת המחזור הראשון של המכללה להכשרת מורים לחינוך גופני. המכללה הייתה בגן העצמאות בתל אביב, והיא שנטעה את הניצנים הראשונים לתודעת הוראת החינוך הגופני בארץ. בשנת 1945 הייתה המורה להתעמלות בבית הספר "אחד העם" (בית הספר העממי) וגם בגימנסיה (תיכון חדרה), שהייתה אז ברחוב הרצל. במקביל לימדה חינוך גופני גם את בנות בית הספר החקלאי בפרדס חנה.

אפרת הצטרפה ל"הגנה" בשנת 1939 ופעלה ביחידות הקשר והש"י (שרות ידיעות). בשנים 1946-1947, טרם קום המדינה, שימשה כמפקדת גדודי הנוער (גדנ"ע) בחדרה.

אפרת נישאה לאמיר, שהיה מייסדו של מוזיאון החאן' חדרה, וגם כיהן כיושב ראש הראשון שלו. היא עצמה הייתה "עזר כנגדו" והייתה מתנדבת פעילה במוזיאון עד יומה האחרון. היא הטביעה את חותמה שם בזכות אישיותה הכובשת ונתינתה לקהילה. לאורך עשרות שנים עסקה בפיקוח, בהכשרת מורים ובריכוז סדנאות במכון וינגייט ובמכון מופ"ת (מחקר ופיתוח לעובדי הוראה). בשנת 1991 קיבלה את פרס רשות הספורט עבור פעילות התנדבותית בפיתוח מגמות לבגרות בחינוך גופני, פיקוח על עבודות גמר לבגרות ועידוד יוזמות חינוכיות. אפרת הנחתה שנים רבות את תכנית התעמלות הבוקר ב"קול ישראל" והייתה אתלטית בעצמה, כאשר זכתה להישגים ואף השתתפה ב"מכביה" בריצה וקפיצה לגובה.

## חדשות האינטרנט

מאת: יצחק (צ'קה) זודרפינגר | [ipzhk@bezeqint.net](mailto:ipzhk@bezeqint.net)

האינטרנט מוצף, בדרך כלל, במגוון הצעות בכל תחום שהוא. לרוב, אנו משתדלים לדלות משפע המידע את הנחוץ לנו, ובעיקר אם אין בצידו התחייבויות להוצאות שונות ומשונות. הפעם מובא לפני קוראיו אתר, המוצע לנו על ידי "המרכז למידע על נדל"ן לקונה", והוא מספק תשובות לשאלות הקונה העומד לפני רכישת דירה:

<http://realinfo.co.il>

האתר מאפשר לנו, לאחר רישום פרטים שאינם מחייבים תשלום או התחייבות כל שהיא, לקבל מדריך חנימי לרוכשי דירות. המדריך מספק תשובות לשאלות רבות העומדות בדרך כלל לפני רוכשי דירה חדשה: מהן ההוצאות הנלוות הדרושות? מהי משמעות הסדר תשלומים ובנק מלווה? מהי הערת אזהרה? האם ניתן להימנע מחובות הקבלן? כיצד בוחרים את אתר המגורים והדירה? מדריך הכרחי לכל מי שעומד בפני הצעד המשמעותי בחיים ורוכש דירה.

**חי-אל סוכנות לביטוח (1988) בע"מ**  
מומחים לתכנון פנסיוני אישי, תנאים סוציאליים, פיננסים וביטוח

**כל סוגי הביטוח**

- משכנתאות
- השקעות
- ביטוחי רכב
- ביטוחי דירות

תנאים אחרים

השוואת מחירים בכל חברות הביטוח. בחירת מסלול השקעה לפי צרכי הלקוח ומצב השוק. ליווי צמוד במקרה של תאונה, כולל הכנת מסמכים לתביעה משפטית במידת הצורך.

רח' לה-גרדיה 5 ת"א 67613  
טל. 03-6394815 פקס. 03-6888066  
E-mail: [chael@bezeqint.net](mailto:chael@bezeqint.net)



# אלי סעדה - מדליק משואה לתפארת העיר חדרה

כתובת: יאסיהו וולסין ובתיה שרייבאן | yoshwols@walla.com

שהם בדעה שזה בזבוז זמן, ולא חשוב. אבל אלה ששמעו לי ושרתו ומשרתים היום מודים לי על שפקחתי את עיניהם. נושא הצבא הוא מאוד חשוב לי, אני מנסה להסביר לנערים הללו שהשירות בצבא פותח לפניהם אפשרויות שאותן לא יקבלו בבית."

## הילדים אוהבים אותך כי...

"אני ניגש לכל ילד בנועם. במשך הזמן הם ראו שרק את טובתם אני מבקש. אבל כשרק הגעתי לכאן, לא היה יום שלא שברו משהו. הנזקים היו באלפי שקלים מדי שבוע בשבוע. אני הצלחתי בדרכי שלי להביא את הילדים להבנה שהמתנ"ס הוא כמו הבית שלהם ועל הבית צריך לשמור.

לאט, לאט הגישה שלהם השתנתה, והיום המתנ"ס שלנו הוא אחד הטובים בחדרה. הכול נעשה בנחת, לא שוברים, לא מקללים, לא צועקים."

**המתנ"ס בפרט והשכונה בכלל השתנו לטובה מאז שאלי נמצא שם, כמונן רבות בזכותה של מנהלת המתנ"ס הגב' ליאנה. היא אומרת: "אני אולי מנהלת המתנ"ס אך אלי הוא הנשיא."**

"אני אלי סעדה, בן יצחק ומיסה רמו סעדה זכרם לברכה, מניצולי השואה ופרעות לוב, יוצא מעברת אגרונוק, מתכבד להדליק משואה זו לציון השנה ה-125 לחדרה."

את המילים הללו אמר מר אלי סעדה בעת הדלקת המשאות ביום העצמאות בחדרה.

## מה זיכה אותך לכבוד הזה, שאלתי.

"אני מאבטח במתנ"ס קלור כבר שלוש עשרה שנה. אפשר לומר שיותר משאני מאבטח אני המדריך ולא רשמי של הנערים המגיעים לכאן. הם נוהגים לשבת סביבי ולהקשיב לדברי. עם הבוגרים אני מדבר על חשיבות השירות הצבאי, וזאת משום



## טינטון - Tinnitus

כתובת: רחל יסין | rachelpy@zahav.net.il

טינטוס היא תופעה בה אדם שומע צליל שאין לו מקור חיצוני אמיתי (אשליה שמיעתית). הרעש הוא לרוב מונוטוני בצורת צפצוף, זמזום, צרצור וכו' והוא שונה מאדם לאדם. הטינטון יכול ללוות את האדם במהלך כל שעות היום, בעיקר בסביבה שקטה בלילה כאשר מנסים להירדם. אנשים הסובלים מטינטוס, רגישים כמו כן לרעשים כמו המולת רחוב, רעש המזגנים, מוזיקה שעלולים לגרום להם לאי נוחות. לפחות אחד מכל 10 מבוגרים (10% - 17%) יסבלו במהלך חייהם מן התופעה.

קיימים 2 סוגים של טינטון: דופק או הולם, כמו דפיקות הלב שהוא טינטוס פועם, וטינטוס סובייקטיבי וממושך הנשמע כצפצוף או כזמזום - כהמייית הגלים.

התופעה גורמת למתח רב ופוגעת באיכות החיים באופן משמעותי מאוד וחלק מהסובלים מן הבעיה עשויים להימנע ממופגשים חברתיים. חלק מהחולים מתלוננים גם על עייפות, מתח, עצבנות, כאבי ראש ואוזניים.

הטיפול: בעבר לא היה טיפול לבעיה. בעשור האחרון פותח בארה"ב מודל לטיפול, והוא ניתן ע"י רופא א.א.ג. וקלינאי תקשורת. השיטה משלבת בירור רפואי - תרופתי והפחתת המתח הנגרם מהטינטון, וכן טיפול פסיכולוגי אישי-ממושך. ועל פי צרכי החולה גם מכשיר שמיעה.

שיטת טיפול פסיכולוגית סוברת שהמצוקה של האדם נגרמת מהדרך בה הוא תופס או מפרש את מצבו. משום כך, האדם הסובל מטינטון נמצא במצוקה לא עקב הטינטון עצמו, אלא מתוך הדרך בה הוא תופס את הטינטון שלו. חשוב להדגיש שהמטרה איננה ריפוי הטינטון. הוא יהיה נוכח, אך האדם יוכל ללמוד דרכים חדשות להתמודד עם הבעיה ולהגיב לה.

כאשר האדם יישם את הטכניקות בהצלחה ובאוטומטיות, יש סיכוי רב שתשומת ליבו לטינטון תפחת והסירדה שהוא גורם לו, תפחת. אפשרויות נוספת לסיוע ניתן על ידי הרפואה המשלימה: שיאצו, דיקור וגם תזונה מתאימה.

**ביבליוגרפיה:** דר' זכריה שמש. ... המרכז הרפואי תל-אביב ע"ש סוראסקי ... כיום ד"ר שמש פועל במרפאת אף אוזן גרון בבית החולים "הדסה עין כרם".

# ותיקים מספרים...

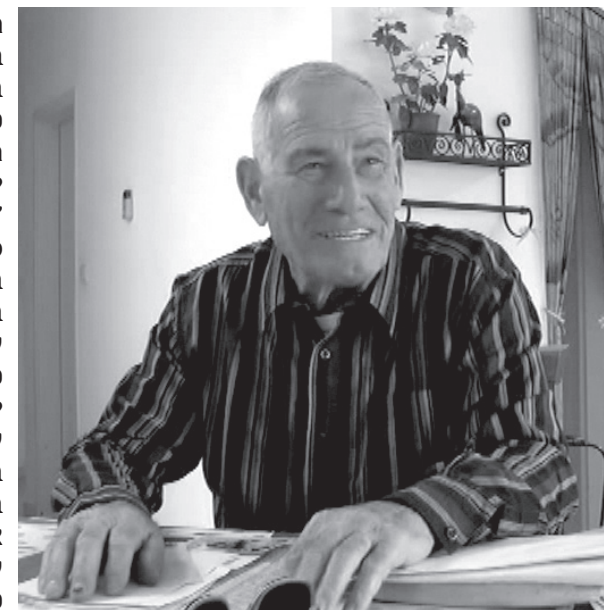
## ים החיים של שלמה שרוני

כתובת: נלה ניק | nivnoga@bezeqint.net | 3 ידואים: גני ניק ראיון: נינה רודין

התייחסו לבקשות הפינוי. בינתיים נמכרה האדמה למתווכת בשם זיוה כהן שמכרה 70 דונם מהאדמה למריו לזניק, וה"קרבות" המשפטיים החריפו ועכבו את מריו לזניק שרצה לבנות את כפר הים. "סיפורי מסתיים ב-"HAPPY END" כאשר לזניק הבין שמשך התהליכים בבית המשפט יארך לפחות 15 שנים. בתהליך המשא ומתן ביקשתי חתימה על הצהרת כוונות שכוללת תכנית, מקום, גודל שטח והקמת מבנים. מריו לזניק הסכים ובנה מבנה יפהפה גדול עם פיתוח ובשנת 1996 עברנו לשם.

ב-1998 נחנך המבנה שהיה גבוה במיוחד כדי לאפסן סירות עם תרנים, אפילו נשיא המדינה עזר וייצמן היה. עשינו שיטת על שם אלכסנדר הלבין, מריו לזניק היה גם הוא ותרם במעמד החגיגי עוד 50 אלף ₪ למועדון. גם שובר גלים נבנה במשך 9 שנים. קיימתי את הבטחתי שיותר לא יהיה שפל בפעילות. לפני 12 שנה ביקשתי לסיים את תפקידי כיושב ראש. וכעבור מספר שנים גם מהנהלה."

זוהי רק ההתחלה של פרויקט חי ונושם, שמספר על נחישות של אדם שלא שקט עד שהשיג את מטרתו עבור הקהילה בה חי. ממפעל חייו ממשיכים ליהנות תושבי חדרה לדורותיהם.



בשנת 1936 הגיח לעולם בבית היולדות בעיר חדרה שלמה שרוני בן שני למשפחתו. מאז ועד היום לא עזב שלמה את חדרה נישא בה לרינה אשתו וגידל בה את שלושת ילדיו.

שלמה יושב בביתו שבחדרה כשעל שולחנו מסמכים ותמונות מתוקים מתקופת ילדותו ונערותו, שרובם קשורים בפעילותו הממושכת במועדון הימי, שתחילתו בארגון "זבולון". אותו מסבה לשולחן קרוב משפחתו נינה רודין המראיית אותו כנציגת המוזיאון.

שלמה סוקר בקצרה את ילדותו במטרה להגיע לנושא האהוב עליו- הקשר לים.

לטעמו, תושבי חדרה דאז השתייכו לשני סוגים: איכרים וחקלאים. האיכרים היו בדרך כלל מראשוני

חדרה שהיו להם נכסים והעסיקו הרבה פועלים, בעיקר ערבים. החקלאים וביניהם משפחת שרוני השתייכו לסקטור ההסתדרותי. "בחדר שלנו היו הרבה בעלי חיים פרות, תרנגולות, סוסים, חמורים, עיזים וכלבים. כמונן שלמדתי בגן ובבית ספר שהיו שייכים לזרם ההסתדרותי."

כשהיה כבן 13 גייסו את אחיו ל"זבולון" חדרה שנוסד בשנת 1939 ופעל במבנה שהבריטים סגרו בשנת 1941. בשנת 1946 הוא נפתח מחדש כאשר מטרתו היתה להכשיר מלחים לחיל הים עם קום המדינה.

"ביולי 1948 הייתי קרוב לגיל 13 לקחו את אחי אורי ואותי להביא את הסירה הראשונה מסניף זבולון בתל אביב לחנוך את פתיחת הסניף בחדרה. ילדים בני 12 באותה תקופה כבר היו בוגרים ועם ניסיון חיים.

שלחו אותנו עם מדריך לנתניה שם לקחנו סירה שאיתה הגענו רק עד חוף אולגה, כי הרוח שינתה כיוון ואי אפשר היה להפליג יותר. חניכים שהבאתי משכו לאורך החוף את הסירה עד למפרץ בנימין."

אורי התגייס לצבא ב-1952 ואז הפך שלמה להיות אחד המנהיגים של הסניף הזה, כשהמפקד היה נער כריזמטי בשם יוחנן נפלונסקי. "שיטת ה"חנוך" של לפלונסקי ושאר המדריכים הייתה להכות עם סרחת. היכו אותנו בחבלים, בידיים ופעם אפילו לפלונסקי שבר על ראשי בקבוק. אבל קיבלנו הכול באהבה ולא סיפרנו להורינו על המכות. הכי חשוב היה להשתייך למועדון! כל כך אהבנו את החברות בסניף שהיינו מוכנים לסבול מכות וצעקות."

"לאחר כעשר שנים החלטתי שצריך לפרוש מ"זבולון", והקמתי בשנת 1967 עמותה עותומנית שנקראה "המועדון הימי בחדרה". במהלך 20 השנים של הסניף היו "שפל וגאות": ילדים עזבו ובאו לסירוגין ושלמה שם לעצמו כמטרה עליונה שיותר בחדרה לא יהיה "שפל" במקום הזה.

בזמנו משפחת חנקין נתנה רשות להקים מבנה לפעילות ימית: "המפרץ הזה הוא כמו נמל תבנו לכם פה בית לפעילות ימית". בנינו מבנה קטן של 54 מ"ר ובמשך הזמן הקמנו מבנים נוספים. לאחר מותו של יהושע חנקין ירשה משפחת בנין את 360 הדונם של רצועת החוף והם דרשו מאיתנו באמצעות עו"ד לפנות את המקום והגדירו אותנו פולשים. על פי החוק התורכי, אם גרת 25 שנים על אדמה לא שלך קיבלת חזקה על המקום. ולכן לא

## מכתבים למערכת

מיכל אמדור

### סיפורו של רחוב- "שדרות החירות"

בחשך אלפיים וחמש מאות שנות גלות מאז חורבן הבית הראשון ועד ימינו אלו, ביקשו צוררי עם ישראל: הבבלים, היוונים, הרומאים, הערבים והנאצים, לשלול מהעם היהודי את חירותו. עד שקמה התנועה הציונית ואיתה החטיבות היהודיות, הסחתרות, הגדודים העבריים, תנועות הנוער וצה"ל, והקימו שנית את מדינת ישראל, שחרתה על דגלה סיסמת החירות: "להיות עם חופשי בארצנו" ... זה ההסמון שנבחר.

עשרות אלפי תושבי חדרה, וביניהם ניצולי השואה, שלחו ושולחים את בנותיהם ובניהם לשרת בצבא. כדי להגן על חירותו של העם היהודי ומדינת ישראל. בהיסטוריה הקרובה של העיר חדרה, ילמדו תלמידים כי בקדנציה הקודמת של ראשות העיר נמחק סמל העיר, ובקדנציה הנוכחית הוחזר סמל העיר המקורי, אבל שלושה ימים לפני שהמוני בית ישראל חגגו את יום העצמאות, נמחק שם הרחוב "שדרות החירות", מהכניסה המערבית, המקבלת את פני הבאים למרכז העיר, והוסב לשם אחר.

תושבי חדרה מצפים מראשות העירייה כי יוחזר שם הרחוב למקומו ושמו המקורי "שדרות החירות", שהמשכו הטבעי הוא רחובות "הנשיא", "ירושלים", "צה"ל". בפנינו, תושבי העיר, ובעבורנו, הרחוב המחבר את כביש 4 בכניסתו המערבית לרחוב הנשיא, יישאר תמיד: "שדרות החירות".

העמותה למען הקשיש

**אמצע הדרך - חדרה משדרת הטלוויזיה הקהילתית של חדרה**  
אנו משדרים בערוץ הקהילתי 98 בהוט ויס  
בימי שלישי בשעה 19:00 בימי שישי בשעה 17:30

שלום לכולם,  
כתבות במגזין יוני 2016 מגזין מספר 187  
קולנועית - רותי טל והקבוצה שלה  
סוניה קולודני - חוזר - ליאורה בן צור  
גינה לי - גינת כלבים - עדי שיטה פניאל קרצמן  
סבא פיקולינו - דניאלה רוזן, חוה גדיש  
תהילים - שושי אובר, אפרים, שרה  
צפייה מהנה

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 הבדידות בקרבה.

**אנו מחפשים אחר מתנדבות לפעילות חד שבועית בביתן של אזרחות ותיקות.**

אם ברצונך לתרום ולהשפיע, פני לצליל שומר חי 054-5892559 Tzilis@gmail.com

\*תינתן הדרכה וליווי צמוד לאורך ההתנדבות